التهاون في الصلاة

فتيات حِسان

إشراف
د. ليلى حمدان

التهاون في الصلاة

بودكاست فتيات حِسان في روضة المؤمنات

من إعداد فريق فتيات حِسان

إشراف د. ليلى حمدان

الفهرس

مقدمة..... .... ٥

التهاون في الصلاة ٧

حدثينا كيف بدأت أول صلاة لك؟ كيف كانت؟ هل صليت من تلقاء نفسك أو هناك من حثّك على القيام للصلاة؟ كيف تعلمت أول صلاة لك؟ ١٠

هل علاقتك بالصلاة اليوم عادة خشية أقوال الناس؟ أم فريضة تخشين الحساب عليها ...أم حاجة روحية تحتاجين إليها.... .. ١٢

منذ بدأت الصلاة هل شعرتِ أن الصلاة قريبة من قلبك فعلًا أو لا تزالين تجدين صعوبة في استشعار سكينتها؟..... .....١٤

ما أول صلاة بدأتِ تتهاونين فيها؟ ولماذا برأيك؟ ١٦

هل التهاون جاء فجأة أم كان انسحابًا بطيئًا لم تنتبهي له؟ ١٧

ما أكثر صلاة تتهاون فيها الفتيات ولماذا برأيك؟ ١٩

هل هناك علامات أو تفاصيل تسبق ترك الصلاة أو التهاون في أدائها؟ ما هي؟..... ..... ٢١

ماذا تشعرين عندما يؤذن الأذان وأنتِ متعبة أو منشغلة؟ وهل استشعرت يوما جمال الاذان؟..... ..٢٣

هل سبق أن شعرتِ بثقل في الصلاة؟ كيف فسّرت هذا الشعور؟..... .....٢٥...

هل هناك ذنب تشعرين أنه أثّرت على لذّة صلاتك؟ ٢٧

حين ترجعين للصلاة بعد فترة الحيض ،هل تشعرين شعورا مختلفا؟ كيف تصفيه لنا .....٢٩.....

يحدث أن تصلي الفتاة بجسد حاضر وقلب غائب؟ كيف تشعر الفتاة بعد أداء هذه الصلاة بهذا الشكل؟ وما تفسير الاستمرار على هذا المنوال وإهمال أسباب التصحيح؟..... ..... ٣١

عندما تُفرَّغ الصلاة من معناها يختلف أداؤها حتما ،كيف تصفين الصلاة بحضور قلب والصلاة بغياب القلب ٣٣

ما أكثر عائق يمنعك من الصلاة في وقتها؟ الكسل؟ الهاتف؟ الضغوط النفسية؟ فقدان الخشوع؟ ٣٥

هل ترين أن الانشغال بالدنيا اليوم يُزاحم الصلاة أكثر من أي وقت مضى؟ ما سبب ذلك برأيك؟..... .....٣٧

هل تعتقدين أن غياب الخشوع مبرر لترك الصلاة أو تأجيلها؟..... ..... ٣٩

كيف تعلمت الصلاة؟ كواجب مصيري في حياتك أم كتقليد تعلمته من الكبار؟ ٤٠

هل الشوق للصلاة ،يمكن أن نتربى عليه أو أنه شيء يأتي بدون سعي؟ ٤٢

لو كانت الصلاة لقاءً مع شخص تحبينه ...هل كنتِ ستتأخرين عنها؟ لماذا برأيك تتهاون الكثير من الفتيات عن الصلاة؟ ٤٣

هل الصحبة المهملة للصلاة تؤثر في التزامنا بصلاتنا؟ وكيف نتخلص من ذلك؟..... ..... ٤٤

كيف نتخلص من التسويف وقول" :سأصلي لاحقًا "خاصة وأن أكثر من تقولها تؤخر الصلاة بلا سبب وقد تضيع منها الصلاة؟ ٤٥

هناك فتيات يشعرن بالذنب لترك الصلاة ولكن بدل أن يستدركن ويرجعن للصلاة يؤجلن الصلاة إلى أجل غير مسمى ،وحجتهن في ذلك :نشعر أننا لا نستحق الوقوف بين يدي الله تعالى؟ كيف نرد عليهن؟ ٤٧

هل مررتِ بفترة ترك أو فتور ثم عدتِ للصلاة؟ ما الذي أعادك؟ ٤٩
هل حصل الانتظام في الصلاة مرة واحدة أو بعد مجاهدة ووقت؟ ٥١
ما الصلاة التي غيّرت شيئًا في حياتك فعلًا؟ ٥٢
هل هناك موقف شعرتِ فيه أن الصلاة أنقذتك؟..... ٥٣
هل هناك صلاة لم تنسها أو تعني لك الكثير؟ وهل تصلين عندما تشعرين بحاجة لاستجابة دعاء؟..... ٥٤
هل حصل أن صليت وأنت تشعرين بحاجة ماسة للصلاة والشكوى لله تعالى؟ ٥٥
هل صليت نوافل وصلاة تطوع أم فقط الفريضة؟ وما الذي دفعك لصلاة النوافل والتطوع؟ ٥٦
هل لديك اقتراح أو نصيحة للفتيات كيف يمكنهن أن يجعلن من الصلاة سلوى قلوبهن ويلتزمن بمواقيتها بانتظام محبب؟
هل هناك خطوة صغيرة تصنع فارقا كبيرا لتحقيق ذلك؟ ما هي؟ ٥٨
ما الدعاء الذي تشعرين أنه يقرّبك من الصلاة؟ ٦١
كيف يمكن أن نساعد بعضنا كفتيات على الثبات دون توبيخ أو قسوة؟ ٦٣
كيف نوازن بين الخوف من التقصير ورجاء رحمة الله؟ ..... ٦٤...
لو أردتِ أن تهمسي لنفسك اليوم برسالة عن الصلاة ...ماذا ستقولين؟ ٦٧
ماهي تداعيات التفريط في الصلاة والتهاون فيها برأيك؟ وما أخطر ما يؤدي إليه التهاون في الركن الثاني من أركان
الإسلام؟ ٦٨
كيف ندرك قيمة الصلاة؟ ومن أين نكوّن هذه الإحاطة؟ برأيك؟ ٧٠
ينعكس ضعف الصلاة على الطمأنينة ،والقرارات ،والعلاقات ،هل سبق أن شعرت شيئا من هذا؟ وهل ساعدك الانضباط في
الصلاة على أداء أفضل في حياتك .هل تشعرين بالإنجاز؟ عند أداء صلواتك كلها في وقتها ٧٢
لو كانت هذه آخر فرصة للحديث عن الصلاة ...ما الرسالة التي تحبين أن تصل لقلب فتاة تهاونت فيها؟.... ..... ٧٤
خاتمة ٧٦

بِسْمِ اللهِ الرَّحمنِ الرَّحيم...

الحمد لله الذي جعل الصلاة صلةً بينه وبين عباده، وجعل فيها راحةً للقلوب قبل أن تكون واجبًا على الأبدان،

والصلاة والسلام على من قال:

«أرِحْنا بها يا بلال»،

فكانت الصلاة عنده سكينة، لا عبئًا... ونجاة، لا ثِقلاً.

أهلاً وسهلاً بكنّ أخواتي الكريمات،

في هذه الحلقة من بودكاست «التهاون في الصلاة»...

هذه الحلقة ليست توبيخًا، ولا محاكمة،

بل جلسة صدق... ووقفة رحمة... وحديث قلب لقلب.

ربما وصلتكِ يومًا فكرة تقول:

"أنا أعلم أن الصلاة حق، لكني لا أشعر بشيء..."

أو همس في داخلك:

"لماذا لم أعد أستطيع الالتزام؟ ماذا حدث لي؟"

وربما أنتِ ممن يصلّين،

لكن الصلاة أصبحت عادة...

حركات تؤدَّى، وكلمات تُقال،

بينما القلب في مكان آخر.

وفي المقابل...

كم من قلب يئنّ في صمت،

ويتساءل:

"كيف تركت الصلاة؟ كيف وصلت إلى هنا؟"

اليوم، سنفتح هذا الباب بهدوء...

سنتحدث عن التهاون كما هو،

عن الفتور قبل السقوط،

عن الصلاة حين تضعف في القلب قبل أن تغيب من الجسد.

سنسمع تجارب حقيقية،

وسنحاول أن نفهم لا أن نُدين،

وأن نُضيء الطريق لا أن نُثقِل الخطى.

فإن كنتِ تشعرين بتقصير...

أو بثقل...

أو بحنين خفي للصلاة كما كانت يومًا...

فهذه الحلقة لكِ.

كوني معنا... بقلبك قبل أذنك، فلعلّ الله يجعل في هذه الكلمات حياةً لقلبٍ أرهقه البُعد.

●●●

«التهاون في الصلاة»

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيم،

والصلاةُ والسلامُ على المبعوثِ رحمةً للعالمين...

يا مَنْ يَرى ما في الضَّميرِ وَيَسْمَعُ،

أنتَ المُعِدُّ لِكُلِّ ما يُتَوَقَّعُ

يا مَنْ يُرْجى لِلشَّدائِدِ كُلِّها،

يا مَنْ إِلَيْهِ المُشْتَكى وَالمَفْزَعُ.

يا مَنْ خَزائِنُ رِزْقِهِ في قَوْلِ كُنْ،

اِمْنُنْ فَإِنَّ الخَيْرَ عِنْدَكَ أَجْمَعُ.

السلام عليكنّ ورحمة الله وبركاته،

أهلاً وسهلاً بكنّ أخواتي الكريمات في هذا البودكاست، بودكاست

"التهاون في الصلاة".

الصلاة.....الصلاة يا أخواتي، ما أعظمها وما أجل قدرها عند الله! قال ابن القيم رحمه الله: "الصلاة روح الأعمال، فإن قُبلت قُبل سائر العمل، وإن رُدّت رُدّ سائر العمل". يا لقلوبنا التي أضاعتها ، ويا لرواحنا التي ابتعدت عن هذا النور العظيم!

فكيف بحال أعمال بلا روح؟ وكيف بقلب يعيش بلا صلاة؟

كم من فتيات يقفن للصلاة، لكن القلوب غائبة، والأذهان شاردة، والأعين مثقلة، فتُؤدَّى الصلاة بلا خشوع، بلا حضور، بلا إحساس بقرب الله..... يقول ابن القيم رحمه الله:

«ليس للعبد من صلاته إلا ما عقل منها».

وأيُّ روحٍ هذه التي لا تشتاق إلى هذا اللقاء العظيم؟

وكم من قلبٍ يندم في الخفاء، ويبكي في صمت، ويعاتب نفسه قائلًا: لماذا تركت الصلاة؟ لماذا أهملت روحي؟ لماذا ابتعدت عن الله؟

قال الإمام الحسن البصري –رحمه الله–:

إذا قمت إلى الصلاة قانتاً، فقم كما أمرك

الله، وإيَّاك والسَّهْو، والإلتفات، إيَّاك أنْ

ينظر الله إليك وتنظر إلى غيره.

اما عن العوائق فهي كثيرة؛ كسل يثقل القلوب، وانشغال بما لا ينفع، ودنيا تشدّ الأرواح بعيدًا، حتى تصبح الصلاة عند بعضنا واجبًا جسديًا لا حياة فيه، ولا نور، ولا طمأنينة.

والحقيقة المؤلمة أن بيننا من لا يصلين، ومن تؤجل، ومن تنسى، ومن تترك قلبها يبتعد شيئًا فشيئًا عن الله عز وجل. في الحديث الشريف يقولُ النَّبيُّ صلَّى اللهُ علَيه وسلَّم: «إنَّ اللهَ عزَّ وجلَّ أمرَ يَحيَى بنَ زَكرِيَّا بِخَمسِ كلِماتٍ أن يعمَلَ بِها ويأمُرَ بَني إسرائيلَ أن يَعملوا بِها .... إنَّ اللهَ أمرَكُم بالصَّلاةِ فإذا صَلَّيتُم فلا تَلتَفِتوا فإنَّ اللهَ ينصِبُ وجهَهُ لوَجهِ عَبدِهِ في صَلاتِهِ ما لَم يَلتَفِتْ»

فكم من قلوب حُرمت هذا الإقبال، وكم من أرواح لم تذق طعم القرب .....

