

## كيف ترقق قلبك؟ - الشیخ عبدالرحمن الودعان

عبدالرحمن الودعان

المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الحاليات بالنظيم والجنادي حين تختنق الحنایا ترقيق القلب له طرق منها قراءة القرآن من اعظم ما يرقق القلب ان تقرأ القرآن بخشوع مو جراید ومجلات. حاول تقرأ القرآن بقلب. ايضا حضور المواقع واستماعها

00:00:00

ما يرقق القلب الدعاء بقلب خاشع. لأن الداعي قريب من الله عز وجل. وما يرقق قلب قيام الليل والخلوة مع الله. من معظم ما امر الله به رسوله صلى الله عليه وسلم. وكان يحرص عليه النبي صلى الله عليه وسلم في اول الاسلام قيام الليل - 00:00:40

وهذا مثل ما قال وهو دأب الصالحين من قبلكم. قيام الليل في الخلوات يرقق القلب. قم الليل الا قليلا. نصفه او انقص منه قليلا. احرص على قيام الليل ولو انك تقوم نص ساعة ولا ربع ساعة ولا ثلث ساعة. وقيام الليل لازم تنام مبكر - 00:01:00

عود نفسك قدر ما تستطيع تنام مبكر. قدر ما تقدر. مما يرقق القلب كثرة الذكر تسبيح تهليل استغفار. مما يرقق القلب مجالسة الصالحين. الصالحين على الحقيقة مما يرقق القلب ايضا القراءة في سير السلف الصالح. مما يرقق القلب التخفف - 00:01:30

هذا هو مصييتنا اليوم. تخفف من الدنيا. اما تحط الدنيا بقلبك وتبي قلبك يرقق. يقوس ولك كل ما تخففت من الدنيا كل ما كان خير لك. تخفف ما استطعت نسأل الله ان يرقق قلوبنا - 00:02:00