

الوحدة الثالثة

هَدْيِ النَّبِيِّ ﷺ  
فِي نَوْمِهِ وَاسْتِيقَاضِهِ

أريد أن أتعلم:

صفة نوم النبي ﷺ.

أذكار النوم التي كان يقولها عليه الصلاة والسلام.



## صِفَةُ نَوْمِ النَّبِيِّ ﷺ

• ما الصفة التي توافق هدي النبي ﷺ في النوم؟

**أَتَعَرَّفَ عَلَيْهِ صِفَةُ نَوْمِ النَّبِيِّ ﷺ:**

• **من أيّ الليل كان ينام النبي ﷺ؟**

كان ﷺ ينام أول الليل بعد صلاة العشاء، ثم يَسْتَيْقِظُ في منتصف الليل ليصلي صلاة الليل، ثم ينام ما تيسر له إلى قبيل الفجر.

• **كيف كانت صفة نومه ﷺ؟**

• إذا أراد النوم توضع وضوءه للصلاة، ثم أخذ يذكر الله إلى أن ينام.

• كان ﷺ ينام على جانبه الأيمن ويضع كَفَّهُ اليمنى تحت خَدَّهُ الأيمن.

• وإذا كان في سفر وأراد أن ينام قبل الفجر نَصَبَ ذِرَاعَهُ ووضع رأسه على كَفِّهِ،

وذلك خشية أن يَغْلِبَهُ النوم فيؤخر صلاة الفجر.

- وكان ﷺ ينهى عن النوم على البطن، أما الاستلقاء على الظهر فجائز، قال عبّاد ابن تميم عن عمه رَضِيَ اللهُ عَنْهُ: «رأيت رسول الله ﷺ مُسْتَلْقِيًا فِي الْمَسْجِدِ وَاضِعًا إِحْدَى رِجْلَيْهِ عَلَى الْأُخْرَى». [أخرجه البخاري برقم: ٤٧٥ ومسلم برقم: ٢١٠٠]
- ومن سنته ﷺ أنه كان يَنْفُضُ الْفِرَاشَ قَبْلَ أَنْ يَنَامَ.
- على أي شيء كان النبي ﷺ ينام؟



## فكر

عَلَامٌ يَدُلُّ: نَضَبُ النَّبِيِّ ﷺ ذِرَاعَهُ، وَوَضْعُ رَأْسِهِ عَلَى كَفِّهِ؛ إِذَا أَرَادَ  
أَنْ يَنَامَ فِي السَّفَرِ قَبْلَ الْفَجْرِ؟  
خَشْيَةٌ أَنْ يَغْلِبَهُ النَّوْمُ فَيُؤَخِّرَ صَلَاةَ الْفَجْرِ

## تعلمت أن

كان النبي ﷺ:

يَقْتَرِشُ مَا تَيْسَّرَ لَهُ.

يَنَامُ عَلَى جَنْبِهِ الْأَيْمَنِ

يَنَامُ عَلَى طَهَارَةٍ

يَنَامُ أَوَّلَ اللَّيْلِ

الجلول اون لاين  
hulul.online

## معلومات أترانية

من فوائد النوم على الجانب الأيمن أنه يساعد على خفة النوم وعدم استثقاله؛ مما يعين المرء على سهولة الاستيقاظ لقيام الليل وصلاة الفجر، والتبكير في خروجه لمصالحه الدنيوية.

التقويم  
?

س-١: أختارُ الإجابة الصحيحة بوضع علامة (✓) فيما يلي:

أ- كان النبي ﷺ ينام على:

١- جانبه الأيمن (✓).

٢- جانبه الأيسر ( ).

٣- بطنه ( ).

ب- نهى النبي ﷺ عن النوم على:

١- البطن (✓). ٢- الظهر ( ). ٣- الجنب الأيمن ( ).

ج- بداية وقت نوم النبي ﷺ:

١- وسط الليل ( ). ٢- آخر الليل ( ). ٣- أول الليل (✓).

س-٢: أُبينُ على أيِّ شيء كان ينام ﷺ.

كان ينام النبي صلى الله عليه وسلم على الفراش تاراه. وعلى الحصير تاره  
و.على الأرض تاره. وعلى السرير تاره.....



## أذكار النوم تمهيد:

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: «خرج إلينا رسول الله ﷺ فقال: اقرأ عليكم ثلث القرآن، فقرأ قل هو الله أحد الله الصمد». [رواه مسلم برقم: ٨١٢]

عن عُبَيْدِ بْنِ عَامِرٍ رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «ألم تر آيات أنزلت الليلة لم ير مثلهن قط، ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ﴾، ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ﴾». [رواه مسلم برقم: ٨١٤]

أراد خالد أن ينام وكانت أمه تقرأ عليه إحدى القصص القصيرة قبل نومه، فلما أنهت القصة قالت لخالد: فلتنم ولا تنس أن تقول أذكار النوم التي كان النبي ﷺ يقولها عند نومه. نظر خالد إلى أمه وهو يحاول أن يتذكر ما كان النبي ﷺ يقوله عند نومه، ثم قال لها: إني أحفظ دعاءً من أدعية النوم وآخر من أدعية الاستيقاظ.

