

آداب النوم والاستيقاظ - المحاضرة 5 - التربية الإسلامية -

المستوى الثالث - د. عبد العزيز الجهنى

عبد العزيز الجهنى

يا راغباً في كل علم نافع ينمو العلم ويتقدم. تقنياته ومجالاته ومعه مطور ادواتنا في تقديم العلم الشرعي. اكااديمية زاد ومكارم الاخلاق ندرسها معا ادب وتربية على الاحسان بشرى لنا زدنا كاذبين - [00:00:00](#)

بسم الله الرحمن الرحيم. الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين وعلى اله وصحبه اجمعين. اما بعد سلام الله عليكم ورحمته وبركاته واسأل الله العظيم رب العرش الكريم ان يعيننا على طاعته ومرضاته - [00:00:40](#)

ونواصل ايها الاحبة الحديث عن الاداب الاسلامية التي اه جاءت في كتابنا الكريم او على لسان نبينا صلوات ربي وسلامه عليه. في هذه السلسلة المباركة في مادة التربية في اكااديمية زاد - [00:01:06](#)

سنتكلم ايها الاحبة في هذا اليوم عن اداب النوم والاستيقاظ وهو من جملة الاداب النبوية العظيمة التي يحسن بالمسلم ان يتقيد بها وان يطبقها في حياته لينال الفضل والخير والاجر العظيم - [00:01:28](#)

والنوم ايها الاحبة هو اية من ايات الله هو اية من ايات الله وهو ايضا نعمة من نعم الله على العباد. ولهذا امتن الله عز وجل على عباده بهذه النعمة بقول - [00:01:48](#)

ومن رحمته جعل لكم الليل والنهار لتسكنوا فيه ولتبتغوا من فضله ولعلكم تشكرون. وايضا ذكر ان هو اية عظيمة يحسم بالمسلم ان يتفكر فيها ومن اياته منامكم بالليل والنهار وابتغواكم من فضله - [00:02:03](#)

ان في ذلك لآيات لقوم يسمعون. فالانسان اذا تفكر في هذا النوم وآآ نظر في آآ حقيقته وجد انه نعمة عظيمة. نعمة عظيمة لا يستشعرها حقا الاستشعار الا من حرما. كمن يبتلى عافانا الله واياكم بمرض الارق وقلة النوم والقلق. فهؤلاء - [00:02:23](#)

يشعرون بهذه النعمة العظيمة لان فيه السكن والراحة لهذا البدن ولهذا الجسد والنوم هو الموتة الصغرى. وهذا الذي يجعله اية يجعل الانسان يتفكر انه اذا نام كانه مات واذا استيقظ كانه بعث بعد موته. فيتفكر الانسان دائما في يومه وفي ليلته في هذه النعمة - [00:02:50](#)

وهذه الاية من ايات الله العظيمة. ولهذا الله عز وجل سماه في كتابه الكريم سماها الموت الله عز وجل يقول الله يتوفى الانفس حين موتها والتي لم تمت في منامها - [00:03:14](#)

وهنا الوقف في القرآن يبين المعنى بعض الناس قد يقف يقول الله يتوفى الانفس حين موتها. ثم يبدأ ويستأنف يقول والتي لم تمت في منامها فكأن هذا هذه واو استثنائية منفصلة عن التي قبلها. لكن الوقف الاجمل والذي يبين معنى الاية الله يتوفى الانفس - [00:03:32](#)

حين موتها والتي لم تمت في منامها بمعنى ان الله عز وجل يتوفى الانفس التي كتب عليها الموت والتي جاء والتي كانت في منامها. فهذه كتب الله عز وجل عليها اه او كتب او الله عز وجل جعلها يعني جعل فيها الوفاة. جعل فيها الوفاة. الوفاة الكبرى والوفاة الصغرى ويبين هذا سياق الاية - [00:03:55](#)

فيقول الله عز وجل فيمسك التي قضى عليها الموت فيمسك التي قضى عليها الموت التي هي الموت الكبرى الموتى التي هي الحقيقية. فيمسك التي قضى عليها الموت ويرسل الاخرى التي ماتت في منامها ويمسك الاخرى الى اجل مسمى ان في ذلك لآيات

لقوم يتفكرون. فهذه آية - 00:04:19

وعبرة وعظة لنا نستشعرها وهي ايضا نعمة من نعم الله عز وجل العظيمة علينا اه النوم ايها الاحبة يشغل حيزا كبيرا في حياة

