

## فوائد الصلاة

### أ- فوائد روحية:

١. إن الصلاة تعين العبد على تحمل المصائب والبلاء ، قال تعالى: (( واستعينوا بالصبر والصلاة وإنها لكبيرة إلا على الخاشعين )) سورة (البقرة) الآية (45)
٢. إن الصلاة سبباً في نزول الرحمة واستجابة الدعاء قال تعالى: (( وأقيموا الصلاة وآتوا الزكاة وأطيعوا الرسول لعلكم ترحمون )) سورة (النور) الآية (٥٦)
٣. الصلاة راحة النفس والشعور بالاطمئنان ، قال تعالى : (( ألا بذكر الله تطمئن القلوب )) سورة ( الرعد) الآية ( ٢٨ ) وكان رسول الله إذا حزبه أمرٌ كان يقول قم يا بلال فأرحنا بالصلاة.
٤. الصلاة كفارة الذنوب ، قال تعالى (( إن الحسنات يذهبن السيئات )) سورة ( هود) الآية ( ١١٤ ) وقال رسول الله " الصلاة إلى الصلاة مكفرة لما بينها إذا اجتنبت الكبائر".
٥. الصلاة سبب في دخول الجنة ، قال تعالى : (( قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون )) سورة ( المؤمنون) الآية ( ٢-١ )
٦. الصلاة تقرب العبد إلى الله حتى ينال محبته كما جاء في الحديث القدسي " لا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه".

### ب - فوائد للبدن :

- ١- النظافة العامة للبدن -من خلال التطهر المستمر لكل صلاة اما بالغسل في حال الجنابة او لصلاة الجمعة او بالوضوء للدخول في الصلاة والذكر.
- ٢- أنتظام اجهزة الجسم وخصوصا الجهاز الهضمي والبولي وذلك من خلال التخلص من الفضلات السامة في الغائط والبول حيث لا تصح الصلاة مع مدافعة الاخبثين ( الغائط والبول ).

# الصلاة النبوية

٣- نتيجة للوضوء المتكرر خلال اوقات الصلاة يحصل تفريغ للشحنات الكهربائية الزائدة عن حاجة الجسم مما يقلل الضغط على الجهاز العصبي للجسم .

٤- ارتفاع مقاومة الجسم للأمراض والابوئة المجتمعة كالزكام والانفلونزا وما شابهها وذلك لتعرض المصلي لها بشكل متدرج ومستمر اثناء صلاة الجماعة مما يجعل الجسم يكون مقاومة لهذه الامراض اكثر بكثير من الاشخاص الذين لا يتعرضون لها بشكل متدرج .

٥- الرياضة البدنية للجسم باكملة من خلال الذهاب للمسجد للصلاة او الى اماكن الصلاة واداء الصلاة في اوقاتها وهي تشتمل على حركات رياضية لجميع الجسم ،خاصة للأشخاص الذين يكون عملهم مكتبيا او لا يتطلب جهدا بدنيا كبيرا .

٦- الوضوء بالماء وكذلك الخروج للصلاة في اوقات السنة المختلفة ( الصيف والخريف والشتاء والربيع ) وبشكل تدريجي ومستمر يعين جسم الانسان على التكيف الى الظروف الجوية والمناخية للبلد الذي يعيش فيه بالاضافة الى تعرضه الى اشعة الشمس في اوقات مختلفة من النهار حيث تمكن الجسم من الحصول على احتياجه منها وبشكل مثالي للحفاظ على الجسم السليم .

## ج - الفوائد النفسية :

- ١- الصلاة تمنح الانسان فسحة كبيرة من الطمأنينة والامل في الحياة وذلك للشعور في الصلاة بالقرب من الله الذي وحده يستطيع أن يعين الانسان بدون حدود .
- ٢- الصلاة تعين الانسان من التخلص من عقدة الذنب بعدم شكر الله على نعمه والانصياع الى اوامره والانتهاه عن نواهيه .
- ٣- الصلاة تمكن الانسان من تجاوز المحن والمصائب وذلك لانها تعطي المصلي الملجأ الذي يمكن التوجه اليه في مثل هذه الحالات وهو الله .
- ٤- الصلاة تكون بمثابة الموجه لتصرفات الشخص في حالات الفرح او الحزن او الخوف لوجود صلوات الشكر وصلاة الخوف وغيرها مما تضبط تصرفات المصلي في مثل هذه الحالات .
- ٥- في حضور الصلاة مع الجماعات وفي المساجد تبعد عن المصلي الكثير من الامراض النفسية كالعقد الاجتماعية والانعزال و الوحدة والخوف من الاخرين وتوفر له فرصة الاختلاط والتعرف على المستويات العلمية والاجتماعية وسائر طبقات المجتمع الذي يعيش فيه .
- ٦- عند تعرض المصلي لمشاكل او مصاعب في حياته سيجد من اهل المساجد من يعينه على تجاوزها مما يحقق له الامن النفسي ويدفع عنه الخوف من المجهول .

## د- الفوائد الاجتماعية :

١- الصلاة ستنجح للمصلي الاختلاط القريب من المصلين في منطقة عمله او سكنه وهم يمثلون الشريحة الخيرة في المجتمع مما سيعينه ذلك في التصحيح المستمر لمسيرة حياته وحياته عائلته الاجتماعية .

٢- الالتزام باوقات تادية الصلاة ستتنظم حياة المصلي الاجتماعية والحياتية بسياق يجعل من توقيتات الصلاة محددات لعلاقات المصلي في عمله أو مواعيدته وحتى نشاطاته الرياضية والاجتماعية كونها توقيتات معلومة ومحترمة من قبل الجميع .

٣- الصلاة داخل العائلة تعطي عاملا مشتركا مضافا لافراد الاسرة يمكنهم الالتقاء فيه وادامة التواصل الاسري من خلال تذكير بعضهم البعض وتبادل المعلومات المستمر مما يشد الاسرة الى بعضها .

٤- التقارب الاجتماعي بين العوائل التي تؤدي الى الصلاة مما يوسع العلاقات الاجتماعية الاسرية المنضبطة ويكسر حواجز العزلة بين العوائل المسلمة .

٥- الاشتراك في الصلوات العامة كالاعياد و الجمع وقيام رمضان توفر مناسبة كريمة للجميع لتجاوز الخلافات والفوارق الطبقية وتوفر الجو التكافلي للمجتمع المسلم وكذلك توفر الفرصة للعوائل للتعرف على امكانيات التصاهر والنسب مع بعضها وبطريقة حضارية راقية ترضي الله ورسوله .

٦- اشراك الاطفال في الصلوات العامة يكسر لديهم عقدة الخوف من الاخرين ومن عقدة الخوف من الاماكن العامة وينمي فيهم الجرأة المنضبطة والشجاعة في التعامل مع الاخرين .

## انظر الرابط