

● أولاً/ النصوص الأساسية:

1. يقول تعالى في سورة الفرقان الآية 62: ﴿ وهو الذي جعل الليل والنهار آياتاً لمن أريد أن يذكر أو أريد شكوراً ﴾.
2. ويقول تعالى في سورة المومنون الآيتان 99-100: ﴿ حتى إذا جاء أحدهم الموت قال رب ارجعوني لعلي أعمل صالحاً فيما تركت كلا إنما الآفة هو فأنزلها ومن ورائهم برزخ إلى يوم يبعثون ﴾.
3. روى الإمام البخاري عن ابن عباس عن النبي ﷺ: «نعمتان مغبون فيهما كثير من بني آدم، الصحة والفراغ».

● ثانياً/ أهمية الموضوع:

الوقت رأس مال المسلم والتفريط فيه أو عدم شغله بالنافع المفيد يعني خسارة الدنيا والآخر، إذ الوقت مما سيسال عنه العبد يوم القيامة كما جاء في الحديث: «لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: عن شبابه فيم أفناه وعن عمره فيم أبلاه وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه وعن علمه ماذا عمل فيه».

● ثالثاً/ الأهداف العامة:

1. تنمية اليقين بأن الوقت رأس مال ثمين لا يقدر بثمن وبأنه موضع السؤال يوم القيامة.
2. الحفز إلى المبادرة إلى الأعمال الصالحة وهجر التسويف.
3. رصد العادات المضیعة للوقت وتقليلها وتحديد العادات التي توفر الوقت وتنميتها.

● رابعاً/ المضامين المحورية:

1. الوقت في القرآن والسنة.
2. شعائر الإسلام وأدابه تؤكد قيمة الوقت.
3. خصائص الوقت.
4. اغتنام الفراغ والمصارعة في الخيرات.
5. كيف يطيل الإنسان عمره ويتحرر من التسويف.

6. العادات المضیعة للوقت والعادات التي توفره.

● خامساً/ النماذج البشرية:

1. يحكي الشيخ عبد العظيم المنذري (ت 656 هـ) صاحب كتاب الترغيب والترهيب عن إسحاق بن إبراهيم المرادي يقول: «لم أر ولم أسمع أحداً أكثر اجتهاداً منه، كان دائم الاشتغال في الليل والنهار، وقد جاورته في المدرسة (...) فلم استيقظ في ليلة من الليالي في ساعة من ساعات الليل إلا وجدت ضوء السراج في بيته وهو مشغول بالعلم وحتى كان في حال الأكل والكتب عنده يشتغل فيها».
 2. وشكت زوجة الحافظ ابن شهاب الزهري (ت 124 هـ) كثرة اشتغال زوجها بالكتب فقالت: والله إن هذه الكتب أشد علي من ثلاث ضرائر.
 3. وهذا المرحوم عمر التلمساني مرشد الإخوان المسلمين يقول عن نفسه: أقبلت على القراءة الدينية، فقرأت تفسير الزمخشري، وابن كثير، والقرطبي وسيرة ابن هشام، وغيرها من السير... قرأت أسد الغابة، والطبقات الكبرى، ونهج البلاغة، والأمالى والعقد الفريد لابن عبد ربه والمخصص لابن سيده وصحيح البخاري وصحيح مسلم من جلده إلى جلده.
- [آفات على الطريق ج3، ص 113 - 120]

● سادساً/ التطبيق والتدريب:

1. تكليف فرد بوضع أهداف واضحة في حياته المستقبلية تهتم بالعبادات والدعوة والمطالعة وأموره الدنيوية وذلك على المدى البعيد والمتوسط والقريب مع تحديد الوسائل المناسبة والحزم في التنفيذ.
2. تكليف كل فرد من أفراد الجلسة بدعوة فردين على الأقل خلال الأسبوع إلى اغتنام الوقت في عبادة الله والدعوة إلى دينه.
3. وضع بعض الخطط الجماعية والثنائية قصد التعاون على استثمار الوقت مثل الرياضة وحفظ القرآن والدعوة وغيرها.

● سابعاً/ المراجع المقترحة:

1. الوقت في حياة المسلم / د. يوسف القرضاوي
2. الوقت إعمار أو دمار/ جاسم المطوع
3. آفات على الطريق (ج3)/ د. سيد محمد نوح
4. دليل التدريب القيادي/ ود. هشام الطالب
5. قيمة الزمن عند العلماء/ عبد الفتاح أبو غدة