

خطبه الجمعة - الخطبة ٢٥٨ : خ ١ - الصلاة - خ ٢ : الصلاة وفائدتها الصحية .  
لفضيلة الدكتور محمد راتب النابلسي بتاريخ: ١٢-٠٥-١٩٨٩

## بسم الله الرحمن الرحيم

### الخطبة الأولى:

الحمد لله ثم الحمد لله ، الحمد لله الذي هدانا لهذا ، وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله ، وما توفيقي  
ولا اعتصامي ولا توكلي إلا على الله ، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، إقراراً بربوبيته ،  
وإرغاماً لمن جدد به وكفر ، وأشهد أن سيدنا محمداً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رسول الله سيد الخلق  
والبشر ، ما اتصلت عين بنظر ، أو سمعت أذنٌ بخبر ، اللهم صلِّ وسلم وبارك على سيدنا محمد ،  
وعلى آله وأصحابه ، وعلى ذريته ومن والاه ومن تبعه إلى يوم الدين، اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا  
إنك أنت العليم الحكيم ، اللهم علمنا ما ينفعنا ، وانفعنا بما علمتنا وزدنا علماً ، وأرنا الحق حقاً  
وارزقنا اتباعه ، وأرنا الباطل باطلاً وارزقنا اجتنابه ، واجعلنا ممن يستمعون القول فيتبعون أحسنه ،  
وأدخلنا برحمتك في عبادك الصالحين .

### الصلاة هي الركن الوحيد الذي لا يسقط بحال :

أيها الأخوة المؤمنون ؛ انقضى شهر الصيام ، ولكن العبادة التي لا تنقضي ، ولا تسقط بحال ،  
إنما هي الصلاة ، بل إن الصيام من أجل الصلاة ، وإن الزكاة من أجل الصلاة ، وإن الحج من  
أجل الصلاة ، وإن الصلاة من أجل الصلاة ، الفرض الوحيد ، الركن الأوحد ، الذي لا يسقط بحال  
وهو المتكرر على الدوام إنما هو الصلاة .

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ قد يكون الإنسان مريضاً فتسقط عنه عبادة الصيام ، ولا تسقط عنه عبادة  
الصلاة ، وقد يكون الإنسان فقيراً ، فتسقط عنه عبادة الحج ولا تسقط عنه عبادة الصلاة ، وقد يكون  
الإنسان فقيراً أيضاً فيعفى من الزكاة ولا يعفى من الصلاة ، الصلاة في بعض أقوال العلماء تجمع  
أكثر معاني العبادات الأخرى ، فإذا كان الصيام ترك الطعام والشراب ، فأنت في الصلاة تترك  
الطعام والشراب والحركة ، غير التي نصت عليها أحكام الصلاة ، وأنت في الصلاة تتجه إلى بيت  
الله الحرام ، وهذا من معاني الصلاة التي تشترك بها مع الحج ، وأنت في الصلاة إنما تركي عن  
وقتك والوقت أصل في كسب الرزق ، ففي الصلاة معنى الزكاة ، وفي الصلاة معنى الحج ، وفي  
الصلاة معنى الصيام ، إنها الركن الوحيد الذي لا يسقط بحال .

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ ربنا سبحانه وتعالى قال على لسان سيدنا إبراهيم في دعائه :

﴿ رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِي ﴾

[ سورة إبراهيم : ٤٠ ]

وقد أثنى الله سبحانه وتعالى على سيدنا إسماعيل فقال عنه جل جلاله :

﴿وَكَانَ يَأْمُرُ أَهْلَهُ بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ وَكَانَ عِنْدَ رَبِّهِ مَرْضِيًّا﴾

[ سورة مريم : ٥٥ ]

وسيدنا موسى عليه وعلى نبينا أفضل الصلاة والسلام أمره الله سبحانه وتعالى بإقامة الصلاة قال تعالى :

﴿وَأَنَا اخْتَرْتُكَ فَاسْتَمِعْ لِمَا يُوحَى \* إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي﴾

[ سورة طه : ١٣ . ١٤ ]

