عنوان الخطبة	الإجازة صحة وفراغ
عناصر الخطبة	١/عرض يسير لبعض نعم الله على العباد ٢/ الصحة والفراغ من أهم النعم ووأجلها لعظم منافعهما ومخاطرهما ٣/الفوائد العظيمة من وراء استغلال الصحة والفراغ ٤/مغابن الفراغ ومخاطره على حياة العبد ودينه وخلقه.
الشيخ	عبدالعزيز بن محمد النغيمشي
عدد الصفحات	١١

الخطبة الأولى:

إنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِينُهُ مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ وَمَنْ يُضْلِلْ فَلَا هَادِيَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ؛ أَمَّا بَعْدُ: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ)، (يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com

تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا)، (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا* يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا فقد فاز فوزاً عظيماً).

أيها المسلمون:

مُتَقَلِّبٌ فِي العَيْشِ طَابَ مُقامُه *** في صِحَّةٍ في مَأَمَنٍ في مَطْعَمِ

مُتَفَرِّغٌ مِن شُغْلِهِ، مُستأمِنٌ في دارِهِ، مُتَمَتِّعٌ في أَهْلِهِ، يَرُوْحُ ويَغْدُو في عَافِيَة، يَنَامُ وَيَصْحُو في عَافِيَة، ما النَّعِيْمُ إِنْ لم يَكُن هذا نَعِيْمٌ؟ (أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا جَعَلْنَا حَرَمًا آمِنًا وَيُتَخَطَّفُ النَّاسُ مِنْ حَوْلِهِمْ)،

هِيَ نِعمةٌ عَمَّت رُبُوْعَ حِمانا *** نِعْمَ عَبْدٌ قَامَ يَسْعَى في بَقَاهَا

أَمْنٌ في الدَّارِ وَقَرَارٌ، ورغدٌ في العَيْشِ وَشِبَعٌ؛ (فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَٰذَا الْبَيْتِ * الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ)، (ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ

عَنِ النَّعِيمِ)؛ قَالَ السَّعْدِيُّ -رحمه الله-: "لتُسأَلُنَّ عَنْ النَّعِيْمِ الذي تَنَعَّمْتُمْ بِهِ في دَارِ الدُّنْيا، هَلْ قُمْتُمْ بِشُكْرِهِ، وَأَدَّيْتُمْ حَقَّ اللهِ فِيْه، وَلَمْ تَسْتَعِيْنُوْا بِه عَلَى مَعَاصِيْه، فَيُنَعِّمَكُمْ نَعِيْمًا أَعْلَى مِنْهُ وَأَفْضَلُ في الآخرة، أَمْ اغْتَرَرْتُمْ بِهِ وَلَمْ تَقُوْمُوْا بِشُكْرِهِ؟ بَلْ رُبَّما اسْتَعَنْتُمْ به عَلَى مَعَاصي الله، فَيُعَاقِبَكُم عَلَى ذَلِك؛ (وَيَوْمَ يُعْرَضُ الَّذِينَ كَفَرُوا عَلَى النَّارِ أَذْهَبْتُمْ طَيِّبَاتِكُمْ فِي حَيَاتِكُمُ الدُّنْيَا وَاسْتَمْتَعْتُمْ بِهَا فَالْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ)"

عباد الله: والصِّحَّةُ والفَرَاغُ، نِعْمَتَانِ لا تُقَدَّرَانِ بِثَمَن، قَلَّ قدرُهُما في قُلُوْبِ قَومٍ فَخَابُوا، عَنِ ابنِ عباسٍ -رضي اللهُ عنهما- قال: قال رسولُ اللهِ -صلَّى اللهُ عليه وسلَّم-: «نِعمَتانِ مغبونٌ فيهما كثيرٌ من الناسِ: الصَّحَّةُ والفَّراغُ»(رواه البخاري).

وإنَّ الحياةَ قُلَّبْ، وإنَّ دَوَامَ الحالِ عَلَى حَالٍ مُحَال، وإنَّ اسْتِثْمَارَ زَهْرَةِ الحياةِ بِطِيْبِ العملِ مَغْنَم، وإنَّ ضياعَ العُمرِ وقتَ رَبِيْعِه غَبْنٌ وخُسران، قال ابن القيم -رحمه الله-: "إنَّ أعظمَ الإِضَاعَاتِ إضَاعَتَان، هُما أَصْلُ كُلِّ إضاعة: إِضَاعةُ القَلْبِ، وإِضَاعَةُ الوَقْت؛ فإِضَاعَةُ القَلْبِ مِنْ إِيْثَارِ الدُّنْيا عَلَى