ولهذا يا أخواتي الكريمات، كان لا بدّ أن نقف عند هذا الأمر وقفة صدق مع النفس ....ونناقش موضوع التهاون في الصلاة بقلوبٍ واعية، وأن نستمع إلى تجارب الفتيات مع الصلاة:

كيف كانت البداية؟ ما العوائق؟

وكيف عاد النور إلى القلوب بعد الفتور؟

سنتشارك التجارب، ونستخرج معًا أفضل الوصايا، لعلّ كلمة صادقة توقظ قلبًا، أو تجربة تكون سببًا في ثبات أختٍ لنا، فنخرج جميعًا أقرب إلى الله، وأصدق مع الصلاة التي هي صلتنا به.

فكونوا معنا، بقلوبكم وتجاربكم، لعلّ الله يكتب لنا ولكم الأجر والهداية والقبول.

أسئلة وإجابات الفتيات

المجموعة الأولى:

حدثينا كيف بدأت أول صلاة لك؟ كيف كانت؟ هل صليت من تلقاء نفسك أو هناك من حثّك على القيام للصلاة؟ كيف تعلمت أول صلاة لك؟

- **إجابة مريم**

لا أزال أذكر تفاصيلها بوضوحٍ شديد، كأنها حدثت بالأمس. كنت في نحو الخامسة من عمري، ووقع بين يديّ كتيّب صغير يشرح الصلاة بأسلوب مبسّط، مدعّم برسومات توضّح الركوع والسجود وهيئات الصلاة خطوة خطوة.

فرشتُ سجادتي على الأرض، وفتحت الكتيّب أمامي، وارتديت حجابًا، وبدأت أطبّق ما أراه صفحةً صفحة، أراجع الحركات وأتأكد أنني أحسن الأداء. لم يكن هناك من يُلزمُني أو يدفعني، بل كان دافعًا فطريًا خالصًا. لا أزال أذكر الغرفة التي صليت فيها وكان الوقت ليلا، بعد صلاة المغرب، وكنت أستشعر أن هناك من يرقبني ويراني، فكنت حريصة على إكمال كل خطوات الصلاة. وشعرت أنني حققت إنجازا.

تلك اللحظات تركت أثرًا عميقًا في نفسي، كبر معي ولم يفارقني. هناك شعرت لأول مرة بمعنى أن أكون واقفة بين يدي ربي. وكان لقول: «سبحان ربي الأعلى» وقعٌ عظيم في قلبي... شعور لا أنساه ما حييت.

- إجابة مريم مصطفى

بدأتُ أول صلاة لي في سنٍ مبكرة، لم تكن مكتملة الأركان ولا واعية بكل معانيها، لكنها كانت صادقة النية. صليتُ آنذاك بدافعٍ ممزوج؛ شيءٌ من تشجيع من حولي، وشيءٌ آخر خفيّ في داخلي كان يميل إلى هذا الوقوف الهادئ بين يدي الله. تعلّمتُ الصلاة بالمشاهدة قبل التلقين، وبالتقليد قبل الفهم، ثم شيئًا فشيئًا بدأت أفهم أن ما كنت أفعله لم يكن مجرد حركات، بل لقاء.

إجابة سلمى

على ما أتذكر في بداية صلاتي كانت أمي تعلمني حتى أنها كل صلاةٍ كنا نصليها جماعةً مع بعض لدرجة أنني عندما كانت تصلي من دوني، أحزن كان ذلك في عمر ما بين السادسة والسابعة عام وبعدها كنت شيئاً فشيئاً ولله الحمد أفضل.

- إجابة الرميساء

امي هي اول من علمتني الصلاة و كنت اصلي بقربها و أنا صغيرة.

هل علاقتك بالصلاة اليوم عادة خشية أقوال الناس؟ أم فريضة تخشين الحساب عليها... أم حاجة روحية تحتاجين إليها؟

- إجابة مريم

الصلاة بالنسبة لي حاجة روحية ماسّة، لا يمكن للروح أن تحيا بدونها، قبل أن تكون عادة أو مجرد التزام ظاهري. وهي في الوقت نفسه فريضة عظيمة وركن من أركان الإسلام، أقف عندها بخوفٍ من الله تعالى ورجاءٍ فيما عنده.

وقد كان السلف – ومنهم الصحابة رضي الله عنهم – يرون التهاون بالصلاة أمرًا خطيرًا يصل بصاحبه إلى الكفر، والعياذ بالله، مما يجعل الاستهانة بها أمرًا لا يُتصوَّر. فالصلاة ليست خيارًا، بل حياة.

- **إجابة مريم مصطفى**

علاقتي بالصلاة اليوم ليست خوفًا من نظرة الناس، ولا عادةً أؤديها لأبرئ ذمتي فقط، بل هي حاجة روحية حقيقية. أصلي لأن في الصلاة ما لا أجده في شيءٍ آخر؛ طمأنينة لا تُشترى، وسكينة لا تُفسَّر. نعم، أخشى الحساب، لكني أكثر شوقًا للقرب، وأكثر احتياجًا لذلك الأمان الذي يمنحه السجود.

- **إجابة سلمى**

في الحقيقة علاقتي اليوم بالصلاة لا أعرف فهي ما بين فريضةً أخشى أن أحاسب عليها وما بين أنها صلةٌ بيني وبين الله سبحانه وتعالى وهي فعلاً حاجةٌ روحية.

- **إجابة الرميساء**

هي فريضة و اول ما يسأل عنه العبد هي الصلاة و ايضا الذي لا يصلي فهو كافر نسأل الله الثبات وهي حاجة روحية أيضاً.

منذ بدأت الصلاة هل شعرتِ أن الصلاة قريبة من قلبك فعلاً أو لا تزالين تجدين صعوبة في استشعار سكينتها؟

- **إجابة مريم**

نعم ،منذ بداياتي شعرت وكأن روحي تطلب الصلاة طلباً ،لا تكلّفاً .وجدتها أقرب طريق لاستشعار القرب من الله تعالى ،ومفتاحاً للسكينة والطمأنينة .وكلما قرأت وتأملت في شأن الصلاة ،ازداد تعلقي بها ،خاصة حين اطّلعت على حال السلف ومكانة النوافل في حياتهم.
وكان أكثر ما أثّر فيّ حديثهم عن صلاة الليل ،فاشتاقت نفسي لتجربتها منذ سنٍ صغيرة .كنت أترقّب نوم الجميع ،ثم أقوم بهدوء ،وأقف أصلي .ولا أنسى منظر القمر في السماء ،وكأنه شاهد علي ...كان شعوراً مهيباً وعظيماً.
ولم تكن الطرق خالية من العوائق والمنغصات ،لكنها كانت بحق رحلة مجاهدة وجهاد مع النفس ، زادتني يقينا أن المراتب العالية تستوجب البذل والصبر والمراغمة.

- **إجابة مريم مصطفى**

لم تكن الصلاة قريبة من قلبي منذ البداية ،بل كانت طريقاً طويلاً من المحاولة .أحياناً كنت أصلي ولا أشعر بشيء ،وأحياناً أخرى كنت أخرج منها أخفّ مما دخلت .السكينة لم تكن دائمة ،لكنها كانت صادقة حين تأتي .ومع الوقت أدركت أن القرب لا يعني الشعور الدائم ،بل الاستمرار رغم الفتور.

- **إجابة سلمى**

لا أزال أجد بعض الصعوبات ولكن مع الدعاء ومجاهدة النفس سيبقى أفضل بإذن الله تعالى.

ما أول صلاة بدأتِ تتهاونين فيها؟ ولماذا برأيك؟

- إجابة مريم

أول صلاة عرفت فيها شيئاً من التهاون منذ الصغر كانت صلاة الفجر ،لا عن قلة الوعي بأهمية الصلاة ،بل لغياب الحرص الأسري على إيقاظ الصغار لأدائها في وقتها ،فكنا نكتفي بقضائها. لكنني أدركت لاحقًا حجم الخسارة العظيمة في التفريط بها ،خاصة بعدما أصبحت أعتمد على نفسي وأحرص على أدائها في وقتها .وبعد أن وعيت مكانة الصلاة والمجاهدة عليها ،لم تعد هناك صلاة أتهاون بها ،فكلها عندي سواء في الأهمية.

- إجابة مريم مصطفى

كانت أول صلاة تهاونتُ بها هي صلاة الفجر .ربما لأنها تحتاج مجاهدة حقيقية للنفس ،وربما لأن هدوء الليل يغري بالتأجيل .لم يكن التهاون استخفافًا بالصلاة ،بل ضعفًا إنسانيًا حين تتغلب الراحة المؤقتة على الوعي.

- إجابة سلمى

صلاة العصر لأنني في تلك الفترة كنت أكون منشغلة وكنت للأسف لا أنتبه في وقت أذان العصر حتى ولله الحمد ضبط نفسي في ذلك.

هل التهاون جاء فجأة أم كان انسحابًا بطيئاً لم تنتبهي له؟

- إجابة مريم

لم يكن التهاون انسحاباً تدريجياً بمعناه الحقيقي ،فالصلاة كانت دائماً حاضرة في حياتي ومهمة . لكن صلاة الفجر كانت الأصعب في البدايات ،رغم أننا كنا نستيقظ للمدرسة بعد وقت قصير من دخولها.

وهذا مما يستحق وقفة جادة من الآباء والأمهات؛ فتعويد الأطفال على صلاة الفجر منذ الصغر أمر بالغ الأهمية .ولا يزال مشهد أطفال الأعاجم وهم يسابقون لصلاة الفجر في المساجد حاضراً في ذاكرتي ،في مقابل مشاهد مؤلمة لكثير من أبنائنا ينامون إلى أوقات متأخرة دون تربية على هذه الشعيرة العظيمة .وهنا نفهم فقه الإسلام في تعويد الأطفال على الصلاة مبكرا ،لأن إهمال ذلك يكبد النفس مجاهدة أكبر ،وثمنا أكبر بلا شك .فالحمد لله على نعمة أن نولد مسلمين في أسر مسلمة تحافظ على الصلاة ،وجبر الله ضعف كل من حرم هذا الخير مبكرا.

-إجابة مريم مصطفى

لم يكن التهاون قراراً مفاجئاً ،بل انسحاباً بطيئاً ومتدرجاً .دقيقة تأخير ،ثم تفويت مرة ،ثم اعتياد .أخطر ما في الأمر أن الانسحاب كان صامتاً ،حتى أدركت متأخرة أن ما أبتعد عنه لم يكن عبئاً ،بل كان سنداً.

- إجابة سلمى

للأسف كان إنسحاباً بطيئاً ،لم أنتبه له ،بسبب غفلتي عن الصلاة وأسمع كلام الشيطان، ولكن مع إستدارك النفس كنت افضل.

- **إجابة الرميساء**

أنا اكون اصلي بانتظام و الحمدلله الفجر ما انام عليه ،لكن فجأة احس بنفسي اني انسحب انسحابا بطيئا

المجموعة الثانية:

ما أكثر صلاة تتهاون فيها الفتيات ولماذا برأيك؟

- **إجابة فاطمة الزهراء**

أعتقد أن أكثر صلاة يقع فيها التهاون بين الفتيات هي صلاة الفجر ،لأنها تتطلب مجاهدة حقيقية للنفس واستيقاظًا مبكرًا ،وهو ما تصعبه السهرات الطويلة وضعف الانضباط اليومي.
ومن خلال ما لاحظته من محيطي ،تأتي صلاة العصر كذلك ضمن الصلوات التي يُتهاون بها؛ إذ تحلّ في وقت تميل فيه النفس للراحة أو اللهو أو الانشغال ،فتُؤجّل حتى يثقل أداؤها ،وربما خرج وقتها دون انتباه .ثم صلاة العشاء خاصة لمن يسهرن كثيرا أو ينمن مبكرا ،دون أدائها في وقتها . نسأل الله أن يجعلنا ممن يفي للصلاة حقها.