وسيدنا لقمان في القرآن الكريم يوصي ابنه فيقول :

﴿يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ﴾

[ سورة لقمان : ١٧ ]

وسيدنا عيسى عليه وعلى نبينا أفضل الصلاة والسلام ، يقول متحدثاً عن وصية الله له :

﴿وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا﴾

[ سورة مريم : ٣١ ]

وسيدنا محمد صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ جاءت آيات كثيرة في القرآن الكريم ، تأمره بالصلاة :

﴿اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ﴾

[ سورة العنكبوت : ٤٥ ]

والله سبحانه وتعالى جعل الصلاة من أكرم صفات المؤمنين المتقين قال تعالى :

﴿الْم \* ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ \* الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ﴾

[ سورة البقرة : ١ . ٣ ]

والله سبحانه وتعالى جعل الصلاة عنواناً للفلاح ، بل جعلها هي الفلاح ، قال تعالى :

﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ \* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾

[ سورة المؤمنون : ٢ ]

## الصلاة عماد الدين وعصام اليقين :

والعلماء يقولون : إن الخشوع ليس من فضائل الصلاة بل من فرائضها ، بعد أن انقضى شهر الصيام لا تزال فريضة الصلاة هي الفريضة الأساسية ، الصلاة عماد الدين وعصام اليقين كما قال عليه أفضل الصلاة والتسليم ، بعد انقضاء رمضان فرض الصلاة هو الفرض المتكرر الذي لا يسقط بحال ، ربنا سبحانه وتعالى في سورة المؤمنون بدأها بقوله تعالى :

﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ \* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾

[ سورة المؤمنون : ٢ ]

وأنهى هذه الآية بقوله تعالى :

## ﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ﴾

[ سورة المؤمنون : ٩ ]

إنه يحافظ على أدائها في وقتها ، إنه يحافظ على أدائها بحركاتها وسكناتها كما نص عليه الفقهاء ، إنه يحافظ على الخشوع فيها ، إنه يحافظ على الإقبال على الله فيها .

## ﴿يُحَافِظُونَ﴾

تعني أشياء كثيرة ، بل إن مما تعني كلمة يحافظون إنهم يحافظون على طاعتهم لربهم ، وعلى استقامتهم على أمره فيما بين الصلوات حتى تستطيع النفس أن تقف بين يدي الله عز وجل في أثناء الصلاة خاشعة مقبلة منيية .

أيها الأخوة الأكارم : كما قلت لكم قبل قليل إن الصلاة لا تسقط بحال ، لا تسقط لا في الحضر ولا في السفر ، لا في الخوف ولا في الأمن ، لا في المرض ولا في الصحة ، يقول الله عز وجل :

﴿حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ \* فَإِنْ خِفْتُمْ فَرِجَالًا أَوْ رُكْبَانًا﴾

[ سورة البقرة : ٢٣٨ . ٢٣٩ ]

صلوا وأنتم مترجلون أو

## ﴿رُكْبَانًا﴾

صلوا وأنتم راكبون .

## ﴿فَرِجَالًا أَوْ رُكْبَانًا﴾

أي صلوا راكبين أو صلوا ماشين من دون ركوع ولا سجود ، بل بالإشارة والإيماء ، إذا الصلاة عماد الدين من أقامها فقد أقام الدين ومن هدمها فقد هدم الدين ، بل إن الصلاة تصح من دون استقبال القبلة إذا تاه الإنسان في أرض ولم يعرف بالضبط أين القبلة ، لقوله تعالى :

﴿وَاللَّهُ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُوَلُّوا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ﴾

[ سورة البقرة : ١١٥ ]

## الويل و الثبور لتاركي الصلاة :

والله سبحانه وتعالى أوعد تاركي الصلاة بالويل والثبور ، فقال تعالى :

﴿قَوْلِيلٌ لِّلْمُصَلِّينَ \* الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾

[ سورة الماعون : ٤ . ٥ ]