الانسان. يقولون ان النوم الطبيعي عند الانسان وفي حدود ثماني ساعات. بمعنى انه ثلث يوم - 00:04:44

ثلث يوم الانسان. يعني هذا في الحد الطبيعي هناك من يقل هناك من يكثر النوم عنده. لكن في هذا الحدود في حدود ساعات لو

تفكر الانسان بمعنى ان ثلث يومه يمضي - 00:05:05

وهو نائم لو نظر في عمره كاملا وجد ان ثلث عمره يمضي في النوم يعني لو قلنا انسان عاش ستين سنة بمعنى انه عاش من عمره

عشرين سنة وهو نائم - 00:05:20

عشرين سنة مرت من عمره في النوم فهذه السنوات او هذه الاوقات في اليوم او في السنة او في العمر كله من الحسرة والندامة ان

تضيع على الانسان دون ان يستفيد منها خصوصا ان الانسان يحاول الذي يوفق وكتب الله عز وجل له - 00:05:34

الخير انه يستغل كل شيء في كل في كل لحظة في حياته. فالدنيا هي مزرعة الآخرة. فيستغل حتى هذه الساعات التي ينام فيها كيف

يستغل هذه الساعات؟ يستغلها بان يطبق فيها الادب النبوي في النوم - 00:05:55

في اذكار النوم وفي اذكار الاستيقاظ فان هذا يكتب له الخير العظيم باذن الله. يكتب له الخير ويؤجر حتى في نومه. خصوصا

الإنسان اذا احتسب مثل هذا الأمر ولهذا كان يقول بعض السلف والله اني لأحتسب قومتي كما احتسب اني لأحتسب نومتي كما

احتسب قومتي - 00:06:15

وينوي وهو اه في نومه انه يتقوى على الطاعة وعلى العبادة في هذه الحالة الانسان يؤجر وهو نائم هذي نعمة عظيمة ان الانسان

وهو نائم ويؤجر في في نومه هذا - 00:06:35

ولهذا جاءت هذه الاداب والاثار الفضائل والاعمال التي يعملها الانسان اذا اراد النوم ويطبق فيها الاداب النبوية ليحصل له الاجر

العظيم باذن الله عز في علاه اه من الاشياء التي يحسن بالمسلم ان يراعيها في النوم - 00:06:50

انه يحرص على النوم مبكرا. يحرص على النوم مبكرا. هذا يعني هذا هو الحال الطبيعي في في حياة الناس. هو النوم قيل الله عز

وجل جعله سباتا بمعنى راحة يثبت الانسان بمعنى تنقطع حركته ويرتاح ويتقوى الجسد بهذا النوم ونوم الليل يفضل على نوم -

00:07:13

بكثير. فيحرص الانسان خصوصا من آآ يعلم من نفسه انه لا يستطيع اذا تأخر في نومه يعلم انه لا يستطيع لصلاة الفجر فهنا قد يَأثم

الانسان اذا اطال في السهر ثم نام عن صلاة الفجر - 00:07:35

اذا عرف من نفسه انه اذا نام متأخرا لا يستطيع للصلاة فقد يَأثم في سهره هذا لانه يفوت يعني امرا عظيما وهو شهود صلاة الفجر

في في جماعة ايضا من الامور التي يحسن بالمسلم ان يراعيها - 00:07:54

انه يتخذ الوسائل المعينة اه يقظته لصلاة الفجر وهذا دائما يجعل الانسان يعني في عقله وفي ذهنه وفي همه دائما قضية الصلاة

قضية الصلاة خصوصا صلاة الفجر وصلاة الفجر في جماعة لها مزية عظيمة جدا. لانه من صلى الفجر في جماعة فهو في ذمة الله -

00:08:12

فمن الخسارة والحرمان ان يحرم الانسان نفسه ان يكون في ذمة الله في كل في كل يوم. فيتخذ الانسان الوسائل المعينة آآ ايقاظه

لصلاة الفجر حتى ولو تأخر في نومه. فهذا ايضا يعني هذا العمل - 00:08:37

اذا ابتغى به الانسان واحتسب الاجر فيه من الله عز وجل فانه يؤجر عليه. فانه يؤجر عليه اذا فعله وهو ينوي بذلك ان يكون عوناً له

على قيامه الى صلاة الفجر. هذه يعني بعض الاداب التي يحسن بالمسلم ان يتحلى بها او يتمسك بها قبل ان يدخل - 00:08:55

في نومه ونواصل بقية الحديث بعد الفاصل ان شاء الله الازهار في البستان اتيق المنظر. طيب المخبر. مجالسته انفع مجالسة.

