وقتی رسول الله صلی الله علیه وسلم قصد خوابیدن داشت، دست راستش را زیر گونه اش قرار می داد و می فرمود: «یا الله، در آن روز که بندگانت را برمی انگیزی، مرا از عذاب خویش محافظت بفرما».

از حذیفة بن یمان رضی الله عنهما و حفصة بنت عمر بن خطاب رضی الله عنهما روایت است که: وقتی رسول الله صلی الله علیه وسلم قصد خوابیدن داشت، دست راستش را زیر گونه اش قرار می داد و سپس می فرمود: «اللَّهُمَّ قِني عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ»: «یا الله، در آن روز که بندگانت را برمی انگیزی، مرا از عذاب خویش محافظت بفرما». و در روایتی آمده که این دعا را سه بار می خواند.

[صحیح است] [به روایت ترمذی - به روایت نسائی - به روایت ابوداوود - به روایت احمد]

این حدیث بیانگر سنت فعلی و قولی رسول الله صلی الله علیه وسلم می باشد که هر دو سنت از سنت های خوابیدن هستند. سنت فعلی، هیئت خوابیدن رسول الله صلی الله علیه وسلم می باشد که حذیفه رضی الله عنه توصیف می کند: وقتی ایشان قصد خوابیدن داشت، دست راستش را زیر گونه می گذاشت. و این یعنی رسول الله صلی الله علیه وسلم بر پهلوی راست می خوابید. و روایات دیگر بر این مساله دلالت می کنند. بنابراین هرکس می تواند، جهت اقتدا به رسول الله صلی الله علیه وسلم چنین عمل کند؛ و هرکس تنها به پهلوی راست بخوابد او را کفایت می کند چون در برخی روایات فقط خوابیدن ایشان به پهلوی راست آمده و ذکری از گذاشتن دست راست در زیر گونه نشده است؛ بنابراین گاها رسول الله صلی الله علیه وسلم چنین عمل می کرده است. و اینکه برخی از صحابه آن را ذکر کرده و برخی ذکر نکرده اند، خود اشاره به همین مساله دارد. اما همه ی روایات در خوابیدن ایشان به پهلوی راست اتفاق نظر دارند. بنابراین خوابیدن بر پهلوی راست سنتی حتمی می باشد. "سپس می فرمود"؛ یعنی پس از اینکه بر پهلوی راست دراز می کشید و آماده ی خوابیدن می شد و دست راستش را زیر گونه اش قرار می داد، این ذکر را می گفت؛ و شرط نیست که بلافاصله این ذکر بعد از قرار گرفتن در این حالت گفته شود، بلکه اگر کسی با همسرش سخن گفت و سپس این ذکر را خواند، اشکالی ندارد. «اللَّهُمَّ قِني عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ» یعنی مرا از عذاب روز قیامت حفاظت کن؛ لفظ «قِني» بار معنایی حفاظت الله متعال از انسان از روی فضل و احسان و توفیق دادن عملی به بنده را دارد که بهشت را بر او واجب می کند و او را از عذاب نجات می دهد. و این لفظ هر دو معنا را شامل می شود. و اینکه فرمود: «عَذَابَكَ»؛ انواع عذاب موجود در آن روز و عذاب آتش را شامل می شود؛ الله متعال این روز را «القارعة» و «الصاخة» و «الطامة» و «القیامة» نامیده است که بر هول و هراس و شدت و سختی آن دلالت می کنند. بنابراین دعا کردن برای نجات از عذاب این روز کاملا با آن مناسبت دارد. و اینکه عذاب به الله متعال نسبت داده می شود، بر هول و هراس و شدت و عظمت آن دلالت می کند. و همچنین معنای تفویض را در خود دارد؛ چون الله متعال هرگونه که بخواهد در مورد بندگانش تصرف می کند و در این عذاب تصرف و احاطه ی کامل دارد. به مناسبت ظریفی که بین خواب (برادر مرگ یا مرگ کوچک) و برانگیخته شدن دوباره بعد از مرگ می باشد دقت کنید؛ در حدیث مذکور مناسبت ظریف و دقیقی می باشد که یک چیز و تابع آن را به همراه یکدیگر ذکر می کند. و این یکی از نمونه های خاص و زیبا در الفاظ رسول الله صلی الله علیه وسلم می باشد.