المجلس الخامس: أذكار النوم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

ما زلنا معكم . أيها الأخوة الكرام . في فضائل تحثنا لعمل اليوم والليلة مما شرعه النبي صلى الله عليه وسلم مع بيان بعض هذه الأعمال وبيان سننها وآدابها، وكنا قد شرعنا في الدرس الماضي في الكلام على الذكر وخير الذكر قراءة القرآن، ودرسنا هذا إن شاء الله سيكون عن أذكار النوم والاستيقاظ .

المسلم كله لله سبحانه وتعالى {قُلْ إِنَّ صَلاَتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ }الأنعام١٦٢، ومع أنك تذهب إلى فراشك متعباً وتصل وأنت تشعر بلذة وضع الجنب على الفراش، ومع أن النوم والنعاس يداعب عينيك، ويدعوك لسرعة إقفالهما والاستسلام، لكن مع ذلك ذكر الله عز وجل أعظم وأكرم .

ذكر الله عز وجل عند النوم قبل أن تنام، قبل أن تسلم هذه الروح لباريها، فالنوم . أيها الأخوة . هو الوفاة الصغرى، معنى النوم أن روحك هذه تخرج من الجسد وتذهب، وترى أشياء، قد يأخذها الملك ويضرب لها الأمثال والرؤى الطيبة، وقد يأخذها شيطان ويضرب لها الأحلام المفزعة، وقد ترجع إلى الجسد فتستيقظ بعد الموت (الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور) وقد لا تستيقظ، وتكون هذه هي موتتك . إذا عرفت الآن أنك تذهب إلى الوفاة الصغرى، فعليك أن تحرص أن تذكر الله سبحانه وتعالى قبل أن تموت، والله أعلم تقوم أو لا تقوم، قد لا تقوم إلا يوم يقوم الناس لرب العالمين .

إنك إذا وضعت جنبك، فإنما تُسلم الروح إلى الله {اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا } فالله سبحانه وتعالى يتوفى نفسك يقبضها سبحانه وتعالى فيردها إن شاء فتستيقظ{ وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا }، وقد لا تُرَد إليك؛ لذلك أيها الأخوة جاءت أذكار كثيرة عن رسولنا صلى الله عليه وعلى آله وسلم قبل النوم، وقبل أن نشرع في هذه الأذكار نبين بعض الأفعال، وعلى كثرة هذه الأذكار لكن احرص أن تحفظ وتعمل ببعضها ثم شيئاً فشيئاً حتى تعمل بالسنة ما استطعت، وأما من كان يعمل بها فلينتبه لها، ولينتبه لأجرها لكي يزداد حرصاً عليها وليحفظ ما لا يحفظه من أجل أن يزداد أيضاً في الخير فلا يُعدم هذا المجلس من فائدة .

أما عن الأفعال، فأولاً تتوضأ وضوء الصلاة، قبل النوم تتوضأ وضوءك للصلاة، وفي هذا أحاديث، منها حديث أبي أمامة رضي الله عنه قال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : " من أوى إلى فراشه طاهراً لم ينقلب ساعة من الليل يسأل الله شيئاً من الدنيا من خير الدنيا والآخرةِ إلا أعطاه إياه " إذاً إذا أويت إلى فراشك وأنت طاهر فلما تتقلب وتدعو الله عز وجل بخير الدنيا أو خير الآخرة فإن هذا يكون من الدعاء المستجاب . طبعاً الحديث إذا أوى إلى فراشه طاهراً فبمجرد كونك متوضئاً هذا كافٍ، لكن حديث البراء يقول فيه صلى الله عليه وسلم : " إذا أويت إلى فراشك فتوضأ وضوءك للصلاة " فهنا يأمر صلى الله عليه وسلم ويحث على أن يتوضأ الإنسان قبل أن يذهب إلى الفراش، فاحرص أن تكون متوضئاً حتى لا يفوتك الأجر، ولو توضأت وضوءاً خاصاً قبل أن تنام وجددت وضوءك السابق فهذا أيضاً طيب .

