إذا استيقظ أحدكم

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

إذا استيقظ أحدكم فليقل : الحمد لله الذي رد علي روحي وعافاني في جسدي ، وأذن لي بذكره

حسنه الألباني ( صحيح الجامع )