- **إجابة مريم مصطفى**

أرى أن أكثر صلاة قد تتهاون فيها بعض الفتيات هي صلاة الفجر ،وذلك بسبب السهر الطويل أو الإرهاق ،مما يجعل الاستيقاظ في وقتها صعبًا .كما أن الهدوء والدفء في ذلك الوقت قد يغريان بالعودة إلى النوم وتأجيل الصلاة.

- **إجابة سلمى**

صلاة الفجر لأنه تكون تستيقظ من النوم وبالطبع يحاول الشيطان منعها مثل القول ،انت لم

تَنَمِي كثيراً خمس دقائق فقط لن تضيع صلاة الفجر وتري هذه الخمس دقائق صارت كثيرة ! حتى تضيع صلاة الفجر.

- إجابة إكرام

تدل التجربة الواقعية ،ويشهد لها الحديث النبوي ،أن أكثر ما يُتَهاوَن فيه هما صلاتا الفجر والعشاء؛ لما فيهما من مشقة على النفس ،بين نوم وراحة وسكون ليل.
وقد قال النبي ﷺ :أثقل الصلاة على المنافقين صلاة العشاء وصلاة الفجر ،ولو يعلمون ما فيهما لأتوهما ولو حبوًا " رواه البخاري ومسلم"
فدلّ الحديث على أن ثِقَلَهما إنما يظهر عند ضعف الهمة وقلة استحضار الأجر.

- إجابة الرميساء

هي صلاة الفجر و السبب أنهم ما يعرفون قيمتها خصوصا لما يستيقظون للدراسة او العمل و يسبقون ملاهي الدنيا عن فريضتهم.

هل هناك علامات أو تفاصيل تسبق ترك الصلاة أو التهاون في أدائها؟ ما هي؟

- **إجابة فاطمة**

نعم ،من أبرز العلامات السابقة للتهاون في الصلاة أو تركها :الابتعاد عن العلم الشرعي وكل ما يُغذّي الروح ويحيي القلب .فكلما انغمست النفس في علوم الدنيا وحدها ،دون توازن مع علوم تزكية القلوب ،أصبحت العبادات ثقيلة ومؤجلة.

وهذا ما تصنعه الدراسة النظامية في كثير من الأحيان؛ إذ تُضخِّم الاهتمام بالتحصيل الدنيوي على حساب بناء الإيمان ،فينشأ الطفل وهو يشعر أن علامة الرياضيات أهم من القيام للصلاة!
كما أن لتفريط الأهل دورًا بالغ الخطورة ،فالكثير منهم يؤخر تعليم أبنائهم الصلاة بحجة صِغر السن ،مخالفين هدي النبي ﷺ ،فنرى أطفالًا يعيشون طفولة لا تعرف السجود ،ولا تألف الوقوف بين يدي الله ،بحجة» :لا يزال صغيرًا ،«حتى يكبر وهو لا يشعر بثقل فقدان الصلاة .أيضا الانغماس في اللهو والتسلية يصنع فتورا وجفاء ،يجب الحذر منه .كذلك الصحبة تؤثر جدا ،فكل صحبة مضيعة للصلاة هي معدية ،وكل صحبة منتظمة في أداء هذه الفريضة هي ملهمة ومساعدة .
ويمكن أن أضيف سببا آخر وهو بحث حلول الارتياح النفسي والسكينة في ما يضر ولا ينفع ، ببحث بدائل عن الصلاة في الرياضات والمشاهدات والتسلية والرقص والغناء ،التي تصنع نفورا من مقامات العبادة والإقبال على ما فيه نفع للنفس والمسيرة.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،من العلامات التي قد تسبق ذلك التسويف المتكرر ،وتأخير الصلاة عن وقتها دون عذر ، والانشغال المفرط بأمور الدنيا ،وقلة الذكر وقراءة القرآن .كما أن ضعف الشعور بأهمية الصلاة في القلب يكون من أوائل الإشارات.

- إجابة سلمى

نعم ،ومنها عندما يأتي وقت الصلاة تري نفسك منشغلة وتقولين سأصلي بعد هذا العمل أو أي شيءٍ آخر ،حتى تؤخري وقت الصلاة كثيراً أو تضيع عليك ،وأيضاً عندما لا تكونين مهتمة هل أتى وقت الصلاة أم لا بل وتكونين مهتمةً بالأشياء الأخرى أكثر من الصلاة وهي أول ما يحاسب عليه المؤمن يوم القيامة!

- إجابة إكرام

ثم إن التهاون بالصلاة لا يقع فجأة ،بل تسبقه علامات دقيقة ،منها:
التسويف في أدائها عن وقتها ،وقلة المبالاة بالطهارة ،وفقدان الخشوع ،والانشغال عنها بما لا ضرورة له ،مع الإصرار على الذنوب دون توبة.
وقد قرن الله بين تضييع الصلاة واتباع الشهوات فقال :﴿۞ فَخَلَفَ مِنۢ بَعۡدِهِمۡ خَلۡفٌ أَضَاعُواْ ٱلصَّلَوٰةَ وَٱتَّبَعُواْ ٱلشَّهَوَٰتِۖ﴾ [مريم ٥٩]
فبيّن أن أصل الخلل في القلب قبل أن يكون في الجوارح.

ماذا تشعرين عندما يؤذن الأذان وأنتِ متعبة أو منشغلة؟ وهل استشعرتِ يومًا جمال الأذان؟

- إجابة فاطمة

الأذان نعمة عظيمة لا ندرك قيمتها الحقيقية إلا حين نفتقدها .لا يعرف قدر الأذان إلا من عاش بعيدًا عن ديار المسلمين .وهذا ما أدركته بوضوح عندما سافرت إلى الغرب؛ فهناك شعرت بالفراغ الروحي ،وبقيمة هذا النداء الذي يربط الأرض بالسماء.

أول أذان سمعته بعد عودتي ،كان له وقع يهزّ القلب ...شعرت بمدى الشوق ،وبالفرق الشاسع بين أذان يُرفع من المآذن في وقته ،وبين تنبيهٍ آلي من هاتف أو حاسوب .لا وجه للمقارنة أبدًا.
الأذان المنتظم الخارج من المساجد يصنع في النفس حياة ،أما البلاد التي تخلو من المآذن فهي – بحق –موحشة كالمقابر.
وأول مرة استشعرت جمال الأذان بحق ،كانت حين تعلمت دعاءه والصلاة على النبي ﷺ بعده ، فأصبحت أردد الأذان وأنا أستشعر أنني أؤدي عبادة ،وأُجدد حبّي لرسول الله ﷺ ،وأقترب بها من الله تعالى .وهذه اليوم من أكثر العبادات التي تفرط فيها الفتيات ،ترديد الأذان والدعاء والصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم وأراها من أسباب المواظبة على الصلاة بخشوع .نسأل الله تعالى من فضله العظيم.

- إجابة مريم مصطفى

عندما أكون متعبة أو منشغلة ،أشعر أحيانًا بتردد داخلي بين الاستمرار فيما أنا فيه أو الاستجابة لنداء الصلاة ،لكن في أعماقي أجد أن الأذان يذكرني بالراحة الحقيقية التي أجدها في الصلاة .وقد

استشعرت مرارًا جمال الأذان ،خاصة عندما أسمعه في هدوء الليل أو عند غروب الشمس ،فأشعر بالسكينة والطمأنينة.

- إجابة سلمى

أشعر بشيءٍ في عقلي يقول لي هيا قومي للصلاة هي الراحة الجسدية والروحية أليست هي صلة بين العبد وربه ،حي للصلاة حي للفلاح ،والآخر يقول لي أنت متعبة ستقومين للصلاة بعد قليل ولكن الآن إرتاحي ،
نعم فقد شعرت من قبل جمال الأذان وأحب أن أردد وراء المؤذن بصراحة لا أعرف كيف أصفها إنها راحةٌ وجمال .

- إجابة إكرام

وعند سماع الأذان في حال التعب أو الانشغال ،قد يشعر الإنسان بترددٍ أو كلفةٍ نفسية ،وهذا من مجاهدة النفس التي أُمر بها العبد.
لكن من استحضر أن الأذان نداء من الله ،لا مجرد صوت ،تبدّل شعوره من ثقل إلى طمأنينة.
وقد قال النبي ﷺ: «إذا نودي للصلاة أدبر الشيطان»

رواه مسلم.
وفي ذلك إشارة إلى أن في الأذان قوة إيمانية تطرد دواعي الكسل والفتور.

هل سبق أن شعرتِ بثقل في الصلاة؟ كيف فسّرتِ هذا الشعور؟

- إجابة فاطمة

نعم ،لا يخلو الأمر من فترات يشعر فيها الإنسان بثقل في الصلاة ،وغالبًا ما يكون ذلك عند غياب حضور القلب ،أو تزاحم الهموم والمشاغل في النفس ،أو حين تُؤدي الصلاة لأجل إسقاط الفريضة فقط ،لا لمعايشة معانيها.

والحقيقة أن الشيطان يخوض معنا معركة حقيقية ،ويضايقه أشد الضيق أن نسجد لله ،فيعمل بكل وسيلة على تشويش أفكارنا ،وتشتيت قلوبنا ،ليحرمنا لذة العبادة وسكينتها.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،شعرت أحيانًا بثقل في الصلاة ،وفسرت ذلك بأن قلبي يكون مشغولا أو أنني قصّرت في الاستعداد لها نفسيا وروحيًا، فأدركت أن الخشوع يحتاج إلى صفاء القلب قبل الوقوف بين يدي الله.

- إجابة سلمى

لا

- **إجابة إكرام**

وأما الشعور بثقل الصلاة أحيانًا ،فليس أمرًا غريبًا على النفوس ،وقد بيّن القرآن سببه بقوله تعالى:

﴿وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ﴾ [البقرة ٤٥]

فالصلاة إنما تثقل عند غياب الخشوع وحضور الغفلة ،وتخفّ على من امتلأ قلبه تعظيمًا لله ومراقبةً له.

- **إجابة الرميساء**

لما انسحب اشعر بثقل في الصلاة لكن احيانا فقط و الله المستعان.

هل هناك ذنب تشعرين أنه أثّر على لذّة صلاتك؟

- إجابة فاطمة

حتى وإن لم يُنظر إليه على أنه ذنب صريح ،فإن إطلاق البصر ،وكثرة مشاهدة الصور والمقاطع والقصص عبر الشاشات ،له أثر بالغ السوء على خشوع الصلاة.
فالصور تعلق بالذاكرة ،وتطفو في الذهن أثناء الوقوف بين يدي الله ،وهو من أكثر ما يفسد الخشوع ويشتت القلب ،سواء كانت مشاهدة كرتون ،أو تلفاز ،أو محتوى مرئيًا عابرًا .ولعل لهذا السبب أنا من هواة القراءة أكثر من المشاهدة ،أجد في هذه الوسيلة أثرا أنفع في التعلم والدراسة .والله أعلم.

- إجابة مريم مصطفى

أحيانًا أشعر أن بعض التقصير أو الذنوب التي أقع فيها تُضعف إحساسي بلذة الصلاة ،فأجد قلبي أقل حضورًا .وهذا يدفعني إلى الاستغفار والرجوع إلى الله حتى أستعيد تلك الطمأنينة.

- إجابة سلمى

لا

- إجابة إكرام

ومن أعظم ما يحجب لذة الصلاة :الذنوب.

قال الله تعالى:

﴿كَلَّاۖ بَلۜ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِم مَّا كَانُواْ يَكۡسِبُونَ﴾ [المطففين ١٤]

وقال الحسن البصري رحمه الله:

"إن الرجل ليذنب الذنب فيُحرم به قيام الليل".

فالذنب لا يقطع العبادة ،لكنه يضعف نورها ،ويذهب بحلاوتها.