بعد الوضوء، تنفض الفراش بداخلة الإزار، وهذه سنة غائبة، قبل ما تنام تأخذ ثوباً مما يلي جسدك وتنفض به الفراش، كأن تأخذ غترة مثلاً وتنفض بها فراشك، يقول صلى الله عليه وسلم : " إذا أوى أحدكم إلى فراشه فلينفضه بداخلة إزاره"، طبعاً نحن نقول : ليش ؟ لماذا ؟ يقول عليه الصلاة والسلام : " فإنه لا يدري ما خلفه عليه " ما تدري إيش خلفك على هذا الفراش، قد تكون حشرات، وقد تكون دواباً من الأرض، وقد تكون بعض المؤذيات، بل قد يكون ما هو أدهى من هذا وما لا تراه . يقول بعض المشايخ : كنت اعتدت على هذه السنة أن لا أنام حتى أنفض بغترتي الفراش، قال : فجئت مرة متعباً ووضعت رأسي لأنام، قال : فلم يأتني النوم وعلى غير عادة، بل رأيت أشياء مفزعة، قال : فتذكرت السنة فقمت

ونفضت الفراش بغترتي ثم نمت فجاءني النوم مباشرة ولم أر شيئاً مما كان يفزعني . سبحان الله ! قد تكون هذه سبب تأخير النوم عن بعض الناس أو كثرة ما يرى من الأحلام المفزعة، قد يكون ذلك بسبب أنه ما يحرص على أن يطبق السنة ويذكر الله سبحانه وتعالى قبل أن ينام . فاحرص على هذه السنة .

من ذلك كذلك، أن ينوي قيام الليل، عن أبي الدرداء رضي الله تعالى عنه قال : قال صلى الله عليه وسلم : " من أتى فراشه وهو ينوي أن يقوم يصلي من الليل فغلبته عينه حتى يصبح كُتب له ما نوى وكان نومه صدقة عليه من ربه " رواه النسائي وابن ماجه بسند حسن . انظر إلى الفضل العظيم! تنوي قبل ما تنام أن تقوم الليل فلو قدر الله عز وجل وغلبتك عيناك فأنت مأجور .

إذاً لنعد الآن : يتوضأ، ثم ينفض بداخلة إزاره الفراش، ثم ينوي قيام الليل . هذه ثلاث يتوضأ وينفض الفراش ثم ينوي قيام الليل .

ثم يبدأ بالأذكار، وقبل ذلك يضطجع على شقه الأيمن، إذا جئت تنام تضطجع على شقك الأيمن، فإن هذا إن شاء الله يعينك بإذن الله عز وجل أن تموت على الفطرة كما أخبر صلى الله عليه وسلم، وتوضع في القبر وأنت على هذه الجهة الطيبة، وقد ذكر بعض الحكماء أن هذا الفعل يخفف النوم، فلما تنام على الجهة اليمنى يخف على القلب النوم ويكون أفضل لك ولنومك . هذه أربع : يتوضأ، ينفض إزاره بداخلة إزاره، ينوي قيام الليل، ثم يضطجع على شقه الأيمن .

وأما الأذكار فهي كثيرة، ولعلنا إن شاء الله نقسمها إلى أربعة أقسام :

فيها أذكار تفويض الأمر إلى الله عز وجل؛ لأنك الآن في حالة وفاة صغرى فتذكر هذا، تذكر الموت وإسلام النفس لله، وثمة أذكار ذكرٍ: من تحميد وتهليل وتسبيح وتكبير، وثمة تعوذٍ: تتعوذ من أشياء قبل ما تنام، وثمة آيات تقرأها قبل أن تنام، إذن هي أربعة : تفويض، وذكر، وتعوذ، وقراءة للقرآن .

– لنبدأ بما جاء من أذكار النوم مما فيه تفويض الأمر إلى الله عز وجل : من ذلك حديث أبي هريرة رضي الله تعالى عنه في الصحيحين يقول صلى الله عليه وسلم : " إذا أوى أحدكم إلى فراشه فلينفضه بداخلة إزاره، فإنه لا يدري ما خلفه عليه، ثم ليضطجع على شقه الأيمن، ثم ليقل : بسمك ربي وضعت جنبي وبك رفعه، إن أمسكت نفسي فارحمها وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين " يعني : إن أمسكتها بالموت فارحمها، وإن أرسلتها إلى الحياة الدنيا فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين، انظر كيف تتوكل على الله لما تضع جنبك ولما ترفعه ولما تسأل الله عز وجل أن يرحمك وأن يحفظك .

