Quando um de vocês acordar de seu sono, deve fazer o istinthar (inspirar água pelo nariz) três vezes, pois o Diabo passa a noite em suas narinas

Segundo Abu Hurairah - Que Allah esteja satisfeito com ele - narrou que o profeta - Que a paz e bênçãos de Allah esteja sobre ele - disse: "Quando um de vocês acordar de seu sono, deve fazer o istinthar (inspirar água pelo nariz) três vezes, pois o Diabo passa a noite em suas narinas."
[Sahih] [Bukhari e Musslim]

"O Profeta (que a paz e as bênçãos estejam sobre ele) recomenda a quem acordar do sono que faça o istinthar três vezes. O istinthar é expulsar a água do nariz depois de a ter inalado, pois o satanás passa a noite nas narinas (no nariz todo)."

http://www.sunnah.global/hadeeth/pt/show/8377