رابط المادة على منصة باحث

برنامج الدين حياة- معالي الشيخ أ.د. سعد بن ناصر الشثري

معالي الشيخ أ د سعد بن ناصر الشثري برنامج الدين حياة 71] النوم)2([

سعد الشثري

الدين حياة لا لا تحسب ان الدين بعيد عن حب وحياة وبهاجرك للدين ستحيا تعشق ما قلبك اهواه او ان الايام ستحلو وترى الدنيا شط نجاه بحر من امال شرق لجميل الاحلام ليس دينك ما تخشاه ذا ممنوع ذاك حرام فالاسلام - 00:00:00
كلام جميل حظا هذا ليس هو الاسلام. الدين حياة. بسم الله الرحمن الرحيم. الحمد لله رب العالمين وصلى الله وسلم نعم وبارك على نبينا محمد عليه افضل الصلاة واتم التسليم بعد. احييكم مستمعي الكرام بتحية الاسلام سلام الله عليكم ورحمته وبركاته - 00:00:30
واهلا ومرحبا بكم في حلقة جديدة من برنامجكم الاسبوعي الدين حياة اشرفوا في مستهل حلقة اليوم بالترحيب بضيفي وضيفكم صاحب الفضيلة الشيخ سعد بن ناصر الشثري عضو هيئة كبار العلماء والمستشاروا في الديوان الملكي والمدرس - 00:00:50
بالحرمين الشريفين حياكم الله فضيلة الشيخ. ابقاك الله وسلمك. احييك واحيي المستمعين الكرام. واسأل الله جل وعلا ان يرزق جميع علما نافعا وعملا صالحا اللهم من اه سنتحدث ان شاء الله تعالى او سنكمل ما كنا توقفنا عنده يمكن في اه لقاءاتنا الماضية فيما يتعلق بالنوم فضيلة الشيخ حتى نشبع هذه النقطة نقاشا - 00:01:05
لكن قبل ان نبدأ لعلنا نذكر المستمعين الكرام بابرز يمكن ما كنا تكلمنا عنه في لقائنا الماظي. ولو على سبيل الاجمال الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على افضل الانبياء والمرسلين اما بعد - 00:01:28
فان النوم منة من الله عز وجل على عباده ترتاح به اجسادهم وتهنأ به نفوسهم تعدهم لما يستقبل من اعمالهم ومن هنا امتن الله عز وجل بذلك فقال ومن اياته منامكم بالليل - 00:01:43
فهي اية عظيمة يتحول بها الانسان من كائن متحرك يعمل ما يريد من الاعمال الى حال يشبه حال الموت ولد قال الله جل وعلا وهو الذي يتوفاكم بالليل ويعلم ما جرحتم بالنهار - 00:02:05
قد امتن الله عز وجل بالنوم في قوله وجعلنا نومكم سباتا اي راحة تهنأ به نفوسكم وقد ذكرنا عددا من الاداب التي تكون قبل النوم كما ذكرنا عددا من الاذكار التي وردت عن النبي صلى الله عليه - 00:02:25
وسلم انها تقال قبل اه النوم. ولعلنا نذكر ببعض الاداب الاخرى المتعلقة النوم في يومنا هذا فمن الاداب ان يحتسب الانسان نومه ويجعله قربة لله عز وجل اذ به تهنأ نفسه ويرتاح جسده وبالتالي يتمكن من عبودية الله عز وجل - 00:02:45
وقد ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم انه قال احتسب نومتي كما احتسب قومتي. ومن الاداب المتعلقة بالنوم ان ينام الانسان على طهارة فقد رغب النبي صلى الله عليه وسلم في ذلك. خصوصا اذا كان في اليدين - 00:03:14
او في الفم شيء من الدسومات. فقد امر النبي صلى الله عليه وسلم من اراد ان ينام وقد شرب لبنا ان يغسل لفمه وقال عن اللبن بان فيه دسما وهكذا امر من كان عليه جنابة ان يغتسل او على الاقل ان يكتفي بالوضوء قبل ان ينام - 00:03:34
وهكذا ايضا من الامور التي يؤكد عليها في هذا ان يعلم الانسان انه عندما يضع جنبه نائما فانه حينئذ يسلم نفسه لله جل وعلا قد كان النبي صلى الله عليه وسلم يضع يده اليمنى تحت خده وينام على جنبه الايمن ويقول اللهم قني - 00:03:59
عذابك يوم تبعث عبادك هكذا من آآ السنن النبوية الكريمة التي تتعلق بالنوم ان يتفقد الانسان فراشه قبل ان يأوي اليه انه لا يدري ما