من ذلك أيضاً، حديث البراء رضي الله تعالى عنه في الصحيحين، وهو حديث عظيم جداً يفجر في القلب معاني التوحيد والتوكل على الله، قال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه نام على شقه الأيمن، وفي رواية : قال لرجل :" يا فلان، إذا أويت إلى فراشك فتوضأ وضوءك للصلاة، ثم اضطجع على شقك الأيمن، ثم قل : اللهم أسلمت نفسي إليك، ووجهت وجهي إليك، وفوّضت أمري إليك، وألجأت ظهري إليك، رغبة ورهبة إليك، لا ملجأ ولا منجأ منك إلا إليك، آمنت بكتابك الذي أنزلت، ونبيك الذي أرسلت ". هذا ينبغي أن نحفظه ونحافظ عليه، لأن الرسول صلى الله عليه وسلم يقول : " من قالهن ثم مات مات على الفطرة، قال : وإن أصبحت أصبت خيراً " إذاً لنحفظ هذا الدعاء .

– هناك أيضاً أذكار من تسبيح وتحميد وتهليل تأتي بها، من ذلك : حديث أبي هريرة رضي الله تعالى عنه عند ابن حبان بسند صحيح، يقول صلى الله عليه وسلم : " من قال حين يأوي إلى فراشه : لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير . هذا التهليل ،، لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم . هذه الحوقلة ،، سبحان الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر غُفرت له ذنوبه أو خطاياه وإن كانت مثل زبد البحر " حديث صحيح، ماذا تقول ؟ تأتي بالتهليل والحوقلة والتسبيح والتكبير والحمد، تأتي بالأذكار من مرة .

فلماذا يحمد صلى الله عليه وسلم ربه إذا أوى إلى الفراش ؟ لأن هذه نعمة . أيها الأخوة . كونك تنام مغمض العينين والله هذه من النعم العظيمة كم من إنسان ما ينام، لماذا لا ينام ؟ بعض الناس لا ينام لأنه مريض ولم يستطع ينام من شدة الألم، بعض الناس لا يستطيع أن ينام لأنه في خوف

وذعر لعله مسجون لعله معسور لعله مشرد لعله تحت أثر القصف والقتل والحرب، بعض الناس ما يأتيه النوم لأنه مغموم ومهموم ومديون، وأنت سبحان الله! تضع جنبيك تنام هذه نعمة أم لا ؟ تريد تعرف أنها نعمة جرب ليلة لا تنام، حتى تعرف سبحان الله عظيم هذه النعمة العظيمة . إذاً عرفنا لماذا نحمد الله على النوم ؟ فكيف تحمد الله على نعمة النوم ؟ الجواب : قل كما كان صلى الله عليه وسلم يفعل: في صحيح الإمام مسلم من حديث أنس رضي الله عنه : كان إذا أوى صلى الله عليه وسلم إلى فراشه قال : " الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا وكفانا وآوانا فكم ممن لا كافي له ولا مؤوي له " تذكر هؤلاء انظرهم وانظر إلى أحوالهم ثم احمد الله عز وجل يوم عافاك، نعم والله إنها المعافاة . أيها الأخوة . " من بات منكم آمناً في سربه معافىً في جسده عنده قوت يومه فقد حيزت له الدنيا بحذافيرها " إيش أعظم من هذه الدنيا ؟ عندك الأمن والعافية والرزق هذه الدنيا كلها معك ولا تحمد الله! لا، بل كن من الحامدين لله عز وجل، واسمع لهذا الحديث العظيم، وهذا هدية في هذا المجلس لكم لكن بشرط أن تحرصوا على أدائه، فكم من هدايا سيقت إلينا فنسيناها لأننا ما عملنا بها، ليس لأنه طويل ويُنسى لا، لكن لأننا ما نعمل به فننساه، حديث عظيم تحمد الله فيه بحمد جليل، يقول صلى الله عليه وعلى آله وسلم كما في حديث أنس رضي الله تعالى عنه بسند حسن : " من قال إذا أوى إلى فراشه الحمد لله الذي كفاني وآواني، الحمد لله الذي أطعمني وسقاني، الحمد لله الذي منّ علي فأفضل " إلى الآن ما حرصت أن تحفظه حتى تسمع ما هو أجره، قال : " فقد حمد الله بجميع محامد الخلق كلهم " ما تركت حمداً إلا وحمدت الله به، ولن يكن أحد أفضل منك في حمدك هذا، فقد حمدت الله بجميع محامد الخلق كلهم . إذاً لنحمد الله على الرزق وعلى العافية، لنحمد الله سبحانه وتعالى على أن آوانا وأنعم علينا، قبل أن تنام قل هذا الكلام، ماذا ؟ الحمد لله الذي كفاني وآواني، الحمد لله الذي أطعمني وسقاني، الحمد لله الذي من علي فأفضل .

