



وقت صحیح خواب و توصیه به میانه روی در احادیث/ خواب پس از عصر مایه حماقت و ابلهی است

آیت الله جوادی آملی درباره وقت صحیح خواب و توصیه ائمه اطهار(ع) به میانه روی در خواب، احادیثی ارزشمند را در کتاب "مفاتیح الحیات" آورده است.

آیت الله جوادی آملی درباره وقت صحیح خواب و توصیه ائمه اطهار(ع) به میانه روی در خواب، احادیثی ارزشمند را در کتاب "مفاتیح الحیات" آورده است.

به گزارش خبرگزاری مهر، آیت الله جوادی آملی در صفحه 195 کتاب "مفاتیح الحیات" درباره خواب و وقت آن می آورد که امام باقر (ع) می فرمایند: خواب در ابتدای روز مایه نادانی و کودنی و خواب قیلوله (خواب کوتاه نیمروز) نعمت و خواب پس از عصر مایه حماقت و ابلهی و خواب میان مغرب و عشاء مایه محرومیت از روزی است.

امیرمؤمنان حضرت علی (ع) نیز می فرمایند: خواب میان مغرب و عشاء و پیش از طلوع خورشید مایه فقر است. اما در باب میانه روی در خواب رسول خدا(ص) می فرمایند: خدا سه چیز را دوست دارد: کم گویی، کم خوابی و کم خوری و نیز می فرمایند: یکی از بدترین چیزهایی که درباره امتم هراس دارم پر خوابی است. (الجامع الصغیر، ج 1، ص 49) امام باقر(ع) می فرمایند: چهار چیز است که مقدار کم آنها هم بسیار است؛ آتش، خواب، بیماری و دشمنی. [مقدار کم هر يك از این چهار چیز را ناچیز نشمارید، بلکه مقدار کم آنها نیز بسیار است و می تواند منشأ پیامد زیاد باشد]. (کتاب الخصال، ص 238).