حين ترجعين للصلاة بعد فترة الحيض ،هل تشعرين شعوراً مختلفًا؟ كيف تصفينه لنا؟

- إجابة فاطمة

هو شعور يشبه الولادة من جديد ...كأن القلب يُبعث مرة أخرى.
إنها لحظة اشتياق خالص ،تشتاقين فيها للسجود ،للوقوف بين يدي الله ،لشعور القرب الذي افتقدته أيامًا.
لا تكفي الكلمات لوصف تلك اللحظة ،فالعودة للصلاة بعد هذا الانقطاع نعمة عظيمة من نعم الله ،لا نفيها حقها من الحمد والشكر ،ولا ندرك قيمتها إلا حين نذوقها .اللهم لا تحرمنا لذة الشوق للقائك!..

- إجابة مريم مصطفى

لم أصل بعد إلى هذه المرحلة ،لكنني أتخيل أن الشعور بالعودة إلى الصلاة بعد فترة انقطاع يكون مليئًا بالشوق والفرح .أظن أن الإنسان يشعر حينها بقيمة الصلاة أكثر ،وكأن القلب يشتاق للوقوف بين يدي الله من جديد ،فيكون الإحساس أقرب إلى بداية جديدة وصفحة بيضاء مليئة بالطمأنينة والسكينة.

- إجابة سلمى

في الحقيقة انا مازلت صغيرة فلم أجرب هذا الشعور من قبل.

- **إجابة إكرام**

وأما رجوع المرأة إلى الصلاة بعد الحيض ،فهو رجوع إلى عبادة مُنعت منها بأمر الله ،فيكون فيه معنى الشكر والامتثال والشوق.

قال النبي ﷺ:

»إذا أقبلت الحيضة فدعي الصلاة ،وإذا أدبرت فاغتسلي وصلي«

رواه البخاري ومسلم.

فتجتمع في هذه اللحظة طهارة البدن وطهارة القلب ،ويشعر الإنسان بتجديد العهد مع الله ، واستئناف القرب منه.

وخلاصة الأمر:

أن الصلاة ميزان القلب،

فمن وجد فيها ثِقَلًا، فليفتش عن خشوعه،

ومن فقد لذتها ،فلينظر في ذنوبه،

ومن ضعف عنها ،فليجدد صلته بالله.

نسأل الله تعالى أن يجعل الصلاة قرة أعيننا ،وأن يرزقنا خشوعها ،وحبها ،وحسن الإقبال عليها .وصلى الله وسلم على نبينا محمد ،وعلى آله وصحبه أجمعين.

المجموعة الثالثة

يحدث أن تصلي الفتاة بجسد حاضر وقلب غائب؟ كيف تشعر الفتاة بعد أداء هذه الصلاة بهذا الشكل؟ وما تفسير الاستمرار على هذا المنوال وإهمال أسباب التصحيح؟

- **إجابة فاتن**

في الحقيقة ،هذه ليست الصلاة التي أرادها الله من عباده؛ يقول ابن عباس رضي الله عنهما: »ليس لك من صلاتك إلا ما عقلت منها .«وأرى استحضار هذا الأثر مؤثر جدا في استجلاب الخشوع.

والفتاة بعد هذه الصلاة تشعر غالبًا بفراغ داخلي ،وبأن الصلاة لم تُحدث أثرها المرجو في النفس ،لأنها كانت حركة جسد بلا حياة قلب.
أما الاستمرار على هذا المنوال ،فأبرز أسبابه :إهمال التزود العلمي ،والبعد عن القراءة في فضائل العبادات ،والتفكر في معانيها ومقاصدها ،والجهل بعظمة الله تعالى وبأسمائه وصفاته . فكلما ابتعد الإنسان عن مرجعية القرآن والسنة ،تخلف ،وقسا قلبه ،وضعفت بصيرته.

ويضاف إلى ذلك أثر الصحبة الفاسدة ،والانغماس في مشاغل الدنيا على حساب الآخرة ، فضلًا عن الذنوب والمعاصي التي تصنع حجابًا كثيفًا بين العبد وبين الخشوع وحياة القلب ،

حتى تصبح الصلاة ثقيلة بلا روح .لذلك يجب الحرص على جمع أسباب الخشوع والحذر من أسباب حرمان الخشوع ،وكلما قدمنا لأنفسنا أسباب القوة ،كان ثباتها واعدا .وكلما أهملنا أسباب هذه القوة ،قوة القلب والإقبال والمسابقة ،كانت النتائج من قبيل "كما تدين تدان " فنور الله تعالى لا يهدى لعاص أو مطفف أو غاش!

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،يحدث ذلك كثيرًا؛ تصلي الفتاة بجسدها كامل الأركان ،بينما يكون قلبها شاردًا في همومه وأفكاره .بعد هذه الصلاة تشعر غالبًا بالفراغ ،لا بالذنب الكامل ولا بالراحة المرجوّة ،وكأنها أدّت واجبًا شكليًا لا لقاءً روحيًا .أمّا الاستمرار على هذا الحال فيعود غالبًا إلى الاعتياد؛ إذ يطمئن الإنسان لأداء الظاهر ويغفل عن إصلاح الباطن ،ويؤجّل التصحيح ظنًا أن الغفلة أمر عابر ،حتى تصبح هي القاعدة لا الاستثناء.

- إجابة سلمى

نعم وللأسف الشديد يحدث كثيراً في هذا العَصْر ،
تشعر بأنها لم تؤدِّ فرضاً من فروض الصلاة ولكنها لا تعرف ماهو ،تشعر بأنها لن تستطيع الخشوع في الصلاة وتقل انها لا تصلي بسرعة ولكنّها لا تعرف ان الخشوع والقلب الحاضر في الصلاة إنما يكون بإستشعار معاني الاقوال التي في الصلاة ليست فقط بالصلاة الّتي لا تسرع فيها ،مثل ،سورة الفاتحة ليست فقط القرآءة لا بل ،بالتدبر ،وأيضا في الركوع قول سبحان ربي العظيم ،لا تعرف عظمتها إلا من قرأتها بخشوع.

عندما تُفرغ الصلاة من معناها يختلف أداؤها حتمًا، كيف تصفين الصلاة بحضور قلب والصلاة بغياب القلب؟

- إجابة فاتن

الفرق بينهما كحال جسدٍ فيه روح ،وجسدٍ بلا روح ...وهل يستويان؟
حضور القلب والخشوع هو روح الصلاة ولبّها ،وهو ما يجعلها راحة للنفس ،وسكينة للروح ، ونورًا في الحياة .أما الصلاة بغياب القلب فهي أداء شكلي ،وحرمان عظيم ،وظلم للنفس التي خُلقت لتأنس بالقرب من الله لا لتؤدي العبادات كأثقال .انظري للأمر كم يصلي صلاة مودع ومن يصلي لرفع العتب ،لا يستويان أبدا.

- إجابة مريم مصطفى

الصلاة بحضور القلب تشبه حديثًا صادقًا لا يحتاج إلى كلمات كثيرة؛ تكون الحركات خفيفة ،والوقت قصيرًا ،والروح مطمئنة .أمّا الصلاة بغياب القلب فهي حركات متتابعة بلا أثر ،يثقُل فيها الزمن ،ويغيب الشعور ،ويخرج المصلي منها كما دخل ،دون أن يترك السجود بصمته في القلب.

- إجابة سلمى

أولاً الصلاة بحضور القلب، تبدأ الصلاة بتدبر سورة الفاتحة يشرح الصدر بما فيها ،تتدبر بالاقوال التي في الصلاة ،لا تصلي بسرعة بل ،على العكس تماماً وحتى بعد إنتهائها من الصلاة يتمنى قلبها لو تصلي أخرى فتصلي السنن وتفرح بذلك ،فلا ينشغل قلبها بملذات الدنيا ابدا ،وثانياً الصلاة بغياب القلب ،

تبدأ الصلاة وفي نفسها الآن سأنتهي من الصلاة وأذهب العب في الهاتف ،لا تتدبر بأي معناً في الصلاة وتصلي بسرعة وبعد إنتهائها من الصلاة تركد تلعب وتهتم بالعب اكثر من الصلاة !وكل مداً ستصلي أسرع مما كانت عليه وللأسف، ونسأل الله ان يعافينا واياكن من ذلك ،وأن يجعل اللواتي كذلك ان يستدركن انفسهن وان يستغفرن ربهن.

ما أكثر عائق يمنعك من الصلاة في وقتها؟

الكسل؟

الهاتف؟

الضغوط النفسية؟

فقدان الخشوع؟

- إجابة فاتن

في واقع زماننا ،غالبًا ما يكون الهاتف ووسائل الاتصال أكثر العوائق حضورًا وتأثيرًا؛ فهي فتنة مستمرة ،تسرق الوقت ،وتشتت القلب ،وتُوهم الإنسان أنه مشغول بما هو أهم .ولهذا لا بد من الحزم الحقيقي مع هذه الملهيات ،حزم لا يقبل التهوين ولا التسويف ،حفاظًا على أعظم ما نملك : صلتنا بالله تعالى .ثم بعد ذلك يكون الكسل ،اليوم الفتيات يعجزن عن غسل كوب وصحن ، ويستثقلن القيام للوضوء والصلاة ،للأسف طبيعة الحياة العصرية صنعت الكثير من الكسل وحتى فتيات في سن الشباب والقوة تشتكي كأنها العاجزة .فلابد من لياقة بدنية وعناية بنشاطنا ،قبل أن نندم على فوات الفرص الجليلة.

- إجابة مريم مصطفى

أكثر ما يعوقني عن الصلاة في وقتها هو تداخل عدة أمور معًا؛ الكسل حين يغلب العزم ،والهاتف

حين يسرق الانتباه ،والضغوط النفسية التي توهمني أنني بحاجة إلى كل شيء إلا التوقف .وقد يكون فقدان الخشوع عائقًا داخليًا يجعل النفس تؤجّل الصلاة بدل أن تلجأ إليها.

- إجابة سلمى

الكسل عندما ياتي وقت الصلاة أتوضأ ثم يصدني الشيطان بأن افكر بأشياء لا أعرف ماهي يلهيني الشيطان بها ،ثم أصلي ولكنَّني هذه الفترة أحاول أن امنع هذه الاشياء وبإذن الله ستتلاشى كليا.

هل ترين أن الانشغال بالدنيا اليوم يُزاحم الصلاة أكثر من أي وقت مضى؟ ما سبب ذلك برأيك؟

- إجابة فاتن

نعم ،وبشكل واضح .والسبب يعود إلى غلبة الوهن الذي أخبر عنه النبي ﷺ :حب الدنيا وكراهية الموت.

فالناس اليوم منساقون خلف الثقافة الغالبة ،يقلدون ما يروّجه الإعلام بلا وعي ،وينشغلون بالمظاهر والاستهلاك والركض خلف المتع ،على حساب واجباتهم الكبرى وحمل أمانة الدين ، فخسروا فرص الارتقاء والسيادة.

وهذا مما نبّه إليه النبي ﷺ بقوله: «لتُنقَضَنّ عُرى الإسلام عروةً عروة ...فأولهن نقضًا الحكم ، وآخرهن الصلاة»

وصدق رسول الله ﷺ؛ فاليوم القابض على دينه كالقابض على الجمر ،والمتمسك بصلاته يُنظر إليه كغريب ،ويذوق غربة الدين في واقعٍ غلب عليه التفريط والتفلت والمخالفة.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،أرى أن الانشغال بالدنيا اليوم يزاحم الصلاة بشكل غير مسبوق ،ليس لكثرة المسؤوليات فحسب ،بل لتشتّت الانتباه المستمر .صرنا محاطين بمنبّهات لا تنتهي ،وأفكار لا تهدأ ،مما يجعل التفرغ القلبي للصلاة تحديًا حقيقيًا يحتاج إلى وعي ومجاهدة.