ومؤانسته امتع مؤانسة. انه الكتاب من خلاله نجالس العلماء والصالحين قيل لابن المبارك الا تجلس معنا؟ قال - 00:09:15

ما اجلس الا مع الصحابة والتابعين يعني قراءة سيرهم. وقد كان العلماء مشغوفين بالكتب شراء وقراءة. قال ابن الجوزي ما اشبع من

مطالعة الكتب. واذا رأيت كتابا لم اره فكأنني وقعت على كنز. ولو قلت اني طالعت عشرين - 00:09:53

الف مجلد كان اكثر. وطالب العلم لا تخلو مكتبته من الكتب الاساسية في شتى العلوم. ففي التفسير مثلا هلا تفسير السعدي وتفسير ابن كثير وفي العقيدة كتاب التوحيد والطحاوية والواسطية مع بعض الشروح. وفي الحديث الكتب الستة مع اهم شروحها -

00:10:16

وهكذا بقية العلوم. وقبل الشراء استشر اهل الخبرة. ليدلوك على اهم الكتب وافضل الطبقات. لا سي يا ما حققه العلماء الثقات

كاللبناني وبكر ابي زيد. احرص على التنوع في شراء الكتب. ولا تقتصر على فن - 00:10:40

واحد او فنين واعتن بكتب النوازل الفقهية والعقدية. ولا تبخل باعارة الكتاب. وحافظ عليه ان استعرت ولا تستكثر ما تنفقه في شراء

الكتب وصدق من قال تلك النفائس لو تباع بوزنها - 00:11:00

ذهب! لكان البائع المغبون! بسم الله الرحمن الرحيم. الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى اله وصحبه ومن والاه وبعد اه

تحدثنا قبل الفاصل عن بعض الاداب التي يحصل بالمسلم ان يراعيها - 00:11:20

في آآ في آآ تطبيقه لهذه العبادة وهو الذكر او الادب النبوي الذي يتعامل فيه الانسان قبل نومه ليحصل له الخير والفضل باستيقاظه

لصلاة الفجر او اذا كان ممن آآ وفقه الله عز وجل للقيام - 00:11:53

في اخر الليل لصلاة الوتر وصلاة الوتر في اخر الليل افضل من اوله اه من هذه الاداب ايها الاحبة ان الانسان قبل ان ينام وهذا من

حرص الشارع على اه حماية الناس وحفظهم في ابدانهم وفي ارواحهم. النبي صلى الله عليه - 00:12:13

وسلم حث الناس او اوصى بان يطفى الانسان اذا كان في بيته آآ نار موجودة في البيت فمن الادب او من الحرص على حياة الانسان

ان يطفى هذه النار. ولهذا جاء في حديث ابي موسى الاشعري رضي الله عنه اخبر انه احترق بيت - 00:12:35

على اهله بالمدينة في الليل في حياة النبي صلى الله عليه وسلم. فلما اخبر النبي صلى الله عليه وسلم بحالهم قال ان هذه النار انما

هي عدو لكم. ان هذه النار انما هي عدو لكم. فاذا نمت فاطفئوها عنكم. فاطفئوا هذه النار. لان فيها - 00:12:58

قطر وهذا من حرصه عليه الصلاة والسلام على الناس حتى في ابدانهم يحرص عليه الصلاة والسلام وهو الرحمة المهداة والنعمة

المسداة يحرص على الناس حتى في امورهم العامة بعيدا حتى يعني عن قضية - 00:13:18

الشرع في احكام الشرع. ايضا في مثل هذه الامور التي فيها الخير والنفع والحفظ والصيانة للناس. فالنبي صلى الله عليه وسلم

يوصيهم بهذا الامر انه اذا كان هناك نار في البيت مشتعلة وخصوصا في ايام البرد. في بعض الاماكن يشعلون هذه النار. فيا الذي

يتمسك بالادب - 00:13:35

النبوي فهو يطفى هذه النار قبل ان ينام. ايضا النبي صلى الله عليه وسلم يقول اطفئوا المصابيح بالليل اذا رقدتم. ايضا هذا من

الحرص والحماية للناس في هذا الامر. طبعا كانت المصابيح توقد بالنار بالزيت. ليس كما هو الحال الان. لكن - 00:13:56

ادب الانسان بهذا الادب ويطبق هذا الامر اذا كان في بيته يعني نار تشتعل التدفئة فانه يحرص على ان يطفى هذه النار قبل ان ينام