سبقه على ذلك الفراش فقد يكون فيه شيء من الهوام او يكون فيه شيء من المؤذيات فيتأذى بهذا. ولذا امر النبي صلى الله عليه وسلم - 00:04:24
اه من اوى الى فراشه ان ينفض فراشه بداخلة ازاره اعتبارا لهذا المعنى كما انه يحسن بالانسان عند النوم ان يتخذ الاسباب المؤدية الى سلامته في اثناء نومه ومن ذلك - 00:04:53
لان ما ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم انه نهى ان ينام الرجل على سطح ليس بمحجور عليه خشية من ان يقع فيؤثر ذلك على شيء من بدنه وهكذا من ما ورد في السنة الكريمة الترغيب - 00:05:13
بان ينام الانسان مبكرا وقد نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن النوم قبل العشاء وعن الحديث بعدها من اجل ان ينام نام الانسان مبكرا ومن نام مبكرا تمكن من ان يقوم اخر الليل يعبد الله جل وعلا بانواع العبادات صلاة - 00:05:35
وذكرا واستغفارا وقد وصف الله عز وجل اهل الجنان بانهم في الدنيا كانوا قليلا من الليل ما يهجعون وبانهم تتجافى جنوبهم وهم عن المضاجع يدعون ربهم خوفا وطمعا ومما رزقناهم ينفقون - 00:05:55
وهكذا من الاداب التي ينبغي بالانسان ان يحرص عليها فيما يتعلق النوم ان يضع لنفسه من من الاغطية التي تقيه من البرد في اثناء النوم فان البدن قد يتأثر بالبرد في الاثناء النوم اكثر مما - 00:06:14
ويتأثر في اثناء اليقظة ومن هنا يصون الانسان نفسه من ان ترد عليه شيء من الامراض بسبب اه ورود البرد على بدنه في اثناء آآ نومه وهكذا يتقرب الانسان لله عز وجل في اثناء منامه بان يريح البدن. بحيث لا ينام على وضعية تؤدي الى - 00:06:34
آآ اضرارا بشيء من البدن بعض الناس قد يتخذ وسادة عريظة طويلة فيكون هذا من اسباب تأثر رقبته حينئذ وهكذا نجد ان بعض الناس قد ينام على وضعية وضعية الجلوس - 00:07:02
او على وضعية اه لا يمد فيها قدميه فيؤثر ذلك على شيء من بدنه. ومن الامور التي ينبغي انسانا يحتسب لله عز وجل فيها ان يريح بدنه بان يجعل نومه كافيا لراحة هذا البدن - 00:07:22
فان بعض الناس قد يكتفي بالنوم القليل فيؤدي به ذلك الى اضرار ببدنه. وينبغي ان ينوع الانسان في وقت المنام قد كان النبي صلى الله عليه وسلم يرغب في نوم القيلولة وكان آآ يجعل لهذا الوقت وقت - 00:07:42
جزءا من منامه من اجل ان يتنشط على العبادات في اثناء الليل وهكذا ايضا من الامور التي ينبغي بالانسان ان اه اه يراعيها الاذكار الواردة بعد الاستيقاظ من النوم ومن اول ذلك ما ورد في الحديث - 00:08:03
ان النبي صلى الله عليه وسلم ذكر ان الشيطان يعقد على قافية احدكم اذا هو نام ثلاث عقد. في كل عقدة عليك ليل طويل فارقد فاذا هو قام فذكر الله انحلت عقدة. فان توظأ انحلت عقدة فاذا صلى انحلت عقده - 00:08:26
وكلها فاصبح طيبا نشيطا آآ وحينئذ يحرص الانسان على مثل هذه آآ قال والا اصبح خبيث النفس كسلان وهكذا قد يصاب الانسان بشيء من الارق قبل النوم وبالتالي على الانسان ان يكثر من انواع الذكر والتسبيح والتهليل فان استغلال الوقت في - 00:08:50
اه مثل ذلك خير من تفكر الانسان في امور قد لا تعود عليه بالنفع في ذلك الوقت ومن المجرب ان من اشتغل بانواع الاذكار حينما يصاب بالارق فانه يسارع اليه - 00:09:21
وقد ورد ان خالد ابن الوليد اشتكى الى النبي صلى الله عليه وسلم الارق فارشده الى ان يقول اللهم رب السبع وما اظلت ورب الاراضين السبع وما قلت رب آآ الشياطين وما اظلت واعوذ بك - 00:09:40
من ان اه يؤذيني احد الى اخر ما ورد لكن ذلك الحديث قد ضعفه اهل العلم ولم يحكموا بصحة وحينئذ يقول الانسان ما تيسر له من الاذكار قد مر معنا في لقائنا السابق ان النبي صلى الله عليه وسلم سألته ابنته فاطمة رضي الله عنها خادما يخدمها - 00:10:01
يعني امرأة تأتي معها تعينها على اعمال المنزل. فاتى اليهم النبي صلى الله عليه وسلم فقال الا ارشدكما الى خير لك ما من خادم تسبحان الله وتحمدانه وتكبرانه ثلاثا وثلاثين اذا اويتما - 00:10:27
والى فراشكما ولذلك قال اهل العلم بان من واظب على هذا الذكر فان الله عز وجل يعينه على اعماله ويكون في يوم القادم اه قد

