



ما هو الجاثوم وكيفية الوقاية منه؟

شيخنا الفاضل لي صديقة يظهر لها شيطان الجاثوم علي فترات و هي في رعب منه ماذا تفعل و هل توجد آيات تقرأها ليبعد عنها؟

مسألة الجاثوم لها اكثر من سبب:

السبب الأول : أن تأكل و تثقل في الطعام :

بأكل وجبة دسمة قبل النوم مباشرة، تأكل وتنام، فهذا يؤدي إلى أن المعدة تفرز إفرازات كثيرة، ويقل جهد الجسم مع النوم والأكسجين ؛ فهذا يؤدي إلى الشعور بالاختناق والثقل.

السبب الثاني: النوم على البطن على هيئة المشبوح:

فعند نوم الشخص على بطنه، فالرئتين مكتومتين والفم يتنفس في المخدة فهذا يؤدي إلى أن يحصل له الشعور بالثقل الكبير والاختناق بسبب عدم التنفس الطبيعي، والنوم على البطن منهي عنه وهي نومة الشياطين كما قال النبي صلى الله عليه وسلم.

السبب ثالث : أنه فعلا يكون هناك شيطان يحاول أن يؤذيها:

فالحل هو التحصين قبل أن تنام وهذا يفعله أي مسلم :

نقوم بالإمساك بفوطة أو أي شيء. وننفذ السرير كما علمنا الرسول. بسم الله.



بسم الله. بسم الله.

ثم نبداً قراءة الفاتحة وآية الكرسي وآخر آيتين من سورة البقرة. سورة الكافرون
سورة الإخلاص الفلق الناس ثلاث مرات.

وننام على ذكر لله.

أو نفكر في شيء طيب أو يحاسب المسلم نفسه على تقصيره طوال اليوم.
بهذه الطريقة نكون في حفظ الله عز وجل ولا يقربنا الشيطان حتى الصباح.
والله اعلم.