- إجابة سلمى

نعم وهذا للأسف الشديد

هي اسباب كثيرة ولكن إذا تفكر العاقل فيها ما أخر الصلاة ولا تركها أبدا ، ،ًفي العصور القديمة كانوا يعيشون في البساطة ليس مثل فيما نعيشه الآن ،فمع تقدم الزمن وتقدم الحضارة أصبح التعلق بالدنيا وشهواتها أكثر ونسيان أن هذه الدنيا ليس دارنا الحقيقي، فهناك من يأخر الصلاة لأجل العمل او من في الجامعة تدرس ،لا تعرف ان النجاح الحقيقي إنما هو بالصلاة على وقتها بخشوعٍ وتدبر ،ومن هذه دلائلٌ على إقتراب الساعة.

هل تعتقدين أن غياب الخشوع مبرر ترك الصلاة أو تأجيلها؟

- إجابة فاتن

لا ،قطعًا لا .لا يجوز بحالٍ من الأحوال ترك الصلاة أو تأجيلها ،وهي فريضة الله وعماد الدين وركنه الثاني.

فالصلاة تُؤدّى في وقتها ولو مع ضعف الخشوع ،ثم تكون المجاهدة الصادقة سبيل الوصول إلى الخشوع الحقيقي .فالخشوع ثمرة ،وليس شرطًا سابقًا ،ومن صدق مع الله أعانه الله وفتح له أبواب القبول واللذة في العبادة .نسأل الله من فضله العظيم.

- إجابة مريم مصطفى

لا أعتقد أن غياب الخشوع مبرر لترك الصلاة أو تأجيلها؛ بل هو سبب يدعونا للثبات لا للانسحاب .فالخشوع ثمرة ،وليس شرطًا سابقًا .ومن ترك الصلاة انتظارًا للخشوع ،كمن يترك الباب مغلقًا انتظارًا للنور.

- إجابة سلمى

لا

المجموعة الرابعة

كيف تعلمتِ الصلاة؟ كواجب مصيري في حياتك أم كتقليد تعلمته من الكبار؟

- إجابة عائشة

في الحقيقة ،لم أتعلم الصلاة من الكبار إلا من حيث المشاهدة؛ رأيتهم يصلّون ،لكن عمق الفهم لم يأتِ من التقليد ،بل من الكتب .وقد يبدو هذا غريبًا في سن صغيرة ،إلا أنني كنت شغوفة بالمطالعة ،وكان أول ما جذبتني قراءته فقه الصلاة.
من هناك بدأت أفهم عظمة هذه العبادة ،وأدرك ثقلها في ميزان الحياة .ثم وجدت القرآن يكرر الأمر بإقامة الصلاة ،لا مجرد أدائها ،فعلمت يقينًا أن الصلاة ليست عادة ،بل واجب مصيري ، ومحور حياة ،وعلامة صدق العبودية.

- إجابة مريم مصطفى

تعلّمتُ الصلاة في بدايتها كتقليد؛ رأيت الكبار يصلّون فقلّدتهم دون إدراك كامل لمعناها .ثم مع مرور الوقت ،تحوّل هذا التقليد إلى وعي ،والوعي إلى قناعة .أدركت أن الصلاة ليست عادة موروثة فحسب ،بل واجب مصيري يحدد شكل علاقتي بالله ،ومسار قلبي في هذه الحياة.

- إجابة سلمى

في بالداية كانت تعلمني أمي لم أكن أفهم كنت فقط أقلدها ،ولكن بعد معرفتي ذلك من العلم عرفت أنها واجبٌ مصيري في حياتي ،الآن أحس بشعورٍ لا أستطيع وصفه الطمأنينة والراحة للصلاة.

هل الشوق للصلاة ،يمكن أن نتربى عليه أو أنه شيء يأتي بدون سعي؟

- إجابة عائشة

أراه يأتي بهما معًا، تربية وسعي.
فنحن أحيانًا نشتاق للصلاة لأننا نشأنا عليها وتربّت قلوبنا في أجوائها ،وأحيانًا أخرى نجاهد أنفسنا مجاهدة صادقة حتى لا نفقد هذا الارتباط العظيم .فالصلاة ليست شعورًا ثابتًا دائمًا ،بل قصة ثبات ،ومجاهدة ،وفضل من الله ،وتوفيق يُعطى بقدر الصدق وحال القلب.

- إجابة مريم مصطفى

الشوق للصلاة لا يأتي غالبًا فجأة ،بل يُربّى عليه .ينمو مع المعرفة ،ومع الاستمرار ،ومع الصدق في الطلب .قد يبدأ الإنسان بلا شوق ،لكنه إن ثابر وسأل الله القرب ،تحوّلت المداومة إلى أُلفة ،ثم إلى شوقٍ صادق لا يُستدعى قسرًا.

- إجابة سلمى

بصراحة في رأيِي الشوق إلى الصلاة يكون بالعلم فنتعلم عن الصلاة أكثر وأيضاً معرفة كيف كان ﷺ في الصلاة كيف كان عندما يصيبه حزن يصلي ،كيف كانت نفسه تشوق إلى الصلاة.

لو كانت الصلاة لقاءً مع شخص تحبينه ...هل كنتِ ستتأخرين عنها؟ لماذا برأيك تتهاون الكثير من الفتيات عن الصلاة؟

- إجابة عائشة

قطعًا لا .بل سأحرص على الموعد ،وقد أسبقه بدقائق شوقًا وتهيؤًا.
أما التهاون في الصلاة ،فيرجع غالبًا إلى ضعف الوازع الإيمان ،وضعف المعرفة بالله تعالى ،وقلة استحضار عظمة الوقوف بين يديه ،إضافة إلى كثرة الملهيات وقطاع الطرق في زماننا ،حتى أصبحت الصلاة عند البعض في آخر قائمة الاهتمام.

- إجابة مريم مصطفى

لو كانت الصلاة لقاءً مع شخصٍ نحبه حبًا ظاهرًا ،لما تأخرنا عنها ،ولتهيئنا لها شوقًا لا تكلّفًا، لكن التهاون يقع حين يضعف استحضار أن الصلاة لقاء مع الله ،لا مجرّد فريضة مؤداه .كثير من الفتيات يتهاونّ بالصلاة لأن المعنى يغيب ،لا لأن الإيمان معدوم.

- إجابة سلمى

لا بالطبع ،يهتمنّ بالأشياء الدنيوية من عمل ،جامعة ،لعب، لا يعرفن عظمتها وينسين أنها صلةٌ بين العبد بربه !وانها أهم من الدنيا.

هل الصحبة المهملة للصلاة تؤثر في التزامنا بصلاتنا؟ وكيف نتخلص من ذلك؟

- إجابة عائشة

نعم ،تؤثر تأثيرًا بالغًا

فالصحبة إمّا أن ترفعك أو تجرّك .وأنصح بألا تصاحبي تاركة صلاة أبدًا .كانت جدتي –رحمها الله –تقول:«لا آكل مع تارك صلاة»

سمعت هذه الكلمة وأنا في سن الثالثة ،ولم أنسها قط .بقيت في قلبي كميزان حاد ،وشعرت أنها علم كبير يجب أن يُحفظ.

والتخلص من هذا الأثر يكون بالابتعاد عن الصحبة المفرّطة ،والبحث عن صحبة تعينك على الطاعة ،تذكّرك بالله ،وتشدّك للصلاة لا تصرفك عنها.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،للصحبة أثر عميق؛ فالنفوس تتأثر بما حولها دون وعي .الصحبة المهملة للصلاة تضعف الهمّة ،وتُطبع التهاون في القلب .والتخلص من هذا الأثر لا يكون بالقطيعة الجافة دائمًا ،بل بالوعي ،وباختيار بيئة تُعين على الطاعة ،أو على الأقل لا تُثقلها.

- إجابة سلمى

نعم ،بالعلم والمعرفة اكثر عن الصلاة.

كيف نتخلص من التسويف وقول" :سأصلي لاحقًا، خاصة وأن أكثر من تقولها تؤخر الصلاة بلا سبب وقد تضيع منها الصلاة؟

- إجابة عائشة

بالحزم مع النفس.

حين يُرفع الأذان ،يجب أن نقوم فوراً ،نتوضأ ،ونتهيأ للموعد .نعم ،قد يحدث انشغال أو تأخير يسير ،لكن الخطر الحقيقي هو الاعتياد على التسويف.

فالتهاون في الصلاة تهاون في عماد الدين ،وله آثار عميقة على النفس والحياة .ومن وقعت في فخ التأخير حتى ضياع الصلاة ،فعليها أن تعود نفسها الاستدراك ،والإكثار من النوافل ،لتجبر الخلل ، وتغلق باب الاستهانة.

- إجابة مريم مصطفى

نتخلص من التسويف حين نُدرك أن الصلاة لا تحتاج استعدادًا مثاليًا ،بل قرارًا صادقًا .كل تأجيل بلا عذر يفتح بابًا للتأجيل الذي يليه ،حتى يضيع الوقت .الحل أن نصلّي عند أول نداء ،وأن نعامل الصلاة كموعدٍ لا يُؤجَّل، لا كخيارٍ قابل للتغيير.

- إجابة سلمى

فكري معي يا أمة الله لماذا أخرت الصلاة هل انت مريضة؟ هل عندك عذر تقوليه لربك ﷻ يوم القيامة ماذا ستقولين ؟ وانت تعلمين ان ترك الصلاة كفر ،وأيضاً فكري في أنها تنهاعن المنكر كما في قوله تعالى:

﴿إِنَّ ٱلصَّلَوٰةَ تَنۡهَىٰ عَنِ ٱلۡفَحۡشَآءِ وَٱلۡمُنكَرِۗ وَلَذِكۡرُ ٱللَّهِ أَكۡبَرُۗ وَٱللَّهُ يَعۡلَمُ مَا تَصۡنَعُونَ﴾ [العنكبوت ٤٥]

هناك فتيات يشعرن بالذنب لترك الصلاة ولكن بدل أن يستدركن ويرجعن للصلاة يؤجلن الصلاة إلى أجل غير مسمى ،وحجتهن في ذلك :نشعر أننا لا نستحق الوقوف بين يدي الله تعالى؟ كيف نرد عليهن؟

- **إجابة عائشة**

أقول لهن :هل تضمنين أنك لن تموتي غدًا؟

أذكر أنه في المرحلة الابتدائية كانت لي صديقة جميلة ،كنا في الصف الثاني ،في بدايات العمر والطريق .في يوم من الأيام ذهبت إلى المدرسة ،فلم أجدها .اختفت من مقعدها .سألت عنها فقيل لي :لقد توفيت.

كان الخبر مزلزلًا لقلبي الصغير .ذهبت إلى بيتها ،فرأيت الناس يعزّون أهلها ،ولم أتمالك نفسي . ماتت؟ في هذا العمر؟ ومنذ ذلك اليوم صار الموت حاضرًا في قلبي .وفي الواقع لم تكن ذكرى الموت الوحيدة التي أثرت في ،كان لدي العديد من محطات الموت لصديقات أو أقارب جعلتني أستحضر الموت كثيرا.

ثم الله سبحانه لا ينظر إلى ماضينا بقدر ما ينظر إلى صدقنا في الاستدراك والتوبة.

وما دام فينا عرق ينبض ،فعلينا أن نسارع إلى رحمته ،وألا نحرم أنفسنا الخير .فذرة خير خيرٌ من قنطار شر.لا حجة للمتقاعسة أبدًا.

قومي الآن ،أقبلي على الله ذي الجلال والإكرام ،يكرمك بكرمه ،ويجبر ضعفك ،ويقر عينك بفضائل الصدق والإنابة .والله سبحانه جعل باب العودة له مفتوحا في كل حين ،فلم التخلف والتقاعس !وهل نقدر على العيش دون رجاء رحمة الله ورضوانه !!بالتأكيد نحن بأمس الحاجة للصلاة ولدعاء الله تعالى ولرجاء رحمته ورضوانه.