اعين على ما يريده من الاشغال والامور - 00:10:47
وهكذا من اه الامور او من الامور المستحبة فيما يتعلق بالنوم ان الانسان اذا استيقظ في اثناء نومه ينبغي به ان يذكر الله جل وعلا في اثناء يقظاته فان بعض الناس قد آآ يستيقظ في اثناء المنام وقد - 00:11:07
ورد في الصحيح ان من تعار من الليل فقال لا اله الا الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير الحمد لله وسبحان الله والله اكبر ولا حول ولا قوة الا بالله ثم توظأ فدعا - 00:11:29
الا استجيب له او صلى الا تقبل منه ومن الامور ايضا التي تتعلق باداب النوم ان بعض الناس قد يصيبه شيء من الفزع في اثناء نومه اما بسبب بالاحلام والكوابيس التي قد يراها في اثناء النوم واما بسبب آآ وجود آآ مضايقة - 00:11:49
في نفسه او في غير ذلك من آآ احواله. وقد ورد في الحديث ان النبي صلى الله عليه وسلم ارشد من فزع في النوم الى ان يقول اعوذ بكلمات الله التامة من غضب الله وعذابه وشر عباده - 00:12:14
ومن همزات الشياطين وان يحظرون وبالتالي يتقرب الانسان الى الله عز وجل بهذا آآ الدعاء. فتلاحظ في كل ما سبق ان العبد ينبغي به ان يرتبط بالله جل وعلا خصوصا في هذا الوقت الذي هو من اوقات ضعف الانسان. هذا وقت - 00:12:34
ضعف ليس مثل غيره. كذلك من الامور التي يؤكد عليها في هذا الجانب ما يتعلق التكشف شوف وعدم انتقاء اللباس الذي يستر به الانسان بدنه فان بعض الناس قد ينام في مجامع عامة - 00:12:57
يكون ثيابه يمكن ان يتكشف عنه وبالتالي يؤدي ذلك الى تكشف بدنه في مثل هذه المجامع ومن هنا على الانسان ان يحرص ان يستتر اما ابنية والغرف واما باللباس الذي لا ينكشف - 00:13:17
معه هكذا ايضا من الامور التي يؤكد عليها في هذا الجانب ان بعض الناس في اسفارهم او في آآ ذهابهم للبرية قد مواطن غير مناسبة لنومهم. فيؤدي بهم ذلك الى حصول شيء من الاضرار عليهم. كمن ينام في - 00:13:36
بالاحياء غير المأمونة او في المواطن التي فيها شيء من المعاصي او اصحاب الجرائم فيؤدي ذلك الى تسلط هؤلاء عليه وهكذا ايضا قد ينام الانسان في بطون الاودية فيؤدي به ذلك الى - 00:13:57
ان ان يأتي آآ السيل فيجرفه فيكون ذلك من اسباب هلاكه. فالمقصود ان على الانسان ان يختار من الاسباب ما يجعله يأمن باذن الله عز وجل في منامه من ان يأتيه من يؤثر عليه - 00:14:17
او يتمكن من استغلاله وهكذا ايضا على الانسان عند عندما يأوي الى النوم ان يحفظ حاجياته سواء كان ذلك من الوثائق الرسمية او من الاثباتات او من الاموال التي آآ يستطيع الانسان بها ان يشتري حوائجه - 00:14:37
فان الانسان اذا لم يحفظ هذه الاشياء قد يتسلط عليه من يأخذها وبالتالي يوقعه في شيء من اه الحرج والمشقة بسبب اه ظياع نفقته او بسبب ظياع وثائقه الرسمية في احراج كبير - 00:15:00
وهكذا على الانسان ان يختار آآ المواطن التي ينام فيها فيختار الفندق الجيد الذي يأمن به ولا اختار المواطن التي اه تفقد اه او يفقد الامن فيها لان لا يكون ذلك من اسباب تسلط اهل - 00:15:23
اه عليه. فالمقصود ان كل هذه المعاني التي ذكرناها في هذا اللقاء مما ورد بعضها بلفظه عن النبي صلى الله عليه وسلم او ورد بمعنى مما يدلنا على ان هذه الشريعة شريعة متكاملة وافية لكل ما يحتاج اليه الناس - 00:15:43
وهنا اذكر الى آآ اذكر بامر يتعلق بالمنام الا وهو ان يحرص الانسان على التبكير في استيقاظه سواء استيقاظه لاداء الواجبات الشرعية ومنها الصلوات المفروضة او لاداء اعماله التي يحتاج اليها - 00:16:07
وقد دعا النبي صلى الله عليه وسلم بالبركة لمن بكر من امته بورك لامتي في نعم احسن الله اليك فيما يتعلق فضيلة الشيخ بزيادة النوم عن عن حده يعني عندما ينام الانسان اكثر من ثمان ساعات ويترتب على هذا ضياع كثير من - 00:16:27
لحفظ كثير من العبادات. توجيهكم من ابتلي بهذا الامر نعم آآ مثل هذا الامر قد يكون بلوى يصاب بها بعض الناس وبالتالي على الانسان ان يعود نفسه الاستيقاظ بحيث يظع من الاسباب ما يجعله آآ يترك النوم بعد استنفاذ الوقت الذي يحتاج - 00:16:48

