



صحبت های حضرت شیخ محمد محمت عادل ال حقانی

وقت خواب

السلام علیکم ورحمة الله وبرکاته،
 أعوذ با الله من الشيطان الرجيم. بسم الله الرحمن الرحيم.
 الصلاة والسلام على رسولنا محمد سيد الأولين والآخرين،
 مدد يا رسول الله، مدد يا ساداتي أصحاب رسول الله، مدد يا مشايخنا،
 شيخ عبدالله الفائز الداغستاني، شيخ محمد ناظم الحقاني، دستور.
 طريقتنا الصعبة والخير في الجمعية.

أعوذ با الله من الشيطان الرجيم. بسم الله الرحمن الرحيم:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ﴿٩﴾ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ﴿١٠﴾ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ﴿١١﴾

"و خواب شما را مایه آرامش تان قرار دادیم، (۹) و شب را پوششی (برای شما)، (۱۰) و روز را وسیله ای برای زندگی معاش! (۱۱)" (سوره نبأ: ۹، ۱۰ و ۱۱). "و برای شما ها خواب را برای راحتی قرار دادیم، و شب را به عنوان استراحت خلق کردیم. و روز ها براینکه بتوانیم حقوق خود را به دست آوریم،" الله عز و جل می گوید. این به همه ما ها مربوط است.

الله عز و جل انسان ها را خلق نکرده است براینکه همیشه کار کنند؛ وقت برای استراحت، وقت برای عبادت، وقت را تقسیم کرده است. وقتی برای آنها وجود دارد. خواب برای انسان ها لازم است. در شب هم بدن صحت پیدا می کند هم انسان استوار بیدار می شود، استراحت کرده است و خستگی رفته است. انسان های اکنون با توجه با سر خودشان انجام می دهند. آنها تا بعد از نیمه شب نشسته اند، سپس آنها تا ظهر می خوانند. در نتیجه، بیماری وجود دارد، مشکل وجود دارد، اضطراب وجود دارد. علاوه بر این، رزق کاهش می یابد، چونکه جناب الله؛ "وقت روز روشن بیدار شوید، رزق تان را به دست بیاورید" می گوید.

اگر بعد از نیمه شب بخوابید، نمیتواند صبح زود بیدار شود. پس از دیر خوابیدن، او نمیتواند در نماز صبح بیدار او شود: "من نمیتوانم بلند شوم، چه باید بکنم؟" می گوید. "کی میری بخوابی؟" "۱ یا ۲ بعد از نیمه شب." طبیعی است، حتی اگر اولیاء است. برای نماز بیدار نمی شود، در وقت بخوابید، در وقت بیدار می شوید. باید وقت که الله گفته است بخوابید و بیدار شوید. البته، در زمان های گذشته برق وجود نداشت، شمع وجود نداشت، چراغ نفت روشن می کردن و تا نهایت استفاده می کردن. بعد از نماز عشاء می خوابیدن، برای تهجد بیدار می شدن، سپس نماز صبح را می خواندن، سپس رزق را نگاه می کردن. یعنی هشت ساعت هر روز می خوابیدن.



صحبت های حضرت شیخ محمد محمت عادل ال حقانی

در حال حاضر آنها در زمانش نمی خوابند بلکه بعد نیمه شب میخوابند، بنابراین خواب شان فایده ندارد. روزی هشت ساعت کافی نیست، گاهی اوقات ده ساعت، دوازده ساعت، هنوز هم آنها خسته بیدار می شوند. بیشتر از هشت ساعت خوابیدن خوب نیست، پنج یا شش ساعت لازم است. هفت یا هشت ساعت زمانی است که الله برای خواب اختصاص داده است. بیشتر از این خوب نیست، برای بدن خوب نیست، بدن روحانیت نیست. مگر اینکه یکی بیمار باشد، لازم نیست بیشتر از هشت ساعت بخوابد.

همانطور که گفتیم، این انسان ها با توجه به خواسته های خودشان هر کاری را انجام می دهند و سپس شکایت می کنند. شما حق ندارید شکایت کنید، از خودتان شکایت کنید، نه از شخص دیگری. او می گوید: "من نمی توانستم استراحت کنم." البته، اگر چیز ها را در زمانی که الله اختصاص داده است انجام ندهیم، طبیعی است که فایده نداشته باشد، حتی اگر فایده دارد، کمترین فایده را دارد. در وقت روز روشن میتوانید چرتی بزنیند. این می تواند بعد از ظهر یا قبل از ظهر باشد. برای ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، رو زمین دراز بکشید، حتی اگر نخوابیدی، این دراز کشیدن هم یک سنت است هم بدن را مقاومت می کند.

جناب الله، ما را کمک کند در انجام دادن امر های که او به ما نشان می دهد، به طوری که کاره درست را انجام بدهیم و آسان هم در این دنیا هم در آخرت باشد.

و من الله التوفیق.
الفتاحه

حضرت شیخ محمد محمت ربّانی
۲۳ محرم ۱۴۴۰، درگاه اُکبابا، فجر