

Doa dan Dzikir sebelum Tidur

Hanifah Atiya Budianto
contact.us@latex-dailyprayers.com

28 Nopember 2020

جَمَعَ كَفَّيْهِ ثُمَّ نَفَثَ فِيهِمَا فَقَرَأَ فِيهِمَا:

(قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ)

(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ)

(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ)

ثُمَّ يَمْسَحُ بِهِمَا مَا اسْتَطَاعَ مِنْ جَسَدِهِ يَبْدَأُ بِهِمَا عَلَى
رَأْسِهِ وَوَجْهِهِ وَمَا أَقْبَلَ مِنْ جَسَدِهِ.

Artinya:

"Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wa sallam* merapatkan dua telapak tangan lantas di-
tiup dan dibacakan: *Qul huwallâhu ahad* (surah Al-Ikhlâs), *Qul a'ûdzu bi Rabbil falaq*
(surah Al-Falaq), dan *Qul a'ûdzu bi Rabbin nâs* (surah An-Nâs), kemudian mengusap
tubuh yang dapat dijangkau dengan dua telapak tangan yang dimulai dari kepala, wajah,
hingga tubuh bagian depan sebanyak 3x."

Baca juga doa dan dzikir sebelum tidur ke 1-5

Tingkatan Doa dan Sanad : Shahih: HR. Al-Bukhari (no. 5017), Abu Dawud (no. 5056), an-Nasai dalam '*Amalul Yaum wal Lailah* (no. 793), at-Tirmidzi (no. 3402), dan Ahmad (VI/116). Lihat *Silsilah Ahâdîts ash-Shahîhah* (no. 3104).

Referensi: Yazid bin Abdul Qadir Jawas. 2016. Kumpulan Do'a dari Al-Quran dan As-Sunnah yang Shahih. Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.