أيها الأخوة الكرام، هذه أجور عظيمة وأعمالها يسيرة، لكن لماذا نحن نتركها ؟ ما السبب ؟

لماذا تأتي تنام وكثيراً ما تأتي بشيء من أذكار النوم، أليس هذا هو الحق ؟ أليس هذا الواقع الذي يحدث ؟ ما السبب ؟

هذا هو ما يبينه صلى الله عليه وسلم، اسمع ماذا يقول، يقول صلى الله عليه وسلم في حديث بن عمرو عند ابن ماجه: "خصلتان لا يحصيهما رجل مسلم إلا دخل الجنة "، يعني ما تأتي بهاتين الخصلتين إلا وتدخل الجنة، قال : "وهما يسير، ومن يعمل بهما قليل " سبحان الله ! مع أنها يسيرة جداً ومع ذلك الذي يعمل بها قليل جداً ، طيب أولاً ما هي ؟ ثم لماذا لا يعمل بها إلا القليل ؟ قال صلى الله عليه وسلم : " يسبح الله في دبر كل صلاة عشراً، ويكبر عشراً، ويحمد عشراً " قال : فرأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يعقبها بيده قال: "فذالك خمسون ومائة باللسان وألف وخمسمائة في الميزان " يعين كأنه يكبر ويحمد ويسبح عشراً لكنه قال وهذه خمسون ومائة باللسان يعني والله أعلم أنه يأتي بها عشراً ثم عشراً ثم عشراً ثم عشراً حتى يوفي من كل واحدة خمسين، وبعد كل فريضة عشر تسبيحات وعشر تحميدات وعشر تكبيرات فتصبح مائة وخمسين باللسان وألف وخمسمائة في الميزان، قال : " وإذا أوى إلى فراشه سبح وحمد وكبّر مائة، فتلك مائة باللسان وألف في الميزان " يعني يسبح ثلاثاً وثلاثين ويحمد ثلاثاً وثلاثين ويكبر أربعاً وثلاثين كما جاء في حديث علي بن أبي طالب رضي الله عنه، قال : فتلك مائة باللسان وألف في الميزان، فأيكم يعمل في اليوم ألفين وخمسمائة سيئة ! " كأنه يقول الرسول صلى الله عليه وسلم هذه ألفين وخمسمائة حسنة، لو أنك عملت ألفين وخمسمائة سيئة لأذهبت الحسنات السيئات، سبحان الله ! إذن قبل أن تنام تسبح الله ثلاثاً وثلاثين وتحمد الله ثلاثاً وثلاثين وتكبر الله أربعاً وثلاثين، قالوا : وكيف لا يحصيهما؟ وفي رواية قال رجل : يا رسول الله، ولماذا هما يسير والذي يعمل بهما قليل ؟ من منا الآن يسبح الله ويكبر ويحمد مائة، قليل، طيب ما السبب ؟ قال صلى الله عليه وسلم : " يأتي أحدكم الشيطان وهو في الصلاة، فيقول اذكر كذا وكذا حتى ينفك العبد لا يعقل " يعني يتركها، أو ما يركز فيها وهذه حقيقة أو لا ؟ حقيقة يا إخوان، تجد الواحد يسبح كيف يسبح الواحد منا بعد الصلاة ؟ سبحسبحسبحسبح هذا لو ينادي عصافير ما يفعلها فكيف بتسبيح رب العالمين ؟ يعني سبحان الله أصبعه يمشي بسرعة كأن أحداً يطارده، قال

"حتى ينفك العبد لا يعقل "، قال : ويأتيه وهو في مضجعه فلا يزال ينومه حتى ينام، وهذا أيضاً كثير في الناس يأتيك الشيطان وينومك ولا تأتي بها، الله المستعان، جعلنا الله وإياكم من المقلين الذين يعملون بالسنة.

