سبل الوقاية من الكوابيس

قد دلنا النبي صلى الله عليه وسلم على ما نتخلص به من تأثير الشيطان أثناء النوم ، ويكون ذلك بقراءة آيات من القرآن والأدعية المأثورة قبل النوم أ‌. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : وكلني رسول الله صلى الله عليه وسلم بحفظ زكاة رمضان فأتاني آت فجعل يحثو من الطعام فأخذته فقلت : لأرفعنك إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم … فقال : إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي لن يزال عليك من الله حافظ ، ولا يقربك شيطان حتى تصبح ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم : " صدقك وهو كذوب ذاك شيطان " . رواه البخاري ب. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " الآيتان من آخر سورة البقرة من قرأهما في ليلة كفتاه " . متفق عليه. قيل : معناه كفتاه من قيام الليل ، وقيل : من الشيطان ، وقيل : من الآفات .ويحتمل : من الجميع .ج. عن عائشة رضي الله عنها قالت : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه نفث في كفيه بـ قل هو الله أحد وبالمعوذتين جميعا ، ثم يمسح بهما وجهه وما بلغت يداه من جسده ، قالت عائشة : فلما اشتكى كان يأمرني أن أفعل ذلك به . متفق عليهد. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال أبو بكر : يا رسول الله مرني بشيء أقوله إذا أصبحت وإذا أمسيت ، قال : قل " اللهم عالم الغيب والشهادة فاطر السموات والأرض رب كل شيء ومليكه أشهد أن لا إله إلا أنت أعوذ بك من شر نفسي ومن شر الشيطان وشركه " قال : قله إذا أصبحت وإذا أمسيت وإذا أخذت مضجعك . رواه الترمذي وأبو داود فيرجى إن التزم المسلم ما وصى به النبي صلى الله عليه قبل النوم أن لا يقربه شيطان .

الإسلام سؤال وجواب