ಪ್ರವಾದಿಯವರು (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ಎಲ್ಲಾ ರಾತ್ರಿಗಳಲ್ಲೂ ಮಲಗಲು ಹೊರಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ಎರಡು ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಉಗಿದು "ಕುಲ್ ಹುವಲ್ಲಾಹು ಅಹದ್", "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿಲ್ ಫಲಕ್" ಮತ್ತು "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿ ನ್ನಾಸ್" ಪಠಿಸುತ್ತಿದ್ದರು

ಆಯಿಶ (ಅಲ್ಲಾಹು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪ್ರೀತನಾಗಲಿ) ರಿಂದ ವರದಿ: ಪ್ರವಾದಿಯವರು (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ಎಲ್ಲಾ ರಾತ್ರಿಗಳಲ್ಲೂ ಮಲಗಲು ಹೊರಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ಎರಡು ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಉಗಿದು "ಕುಲ್ ಹುವಲ್ಲಾಹು ಅಹದ್", "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿಲ್ ಫಲಕ್" ಮತ್ತು "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿ ನ್ನಾಸ್" ಪಠಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಕೈಗಳಿಂದ ಸವರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಮೊದಲು ತಲೆಯಿಂದ ಆರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ನಂತರ ಮುಖವನ್ನು ಸವರುತ್ತಿದ್ದರು, ನಂತರ ದೇಹದ ಮುಂಭಾಗವನ್ನು ಸವರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಇದನ್ನು ಮೂರು ಸಲ ಆವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದರು." [صحيح] [رواه البخاري]

ಪ್ರವಾದಿಯವರು (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಲು ಹೊರಡುವಾಗ, ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವವನು ಮಾಡುವಂತೆ ತನ್ನ ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಹಗುರವಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಗುಳು ಬರುವಂತೆ ಉಗಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಮೂರು ಸೂರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುತಿದ್ದರು, "ಕುಲ್ ಹುವಲ್ಲಾಹು ಅಹದ್", "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿಲ್ ಫಲಕ್" ಮತ್ತು "ಕುಲ್ ಅಊದು ಬಿರಬ್ಬಿ ನ್ನಾಸ್." ನಂತರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ತಲುಪಬಹುದಾದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಸವರುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೊದಲು ತಲೆಯಿಂದ ಆರಂಭಿಸಿ, ನಂತರ ಮುಖವನ್ನು, ನಂತರ ದೇಹದ ಮುಂಭಾಗವನ್ನು ಸವರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಇದನ್ನು ಮೂರು ಸಲ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

http://www.sunnah.global/hadeeth/kn/show/65060