وبعض العلماء فسر كلمة ساهون بأن الذي يصلي الصلاة في أول وقتها فلا يفرح أو يصليها في آخر وقتها فلا يحزن ، فهذا من الذين عناهم الله سبحانه وتعالى في هذه الآية . شيء آخر ، هؤلاء الذين يؤخرون الصلاة عن وقتها أيضاً ممن تعنيهم هذه الآية:

﴿قَوْلِيلٌ لِّلْمُصَلِّينَ \* الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾

[ سورة الماعون : ٤ . ٥ ]

المعنى الثالث : هؤلاء الذين يصلون ، ولكنهم حاضرون غائبون مقبلون معرضون، هؤلاء الذين تتنابهم الوسوس وما أكثرها في الصلاة إلى درجة أنه ينصرف عن الصلاة ، ولا يدري أربعاً صلى أم ثلاثاً قال تعالى :

﴿فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ \* الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾

[ سورة الماعون : ٤ . ٥ ]

### العلاقة المتينة بين ترك الصلاة واتباع الشهوات :

أيها الأخوة المؤمنون ؛ والله سبحانه وتعالى حدثنا في القرآن الكريم عن هؤلاء الذين يأتون في آخر الزمان ، وكيف أنهم أضاعوا الصلاة واتبعوا الشهوات ، بل كيف أن إضاعة الصلاة سبب في اتباع الشهوات ، أو إن اتباع الشهوات سبب في إضاعة الصلاة ، على كل هناك علاقة وشيجة بين ترك الصلاة وبين اتباع الشهوات ، وهؤلاء الذين أضاعوا الصلاة واتبعوا الشهوات توعدهم الله عز وجل بأنهم سيلقون غيماً .

﴿خَلَفَ مِنْ بَعدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسُوفَ يَلْقَوْنَ غَيًّا﴾

[ سورة مريم : ٥٩ ]

### الصلاة هي الشعار الذي يفصل الرجل عن أهل الكفر والعصيان :

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ الحقيقة التي لا شك فيها ، أن جوهر الدين اتصال بالخالق ، وإحسان إلى المخلوق ، فالدليل الأول على التزام الرجل بعقد الإيمان والشيء الذي يفصل الرجل عن الكفر هو الصلاة ، يروي الإمام أحمد ومسلم عن رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أنه قال :

(( إِنَّ بَيْنَ الرَّجُلِ وَبَيْنَ الشَّرْكِ وَالْكَفْرِ تَرْكُ الصَّلَاةِ ))

[ مسلم عن جابر ]

فالصلاة دليل أول على التزام الرجل بعقد الإيمان ، بل إنها الشعار الذي يفصله عن أهل الكفر والعصيان ، وفي حديث صحيح رواه الخمسة يقول عليه الصلاة والسلام :

(( الْعَهْدُ الَّذِي بَيْنَنَا وَبَيْنَهُمُ الصَّلَاةُ ، فَمَنْ تَرَكَهَا فَقَدْ كَفَرَ ))

[ الترمذي عن بُرَيْدَةَ ]

لهذا قيل لا خير في دين لا صلاة فيه ، والنبي عليه الصلاة والسلام يبشر المصلين ، يطمئنهم إلى أنهم إذا حافظوا على الصلاة ، حافظوا على أدائها في وقتها ، حافظوا على إتمام ركوعها وسجودها ، حافظوا على خشوع قلوبهم بها ، حافظوا على حضور عقلم ، حافظوا على استقامتهم توخياً لإحكامها ، هؤلاء الذين يحافظون على الصلاة ينجون غداً من عذاب الله ، يقول عليه الصلاة والسلام فيما رواه الإمام أحمد في مسنده عن رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أنه قال :

**((من حافظ عليها . أي على الصلاة . كانت له نوراً وبرهاناً ونجاة يوم القيامة ، ومن لم يحافظ عليها ، لم يكن له نور ولا برهان ولا نجاة ، وكان يوم القيامة مع قارون وفرعون وهامان وأبي بن خلف ))**

[ أحمد عن عبد الله بن عمرو بن العاص ]

علماء الحديث فسروا هذا الحديث أنه من شغله ماله عن الصلاة حشر مع قارون ، ومن شغله ملكه عن الصلاة حشر مع فرعون ، ومن شغلته أعماله عن الصلاة حشر مع هامان ، ومن شغلته تجارته عن الصلاة حشر مع أبي بن خلف ، من حافظ عليها كانت له نوراً ، رأى بها الحق حقاً والباطل باطلاً ، رأى رؤية صحيحة ، فسلك السلوك الصحيح ، رأى رؤية صحيحة فوقف الموقف الصحيح ، رأى رؤية صحيحة فكسب المال الحلال ، رأى رؤية صحيحة فأنفق المال في الوجه الصحيح ، أساس الأعمال صحة الرؤية .

