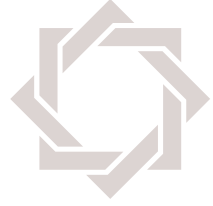




**أسباب تساعدك  
على الخشوع والتركيز  
في الصلاة**

# أسباب تساعدك على الخشوع والتركيز في الصلاة



١. استحضر في صلاتك الآتي:

١. استحضر أنك تعبد ربًا عظيمًا جليلاً، يراك، ويسمعك، ويبصرك، ويراقبك.

٢. استحضر عزة الله، وعظمته، وهيبته، وجلاله.

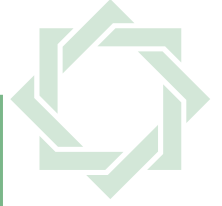
٣. استحضر وقوفك بين يديه تعالى.

٤. استحضر أن الله تعالى ينصب وجهه لوجهك في صلاتك، عن النبي -ﷺ- قال: "إن الله يأمركم بالصلاة، فإذا صليتم فلا تلتفتوا؛ فإن الله ينصب وجهه لوجه عبده في صلاته ما لم يلتفت". [سنن الترمذي].

وضح الإمام ابن القيم الالتفات المنهي عنه في الصلاة بأنه قسمان:

الأول: التفات القلب عن الله -ﷻ- إلى غير الله تعالى.

والآخر: التفات البصر.



## ٢. استشعر في صلاتك الآتي:

١. استشعر كل حركة وقول في صلاتك، مع الإصرار على التركيز على تأديتها ببطء وتدبر، وابتعد عن تأديتها بوصفها عملاً روتينياً مفروضاً دون مشاعر، أو فقط باللسان دون حضور القلب.
٢. تذكر أن المصلي يؤجر على قدر ما وعي وخشع في صلاته. قال النبي ﷺ:-  
"إن العبد ليصلي الصلاة، ما يكتب له منها إلا عشرها، تسعها، ثمنها، سبعها، سدسها، خمسها، ربعها، ثلثها، نصفها". [مسند أحمد].
٣. تهيأ قبل الدخول في الصلاة بتلبية حاجات البدن التي قد تشغلك عن التركيز في الصلاة، ففي الحديث: "لا صلاة بحضرة طعام، ولا وهو يدافعه الأخبثان". [صحيح مسلم].
٤. احرص على أداء الصلاة في مكان هادئ يساعد على التدبر، وابتعد عن أماكن الضوضاء، والحركة، والعوامل التي تشتت التركيز، وتلهي النظر، مثل: أشخاص يتحدثون من حولك، أو رنين الهاتف، أو صوت التلفاز.