الآخِرَةِ، وإضَاعَةُ الوَقْتِ مِنْ طُوْلِ الأَمَلِ، والصَّلاحُ كُلُّهُ في اتِّبَاعِ الهُدَى والاسْتِعْدَادِ لِلِقَاءِ اللهِ"

والوقْتُ أَنْفَسُ ما عَنِيتَ بِحِفْظِهِ *** وَأَرَاهُ أسهَلَ ما عَلَيْكَ يَضِيعُ

والصِّحَّةُ تَاجٌ عَلَى رُؤُوْسِ الأَصِحَّاءِ، يُبْصِرُه بِجَلاءٍ المَرْضَى، هِيَ كنزٌ ثمينٌ، وَصَيْدٌ سَمِيْنٌ، وعَطاءٌ مُبِيْن، بِالصِّحَّةِ، تُشْرِقُ الحياةُ، وتَتَنَفَّسُ النَّفْسُ، تَبْتَسِمُ الرُّوْحُ، فلا يَتَمَتَّعُ عَلِيْلٌ بِالمَلَذَّات، وَلا يَتَلَذَّذُ سَقِيْمُ بِمُتَعِ الحَياةِ

وَمَنْ يَكُ ذَا فَمٍ مُرٍّ مَرِيضٍ *** يَجِدْ مُرّاً بِهِ المِاءَ الزُّلالا

والصِّحْةُ والفَرَاغُ إِذَا اقْتَرَنَا، شَرِيْكا رِبْحٍ، وقَرِيْنا فَوزٍ، وحَلِيْفا تِجارَةٍ، إذا قَادَهُما قَلْبٌ إِلى الكَرامَةِ تَوَّاق، وقَدَمٌ إِلَى الفَضِيْلَةِ سَبَّاقْ.

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com

صِحَّةٌ وفَرَاغ، تُقْطَعُ بِهِما الصِّلاب، وتُقاوَمُ بِهِما الصِّعابُ، ويُجارَى بِهِما السَّحاب، صِحَّةٌ وفَرَاغ، تَتَمَزَّقُ أَمامَهُما مَعاذِيْرُ الكُسالى، وتَتَكَشَّفُ أَمامَهُما دَعاوىَ المتقاعِسِيْن.

صِحَّةٌ وفَراغ، سَاحاتٌ للسَّعيِ، وسَلالِمُ للرُّقِيِّ، ودُرُوبٌ لِلتِّجَارَة، تِجارَةٌ يُكْسَبُ بِها رِبْحُ دُنْيا، أَو يُكْسَبُ بِها فَوزُ الآخِرَة.

صِحَّةٌ وفَراغ، وكَمْ تَحَسَّرَ مَشْغُولٌ، على فَواتِ فُرَصِ الفَراغِ التي في البَطالَةِ فَرَّقَها، وكَمْ تَحَسَّرَ مَرِيْضٌ، على فَواتِ فُرَصِ الصِّحَةِ التَي في الجَهَالَةِ مَزَّقَها.

صِحَّةٌ وفَرَاغ، سَبِيْلٌ لِنَيْلِ المكرُمات، طَرِيْقٌ لِكَسْبِ المعالِي، لَمْ يُحَقِّقْ مَنْ تَأَلَّقْ سُؤْدَداً في غَيْرِ كَدٍّ، لَمْ يَنَلْها، مُهْدِراً للوَقْتِ في نَومٍ وصَدٍّ، مَنْ أَضَاعَ الوَقْتَ فِي أَخْذٍ وَرَدٍّ، تَاهَ في دُنْيا الشَّتات.

هَذِهِ الأَعْمَارُ تَمْضِيْ، كَمْ عَلِيْلٍ كَانَ في الصَّحَّةِ لاهٍ، يَتَمَنَّى لَوْ تَعُوْدَ العَافِيَة، كَمْ صَحِيْحٍ قَدْ أَحَاطَتْهُ المشَاغِل، يَتَمَنَّى يَوْمَ كانَتْ صَافِيَة، هَذِهِ الأَوْقَاتُ

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com

حُبْلى، حَمْلُها مَا تَصْنَعُوْن، مَا تَعْمَلُوْن، مَا تَفْعَلُوْن، مَنْ قَضَاهَا في كَرِيْمِ السَّعْيِ سَرَّهُ ما أَنْجَبَتْ، مَنْ قَضَاهَا في ضَيَاعٍ سَاءَهُ مَا خَلَّفَتْ، أَوْدِعِ الأَوْقَاتَ أَعْمَالاً تَسُرُّك، لا تُبَدِّدْهَا يَبَاباً، إِنَّها حَتْماً تَضُرُّك.