### الحكمة من فرض الصلاة في الإسراء والمعراج :

أيها الأخوة المؤمنون ؛ من منكم يصدق أن النبي عليه الصلاة والسلام يحدد أنه من تهاون في أداء الصلاة كان كمن فقد أهله وماله ، هل من مصيبة في الحياة الدنيا أكبر من أن يفقد المرء أهله؟ أو من أن يفقد المرء أهله وماله معاً؟ يقول عليه الصلاة والسلام :

**((من فاتته صلاة فكأنما وتر أهله وماله ))**

[ الترمذي والحاكم عن ابن عباس ]

أي فقد أهله وماله ، ولعظم هذه العبادة ، ولأنها أساس الدين ، ولأنها عصام اليقين ، ولأنها نور المؤمن ، ولأنها برهان المؤمن ، ولأنها حجة المؤمن ، ولأنها اتصال بين السماء والأرض ، ولأنها اتصال بين المخلوق والخالق ، ولأنها نور ، ولأنها حبور ، ولأنها طهور ، لهذا كله الصلاة لعظم شأنها فرضت في الإسراء والمعراج على النبي عليه الصلاة والسلام في سدرة المنتهى ، لعظم شأن الصلاة ، ولم تفرض عن طريق سيدنا جبريل عليه السلام ، النبي عليه الصلاة والسلام وهو في السموات العلا ، وهو في سدرة المنتهى فرضت عليه الصلاة .

### حضور القلب و العقل معاً في الصلاة :

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ هذا الذي يصلي بلا تدبر ، وبلا تعقل ، وبلا خشوع من القلب تشبه صلاته نقر الديك ، أو خطف الغراب ، أو التفات الثعلب ، هذا قال عنه النبي عليه الصلاة والسلام من خلال قوله لأحدهم :

**((ارجع فصلّ فإنك لم تصل))**

[متفق عليه عن أبي هريرة]

يقول عليه الصلاة والسلام مشيراً إلى أن الصلاة يجب أن تكون حضوراً لقلب المصلي ، يقول عليه الصلاة والسلام فيما رواه الترمذي :

**((إنما الصلاة تمسكن ، ودعاء ، وتضرع ، وتضع يديك فتقول : اللهم ، اللهم ، فمن لم يفعل ، فهي خداج ))**

[ الترمذي عن الفضل بن عباس ]

الصلاة دعاء ، الصلاة قرب ، الصلاة إقبال ، الصلاة صلة ، الصلاة خشوع ، الصلاة اتصال .  
يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ لا يكفي أن يكون القلب حاضراً في الصلاة ، لا بد من أن يكون العقل حاضراً ، يجب أن يحضر القلب والعقل معاً ، ربنا سبحانه وتعالى يقول :

**﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ﴾**

[ سورة النساء : ٤٣ ]

قال العلماء : من صلى وكان غائب العقل ولم يع ما قال ، ولا ما قرأ ، فهو في حكم السكران ، سكران بشهوات الدنيا ، لا بالخمر ، وحكمة بقاء هذه الآية المنسوخة :

**﴿لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ﴾**

[ سورة النساء : ٤٣ ]

توجيه لطيف من رب العالمين إلى أنك إذا وقفت في الصلاة فيجب أن تعلم ما تقول ، يجب أن تعي ما تقول ، يجب أن تتدبر ما قلت ، يجب أن تفهم كتاب الله وأنت في الصلاة ، لذلك الإمام أبو حامد الغزالي رحمه الله تعالى يقول : " إن أعلى درجة من درجات القرب أن تقرأ القرآن في الصلاة واقفاً وفي المسجد " أن تصلي في المسجد واقفاً وأن تقرأ القرآن فربما كان العقل صاحياً والقلب خاشعاً .