- إجابة مريم مصطفى

نقول لهن إن هذا الشعور ،رغم صدقه الظاهر ،هو من مداخل اليأس لا التوبة .فلو كان الاستحقاق شرطًا ،لما وقف أحد بين يدي الله .الصلاة ليست مكافأة للطائعين ،بل ملجأ للمذنبين .والعودة إلى الصلاة ليست ادعاء كمال ،بل اعتراف بالاحتياج ،والله لا يرد من أقبل عليه منكسرًا.

المجموعة الخامسة

هل مررتِ بفترة ترك أو فتور ثم عدتِ للصلاة؟ ما الذي أعادك؟

- إجابة مرام

نعم ،مررت بذلك في بدايات تعلّم الصلاة .لم يكن تركًا مقصودًا بقدر ما كان نتيجة للنسيان والغفلة وضغط الدراسة والروتين اليومي .لكن النفس لا تطيل الغياب حين ترى من حولها يقيمون الصلاة ،وحين تقرأ عن فضلها وخطر التخلف عنها .وللتذكرة أثرها العظيم في العودة ،عندها تستيقظ القلوب من جديد ،ويعود الإحساس بثقل الفرض وعظم شأنه ،وكأن الصلاة تنادينا كل مرة :عودي ...مكانك هنا.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،مررتُ بفترات فتور وضعف ،لم يكن فيها تركٌ كامل للصلاة بقدر ما كان تباعدًا عن روحها . ما أعادني لم يكن حدثًا واحدًا ،بل شعور داخلي بالفراغ ،وإدراك صامت أنني كلما ابتعدت عن الصلاة ابتعدت عن نفسي .العودة جاءت حين شعرت أن لا شيء يمكنه أن يرمم هذا الانكسار إلا الوقوف بين يدي الله.

- إجابة سلمى

نعم فلقد مررت بفترة لم اكن أترك صلاة العصر فيها ولكنني كنت أُأَخرهُا ،والذي أعادني هو كنت أسمع فيدو عن الصلاة ،فتداركت نفسي وفكرت ولله الحمد عدت إلى رشدي.

هل حصل الانتظام في الصلاة مرة واحدة أو بعد مجاهدة ووقت؟

- إجابة مرام

بل بعد مجاهدة ووقت.
فالنفس لا تستقيم دفعة واحدة ،بل تحتاج إلى حزم ومصابرة ومواصلة سعي ،حتى يصبح الانتظام عادة ،وتتحول الصلاة من عبء إلى ملجأ ،ومن واجب ثقيل إلى ضرورة لا غنى عنها.

- إجابة مريم مصطفى

لم يحدث الانتظام دفعة واحدة ،بل بعد مجاهدة طويلة.

سقطت ُثم عدت ،وتعثّرت ثم قمت ،حتى صارت الصلاة جزءًا من إيقاع حياتي لا أمرًا أُقنع نفسي به .أدركت أن الثبات ليس قفزة ،بل سير متواصل ولو ببطء.

- إجابة سلمى

بالطبع بعد وقت ولكنه لم يَكن طويلاً.

ما الصلاة التي غيّرت شيئًا في حياتك فعلًا؟

- إجابة مرام

صلاة الفجر ،وصلاة المغرب ،وصلاة العشاء .هي أكثر الصلوات التي أستشعر فيها حضور القلب ،خاصة حين يرافقها التفكر في الوقت والسماء ،ورجاء رحمة الله تعالى .أصبحت هذه الصلوات بمثابة محطات تذكير دائمة بأن الزمن يمضي سريعًا ،وأن النفس لا تهدأ ولا تسكن إلا في سجودها لخالقها.

- إجابة مريم مصطفى

كانت صلاة الفجر هي أكثر صلاة أحدثت فرقًا حقيقيا في حياتي .لم تغيّر ظروفي فجأة ،لكنها غيّرتني من الداخل؛ علّمتني الانضباط ،ومنحت يومي بداية مختلفة ،وجعلتني أشعر أنني اخترت الله قبل أي شيء آخر.

- إجابة سلمى.

في الحقيقة انها كل الصلوات قد غيرت حياتي للأفضل .

- إجابة الرميساء

صلاة الفجر

هل هناك موقف شعرتِ فيه أن الصلاة أنقذتك؟

- إجابة مرام

نعم ،مرّ عليّ ذلك مرارًا .حتى في الطفولة ،حين لم أكن أعي معنى الصلاة كما أعيه اليوم ،كنت إذا تعثرت دراستي أو اضطربت أموري ،ألجأ إلى الصلاة ،فأشعر أنها تثبّتني وتمنحني قدرة على الاستمرار.

وأكثر موقف أستحضره :حين سافر والدي وتأخر كثيرًا في عودته ،فغمرني القلق والخوف عليه . قمت أصلي ،وأدعوه تعالى ،وأبث له قلقي وضعفي .وحين عاد متأخرًا ،وعلمنا أنه تعرض لحادث عطّله ،حمدت الله كثيرًا .لكن ما لا أنساه أن الصلاة يومها لم تغيّر الواقع فقط ،بل غيّرت قلبي؛ من خوف إلى طمأنينة ،ومن قلق إلى توكّل.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،في لحظات ضِيق لم أجد فيها مخرجًا ولا كلامًا يخفف ،كانت الصلاة هي النجاة .سجدة واحدة صادقة كانت كافية لأن تُعيد ترتيب الفوضى داخلي ،وكأن الله يقول لي :ما دمتِ هنا ،فلستِ وحدك.

- إجابة سلمى

لَا ولكن بالطبع هي تنقذني.

هل هناك صلاة لم تنسها أو تعني لك الكثير؟ وهل تصلين عندما تشعرين بحاجة لاستجابة دعاء؟

- إجابة مرام

صلاة الليل في رمضان لها مكانة خاصة جدًا ،لا سيما في العشر الأواخر.
نعم ،ألجأ إلى الصلاة حين أحتاج إجابة ،أو فرجًا، أو تيسيرًا من الله تعالى ،لأنني أيقنت أن أقرب الطرق إلى رحمته يكون عبر السجود.

- إجابة مريم مصطفى

هناك صلوات لا تُنسى لأنها ارتبطت بدعاء صادق أو دمعة خفيّة، نعم ،ألجأ إلى الصلاة حين أحتاج لاستجابة ،لا لأن الصلاة وسيلة فقط ،بل لأنها الحالة الأقرب للدعاء الصادق .في الصلاة أقول ما لا أستطيع قوله في أي وقت آخر.

- إجابة سلمى

صلاة الفجر ،أصلي لأن الصلاة راحة وجمال وأحب أن أُكثر الدعاء في السجود كما اوصانا النبي ﷺ

هل حصل أن صليت وأنت تشعرين بحاجة ماسة للصلاة والشكوى لله تعالى؟

- إجابة مرام

نعم ،كثيراً.

كانت الصلاة في تلك اللحظات أنسًا للقلب ،وملاذًا صادقًا ،وباب طمأنينة لا يشبهه شيء . ويمكن أن أقول هي الصلوات التي تكون حقا في خلوة لا يراك أحد أو في مكان غريب لا يعرفك أحد .الصلاة في هذه المقامات منحة ربانية لمن يقبل يرجو رحمة ربه.

- إجابة مريم مصطفى

كثيرًا ما صليت وأنا أحمل ثقلًا لا يُحتمل، ولم أكن أبحث عن حل بقدر ما كنت أبحث عن حضنٍ آمن .الصلاة في تلك اللحظات كانت شكوى بلا صوت ،وطمأنينة بلا تفسير.

- إجابة سلمى

نعم

- إجابة الرميساء

نعم

هل صليت نوافل وصلاة تطوع أم فقط الفريضة؟ وما الذي دفعك لصلاة النوافل والتطوع؟

- إجابة مرام

نعم ،صليت النوافل والتطوع.
منذ أن قرأت عن الصلاة ،قرأت عن الفرض والنافلة معًا ،وأحببت فكرة أن يكون هناك باب زائد للقرب من الله .بدأت بها متقطعة ،ثم شيئًا فشيئًا بانتظام.
دفعني إليها إدراكي أنني مهما اجتهدت في أداء الفريضة ،سيبقى أدائي قاصرًا عن حقها الكامل من الخشوع والحضور ،فوجدت في النافلة سندًا لتقصيري ،وجبرًا لخللي ،ورحمة من الله تكمّل ما نقص.

والنوافل قصة تحدي آخر ،تجعلك أكثر انضباطا مع نفسك ،فشعرت أنها مسألة أن أكون أو لا أكون ،لذلك أحببت فكرتها منذ بداياتي مع الصلاة .وكأنها مجاديف تقوي دفعك للأمام .وتساعدك على الالتزام بصلاتك .سبحان الله.

- إجابة مريم مصطفى

بدأتُ بالفريضة فقط ،ثم مع الوقت شعرت أن هناك فراغاً لا تملؤه إلا زيادة القرب .ما دفعني للنوافل لم يكن الشعور بالكمال ،بل الرغبة في الأنس ،وفي تعويض ما قصّرت فيه ،وفي إطالة الوقوف بين يدي الله حين لا يطلب مني أحد ذلك.

- إجابة سلمى

في فترة كنت أواظب على صلوات النوافل بأكملها ولكن يوماً بعد يوم تركتها عدى سنة الفجر ، وها انا أعود ولكنني لن أترك الوتر وسنة الفجر وادعو الله ان يثبتني وإياكن ،لِمَاعلِمته لها من أجر عظيم .

- إجابة الرميساء

نعم ،صليتهم للتقرب من الله

المجموعة السادسة

هل لديك اقتراح أو نصيحة للفتيات كيف يمكنهن أن يجعلن من الصلاة سلوى قلوبهن ويلتزمن بمواقيتها بانتظام محبب؟

هل هناك خطوة صغيرة تصنع فارقا كبيرا لتحقيق ذلك؟ ما هي؟

- **إجابة عائشة العُرقان**

نعم ،بداية يجب التزود بالعلم النافع في هذا الباب ،بمعرفة الله تعالى وتعلم هيبة فروضه ،وفريضة الصلاة كيف كان يراها الصحابة رضي الله عنهم كيف تعلموها من النبي صلى الله عليه وسلم بحرص وخشوع ،ثم أرى أن من أنفع الخطوات :فكرة الموعد الحازم.
أن نتعامل مع الصلاة كموعد لا يقبل التأجيل ولا الأعذار ،فنضع منبّهًا خاصًا لكل صلاة ،يذكّرنا بلا تفلّت .فكثيرًا ما نسمع الأذان ثم نتراخى ،لكن حين يرنّ المنبه ننهض فوراً ،نتوضأ ونؤدي الصلاة دون مساومة.

ومن الجميل كذلك أن نصنع جدولًا بسيطًا ،نضع فيه علامة (تم)بعد كل صلاة في وقتها ،لنرى محصلة انضباطنا آخر الأسبوع أو الشهر .هذا الأسلوب البسيط يصنع وعيًا، ويحوّل الصلاة من فكرة ذهنية إلى التزام عملي محبوب .زكه مرور الوقت ستجد نفسها قد تعلقت بعتبات السجود لا تنفك تنتظرها.

- إجابة مريم مصطفى

أن يتعاملن مع الصلاة على أنها ملجأ لا عبئ ،وموعد راحة لا مهمة إضافية .حين ندخل الصلاة ونحن نبحث عن السكينة لا عن إسقاط الواجب ،تتحول المداومة إلى أُلفة ،ويصبح الالتزام محبة لا ثِقَلًا ،أصغر خطوة وأكثرها أثرًا هي الصلاة في أول وقتها متى استطعنا .هذه المبادرة البسيطة تغيّر نظرتنا للصلاة من "شيء نؤجّله إلى "أمر نقدّمه ،"ومع التكرار يتبدّل الشعور كله.