– أما عن التعوذات، فقد جاءت عن رسولنا صلى الله عليه وسلم عدة تعوذات، ونحن بحاجة أن نتعوذ بالله سبحانه وتعالى من الشرور كلها، فمن ذلك حديث أبي هريرة رضي الله عنه عند ابن ماجه وغيره، كان صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه يقول :" اللهم رب السموات والأرض ورب كل شيء، فالق الحب والنوى منزل التوراة والإنجيل والقرآن العظيم، أعوذ بك من شر كل دابة أنت آخذ بناصيتها، أنت الأول فليس قبلك شيء، وأنت الآخر فليس بعدك شيء، وأنت الظاهر فليس فوقك شيء، وأنت الباطن فليس دونك شيء، اقض عني الدين وأغنني من الفقر"، فتعوذ صلى الله عليه وسلم من شر الدين ومن شر الفقر ومن شر كل دابة الله عز وجل آخذ بناصيتها، ففيه تعوذ من شر الجن ومن شر الإنس ومن شر الهوام، فما أعظم هذا التعوذ ! هذا قبل أن تنام .

التعوذ الثاني : عن أبي عبد الرحمن قال : أخرج لنا عبد الله بن عمرو قرطاساً، وقال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : " اللهم فاطر السماوات والأرض عالم الغيب والشهادة أنت رب كل شيء وإله كل شيء، أشهد أن لا إله إلا أنت وحدك لا شريك لك، وأن محمداً عبدك ورسولك والملائكة يشهدون، أعوذ بك من الشيطان وشركه، وأعوذ بك أن أقترف على نفسي إثماً أو أجرّه على مسلم " إذاً يتعوذ بالله عز وجل من الشيطان وشركه ويتعوذ بالله سبحانه وتعالى من الإثم أن يفعله أو أن يجرّه على مسلم، يعني : يوقع فيه مسلماً أن ينسبه إلى مسلم، قال أبو عبدالرحمن : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعلّمه عبد الله بن عمرو أن يقول ذلك حين يريد أن ينام، سبحان الله! الرسول صلى الله عليه وسلم كان يمسك بعض الصحابة بل بعض كبار الصحابة ويعلمه دعاء يقوله قبل النوم، فمن منا . أيها الدعاة . يقوم بهذا العمل، هل تذكر أنك مرة مسكت واحداً وانفردت به وعلمته دعاء قبل النوم، قبل ما تنام قل كذا وكذا وكذا وجعلته يحفظ ويُسمع عليك، أذكر بعض الأفاضل . جزاه الله خيراً وكثر الله من أمثاله فينا .كان كل ما يراك يقول لك تعال عن أبي هريرة قال : قال الرسول صلى الله عليه وسلم كذا رواه كذا، هيا أعد، ثم يتركك..، فيلقى واحداً بعدك فيقول له اسمع عن أنس رضي الله عنه قال : قال الرسول صلى الله عليه وسلم كذا .. يحفّظه الحديث، طبعاً هو يقوى الآن في حفظ الحديث والعمل به وتعليمه للناس وله الأجر . يا أخوة، الرسول صلى الله عليه وسلم كان يحرص على هذه الأشياء، يقول ابن مسعود: كان يعلمنا صلى الله عليه وسلم التشهد، وكفي بين كفيه، تخيّل ! يأتي الرسول صلى الله عليه وسلم للصحابة فيأخذ الواحد، ويضع كفه بين كفيه، حتى ينتبه، يمسكه بكفيه صلى الله عليه وسلم ويعلمه قل : التحيات لله، والصلوات والطيبات، يعلمه التشهد صلى الله عليه وسلم، وذكر ابن مسعود دعاء آخر، قال : ولم يكن يعلمنا إياه مثل ما كان يعلمنا التشهد، سبحان الله ! كان الرسول صلى الله عليه وسلم يعلم هذه الأشياء للصحابة ولكبار الصحابة، ونحن . أيها الأخوة . ننسى، إن لم نجد مثل هؤلاء الذي يعلمونا، لذلك أنا الآن بالمناسبة هذه أطرح عليكم اقتراحاً اقترحه بعض الأخوة . جزاه الله خيراً . وهو : تعليم صلاة الرسول صلى الله عليه وسلم؛ لأن بعض الأخوة في هذا المجلس لعله ما تعلم كيف كان صلى الله عليه وسلم يصلي، لعل بعضنا يصلي مثل ما يرى الناس، وما يحسن سنن الصلاة تماماً، مع أن الرسول عليه الصلاة والسلام يقول : " من توضأ كما أُمر، وصلى كما أُمر غُفر له ما تقدم من ذنبه " ما أعظم أن تصلي كما كان صلى الله عليه وسلم يصلي ! أجرها عظيم جداً، ولهذا حرص عليه صلى الله عليه وسلم فقام على المنبر، وصلى أمام الناس، ثم قال : " إنما فعلت هذا لتأتموا بي ولتعلّموا صلاتي " أمام الناس صلى صلى الله عليه وسلم عملياً، وجعلهم ينظرون كيف يصلي ؟ فلعلنا إن شاء الله على شوق أن نتعلم صلاة الرسول صلى الله عليه وسلم، هل تعرف كيف كان يصف قدميه إذا سجد ؟ هل تعرف أين كان يضع يده إذا رفع في التكبير، وإذا ركع وإذا جلس وإذا تشهد وإذا سجد أين يضع يده؟ أماكن ذكرها الصحابة رضي الله عنهم وحدّدوها بالضبط، ماذا كان يقول ؟ ماذا كان يفعل ؟ لعلنا إن شاء الله نقيم مجلساً بعد هذا الدرس لمن أراد أن يتعلم هدي الرسول عليه الصلاة والسلام في الصلاة، لعلك نسيت سنة أو ما علمتها فتتعلمها وتحرص عليها .

