سنن نبوية - الاستنثار عند الاستيقاظ

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إذا استيقظ أحدكم من منامه فتوضأ فليستنثر ثلاثا، فإن الشيطان يبيت على خيشومه .

متفق عليه

فليستنثر : أي فليخرج ماء الاستنشاق والقذر اليابس المجتمع من المخاط

والخيشوم: هو الأنف، وقيل: أقصى الأنف