- إجابة سلمى

منها أنها صلة بين العبد وربه ،ولتتدبرن هذا المعنى العظيم ،كيف انك تكلمين رب العالمين ،وفي السجود تشكين له جل وعلا ،وتدعين ،وما اجمل ذلك .
نعم تحبيبهن على الصلاة منذ نعومةِ اظافرهن والتكثير من تعليمهن عن الصلاة سواء كنّ كباراً أو صغاراً

- إجابة حسناء

كلنا نتساءل السؤال التالي :كيف يمكننا أن نجعل من الصلاة سلوى قلوبنا؟ فنقول أن السر يكمن أولا بعد الإستعانة بالله والتذلل بين يديه وسؤاله أن يجعل الصلاة قرة أعيننا ،في تبني تصورات ذهنية جديدة حول الصلاة ومسح كل مايشعرنا أن الصلاة ثقل وتكليف بلا روح يقطع علينا أعمالنا ،فتصبح الصلاة في أعيننا ملاذا نهرب إليه من ضجيج الحياة وقساوة الإلتزامات اليومية ومساحة آمنة للتخفيف من هموم الحياة وأثقالها وأكدارها ،فللتصورات الذهنية أهمية كبيرة على أفعالنا ومشاعرنا فهي بمثابة النظارة التي نرى بها الحياة ،فلما كانت العيارات مضبوطة كلما كانت الرؤية أوضح.

أما السر الثاني فهو فهم العملية التواصلية التي تقع بيننا وبين الله في الصلاة فقد الله عز وجل : »قسمت الصلاة بيني وبين عبدي ،«واستشعار عظمة من نحدّث في الصلاة ،الملك العظيم الكبير القوي الجبار المتكبر الواحد الأحد الودود الحنان المنان ،الذي بيده حل كل مشاكلنا سبحانه وتعالى عما يشركون .فعند قراءتنا الفاتحة يرد علينا سبحانه وتعالى كما جاء في الحديث القدسي ،أما في السجود فهو الخطوة التي نكون فيها أقرب إلى الله فنبث له شكوانا ،ونهمس له بأدعيتنا.

أما السر الثالث والأخير :فهو اختيار مكان مريح وهادئ وطاهر للصلاة ،وحبذا لو تم تخصيص ملابس طاهرة خاصة بالصلاة برائحة جميلة وزكية ،فاللقاء برب الجمال يتطلب تجملا من كل النواحي .

أما الخطوة التي تصنع فارقا كبيرا لتحقيق ذلك فهي الوضوء بحيث أن أصعب ما في الأمر هو البداية فإن أخذنا على عاتقنا النهوض للوضوء قبل الصلاة ب 10دقائق سنضع حدا لمسألة التسويف وإن تأخرنا لا نسمح لأنفسنا أن نتأخر على وقت سماع الآذان.

وهنا نتساءل كيف يجب أن يكون هذا الوضوء؟

الوضوء ليس خطوات ميتة كأننا نغسل الأواني بل هو غسيل للذنوب كلما غسلنا عضوا كلما نزلت الخطايا منه وإن لم نكن نراها إلا أنه ينبغي أن نتعامل كأننا نراها.

وبعد الإنتهاء من الوضوء نرتدي ملابس الصلاة ونجلس فوق سجادتنا فنذكر الله إلى أن يؤذن ثم نقول الشهادة ونصلي على الرسول صلى الله عليه وسلم ونقول رضيت بالله ربا وبالاسلام دينا و بمحمد نبيا ورسولا ونسأله له الشفاعة وندعو ثم نقوم للصلاة بكل طمأنينة وسكينة.

ما الدعاء الذي تشعرين أنه يقرّبك من الصلاة؟

- إجابة عائشة العُرقان

كل الأدعية تقرّبنا من الصلاة ،لكنني أجد قربًا خاصًا في دعاء الاستفتاح:
اللهم باعد بيني وبين خطاياي كما باعدت بين المشرق والمغرب ،اللهم نقني من الخطايا كما يُنقّى الثوب الأبيض من الدنس ،اللهم اغسل خطاياي بالماء والثلج والبَرَد.

وكذلك الدعاء عند التسليم:
اللهم اغفر لي ما قدمت وما أخرت وما أسررت وما أعلنت وما أسرفت وما أنت أعلم به مني ،أنت المقدم وأنت المؤخر ،لا إله إلا أنت.
هذه الأدعية تهيئ القلب ،وتجعله أكثر استعدادًا للوقوف بين يدي الله تعالى وتشعره بحقيقة عبوديته لله جل جلاله.

- إجابة مريم مصطفى

أكثر دعاء يقرّبني من الصلاة هو:
اللهم اجعل الصلاة أحبّ إليّ من راحتي ،وأقرب إلى قلبي من كل ما يشغلني عنك ،لأن القرب الحقيقي يبدأ حين نطلبه بصدق.

- إجابة سلمى

بصراحة كل الأدعية تقربني إلى الصلاة.

- **إجابة حسناء**

بما أنه نعيش حالة من عدم الثبات في شأن الخشوع في الصلاة ،فالدعاء التالي عندي بمثابة الضرورة:

ربي ارزقني صلاة ترضى بها عني وترضيني بها ،أطلب من الله في هذا الدعاء صلاة كما أراد هو يقبلها ويرضى بها ويرضيني بها في الدنيا بأن يهبني الخشوع ويجعلني أقيم أركانها وشروطها ويرضيني بها أيضا في الآخرة فيجعلها نورا لي في قبري وشفيعا لي في المحشر.

كيف يمكن أن نساعد بعضنا كفتيات على الثبات دون توبيخ أو قسوة؟

- إجابة عائشة العُرقان

بالتذكير اللطيف ،وبالتواصي بالحق برفق.
ليكن موعد الصلاة موعد محبة لا توبيخ ،وتذكير لا إحراج .رسالة بسيطة ،أو كلمة هادئة :حان وقت الصلاة .وحين نكون معا لنصلي جماعة ،شعور رائع جدا الصلاة جماعة!
ولنعتد أن الصلاة حين تحين ،تتوقف الثرثرة ،ويُقدّم حق الله ،ثم نعود بعدها لما كنا فيه .هذا السلوك الجماعي يرسّخ في النفوس أن الصلاة أصل ،وما سواها تابع.

- إجابة مريم مصطفى

بالتذكير اللطيف ،وبالقدوة الصامتة ،وبالدعاء لبعضنا في الخفاء .نحتاج إلى احتواء لا إلى محاكمة ، وإلى مرافقة لا إلى ضغط .فالقلب يلين بالرحمة أكثر مما ينكسر بالقسوة.

- إجابة سلمى

الكلام معهن بلطف ونفهم بعضنا بعضاً برفق مثل :التكلم عن كيف كانت الصحابيات رضي الله عنهن في الصلاة ،لكي يحببنها أكثر ولا يخجلن في التكلم عنها ،والدعاء لهن بالثبات فأسأل الله أن يثبتنا على الصلاة مهما حدث.

كيف نوازن بين الخوف من التقصير ورجاء رحمة الله؟

- إجابة عائشة العُرقان

هذا التوازن في حقيقته علامة حياة القلب ،لا اضطرابه.
ويمكن ضبطه بفهم صحيح ،ثم ممارسته عملياً.

فالخوف يأتي ليوقظك من الغفلة ،ويمنعك من التهاون مع الذنب.
والرجاء يأتي ليحملك على الاستمرار ،لا ليخدّرك أو يوقعك في الأمان الكاذب.

قال ابن القيم رحمه الله:
"القلب في سيره إلى الله بمنزلة الطائر؛ فالمحبة رأسه ،والخوف والرجاء جناحاه"...
فإذا اعتدل الرأس والجناحان ،حسن السير ،وإن اختلّ أحدهما فسد المسير.

إن غلب الخوف وحده قاد إلى القنوط وسوء الظن بالله.
وإن غلب الرجاء وحده قاد إلى التهاون والأمن من مكر الله.
ونحن بحاجة إلى خوف يحملك على العمل ،ورجاء يحملك على الاستمرار.

قال تعالى :﴿نَبِّئۡ عِبَادِيٓ أَنِّيٓ أَنَا ٱلۡغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ۝وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ ٱلۡعَذَابُ ٱلۡأَلِيمُ﴾ [الحجر ٥٠]

فإذا نظرتِ إلى عملك خفت ،لأنك تعلمين تقصيرك.
وإذا نظرتِ إلى ربك رجوت ،لأنك تعلمين سعة رحمته عز وجل.

وهذا هو ميزان أهل الإيمان:

ينظرون إلى أنفسهم بعين الاتهام ،وإلى الله بعين الإحسان.

لذلك قال أهل العلم:

قبل العمل :قدّمي الخوف ليحملك على الإخلاص والاجتهاد.

بعد العمل :قدّمي الرجاء ،ولا تعتمدي على العمل نفسه.

قال تعالى في وصف الصالحين:

﴿وَٱلَّذِينَ يُؤۡتُونَ مَآ ءَاتَواْ وَّقُلُوبُهُمۡ وَجِلَةٌ﴾ [المؤمنون ٦٠]

فلما سُئل النبي ﷺ عنهم قال :هم الذين يصلّون ويصومون ويتصدقون ويخافون ألا يُقبل منهم.

فالله لا يريد منك قلبًا محطّمًا، بل قلبًا منكسرًا بين يديه.

وإن أذنبت ،فلا تيأسي ،بل بادري بالتوبة ،وأصلحي الخطأ ،فاليأس سوء ظن بالله.

قال تعالى:﴿۞ قُلۡ يَٰعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ أَسۡرَفُواْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمۡ لَا تَقۡنَطُواْ مِن رَّحۡمَةِ ٱللَّهِۚ﴾ [الزمر ٥٣]

نحن نخاف لأننا ضعفاء ،ونرجو لأن ربنا عظيم كريم.

وإذا اجتمع في القلب الخوف مع الرجاء ،والحياء مع الأمل ،والحرص مع الطمأنينة...فذلك قلب يسير في الطريق الصحيح.

- إجابة مريم مصطفى

نوازن بينهما بأن نجعل الخوف دافعًا لا قيدًا ،والرجاء أملًا لا تهاونًا، نخاف فنُصلح، ونرجو فنُقبل . فمن عرف الله حقًّا ،خافه محبة ،ًورجاه ثقةً.

-إجابة سلمى

إذا قصرت إحداهن في الصلاة فهناك حالتين ،إما أن تكون تقول إن رحمة الله واسعة وسيغفر لي الله وتكرر التقصير في الصلاة ،فهذه نقول لها ،اتق الله يا أمة الله ليس معنا ذلك أن تكرري ذلك بل يجب عليك الإستغفار والتوبة والعزم على عدم التكرار وليس فقط إن رحمة الله واسعة ،والحالة الأخرى ،إذا كانت نادمة على ذلك وتعزم على أن لا تكررها وهي خائفةٌ من عذاب الله ،فنقول لها يا أمة الله إن الله رحيم غفور وإستغفريه وتوبي وبإذنه سيغفر لك ولاكن لا تكرريها.

لو أردتِ أن تهمسي لنفسك اليوم برسالة عن الصلاة ...ماذا ستقولين؟

- إجابة عائشة العُرقان

صَلِّي ...قبل أن يُصَلَّى عليكِ.

- إجابة مريم مصطفى

سأقول لنفسي:
لا تؤجّلي الصلاة بحثًا عن حالٍ أفضل ،فالصلاة هي التي تصنع هذا الحال .عودي كما أنت ، وسيحتويكِ الله أكثر مما تظنين.

- إجابة سلمى

لن أقصر في الصلاة وسأحاول منع الشيطان عن ذلك إنها صلة بيني وبين ربي سبحان ،ولها أجر عظيم ،وأسئل الله يغفر لي ولكن ولكل المسلمين والمسلمات الأحياء منهم والأموات واللهم يا مقلب القلوب ثبت قلوبنا على دينك.