نعود لأذكار النوم وما زلنا في التعوذات، من حديث حفصة رضي الله تعالى عنها عند الإمام أبي داود أن النبي صلى الله عليه وسلم كان إذا أوى إلى فراشه وضع يده . يعني اليمنى . تحت خده، إذاً هذه سنة عملية، تضع اليد والمراد والله أعلم الكف، تضع كفك الأيمن تحت خدك الأيمن، وضع يده . يعني اليمنى . تحت خده، ثم قال : " اللهم قني عذابك يوم تبعث أو تجمع عبادك " ثلاث مرات، تضع يدك تحت خدك الأيمن ثم تقول : اللهم قني عذابك يوم تبعث عبادك، ثلاث مرات .

من التعوذات أيضاً ما جاء في الصحيحين من حديث عائشة رضي الله تعالى عنها، قال : كان الرسول صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه كل ليلة . فهذا يدل على المواظبة على هذا الذكر بالذات . جمع كفّيه ثم نفث فيهما . النفث : هو النفخ مع شيء من الريق يسير . قال : ثم نفث فيهما فقرأ فيهما . يعني في كفيه . (قل هو الله أحد) و (قل أعوذ برب الفلق) و (قل أعوذ برب الناس) ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده يفعل ذلك ثلاث مرات . إذاً تجمع الكفين ثم تنفث وتقرأ وقال بعضهم : يقرأ ثم ينفث، لكن ظاهر الحديث أنه ينفث ثم يقرأ (قل هو الله أحد) والمعوذتين، ثم تمسح من رأسك إلى وجهك، ثم إلى بقية الجسد، ثم تفعل مرة أخرى تنفث وتقرأ وتمسح وتفعل مرة ثالثة، هذه حافظ عليها ولا تفوتك .

– وكأننا بدأنا الآن بالآيات، فمن السور التي تقرأ قبل النوم (قل هو الله أحد) و (وقل أعوذ برب الفلق) و (قل أعوذ برب الناس) ثلاث مرات.

