



آداب الاسيقاظ من النوم

✓ أقول : الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور

✓ أنظف أسناني بالسواك

✓ أغسل يدي ثلاث مرات

✓ أستنثر ثلاث مرات

✓ أرتب فراشي

✓ أصلي صلاة الضحى

نشاط منزلي

(١) جرب اليوم أن تطبق كل تلك السنن وضع إشارة

عند السنة التي طبقتها .

(٢) ماذا تفعل غير ذلك بعد أن تستيقظ ؟؟