حفظا على نفسه وايضا امتثالا لكلام النبي صلى الله عليه وسلم وتأدبا بأدبه - 00:14:16

الانسان اذا اراد النوم فهناك سنة نبوية يطبقها يعني يكون هذا الامر فيه خير له. وهو الضوء قبل النوم والوضوء قبل النوم وهذا

اوصى به النبي صلى الله عليه وسلم بقوله للبراء بن عازب رضي الله عنه يقول اذا اتيت - 00:14:37

مضجعك فتوضأ وضوءك للصلاة فتوضأ وضوءك للصلاة هنا النبي صلى الله عليه وسلم يعلم هذا الصحابي رضي الله عنه وارضاه انه

اذا اراد النوم فانه يتوضأ قبل ان ينام. يتوضأ قبل ان ينام فيه طهارة - 00:14:57

فيه نقاء فيه صفاء فيه راحة فيه سكونية هذا الضوء لانه عبادة فيفعل الانسان هذا الامر تعبدا لله عز وجل واتباعا لكلام النبي صلى

الله عليه وسلم. ثم قال ثم اضطجع على شقك الايمن. وهذا ايضا - 00:15:15

هذه سنة من سنن النوم ان ينام الانسان على شقه الايمن. فالنبي صلى الله عليه وسلم كان ينام على شقه الايمن وكان احيانا يضع كفه

على خده الايمن ويقول باسمك اللهم اموت واحيا ويقول اللهم قني عذابك يوم تبعث عبادك. هذه من الازكار التي كان النبي -

وسلم يقولها اذا اوى الى فراشه. ايضا من الادب النبوي الذي علمنا اياه النبي صلى الله عليه وسلم ان الانسان اذا اتى الى فراشه يريد النوم انه ينفذ هذا الفراش - [00:15:52](#)

يقول النبي صلى الله عليه وسلم اذا اوى احدكم الى فراشه فليأخذ داخله ازاره اي طرف الازار او طرف الان اللحية او غيره فلينفذ بها فراشه وليسمي الله فانه لا يدري او لا يعلم ما خالفه بعده على فراشه - [00:16:06](#)

وهذا ايضا ادب نبوي جليل فيه حفظ وصيانة للانسان انه ينفذ هذا الفراش قبل ان ينام عليه فانه لا يدري ما الذي اتى بعده من الدواب ومن الهوام على هذا الفراش. فالانسان اذا طبق هذا الادب النبوي فانه يؤجر حتى ولو لم يكن هناك شيء من الدواب او الهوام او الحشرات - [00:16:26](#)

او الديدان لكن هو يطبق هذا محبة في كلام النبي صلى الله عليه وسلم وامثالاً لسنته وبإذن الله انه يحفظ لو قدر ان شيئاً من هذه الحشرات جاءت على فراشه فانه ببركة امتثاله لأمر النبي صلى الله عليه وسلم - [00:16:46](#)

فانه يؤجر بإذن الله ويحفظ من هذا المكروه. ايضا من الادب والسنن التي جاءت عن نبينا صلى الله عليه وسلم التي كان يفعلها قبل النوم وهذه من الازكار النوم العظيمة - [00:17:04](#)

التي يؤجر الانسان بها ويحفظ بإذن الله من كل مكروه ويحفظ من وساوس الشياطين ومن خطراته ومن الاحلام المزعجة اذا طبق هذه الازكار التي كان النبي صلى الله عليه وسلم او هذه الاداب التي كان النبي صلى الله عليه وسلم يفعلها قبل النوم. عليه الصلاة والسلام كان - [00:17:21](#)

الى فراشه كما اخبرت عائشة رضي الله عنها فانه يجمع كفيه ثم يقرأ المعوذات يقرأ قل هو الله احد قل اعوذ برب الفلق قل اعوذ برب الناس ثم ينفث في آ في كفيه ثم يمسح بهما وجهه ورأسه وما اقبل من جسده. يفعل ذلك ثلاثاً - [00:17:41](#)

يفعل ذلك ثلاثاً. هذه سنة نبوية كان يفعلها النبي صلى الله عليه وسلم كما اخبرت عائشة رضي الله عنها وارضاهها وهذا هو فعله عليه الصلاة والسلام وما اجمل ان يتقيد الانسان حتى في نومه بنبينا وحبينا محمد صلوات ربي وسلامه عليه. واطهر ايضا هذا فيه حفظ للانسان - [00:18:04](#)