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ يقول ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا : " ركعتان مقتصدتان في تفكر خير من قيام ليلة والقلب ساه " ركعتان من ورع خير من ألف ركعة من مخط ، خشوع القلب وحضور العقل ، ركعتان من ورع ، لأنه كان ورعاً ، أغلب الظن أن قلبه حاضر في الصلاة ، وإذا كان متدبراً ، أغلب الظن أن عقله حاضر في الصلاة ، ركعتان مقتصدتان في تفكر خير من قيام ليلة والقلب ساه .

### الصلاة نهر جار يغتسل منه المؤمن في اليوم خمس مرات :

يا أيها الأخوة المؤمنون ؛ الإنسان في يومه من خلال التعامل مع الناس قد تتلوث نفسه ببعض اللطم ، قد يشعر بالبعد قليلاً ، فإله سبحانه وتعالى جعل الصلاة كما قال عليه الصلاة والسلام نهرًا جارياً يغتسل منه المؤمن في اليوم خمس مرات يقول عليه الصلاة والسلام :

**((أرأيتم لو أن نهرًا بباب أحدكم يغتسل فيه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه شيء ؟ قالوا :**

**لا يبقى من درنه شيء ؛ قال : فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو الله بهن الخطايا ))**

[ الترمذي عن أبي هريرة ]

حمام روحي ، اغتسال روحي ، إذا صليت الصلاة كما أراد الله عز وجل تشعر بعد الصلاة وكأنك ولدت من جديد ، وكأن الله محَا عنك كل شيء ، وكأن الذنوب قد سقطت عنك .

### الخشوع في الصلاة ليس من فضائلها بل من فرائضها :

يا أيها الأخوة الأكارم : إن العبد كما قال عليه الصلاة والسلام :  
((إن العبد ليصلي الصلاة لا يكتب له منها إلا نصفها ، أو ثلثها ، أو ربعها ، أو خمسها ، أو سدسها ، أو عَشْرَهَا))

فقط ، بل في رواية أخرى :

(( إن العبد ليصلي الصلاة لا يكتب له نصفها ولا ثلثها ولا ربعها ولا خمسها ولا سدسها ولا عَشْرَهَا ))

وكان يقول :

(( إنما يكتب للعبد من صلاته ما عقل منها ))

حديث صحيح رواه الإمام أحمد .

أيها الأخوة المؤمنون ؛ كما حدثتكم قبل قليل إن الخشوع في الصلاة ليس من فضائلها بل من فرائضها ، وبعض العلماء يقول : إن الخشوع ثمرة من ثمرات الإيمان بالله ، واستحضار جلال الله ، فالؤمن خاشع في الصلاة وفي غير الصلاة ، في خلوته خاشع ، مع أهله خاشع ، في نزهته خاشع ، في عمله خاشع لأن المؤمن يستحضر عظمة الله عز وجل ، لذلك فهو من باب أولى خاشع في الصلاة ، والله سبحانه وتعالى يقول :

﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ \* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴾

[ سورة المؤمنون : ٢ ]

يقول أحد العارفين بالله : ما دخلت في صلاة قط فأهمني فيها إلا ما أقول وما يقال لي ، تقول أنت في الصلاة : الحمد لله رب العالمين هل أنت كذلك ؟ تقول : الرحمن الرحيم هل أنت تؤمن بهذا إيماناً قطعياً ؟ مالك يوم الدين ، تقول : إياك نعبد وإياك نستعين ، هل تعبده حقاً ؟ هل تستعين به حقاً ؟ تقول بالصلاة : إياك نعبد ، وأنت لا تعبده في أغلب الأحيان ، هل أنت تستعين به أم تستعين بجهة أخرى ؟ إياك نعبد وإياك نستعين ، اهدنا الصراط المستقيم ، هل تطلب من الله عز وجل أن يهديك الصراط المستقيم إذا جاءت الآيات وقالت لك :

﴿ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا ﴾

[ سورة البقرة : ٨٣ ]

ماذا تقول لهم أنت ؟ هل تقول لهم شيئاً آخر ؟ إذاً أنت لم تستهد الله عز وجل ، ولم تركع ، ولم تسجد ، لأن لكل سورة حظها من الركوع والسجود .