من السور أيضاً التي تُقرأ، سورة (قل يا أيها الكافرون) وهذه السورة سبحان الله ! تتكرر مع أننا غافلون عنها كثيراً؛ تكررت في سنة الفجر، وفي سنة المغرب، وفي الوتر، وخلف المقام . مقام إبراهيم . وحتى عند النوم، يقول عليه الصلاة والسلام، واسمعوا، : " إذا أخذت مضجعك من الليل، فاقرأ (قل يا أيها الكافرون) ثم نم على خاتمتها فإنها براءة من الشرك " الله أكبر، براءة من الشرك، تتبرأ من الشرك ومن العاملين بالشرك، ما أعظم من هذا! إذا كان إبراهيم الخليل يقول : {وَاجْنُبْنِي وَبَنِيَّ أَن نَّعْبُدَ الأَصْنَامَ } دعاء الأنبياء؛ محمد صلى الله عليه وسلم يقول : " الله إني أعوذ بك من أن أشرك بك شيئاً وأنا أعلم وأستغفرك مما لا أعلم"، فاقرأ سورة الكافرون، ونم على التوحيد، لعلك تموت على التوحيد . أيها الأخوة الذي يواظب على هذه الأذكار قبل المنام لعله يسهل عليه أن يموت وهو موحد ذاكر لله عز وجل؛ لأنه بذل الأسباب {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اتَّقُواْ اللّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلاَ تَمُوتُنَّ إِلاَّ وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ } فمن اتقى الله وواظب على هذه الأشياء سهلت عليه إن شاء الله، فداوم عليها، ولعلك تحفظ هذا الحديث وتكتبه رسالة في الجوال، وترسله إلى أخ عزيز .

أيضاً كان صلى الله عليه وسلم لا ينام حتى يقرأ (الم تنزيل ..) السجدة، وتبارك الذي بيده الملك، قبل ما ينام كان صلى الله عليه وسلم يقرأ سورة السجدة وسورة تبارك ، حديث صحيح .

وفي القصة المشهورة قصة أبي هريرة مع الشيطان، قال: إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي (الله لا إله إلا هو الحي القيوم ..) حتى تختم الآية، فإنك لن يزال عليك من الله حافظ، ولا يقربنك الشيطان حتى تصبح . إذاً آية الكرسي أيضاً .

ما هي السور والآيات التي تُقرأ ؟ القواقل الأربع (قل يا أيها الكافرون) و (قل هو الله أحد) و (قل أعوذ برب الفلق) و (قل أعوذ برب الناس)، وآية الكرسي، واحرص قدر ما تستطيع أن تقرأ ما يسّر الله سبحانه وتعالى لك من سورة السجدة ومن سورة الملك .

بهذا نكون قد أتينا على شيء كثير من أذكار النوم، فيها تفويض الأمور إلى الله، وذكره، والتعوذ من الشرور، وفيها أيضاً قراءة لبعض السور والآيات.

أما في الاستيقاظ، فحديث حذيفة رضي الله عنه قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه قال: " اللهم باسمك أموت وأحيى " وإذا استيقظ قال: " الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور " قبل أن تنام تقول : اللهم باسمك أموت وأحيى، وبعد ما تستيقظ تقول : الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور .

إذا استيقظت فهناك سنة عملية ننساها؛ في حديث ابن عمر كان صلى الله عليه وسلم لا ينام إلا والسواك عند رأسه فإذا استيقظ بدأ بالسواك . ما هي السنة ؟ أن تضع السواك عند رأسك، فأول ما تستيقظ تستاك، بل في حديث قال: ثم أوى رسول الله صلى الله عليه وعلى آله وسلم إلى فراشه فاستل منه سواكاً، رواه النسائي، فاجعل لك سواكاً تضعه في الفراش، وتضعه عند رأسك أول ما تستيقظ تستاك، ثم تقول : الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور .

مما ورد أيضاً أن تقول : الحمد لله الذي رد عليّ روحي وعافاني في جسدي وأذن لي بذكره، هذه أشياء تحتاج حمد؛ نعم عظيمة جداً من نعم الله عز وجل .

إذاً هذه أذكار الاستيقاظ؛ الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور، الحمد لله الذي رد عليّ روحي وعافاني في جسدي وأذن لي بذكره .

إذا تقلبت بالليل يقول صلى الله عليه وسلم : " من تعار من الليل فقال : لا إله إلا الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد وهو على شيء قدير . التهليل . الحمد لله وسبحان الله ولا إله إلا الله والله أكبر . ثم الحوقلة . ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، ثم قال : اللهم اغفر لي، أو دعاء استُجيب له " هذا موطن يُستجاب دعاك " أو صلى تُقبل صلاته " هذا موطن تُقبل فيه صلاتك . فاحرص عليه، بعضنا يتقلب من النوم، بعضنا ما شاء الله إذا نام يقلب الناس بشخيره، فالذين يتقلبون يحرصون على هذا الذكر .