وهو اه من التعوذات التي يفعلها الانسان تباعاً لأمر النبي صلى الله عليه وسلم فانه بإذن الله يحفظ من كل مكروه ومن كل شر. اذا طبق مثل هذا الامر يجمع كفيك قبل ان ينام ويقرأ آ بهما المعوذات الثلاث - [00:18:28](#)

ثم ينفث ويمسح رأسه ووجهه وما اقبل من جسده يفعل ذلك ثلاثاً. ايضا آ يبدأ بأذكار النوم قبل ان يدخل في النوم يعود الانسان نفسه ان يذكر هذه الازكار التي جاءت عن نبينا وحبينا محمد صلوات ربي وسلامه عليه - [00:18:49](#)

ففيها والله الخير والبركة والنور والحفظ للانسان وهو نائم يحفظ الله عز وجل العبد وهو نائم ببركة هذه الازكار من اعظم واجل هذه الازكار قراءة اية الكرسي واية الكرسي هي اية عظيمة بل هي اعظم اية في كتاب الله - [00:19:09](#)

وهذه جاء فيها يعني حديث عظيم قصة حصلت لابي هريرة مع شيطان من الشياطين حصلت له عندما يعني النبي صلى الله عليه وسلم جعله على آ طعام الصدقة وثلاثة ايام ويأتي شيطان ويريد ان يأخذ من هذه الصدقة - [00:19:30](#)

به ثم بعد ذلك في المرة الثالثة لما اراد رفعه الى النبي صلى الله عليه وسلم قال اعلمك آ شيئاً ينفعك. فحرص ابو هريرة على النفع والفائدة لسياخذها. فقال له اذا اتيت - [00:19:46](#)

او اذا اويت الى فراشك فاقراً اية الكرسي هذا الشيطان يقول لابي هريرة هذا الكلام اذا اتيت الى فراشك فاقراً الله لا اله الا هو الحي القيوم فانه لن يزال عليك من الله - [00:20:01](#)

حافظ ولا يقربك شيطان حتى تصبح فلما اخبر ابو هريرة النبي صلى الله عليه وسلم بهذا الامر قال عليه الصلاة والسلام صدقك وهو كذوب اتدري مع من تتحدث يا ابا هريرة - [00:20:15](#)

طوال ثلاثة ايام قال ذاك شيطان ذاك شيطان. فهذا الشيطان اخبر ابا هريرة بان الذي يحفظ الناس منهم من الشياطين هو قراءة اية

الكرسي قبل النوم. فالذي يخاف من الوسواس من الاحلام المزعجة. يريد اتباع - [00:20:31](#)

هدي النبي صلى الله عليه وسلم فليحرص على قراءة اية الكرسي قبل ان ينام. فانه ينطبق عليه قول النبي صلى الله عليه وسلم او قول ذلك الشيطان الذي ايده النبي صلى الله عليه وسلم واقره عليه. لن يزال عليك من الله حافظ. ولا يقربك شيطان حتى

تصبح - [00:20:48](#)

وهذا ذكر عظيم وهو قراءة اية الكرسي قبل النوم. ايضا من الازكار العظيمة التي علمها النبي صلى الله عليه وسلم لعلي رضي الله عنه وابنته فاطمة رضي الله عنها اه ذكر التسبيح الذي يكون قبل النوم التسبيح والتحميد والتكبير وسنتكلم عنه ان شاء الله بعد الفاصل -

[00:21:08](#)

كلمات قصيرة تحمل بين طياتها تنبيهها وتحريرا خطيرا. وتوجه حواسنا ومداركنا الى دورنا الحقيقي الذي سنحاسب عليه. كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته. فمن اهم ادوارنا الجديرة به اهتمامنا في هذه الحياة التركيز على مسؤوليتنا تجاه رعيتنا. فالاباء والامهات

لهم الاثر الاعظم بعد - [00:21:29](#)

بعد الله في مستقبل الابناء والاجيال. لذلك خصهم النبي صلى الله عليه وسلم بالذكر فقال والرجل راع في اهله وهو مسئول عن رعيته. والمرأة راعية في بيت زوجها. ومسؤولة عن رعيته - [00:22:11](#)

ان الابناء زهرة الحياة. وقرة عين الاباء والامهات وبصلاهم ودعائهم ترفع الدرجات في الآخرة ولكن يجب ان ندرك ان ذلك مرهون بحسن تربيتهم. وصالح نشأتهم. فها كان لزاما علينا البحث عن ابرع الطرق. وافضل الاساليب في التربية والتوجيه. ليكون ابناؤنا