الى النوم فيه. واما ما زاد عن ذلك فانه يعود عليه بالظرر ومثل هذا ان بعض الناس قد يجلس في فراشه ساعات طوالا بعد استيقاظه. لا تجده يبادر الى اه - 00:17:13
النشاط والحركة وانما يبقى فيه خصوصا في اوقات الشتاء والبرد ومثل هذا ليس علاجا صحيحا للعلاج الصحيح هو ان يستيقظ الانسان وان يؤدي من الاعمال ما يجعله باذن الله عز وجل يقي بدنه من - 00:17:28
اثار ذلك الورد. فالمقصود ان قيام الانسان بالاعمال مناطة به هذا واجب شرعي. فكونه يشتغل عن ذلك بزيادة النوم او بالبقاء في الفراش. هذا لا شك انه مؤد الى ترك الواجبات التي اناطها الشارع - 00:17:48
المكلف. اه احسن الله اليك قبل فضيلة وصلت واياك الى ختام هذا اللقاء اشكرك فضيلة الشيخ الدكتور سعد بن ناصر الشثري عضو هيئة كبار العلماء ومستشاره في الديوان الملكي على ما تفضلت به في حلقة اليوم - 00:18:08
بارك الله فيك واشكرك على انتقاء هذا الموضوع وعلى حسن المداخلة فيه. كما اسأله جل وعلا ان يجعلنا جميعا ممن التزم بالاداب الشرعية في سائر امورنا وحياتنا ومن ذلك ما يتعلق بالنوم. الشكر يمتد لكم انتم مستمعي الكرام على طيب اصغائي - 00:18:22
كريم متابعتكم ختاما تقبلوا تحيات فريق العمل. كان معكم في الاعداد والتقديم علي ابن عوض ال سلطان وفي الهندسة الرقمية الزميل عثمان الجويبر وفي الاخراج الزميل محمد السويس يتجدد اللقاء بكم باذن الله تعالى في حلقات قادمة حتى ذلكم الحين اترككم في رعاية الله وحفظه والسلام عليكم ورحمة الله - 00:18:42
وبركاته. الدين حياة. لا لا تحسب ان الدين بعيد عن حب وعن الحياة هو بهاجرك للدين ستحيا تعشق ما قلبك اهواه. او ان الايام ستحلو وترى الدنيا شط نجاة دينك بحر من امال لجميل الاحلام ليست دينك ما تخشاه ذا ممنوع ذاك حرام - 00:19:02
الاسلام جميل حقا هذا ليس هو الاسلام. الدين حياة - 00:19:32