真主啊，你使我的心明亮，听觉明亮，视觉明亮，右边明亮，左边明亮，上边明亮，下边明亮，前面明亮，后面明亮，求你给我光明。

据伊本∙阿巴斯－愿主喜悦之－传述：“我在麦伊穆家住宿，先知－愿主福安之－来了，他去厕所后，洗了脸和手，就睡觉了。然后，他起来，打开了水囊的绳子，简短
地洗了小净，只用了很少的水，但是水都到达了（要洗的部位），然后礼拜。我站起来，悄悄地洗小净，以免先知觉得我在看着他。当他站起来礼拜时，我站在他的左边。
他抓住我的耳朵，把我拉到他右边。他总共做了十三拜，然后躺下来睡觉，直到开始打呼噜。他只要睡觉就会打呼噜。这时，比俩里告知先知礼拜时间到了，先知没有再洗小净而礼拜。他在礼拜中念诵：“真主啊，你使我的心明亮，听觉明亮，视觉明亮，右边明亮，左边明亮，上边明亮，下边明亮，前面明亮，后面明亮，求你给我光明。
”

[健全的圣训] [两大圣训集辑录]

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/11300