وأما من يفزع من نومه، فقد علمه صلى الله عليه وسلم أن يقول: أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون، وقال: "فإنها لن تضره"، إذا فزعت فقل هذه الكلمات، كثير من الشباب يشكون : يقول : أنا أرى أحلاماً مفزعة، ما أنام إلا وأرى ما يفزعني فما هو الحل ؟ وما هي الوصية ؟ الجواب : إذا رأيت هذا وأردت ألا يضرك قل هكذا قل : أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون .

أما إذا رأى الإنسان الحلم من الشيطان فقد علمنا صلى الله عليه وسلم آداباً، قال صلى الله عليه وسلم : " الرؤيا من الله والحلم من الشيطان، فإذا رأى أحدكم شيئاً يكرهه فلينفث عن يساره ثلاث مرات إذا استيقظ، ويتعوّذ بالله من شرها؛ فإنه لن تضره إن شاء الله " إذاً إذا رأيت الأحلام المفزعة قمت مفزوعاً انفث ثلاثاً على اليسار ثم تعوّذ بالله من شرّها والأفضل أن تقول هكذا : أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون .

أيها الأخوة، هذا بعض ما يتعلق بأمور النوم والاستيقاظ، وهي لا شك من أعمال اليوم والليلة ، فاحرص . بارك الله فيك . على هذا، احرص قبل أن تذهب إلى النوم تتوضأ أو أن تكون طاهراً، ثم تنفض فراشك بداخلة إزارك، ثم تنوي قيام الليل، ثم تجمع كفيك وتقرأ المعوذتين وتنفث فيهما وتمسح، ثم تستلقي على شقك الأيمن وضع يدك على خدك الأيمن، وقل ثلاثاً: اللهم قني عذابك يوم تبعث عبادك، ثم اذكر الله بالحمد والاستغفار وفوّض الأمر إلى الله عز وجل، اقرأ (قل يا أيها الكافرون) وآية الكرسي وما يسر الله سبحانه وتعالى لك، إذا أعطيت نشاطًا فاقرأ السجدة وتبارك، وأكثر من الذكر حتى تنام، عوّد نفسك على هذا لا تنام إلا على ذكر، إن لم تقدر أن تكمل فالحمد لله أنت في خير إن نمت قبل أن تكمل فأنت الحمد لله في خير، وإن لم يأتيك النوم فإن شاء الله ما يأتيك وإلا وقد نمت على ذكر الله سبحانه وتعالى .

وفّقنا الله وإياكم للصالحات، وجعلنا وإياكم من أهل الطاعات .

هل نسينا شيئاً أحد يريد يذكرنا به ؟ أو يعلمنا إياه ؟ من آداب النوم أو من ذكر النوم ؟

– آخر آيتين من سورة البقرة ؟ تقرأ في الليل فهي من أذكار المساء، تذكرها بالليل بعد المغرب، نعم .

– الجنب إذا أراد أن ينام السنة أنه يغتسل، فإن عجز عن الغسل فيتوضأ لحديث عمر رضي الله تعالى عنه في الصحيحين قال : أيرقد أحدنا وهو جنب يا رسول الله ؟ قال : " نعم إذا توضأ " فيحرص على الوضوء ثم ينام، وهو إن توضأ إن شاء الله سيغتسل؛ لأنه سينشط . إذا توضأ يقرأ الأذكار وهو جنب أو لا ؟

الجواب : أما بالنسبة للجنب فحديث علي رضي الله عنه حديث ضعيف الذي ينهى الجنب فيه عن قراءة القرآن، فما جاء في نهي الجنب نهياً مؤكداً عن الذكر – والله أعلم – إلا حديث : " إني كرهت أن أذكر الله على غير طهر " وهو عند أبي داود بسند صحيح، وفي رواية " على غير طهارة " فيكون الذكر مكروهاً لكن جائز أن يذكر الإنسان ربه وهو على غير طهارة، فإذا توضأ الإنسان ذكر الله تعالى؛ لأنه بهذا قد خفف من مانع كراهة الذكر، والله أعلم .

نسأل الله سبحانه أن ينفعنا وإياكم . سبحانك الله وبحمدك نشهد أن لا إله إلا أنت نستغفرك ونتوب إليك .