في قابل ايامهم - [00:22:31](#)

مصدر بر وسعادة لنا. وسواعد خير وبناء للمجتمع والانسانية بسم الله الرحمن الرحيم. الحمد لله رب العالمين. والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين وعلى اله وصحبه اجمعين. توقفنا قبل الفاصل ايها الاحبة - [00:23:04](#)

عند آآ التنبيه على حديث علي رضي الله عنه فاطمة رضي الله عنها. الذي اه علم النبي صلى الله عليه وسلم اه علمه اياهم ان يقولوا قبل النوم لما جاءت فاطمة رضي الله عنها الى النبي صلى الله عليه وسلم آآ تريد خادمة من السبي الذي جاء الى النبي صلى الله عليه

وسلم - [00:23:34](#)

قد تعبت من عمل آآ البيت ومشقة الرعاية للاولاد وصنع الطعام ارادت آآ من النبي صلى الله عليه وسلم ان آآ يعطيها آآ خادمة من

السبي الذي جاء الى النبي صلى الله عليه وسلم. فلم تجد النبي صلى الله عليه وسلم ورجعت الى بيتها - [00:23:57](#)

ثم النبي صلى الله عليه وسلم جاء في الليل وهما على فراشهما علي وفاطمة رضي الله عنهما علمهم النبي صلى الله عليه وسلم عندما علم بمراد فاطمة رضي الله عنها جاء اليهما وهما على فراشهما فقال لهما اذا اويتما الى - [00:24:14](#)

تشجيعكما فسبح الله ثلاثا وثلاثين واحمد الله ثلاثا وثلاثين وكبر الله اربعا وثلاثين اخبر النبي صلى الله عليه وسلم ان هذا الذكر خير لهما من خادم خير لهما من خادم بمعنى ان هذا الذكر اذا حافظ عليه الانسان قبل ان ينام فان الله عز وجل يكون عوناً له طوال -

[00:24:32](#)

وكأن هناك من يساعده ومن يعينه ومن ومن يسير اموره كأن عنده خادم او معين له وهذا من بركة هذا الذكر من بركة هذا الذكر الذي علمه النبي صلى الله عليه وسلم لابنته فاطمة ولزوجها علي رضي الله عنهم - [00:24:57](#)

وهذا ذكر عظيم ايها الاحبة. والانسان اذا اه حافظ عليه شعر ببركته بقية يومه. اذا كان عنده اعمال كثيرة جدا ومش سريع وامور يحتاج الى من يعينه فيها بعد الله عز وجل فهذا الذكر هو اعظم عون له بعد الله عز وجل في - [00:25:18](#)

قيام بكل اعماله بيسر وسهولة ببركة هذا الذكر وببركة اتباع سنة النبي صلى الله عليه وسلم. فيحرص الانسان على المحافظة على هذا الذكر. ولهذا علي رضي الله عنه لما حدث بهذا الحديث - [00:25:38](#)

في خلافته بعد يعني بعد موت النبي صلى الله عليه وسلم وبسنوات طويلة. وموت ايضا كبار الصحابة. حدث بعض التابعين ممن لم يشهدوا النبي صلى الله عليه وسلم فاخبرهم بهذا الامر. فقال علي رضي الله عنه - [00:25:54](#)

يعني انه ما ترك هذا الذكر منذ سمعه من النبي صلى الله عليه وسلم لانه يعلم ان فيه العون والقوة على اعماله وشؤونه كلها فقال له رجل ولا ليلة صفين يعني يريد ان يتأكد الان يعني حتى في اعظم ليلة في المعركة التي حصلت في ليلة صفين الانسان قد ينشغل في مثل - [00:26:11](#)

في هذه المواقف العظيمة قالوا ولا ليلة صفين ذكرته من اخر الليل فقلته هذا يدل على التمسك والمواظبة والاستمرار الذي كان عند هؤلاء الاخيار صحابة نبينا صلوات ربي وسلامه عليه - [00:26:33](#)

ايضا من الاذكار العظيمة في اذكار النوم الذي الحديث الذي رواه البراء بن عازب عندما اخبر النبي صلى الله عليه وسلم قال اذا اويت الى فراشك فقل اللهم اسلمت نفسي اليك ووجهت وجهي اليك وفوضت امري اليك والجات ظهري اليك. رغبة ورهبة اليك لا ملجأ ولا - [00:26:48](#)

