

أو يقرأ : « قل يا أيها الكافرون » لحديث نوفل الأشجعي رضى الله عنه قال : قال لى رسول الله صلى الله عليه وسلم : « اقرأ قل يا أيها الكافرون ، ثم نم على نجاتهما ، فإنها براء من الشرك » رواه أبو داود والترمذى .

أو يقول : « الحمد لله الذى كفانى وآوانى وأطعمنى وسقانى ، والذى من على فأفضل ، والذى أعطانى فأجزل ، الحمد لله على كل حال ، اللهم رب كل شىء ومليكه ، وإله كل شىء أعوذ بك من النار » لحديث ابن عمر رضى الله عنهما : « أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يقول ذلك إذا أخذ مضجعه » رواه أبو داود بالإسناد الصحيح فى سننه .

أو يقول : « استغفر الله الذى لا إله إلا هو الحى القيوم وأتوب إليه ثلاث مرات » لحديث أبي سعيد الخدرى رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « من قال حين يأوى إلى فراشه استغفر الله الذى لا إله إلا هو الحى القيوم وأتوب إليه ثلاث مرات غفر الله تعالى له ذنوبه وإن كانت مثل زبد البحر ، وإن كانت عدد النجوم ، وإن كانت عدد رمل عالج ، وإن كانت عدد أيام الدنيا » رواه الترمذى فى كتابه .

أو يقول : « أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق » لحديث رجل من أسلم من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم قال : « كنت جالسا عند رسول الله صلى الله عليه وسلم فجاء رجل من أصحابه فقال : يا رسول الله لدغنت الليلة فلم أنم حتى أصبحت . قال : ماذا ؟ قال : عقرب . قال : أما إنك لو قلت حين أمسيت : أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق لم يضرك شىء إن شاء الله تعالى » رواه أبو داود وغيره بإسناد صحيح .

أو يقرأ « سورة الحشر » لحديث أنس رضى الله عنه : « أن النبي صلى الله عليه وسلم أوصى رجلا إذا أخذ مضجعه أن يقرأ سورة الحشر وقال : إن مت مت شهيدا أو قال : من أهل الجنة » رواه ابن السنى فى كتابه .

أو يقول : « اللهم أنت خلقت نفسى وأنت تتوفأها ، لك ممتها ومحياها ، إن أحيتها فأحفظها ، وإن أمتها فاغفر لها . اللهم إني أسألك العافية » لحديث ابن عمر رضى الله عنهما : « أنه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يأمر رجلا إذا أخذ مضجعه أن يقول ذلك » رواه مسلم فى صحيحه .