

كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال

41262 - إذا قام أحدكم عن فراشه ثم رجع إليه فلينفذه بصنفة إزاره ثلاث مرات فإنه لا يدري ما خلفه عليه بعده وإذا اضطلع فليقل (باسمك ربي وضعت جنبي وبك أرفعه فإن أمسكت نفسي فارحمها وإن أرسلتها فاحفظها بما يحفظ به عبادة الصالحين) فإذا استيقظ فليقل (الحمد لله الذي عافاني في جسدي ورد علي روحي وإذن لي بذكره) .
(ت) أخرجه الترمذي كتاب الدعوات 3398 . ص (عن أبي هريرة)