انجى منك الا اليك امنت بكتابك الذي انزلت وبنبيك الذي ارسلت لاحظوا ايها الاحبة اذا قال الانسان هذا الذكر ماذا يقال له؟ قال النبي صلى الله عليه وسلم بعد ان آآ علم البراء بن عازب بهذا الذكر قال النبي - [00:27:08](#)

النبي صلى الله عليه وسلم اذا قال الانسان هذا الذكر قبل ان ينام قال فانك ان مت من ليلتك مت على الفطرة. يعني على التوحيد الخالص فانك ان مت من ليلتك مت على الفطرة. وان اصبحت يعني لم تمت وان اصبحت اصبحت خيرا. يعني اصبحت خيرا - [00:27:26](#)

ببركة هذا الذكر بحفظك وصيانتك من كل مكروه وايضا كثرة الاجر باتباع السنة فهذا الذكر ايها الاحبة يجعل الانسان لو قدر له انه مات في منامه فانه يبعث على الفطرة باذن الله. ومثله قراءة - [00:27:48](#)

سورة الكافرون وهذي قد يغفل عنها كثير من الناس ولا يعلم انها من اذكار النوم. اخبر النبي صلى الله عليه وسلم ان الانسان اذا قرأ سورة الكافرون قبل ان ينام قبل ان ينام فانها براءة له من الشرك - [00:28:06](#)

براءة له من الشرك فيحرص الانسان ايضا على قراءة سورة الكافرون وتكون من اخر ما يقوله من الاذكار في الليل وهذه ايضا تكون براءة له من الشرك كما اخبر نبينا وحبيبنا محمد صلى الله عليه وسلم - [00:28:22](#)

اه فاذا نام الانسان بعد هذه الاذكار الجليلة العظيمة فانه يحرص على تطبيق السنة في النوم كما قلنا ينام على شقه الايمن وهذا ليس بواجب لكن من السنة ان يفعله الانسان ولا يمنع اذا تقلب في ليله فلا بأس في ذلك فليس هذا بواجب. لكن يحرص على امرين وهو نائم او قبل - [00:28:40](#)

ان ينام. الامر الاول ان يبتعد عن النوم المكروه وهو النوم على البطن. النوم على البطن فقد اخبر النبي صلى الله عليه وسلم ان هذه نومة يكرهها الله يكرهها الله او في رواية اخرى يبغضها الله. النوم على البطن هذه نومة مكروهة لا تنبغي وعلل النبي صلى الله عليه وسلم في احاديث اخر - [00:29:00](#)

الامر قال انها ضجعة اهل النار. انها ضجعة اهل النار على بطونهم. عياذا بالله من ذلك وعياذا بالله من النار ومن اهلها. فهذه النومة مكروهة ايها الاحبة لا ينبغي للانسان ان يفعلها. ايضا - [00:29:23](#)

يحرص الانسان اذا كان في مكان مكشوف في سطح او غيره ان لا ينام في سطح مكشوف ليس عليه حاجز. واخبر النبي صلى الله عليه وسلم آآ قال آآ من بات على ظهر بيت ليس عليه ليس له حجار يعني ليس له حاجز يمنعه مكشوف يكون مكان مرتفع ومكشوف - [00:29:39](#)

ليس له حجاب فقد برئت منه الذمة هذا احيانا الانسان قد ينام في اماكن مرتفعة وليس هناك ما يصدده اذا سقط فهذا يدخل في هذا النهي عن نبينا صلى الله عليه وسلم - [00:29:59](#)

وقد برأت منه الذمة عياذا بالله فيحرص الانسان النبي صلى الله عليه وسلم حريص علينا فنبهنا على هذا الامر ان لا يفعل الانسان مثل هذا الامر وينام فيما مكان مكشوف مرتفع - [00:30:12](#)

في مكان مرتفع ويكون مكشوف كسطح او غيره الا اذا كان هناك حواجز في هذا المكان الانسان اذا نام هناك سنة ايضا في الاستيقاظ

في الاستيقاظ اول ما يبدأ ايها الاحبة اول ما يبدأ ويستيقظ من نومه يقول الذكر الحمد لله الذي - [00:30:24](#)
احيانا بعد ما اماتنا واليه النشور او اي ذكر المهم ان يذكر الله المهم ان يذكر الله عز وجل بداية لماذا؟ لان النبي صلى الله عليه وسلم
يقول اذا نام احد اذا نام احدكم او اذا نام الانسان - [00:30:42](#)