دَقَّاتُ قَلْبِ المرءِ قَائِلَةٌ لهُ *** إنَّ الحَيَاةَ دَقَائِقٌ وثَوَان
فارفعْ لِنَفْسِكَ بعدَ موتِكَ ذِكْرَهَا *** فالذِّكْرُ للإنسانِ عُمْرٌ ثَانِي

نهارٌ يَغْشَاهُ ليلٌ، وليلٌ يَجْلُوهُ النَّهار؛ (وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنْ أَرَادَ أَن يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا).

صِحَّةٌ وفَرَاغ، هُما سَنامُ العُمرِ وزَهْرَتُه، ورَونَقُهُ وقُوَّتُه، ومِدادُهُ وطاقَتُه.

والعَبْدُ، عِن لَحظاتِ العُمرْ يَوماً سَيُسْأَل، عَنْ أَبِي بَرْزَةَ الأَسْلَمِيِّ –رضي الله عنه– قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ –صلَّى اللهُ عليه وسلَّم–: "لاَ تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ القِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ، وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ فَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ، وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلاَهُ"(رواه الترمذي).

إِنَّ ضَيَاعَ الأَوْقَاتِ بِلا ثَمَن، غَبْنٌ وخُسرانٌ مُبين، فابتدرْ وَقْتَ فَرَاغٍ، خُطَّ في المِجْدِ فَضِيْلَة، كَمْ حَسَنَةٍ في الدَّقِيْقَةِ تُكتَسَبْ؟ كَمْ طُمُوحٍ في الفَرَاغِ يُحَقِّقْ؟ وَعِنْدَ الصَّبَاحِ يَحْمَدُ القَوْمُ السُّرى.

اغْتَنِمْ في الفَرَاغِ فَضْلَ رُكُوعٍ *** فَعَسَى أَنْ يَكُوْنَ مَوْتَكَ بَغْتَه
كَمْ صَحِيْحٍ رَأَيْتَ مِنْ غَيْرِ سُقْمٍ *** ذَهَبَتْ نَفْسُهُ العَزِيْزَةُ فَلْتَه

(وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ).

بارك الله لي ولكم،

الخطبة الثانية:

الحمدُ للهِ رَبِّ العَالمينَ، وأَشْهَدُ أَنْ لا إِلهَ إِلا اللهُ وَلِيُّ الصَّالحينَ، وأَشْهَدُ أَنَّ مُحمداً عَبْدُهُ ورَسُوْلُهُ الأَمِيْن، صَلَّى اللهُ وَسَلَّمَ وَبَارَكَ عَلَيْهِ وعَلَى آلِهِ وأَصْحَابِهِ أَجْمَعِيْنَ؛ أَمَّا بَعْد: فاتقوا الله -معاشر المسلمين-.

عباد الله: وَلَئِنْ كانَ الحدِيْثُ عَنْ الفَرَاغِ يَوْماً ضَرُوْرَة، فَإِنَّهُ في هَذِهِ الأَيَّامِ -في مُسْتَهَلِّ الإِجازَةِ- آكدُ ما يَكُوْنُ.

إنَّ الفراغَ، إِنْ لَمْ يُقْضَ بِما يُشْغِلُ النَّفسَ عَن أَهوائِها، ويُبْعِدُها عَن أَسبابِ بَلائِها، فإِنَّهُ الخطرُ الجَاثِمُ، يُفْسِدُ على الشَّبابِ والفَتَياتِ حَياتَهم.

الفَراغُ، ما كانَ حَلِيْفاً لِمُفَرِّطٍ إلا نَدِم، وما كانَ قَرِيْناً لِمَوَفَّقٍ إلا غَنِم، فُراغٌ يُسْتَهانُ بِه، يَفْتِكُ في الأَعْمَارِ، ويَفْرِي في الأَخلاق، يَجْلِبُ قَرِيْنَ السُّوْءِ، ويُقَرِّبُ عَمَلَ المُنْكَرْ، ويَفْتَحُ أَبْوَابَ الفَسَادِ، ويُضْعِفُ حَصَانَةَ النَّفْسِ، وَيُوْرِدُ خَوَاطِرَ الهَوى وَوَسَاوِسَ الشَّيْطَان.