ويقول بعض العارفين : الصلاة من الآخرة ، فمن دخل فيها خرج من الدنيا ، من دخل في الصلاة خرج من الدنيا لأنها من الآخرة ، وقد تعلمون أيضاً أن النبي عليه الصلاة والسلام فيما روته عنه السيدة عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قالت : " كان إذا حضرت الصلاة ، فكأنه لا يعرفنا ولا نعرفه " .

## الصلاة هي كل شيء في الدين :

أيها الأخوة المؤمنون ؛ هذه نبذة عن الصلاة ، الفرض المتكرر الذي لا يسقط بحال ، وإذا كان الصيام من أجل الصلاة ، والحج الذي نحن على أبوابه من أجل الصلاة ، والزكاة من أجل الصلاة ، والصلاة من أجل الصلاة ، فالصلاة هي كل شيء في الدين ، لقوله تعالى :

### ﴿وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا﴾

[سورة مريم : ٣١]

أيها الأخوة الأكارم ؛ حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا ، وزنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم ، واعلموا أن ملك الموت قد تخطانا إلى غيرنا ، وسيخطى غيرنا لنا ، فلننخذ حذرنا ، الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت ، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنى على الله الأمانى .

\* \* \*

## الخطبة الثانية :

أشهد أن لا إله إلا الله ولي الصالحين ، وأشهد أن سيدنا محمداً عبده ورسوله ، صاحب الخلق العظيم ، اللهم صل وسلم وبارك على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

## فوائد الصلاة في الأجهزة العضلية والوعائية والقلبية :

أيها الأخوة المؤمنون ؛ أمر الله عز وجل فيه خيارات أكثر من أن تحصى ، فالحديث عن الصلاة ، وعن الخشوع ، وعن القرب ، وعن أنها نور ، وعن أنها ظهور ، وعن أنها حبور ، هذا لا يعني أنه ليس للصلاة فوائد مادية ، فالصلاة بحركاتها ، من قيام ، وركوع ، وسجود ، واعتدال ، نوع من الطب الوقائي ، فقد أكد علماء التربية الرياضية أن أحسن أنواع الرياضة ما كان يومياً ، وما كان موزعاً على أوقات اليوم كله ، وما كان متكرراً ، وما كان غير مجهد ، ويستطيع أن يؤديه كل إنسان من كل جنس ، ومن كل عمر ، في كل ظرف ، وفي كل بيئة ، وهذا كله متوافر في الصلاة ، علماء التربية الرياضية يؤكدون أن أحسن أنواع الرياضة ما كان يومياً متكرراً ، وموزعاً على أوقات اليوم ، وغير مجهد ، ويستطيع أن يؤديها كل إنسان من كل جنس ، أي من ذكر أو أنثى ، ومن كل عمر صغير أو كبير ، وفي كل ظرف في السفر وفي الحضر ، وفي كل بيئة ، وهذا كله متوافر في الصلاة .

شيء آخر : لقد ثبت لعلماء الطب أن الصلاة فيها تحريك لجميع العضلات القابضة والباسطة ، وتحريك لجميع المفاصل حتى الفقرية منها ، وأن الصلاة تنشط القلب والدورة الدموية ، وأن أخطر جهاز في الإنسان هو الدماغ ، وأن حسن أداء وظيفته منوط بحسن ترويته بالدم ، وأن السجود والركوع كفيلا لإعطاء الدماغ أعلى درجة من أنواع التروية .

أيها الأخوة المؤمنون ؛ شيء آخر في الصلاة : أن الرأس في الصلاة ينخفض في الركوع وفي السجود ، وهذا الانخفاض يعدل ست مرات في الركعة الواحدة أو مئتين مرة في اليوم ، أو ستة آلاف مرة في الشهر ، إن المصلي حينما يخفض رأسه تحتقن شرايين الدماغ بالدم ، فإذا رفع رأسه فجأة يهبط الضغط في الأوردة .