يعقد الشيطان على قافيته ثلاث عقد ويقول عليك ليل طويل فارقد فاذا استيقظ وذكر الله انحلت عقدة هذي العقدة الاولى اول ما
يستيقظ الانسان اما ان يقول الذكر الوارد الحمد لله الذي احيانا بعد ما اماتنا واليه النشور او غيره - [00:30:56](#)
من الازكار او يقول اي ذكر لا اله الا الله سبحانه الله. المهم ان يذكر الله. فان تحل عقدة فاذا توضع انحلت عقدة سواء هذا الوضوء
لقيام الليل او لصلاة الفجر. انحلت عقدة فاذا صلى - [00:31:14](#)

فاصبح انحلت عقده كلها. الثلاثة فيصبح يقول النبي صلى الله عليه وسلم طيب النفس نشيطان والا يعني ان لم يفعل ذلك لم يذكر الله
عندما عندما استيقظ ولم يتوضأ ولم يصلي يقول والا فقد اصبح فاصبح - [00:31:29](#)
خبث النفس كسلان عيادا بالله الخبيث النفسي كسلان لانه لم يطبق هذه الازكار التي جاءت عن نبينا صلوات ربي وسلامه عليه.
فيحرص الانسان حتى الرجل عندما ويقول ذلك او عندما يوقظ ابناؤه اول ما يوقظ ابناؤه اذكروا الله قل لا اله الا الله هذا ايضا من
الادب النبوي العظيم الذي نعلمه - [00:31:46](#)

لابنائنا عندما نوقظهم من نومهم. ايضا كان النبي صلى الله عليه وسلم اول ما يستيقظ من نومه فانما يبدأ بالسواك. يبدأ بالسواك
وهذه سنة عن نبينا صلى الله عليه وسلم ان استطاع الانسان ان يفعلها فانه يؤجر - [00:32:09](#)
ولا تكلفه شيئا من فضل الله عز وجل علينا. السواك اصلا هو عبادة. مطهرة للفم مرضاة للرب مجرد الانسان يستاك فان هذا يرضي الله
عز وجل. مطهرة للفم مرضاة للرب. ولهذا يحسن بالمسلم ان يكون السواك معه دائما. لانه يتعبد الله - [00:32:24](#)

عز وجل في كل وقت وفي كل حين. ايضا عندما يستيقظ الانسان من نومه ويذهب ليغتسل فانه يغسل يديه ثلاثة. يغسل
يديه ثلاثا طبعاً هذا كان قديماً لان هناك الاناء الذي يتوضأون منه او يغتسلون منه لا يضع الانسان في نهي عن يضع الانسان يده داخل
الاناء قبل ان يغسل يديه - [00:32:42](#)

ثلاثا ويبقى هذا ادب نبوي نطبقه الان حتى ولو لم يكن هناك اناء ايضا من الادب النبوية ان الانسان اذا استيقظ من نومه فانه يستنثر
ثلاثة يستنثر ثلاثا هذا اما ان يكون في وضوئه او يكون عندما يغتسل لماذا؟ علل النبي صلى الله عليه وسلم ذلك بقوله اذا استيقظ
احدكم من منامه - [00:33:02](#)

فليستنثر ثلاثا. فليستنثر ثلاث مرات فان الشيطان يبني على خياشيمه. علن النبي صلى الله عليه وسلم بهذا الامر بان الشيطان يبني
على خياشيم الانسان وهذا من الغيب الذي نؤمن به ولا نعلمه. لكن نمثل لكلام النبي صلى الله عليه وسلم ونطبق هذا ففيه الخير -
[00:33:27](#)

والبركة العظيمة التي هي في اتباع سنة نبينا وحبينا محمد صلى الله عليه وسلم. هذه ايها الاحبة جملة من الادب التي جاءت عن
نبينا صلى الله عليه وسلم في ادب النوم والاستيقاظ من النوم. اسأل الله العظيم رب العرش الكريم ان يجعلنا دائما متمسكين بسنة
النبي - [00:33:47](#)

صلى الله عليه وسلم وهديه في كل احوالنا وفي كل شؤوننا انه ولي ذلك والقادر عليه. والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله
وتريد ياأنيك ميسورا باي مكان زاد زاد اكاديمية - [00:34:07](#)
صافي ليروي غلة الظمان ومكارم الاخلاق باقي ندرسها معا ادب وتربية على الاحسان بشري لنا زد اكاديمية بالعلم كالازهار في البستان
- [00:34:37](#)