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com

إِنَّ الشَّبَابَ والفَرَاغَ والجِدَة *** مَفْسَدَةٌ للمَرْءِ أَيُّ مَفْسَدَة

الفَراغُ، فُرْصَةٌ نادِرَةٌ تُبْنَى بِها المكارِمُ، وتُعْمَرُ بِها الفَضائِلُ، وتُكسَبُ بِها الأَرزاق.

في الفَراغِ، مُتَّسَعٌ لَذَوِيْ الهِمَمِ، ومُرْتَقىً لذّوِيْ الطُّموح، يُصْنَعُ المِجدُ في أَوقاتٍ من الأعمارِ ثَمِيْنَة، وتُكْسَبُ المعايِشُ في أَوقاتٍ من الأَعمارِ مُغْتَنَمَة، فَما أَفْلَحَ مَنْ في الفَراغِ تَنَكَّسْ، وما أَفْلَحَ مَنْ في الفَراغِ أَضَاع.

وما أَعانَ على اغْتِنامِ الفَراغِ، مِثلُ جَلِيسٍ نَبِيْلٍ، يَنْهَضُ بالهِمَّةِ ويَرْتَقي، ويحْفَظُ النَّفسَ يَتَّقِي.

الجَلِيْسُ هو الصَّانِعُ لِجَلِيْسِه، فَمَنْ جالَسَ البَطَّالَ أَقْعَى، ومَنْ جَالَسَ الأَبطالَ وَثَبْ، النُّجَباءِ، بِمُجَالَسَتِهِم تَزْكُو النُّفُوسُ وتَتَهذَّب، وتَرْتَقِي الحياةُ وتَتَرَتَّب؛ (وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ

وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا).

سَتُقْضَى أَوقاتُ الفَراغ، وللنَّفسِ في الفُسْحَةِ مُتَنَفَّس، ولَها في الإِجازَةِ مُسْتَراح، ومُتَعُ الحياةِ كَثِيْرَةٌ، وأَشْقَى الناسِ مَنْ ضَاقَتْ عَلَيهِ سَاحَاتُ المباح، فَتَطاوَلَ أَسْوارَ الحَرامِ حَتَّى تَسَوَّر، وتَجاسَرَ عَلى حُدُودِ الشَّرْعِ حتى اسْتَباح.

طَلَبَ لَذَّةً لِيَنالَ مُتْعَة، فأَدْرَكَ مُتْعَةً وأَضاعَ دِيْن، لَذيذُ الطَعامِ يُكْفَى إِنْ كانَ فِيهِ السُّمُّ نَاقِع، وشَهِيْ المرْقَدِ يُجْفَى إِنْ كَانَ فِيْهِ الرَّدَى قَابِع.

في الفَراغِ، أَرِحْ نَفْسَكَ مِن نَصَبِها، وأَكْرِمْها بِما يُؤْنِسُها، لا تَقْتَحِمْ بِها دَرْبَ رَدَى، ولا تُلْقِ بِها في غِمارِ يَمّ، لا تَقْتَرِفْ مُوبِقَةً فَتَهْلَك، ولا تَسْتَخِفَّ بِفَرِيْضَةٍ فَتَخسَرْ، احْفَظَ صَلاتَكْ، صُنْ عِرْضَك، أَقِمْ دِيْنكْ، أَطِعْ ربَّك، فإِنَّ فَراغاً أَبْعَدَكَ عَن اللهِ فَهو عَطَبْ.

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com

في أَوْقَاتِ الإِجَازَاتِ، تُسْتَنفَرُ جُهُوْدُ المصْلِحِيْنَ في كُلِّ مَحْضَنٍ تَرْبَوِي، وفي كُلِّ دَائِرَةٍ عَائِلِيَّةٍ، وفي كُلِّ لِقاءٍ تَواصُلِي، تُسْتَنْفَرُ الجُهودُ لإِقَامَةِ مشارِيعَ نافِعةٍ، ومُشاركاتٍ هادِفَةٍ، وإِرْشاداتٍ مُضِيْئَةٍ، في أَوْقَاتِ الإِجَازَاتِ وفي غَيْرِها، يُنْأَى بالأَهلِ عَن مواطِنِ الرِّيْبَة، ويُحفَظُونَ من أَماكِنِ المنْكَرَاتِ والتَّبَرُّجِ والاخْتِلاطِ والسُّفُور، وما اسْتَعانَ مُسْتَعِينٌ على أَمْرٍ، بِمِثْلِ اسْتِعانَتِهِ باللهِ رَبِّ العالمين،

اللهم أصلح لنا ،

ص.ب 156528 الرياض 11788
+966 555 33 222 4
info@khutabaa.com
khutabaa.com