**الأم:** وما الذي تحفظه يا خالد؟

**خالد:** كان ﷺ إذا أراد أن ينام يقول: «باسمك اللهم أموت وأحيا»، وإذا استيقظ قال: «الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النُّشور».

**الأم:** أحسنت يا خالد، فهذا الذكر يعدُّ من هدي النبي ﷺ عند النوم.

**خالد:** ولكن يا والدتي قد رأيت أبي يعمل أمراً غريباً عند نومه.

**الأم:** وماذا يعمل والدك؟

**خالد:** رأيتَه يرفع يديه كأنه يدعو، ثم أخذ ينفخ في يديه ثم مسح وجهه وما استطاع من جسده، هل هذا من هدي النبي ﷺ عند النوم؟

**الأم:** نعم، فقد ورد: أن النبي ﷺ كان إذا أوى إلى فراشه كل ليلة جمع كفيه، ثم نفث فيهما فقرأ فيهما: ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾ [سورة الإخلاص]، ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ

الْفَلَقِ﴾ [سورة الفلق]، ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ﴾ [سورة الناس]، ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده، يفعل ذلك ثلاث مرات.

**خالد:** وأنا يا والدتي سأفعل ذلك كل ليلة إن شاء الله.

**الأم:** بارك الله فيك يا خالد.

## فكر

ما معنى «نفث»؟

فث: النَّفْثُ: أَقْلٌ مِنَ التَّفْلِ، لِأَنَّ التَّفَلَ لَا يَكُونُ إِلَّا مَعَهُ شَيْءٌ  
مِنَ الرِّيقِ، وَالنَّفْثُ: شَبِيهُ بِالنَّفْخِ

## تعلمت أن

- من هدي النبي ﷺ عند النوم أن يقول أدعية النوم،  
وقراءة: ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾ [سورة الإخلاص] والمعوذتين  
والنفث في يديه ومسح ما استطاع من جسده بهما.

الجلول اون لاين  
hulul.online



التقويم  
؟

س-١: أكتبُ دعاء النبي ﷺ عند النوم.

اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ  
ظَهْرِي إِلَيْكَ. رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنجَى مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ  
الذي أنزلت ونبئك الذي أرسلت

س-٢: أكتبُ دعاء النبي ﷺ عند الاستيقاظ.

.....الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أمانتنا وإليه النشور.....

س-٣: أكمل الفراغ الآتي بما يناسب:

- إذا أراد النبي ﷺ أن ينام جمع كفيه ثم ..... **نفث** .....، وقرأ فيها:

..... **قل هو الله أحد** .....، وقل أعوذ برب الفلق، و..... **قل أعوذ برب الناس**

.....، ثم مسح بهما ما استطاع من ..... **جسده** .....



الأسئلة العامة

١. اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

- أنت محافظ على اتباع سنن النبي ﷺ فتفعلُ ما يلي:

- تنام في:
- أ- آخر الليل ( ) . ب- بعد صلاة الفجر ( ) . ج- أول الليل (✓)

- تنام:
- أ- على جنبك الأيمن (✓) . ب- على جنبك الأيسر ( ) .
- ج - مستلقياً على بطنك ( ) . د- جميع ما ذكر ( ) .
- تنام على:

- أ- ما تيسر لك من الفراش (✓) . ب- الأرض ( ) . ج- السرير ( ) .

٢. اذكر ثلاثة أعمال كان يقوم بها النبي ﷺ قبل نومه.

كان يتوضأ وضوءه للصلاة

كان يقول أذكار النوم

قراءة سورة الإخلاص. والمعوذتين. والنفث. في يديه. ومسح جسده بهما

٣. علل:

إذا كان النبي ﷺ في سفر وأراد أن ينام قبل الفجر نَصَبَ ذِرَاعَهُ، وَوَضَعَ رَأْسَهُ عَلَى كَفِّهِ.  
.....  
.....  
**خشية أن يغلبه النوم. فيؤخر صلاة الفجر.**

س

\* ماذا تَعَلَّمْتَ في هذا الدرس؟

\* بعد أن دَرَسْتَ هذا الدرس  
وتَعَلَّمْتَ ما فيه من فوائد وآداب  
ماذا تنوي أن تعمل؟

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online