المجموعة السابعة

ماهي تداعيات التفريط في الصلاة والتهاون فيها برأيك؟ وما أخطر ما يؤدي إليه التهاون في الركن الثاني من أركان الإسلام؟

- إجابة هبة

التفريط في الصلاة لا يبدأ بتركها فجأة ،بل يبدأ بخفوت الهيبة في القلب ،ثم تتسلل الغفلة ،ويضعف التعظيم ،حتى تصبح الصلاة عبئًا بدل أن تكون راحة.
وأخطر ما في التهاون بالصلاة أنه يفصل القلب عن مصدر الطمأنينة ،فيبقى الإنسان يبحث عن السكون في كل شيء ...ولا يجده .وقد يدفعه هذا الفراغ إلى المعاصي والحرام فيطيل المسافة جدا ويحرمه فضائل الاستقامة والالتزام بالصلاة ويعاقبه الله تعالى بقسوة القلب والحرمان وهذا أقسى عقاب على الإنسان.

والتهاون في الصلاة يفتح باب التهاون في غيرها ،ويجعل المعصية أسهل ،والحق أثقل ،ويؤدي مع الوقت إلى حالة الجفاء ،وضياع البوصلة .فمن ضيّع عمود الدين ،كيف له أن يستقيم في تفاصيله؟ لذلك كل تفريط له ثمنه وتداعياته التي يجب أن نخشى من حصولها ،فنستنفر النفس ونقوم لفرض الصلاة بأمانة ورجاء رحمة الله تعالى .فتلك سبيل الفلاح والرضوان.

- إجابة مريم مصطفى

التفريط في الصلاة لا يبدأ بسقوطٍ ظاهر ،بل بتآكل داخلي صامت .يضعف به الاتصال بالله ، فتفقد الروح مرجعيتها ،وتبهت البوصلة التي تُهذّب السلوك وتضبط القرار .أخطر ما يؤدي إليه التهاون في الصلاة هو الاعتياد على الغياب؛ أن يعتاد القلب البُعد دون أن يتألم ،فيصبح التقصير أمرًا طبيعيًا لا يستدعي مراجعة ولا خوفًا.

- إجابة سلمى

تشعر بأنها طوال الوقت متعبة وتسوء أخلاقها وتغضب كثيراً والوقت ضيق وهي لا تشعر بكل ذلك ،واخطر ما يؤدي إليه قسوة القلب.

كيف ندرك قيمة الصلاة؟ ومن أين نكوّن هذه الإحاطة؟ برأيك؟

- إجابة هبة

ندرك قيمة الصلاة حين نعرف من نقف بين يديه ،لا فقط ماذا نفعل فيها .حين نعرف الله تعالى نقدره حق قدره ،ستكون الصلاة انعكاسا لتعظيم الله تعالى في نفوسنا .والالتزام بها دليل الصدق والاستقامة.

ثم قيمة الصلاة تُبنى بالعلم :بقراءة القرآن ،والتأمل في الآيات التي تأمر بإقامتها ،ومعرفة مكانتها في سيرة النبي ﷺ ،وكيف كانت قرة عينه ،وملجأه عند الكرب .وكيف كانت في حياة صحابته رضي الله عنهم.
كما تُبنى بالممارسة الواعية :أن نصلي ونحن نعلم أننا نُناجي الله ،لا نؤدي حركات .وكلما ازداد العلم ،ازداد التعظيم ،وكلما ازداد التعظيم ،ازدادت لذة الصلاة .وكيف يمكن أن نسأل الله التوفيق والحفظ وكل أمانينا ودعواتنا العزيزة ونحن لا نؤدي حق عبادته في الصلاة؟ هذا لا يستقيم ،فلنقدم لأنفسنا ،كي يستجيب الله تعالى لنا ويوفقنا ويفتح علينا .فمعية الله تعالى لا يمكن لشيء في هذه الأرض أن يناجزها أو يعوضها.

- إجابة مريم مصطفى

ندرك قيمة الصلاة حين نعرف مع من نقف ،لا فقط ماذا نفعل .تتكوّن هذه الإحاطة من المعرفة بالله ،ومن التأمل في معاني الصلاة ،ومن التجربة الصادقة التي نذوق فيها أثرها على قلوبنا .الصلاة تُفهَم بالعلم ،لكنها تُدرَك بالمعايشة.

- **إجابة سلمى**

من العلم وبذلك ندرك عظمتها وقيمتها وتحبب إلينا أكثر.

ينعكس ضعف الصلاة على الطمأنينة ،والقرارات ،والعلاقات ،هل سبق أن شعرت شيئا من هذا؟ وهل ساعدك الانضباط في الصلاة على أداء أفضل في حياتك؟ هل تشعرين بالإنجاز؟ عند أداء صلواتك كلها في وقتها؟

- **إجابة هبة**

نعم ،ضعف الصلاة يترك أثره بوضوح :قلق بلا سبب ،تردد في القرارات ،اضطراب في المشاعر ، وثقل في العلاقات .والتشتت والاضطراب .وجنوح نحو المعاصي وسهولة الوقوع في الفتن.

وحين تنتظم الصلاة ،يتغير كل شيء بهدوء :لأن الفكر يصبح أوضح ،والقلب أهدأ ،وردود الأفعال أكثر رزانة .والإنسان أقرب إلى نفسه وإلى الله تعالى ،ومن هنا نبصر الحكمة من جعل الصلاة ٥ صلوات في اليوم والليلة ،فكلما حاولت الدنيا أن تنتزعنا لقاعها ،تأتي الصلاة لتنتشلنا لسمو السماء!

والشعور بالإنجاز بعد أداء الصلوات في وقتها شعور صادق ،يشبه ترتيب الفوضى الداخلية .كأنك تقولين لنفسك :أنا قادرة ...أنا ثابتة ...أنا لم أضيّع أهم ما لدي اليوم .ومن انتظمت صلاتها انتظمت بعد ذلك كل حياتها ولا قيمة لحياة لا صلاة فيها.

- إجابة مريم مصطفى

نعم ،شعرتُ أن ضعف الصلاة ينعكس مباشرة على اضطرابي الداخلي ،وعلى ترددي في قراراتي ، وحتى على علاقاتي بالآخرين .وعندما التزمتُ بالصلاة في أوقاتها ،شعرت أن الأمور تستقيم من الداخل أولًا .الإنجاز الذي أشعر به بعد أداء الصلوات في وقتها ليس دنيويًا ،بل هو شعور بالسلام ،وكأنني أوفيت بعهدٍ أساسي لا يجوز التفريط فيه.

- إجابة سلمى

لا ،نعم أحس ايضاً بأن وقتي فيه بركة وأنصح جميع الحسناوات هنا أن يفعلن ذلك بانتظام.

لو كانت هذه آخر فرصة للحديث عن الصلاة...

ما الرسالة التي تحبين أن تصل لقلب فتاة تهاونت فيها؟

- إجابة هبة

أقول لها من صميم القلب:

لا تنتظري أن تصبحي كاملة لتصلي ،صلّي لتصبحي أقرب إلى الكمال الذي يريده الله لك.

لا تحرمي نفسك أعظم باب للرحمة بحجة التقصير ،فالصلاة شفاء المنكسرين والضعفاء وكل من ينشد حاجته.

قومي الآن ،لا غدًا...

قومي كما أنت ،بتعبك ،بذنبك ،بضعفك...

فقلبك يحتاج الصلاة أكثر مما تظنين،

والله أرحم بك من نفسك .

نجاحك في الالتزام بالصلاة أهم امتحان صدق في حياتك ،فحتى لو كنت المتفوقة دراسيا ،ولم تصلي فأنت الفاشلة ،بدون صلاة لا إنجاز معتبر في حياتك مهما حصلت على أوسمة النجاح والتفوق في حياتك الدنيا ،ليكن هذا واضحا ،الصلاة عماد الدين وأساس كل نجاح ،ما لم تصلحي علاقتك بالله تعالى ،فأنت على خطر عظيم ،وإن استدركت واعتنيت بفريضتك كنت الموفقة وإن لم تحققي نجاحات دنيوية يشار لها بالبنان .انتبهي أين مقامات السبق ،في سبيل الله تعالى فتلك هي الأهم والأشفى لقلبك وسر قوتك ومعنى الظفر الأرجى .فكوني المسلمة الصادقة .وأبشري بكل خير.

- إجابة مريم مصطفى

أود أن أقول لها:

لا تنتظري أن تصبحي أفضل لتعودي إلى الصلاة ،بل عودي لتصبحي أفضل .الصلاة لا تطلب منك الكمال ،بل الصدق .مهما ابتعدت ،ِباب الوقوف بين يدي الله لم يُغلق ،وما دمتِ تشتاقين ، فما زال في القلب حياة.

- إجابة سلمى

يا أمة الله إعلمي أن تهاونك هذا ستسألين عنه يوم القيامة ماذا ستقولين للخالق جل علاه ،فلا تغرك الدنيا بملذاتها وشهواتها وتبتعدي عن الصلاة وإعلمي انك هنا في الدنيا عابر سبيل والدار الآخرة بإذن الله ،وايضاً انظري الى أشرف الخلق أجمعين ﷺ هل كان يؤخر الصلاة ؟ !لا والله بل قال ﷺ وجعلت قرةُ عيني في الصلاة ،وكيف لا وهي صلة بين العبد وربه ،ومن اليوم فلنكن جميعنا مثله ﷺ

وإلا هنا إنتهت رحلتنا أسئل الله يثبتني وإياكن على الصلاة ،وحفظكن الله وإلى لقاءٍ آخر بإذن الله في امان الله وحفظه ورعايته ،السلام عليكن ورحمة الله وبركاته.

الخاتمة

وهكذا فتياتنا الكريمات...

نصل إلى ختام هذه الحلقة ،لا بخاتمة مكتملة ،بل ببداية صادقة.

الصلاة ليست اختبار كمال ،ولا ميدانًا للمتقنين فقط ،بل باب رحمة مفتوح ...نعود إليه كلما تعبنا ،وكلما ضللنا الطريق.

إن فترنا ...نعود،

وإن قسونا ...نلين،

وإن ابتعدنا ...نقترب بخطوة.

تذكّري :الله لم يطلب صلاة بلا ضعف ،ولا قلبًا بلا غفلة ،بل طلب صدق الرجوع ،ومحاولة لا تنقطع.

لا تؤجّلي العودة حتى "تكوني أفضل،"

عودي كما أنت ...فالصلاة هي التي تُصلِح ،لا الجائزة بعد الإصلاح.

نسأل الله أن يردّ قلوبنا إليه ردًا جميلًا ،وأن يجعل الصلاة نورًا في صدورنا ،وثباتًا في أيامنا ،وأن لا يحرمنا لذّة الوقوف بين يديه.

وإن لامست هذه الحلقة قلبك ،فلا تجعليها تمر ...اجعليها دعاء ،أو سجدة ،أو نية صادقة لبداية جديدة.

إلى أن نلقاكن في الحلقة القادمة ،كن على صلة ...بالله أولًا ،ثم بالصلاة التي بها تحيا القلوب .

والسلام عليكنّ ورحمة الله وبركاته

{ءَامَنَ ٱلرَّسُولُ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡهِ مِن رَّبِّهِۦ وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۚ كُلٌّ
ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ لَا نُفَرِّقُ بَيۡنَ
أَحَدٖ مِّن رُّسُلِهِۦۚ وَقَالُواْ سَمِعۡنَا وَأَطَعۡنَاۖ غُفۡرَانَكَ رَبَّنَا
وَإِلَيۡكَ ٱلۡمَصِيرُ ٢٨٥ لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَاۚ لَهَا
مَا كَسَبَتۡ وَعَلَيۡهَا مَا ٱكۡتَسَبَتۡۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذۡنَآ إِن
نَّسِينَآ أَوۡ أَخۡطَأۡنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحۡمِلۡ عَلَيۡنَآ إِصۡرٗا كَمَا
حَمَلۡتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلۡنَا مَا لَا
طَاقَةَ لَنَا بِهِۦۖ وَٱعۡفُ عَنَّا وَٱغۡفِرۡ لَنَا وَٱرۡحَمۡنَآۚ أَنتَ مَوۡلَىٰنَا
فَٱنصُرۡنَا عَلَى ٱلۡقَوۡمِ ٱلۡكَٰفِرِينَ ٢٨٦}

[البقرة: ٢٨٥-٢٨٦]