

94711 - أسباب شرح الصدر وإزالة الهموم والغموم - نور على

الدرب

عبدالعزیز بن باز

في احدها يقول ما هي الامور التي تساعد على ازالة الهموم والغموم التي تصيب المسلم. وهل يشرع ان يرقى المسلم نفسه من اجل ذلك جزاكم الله خيرا نعمة من الاسباب التي يزيل الله بها الهموم والغموم - [00:00:00](#)

الاكثر من ذكر الله سبحانه الصلاة على النبي عليه الصلاة والسلام والاكثر من قراءة القرآن فان ذلك من اسباب شرح الصدر وزوال الهم والغم فاكثر من ذكر الله من قراءة القرآن - [00:00:22](#)

من الصلاة والسلام على رسول الله عليه الصلاة والسلام مع الاستغفار والتوبة من المعاصي والحذر منها احذر المعاصي كلها وتب الى الله من سالفها واكثر من الاستغفار وابشر بالانشراح الهموم والغموم - [00:00:40](#)

فطاعة الله وطاعة الرسول صلى الله عليه وسلم اعظم مسلم انشراح الصدر وثواني كل ما يضره ويسوءه ولا بأس ان ترقى نفسك. تقوى نفسك بالفاتحة اية الكرسي او قل هو الله احديتين - [00:00:57](#)

او بكلها حديقة طيبة كان النبي لقي نفسه صلى الله عليه وسلم عند النوم يجمع كفنيه ويرقى نفسه يقرأ فيهما صلى الله عليه وسلم ثم يمسح بهما ما اقبل من جسده رأسه - [00:01:16](#)

ووجهه وصدره بما يسره الله اني قرأت عن نفسك يسأل الله من القرآن وذلك من احسن الاشياء ومن ذلك الرقى بالفاتحة المعوذتان كلها ترى طيب والنبي صلى الله عليه وسلم مثل ما تقدم كان يرقى نفسه - [00:01:33](#)

قل هو الله احد ثلاث مرات يقرأها في كفنيه عند النوم عليه الصلاة ويمسح بكل مرة رأسي ووجهي نعم - [00:02:00](#)