مرونة الأوعية الدماغية ، من ارتفاع الضغط وانخفاضه ، الركوع والسجود كفيلا أن يرفعا الضغط فجأة ، وأن يهبطانه فجأة ، من ارتفاع الضغط وانخفاضه ينشأ لدى الأوعية الدماغية ما يسمى بالمرونة ، والمرونة هذه تقي تصلب الشرايين في الدماغ ، وتقي انفجارها ، وانفجار هذه الشرايين يسمى السكتة الدماغية ، لذلك لو ارتفع ضغط الشرايين في الإنسان وهو يصلي أغلب الظن أن هذا الارتفاع يبقى سليماً ، لكن ارتفاع الضغط عند إنسان لا يصلي لأن شرايين الدماغ متصلبة ، هذا مما يسبب له انفجاراً في هذه الشرايين ، أو ضيقاً في تروية الأعضاء .

أيها الأخوة المؤمنون ؛ امرأة سحقتها آلام الشقيقة ذهبت إلى بلد غربي بغية العلاج ، الطبيب هناك سألها هذا السؤال : هل أنت مسلمة ؟ قالت : نعم ، قال أتصلين ؟ قال لها : صلي يذهب ما بك ، هذه المرأة تعجبت أشد العجب ، بل غضبت أشد الغضب ، جاءت من بلاد بعيدة ، ودفعت الآلاف المؤلفة من أجل أن يقول لها الطبيب : صلي ، فلما استوضحت منه ، قال : إن الصلاة تسبب تروية عالية المستوى للدماغ ، وأحد أسباب الشقيقة الضعف في تروية الدماغ .

فيا أيها الأخوة المؤمنون ؛ الحديث عن الخشوع في الصلاة ، وعن النور في الصلاة ، وعن الطهور في الصلاة ، وعن الحبور في الصلاة ، هذا لا يعني أن الصلاة مقتصرة على هذه الفوائد ، إن لها فوائد جمة في الأجهزة العضلية والوعائية والقلبية .

## الدعاء :

اللهم اهدنا فيمن هديت ، وعافنا فيمن عافيت ، وتولنا فيمن توليت ، وبارك اللهم لنا فيما أعطيت ، وقنا واصرف عنا شر ما قضيت ، فإنك تقضي ولا يقضى عليك ، اللهم أعطنا ولا تحرمنا ، أكرمنا ولا تهنا ، آثرنا ولا تؤثر علينا ، أرضنا وارض عنا ، اللهم اقم لنا من خشيتك ما تحول به بيننا وبين معصيتك ، ومن طاعتك ما تبلغنا بها جنتك ، ومن اليقين ما تهون به علينا مصائب الدنيا ، ومتعنا اللهم بأسماعنا ، وأبصارنا ، وقوتنا ما أحييتنا ، واجعله الوارث منا ، واجعل ثأرنا على من ظلمنا ، وانصرنا على من عادانا ، ولا تجعل الدنيا أكبر همنا ، ولا مبلغ علمنا ، ولا تسلط علينا من

لا يخافك ولا يرحمنا ، مولانا رب العالمين ، اللهم اكفنا بحلالك عن حرامك ، ويطاعتك عن معصيتك ، وبفضلك عن سواك ، اللهم اسر عوراتنا، وآمن روعاتنا ، وآمنا في أوطاننا ، واجعل هذا البلد آمناً سخياً رخياً وسائر بلاد المسلمين ، اللهم اسقنا الغيث ولا تجعلنا من القانطين ، ولا تهلكنا بالسنين ، ولا تعاملنا بفعل المسيئين يا رب العالمين ، اللهم بفضلك ورحمتك أعل كلمة الحق والدين ، وانصر الإسلام وأعز المسلمين ، وخذ بيد ولاتهم إلى ما تحب وترضى ، إنك على ما تشاء قدير ، وبالإجابة جدير .

### والحمد لله رب العالمين