

# دليل يوم عرفة التوعوي



الشريك الاستراتيجي





في هذا الدليل ستتعرف على أهم ما تحتاجه في رحلتك إلى الحج من معلومات وتوجيهات وإرشادات تخص يوم عرفة.



يتوفر هذا الدليل باللغات التالية  
ويمكنك تحميلها بالنقر عليها :

English

ENG

عربي

AR

বাংলা

BEN

Bahasa Indonesia

IND

Français

FRA

Hausa

HAU

Türkçe

TUR

اُردُو

URD

Español

SPN

Русский язык

RUS

Bahasa Malaysia

MAY

සිංහල භාෂාව

SIN

አማርኛ

AMH

فارسی

PER

o'zbek

UZB

हिंदी

HIN



# فهرس دليل يوم عرفة التوعوي



اضغط على العنوان للوصول إلى الصفحة المطلوبة

يوم عرفة



فضل يوم عرفة



موسم الرحمات  
والهدايا



صيام يوم عرفة ◀



مكان عرفة ◀



وقت الوقوف بعرفة ◀



كيف أقضي وقتي ◀



دعاء يوم عرفة ◀



من جوامع الدعاء  
في القرآن والسنة ◀



مسجد نمره



جبل عرفة



احذر ضربات الشمس



للوقاية من التسمم الغذائي



الخدمات المتوفرة في عرفة



التفويج من عرفة إلى مزدلفة



تعليمات استخدام  
قطار المشاعر



قائمة التأكد



أرقام تهمك



7



# يوم عرفة

**أعظم أركان الحج** وكأن ما قبله  
تهيئة له، وما بعده تنمة له. قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:  
”الحج عرفة“.

**وهو يوم مهيب** يقف فيه جميع  
الحجاج على اختلاف ألوانهم وبلدانهم  
وحاجاتهم في صعيد واحد يدعون الله  
ويتضرعون له ابتغاء رحمته وغفرانه.





**وفي هذا الدليل الإرشادي** ستجد كل ما تحتاجه من معلومات وإرشادات عن هذا اليوم وأحسن الطرق لاغتنام تلك اللحظات العظيمة التي لا تعوض.



**يوم عرفة** يوم يجتمع فيه شرف المكان والزمان في لحظات إيمانية تعم فيها رحمة الله وألطافه.

**وهو في اليوم التاسع من ذي الحجة. والعشر الأولى من ذي الحجة** هي أعظم أيام العام كما قال **صلى الله عليه وآله**: "ما من أيام العمل الصالح فيهن أحب إلى الله من هذه العشر".



# فضل

## يوم عرفة

**1 أنه يوم يكتر فيه العتق من النار:**

قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبدًا من النار من يوم عرفة".

**2 أنه يوم يباهي الله فيه ملائكته الكرام بأهل عرفة محبة ورضا**

**بما يصنعون:** قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "إن الله

يباهي ملائكته عشية عرفة بأهل عرفة فيقول: انظروا إلى عبادي أتوني شعثًا غبرًا".



### ٣ أن الدعاء فيه خير الدعاء وأعظمه:

قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "خير الدعاء دعاء يوم عرفة".

### ٤ أنه أشد يوم على إبليس: قال

صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "ما رُئي الشيطان يومًا هو فيه أصغر ولا أدحر ولا أدمر ولا أدقر ولا أغيط منه في يوم عرفة، وما ذاك إلا لما رأى من تنزل الرحمة وتجاوز الله عن الذنوب العظام".





# موسم الرحمات والهدايا

**موقف عرفة** موقف عظيم يدنو الله فيه من عباده، لا تخفى عليه دعواتهم وهمومهم وحاجاتهم على اختلاف لغاتهم وتباين طلباتهم.

**وقد كان الصحابة والسلف على حالين في ذلك اليوم:**



**ومنهم من** يغلب عليه الرجاء وحسن الظن بالله وإجابة الدعوات.

**فمنهم من** يغلب عليه في تلك اللحظات الحياء والخوف من الله عز وجل.

**وكلها مقامات عظيمة.**



# صيام

## يوم عرفة

**ولكرامة هذا اليوم** فإن خيراته وبركاته تنال جميع المسلمين حتى من لم يحج، ولهذا فقد شرع لغير الحاج صيام يوم عرفة حتى يناله شيء من تلك البركات. **قال ﷺ " صيام يوم عرفة أحتسب على الله أن يكفر السنة التي قبله والسنة التي بعده"**

**أما الحاج فلا يصوم** اقتداء بالنبي ﷺ (فقد كان مفطراً يوم عرفة في حجة الوداع)، وليتقوى على أعمال الحج.



# مكان عرفة



**عرفة سهل منبسط** قحيط بقوس  
من الجبال يقع على الطريق بين مكة  
والطائف شرقي مكة المكرمة خارج  
حدود الحرم.

منى

مزدلفة



عرفة

الطائف



16



المسجد  
الحرام



- منى
- مزدلفة

عرفة

الطائف

تبلغ مساحته الإجمالية  
10.4 كلم<sup>2</sup>

يبعد عن مزدلفة  
6 كلم



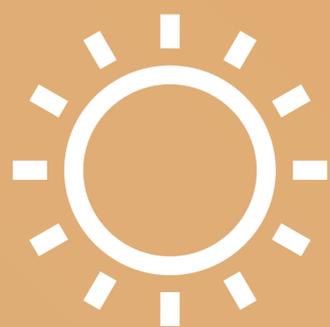
وعن منى  
10 كلم



وعن المسجد الحرام  
20 كلم تقريبًا



# وقت الوقوف بعرفة



**وقف النبي** ﷺ يدعو بعرفة من بعد زوال الشمس حتى غروب الشمس وأذان المغرب.



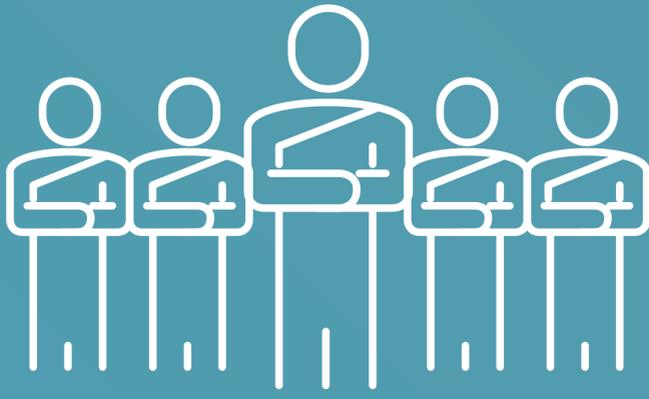
**ويمكن الوصول لعرفة** قبل هذا الوقت والمغادرة بعده حسب ما يتيسر للحاج ولكن وقت الدعاء يبدأ من بعد الزوال.

**وعلى الحاج أن** يتقيد بحملته ومواعيد انتقالاتها وتفويجها.



# كيف أقضي وقتي

الوقوف بعرفة لحظات إيمانية لا  
تتكرر وعلى الحاج أن يستغل وقته  
بأحسن ما يستطيع وذلك بأن:



**يصلي الظهر والعصر جمعًا** وقصرًا  
مع جماعة حملته بعد الزوال مباشرة أو  
بعد الوصول إن وصل بعد الزوال.





**يحرص على** البقاء في مخيمه وعدم الخروج إلا لحاجة فطرق عرفة تتشابه جدًا ويكثر الضياع فيها.



**يستغل وقته** وينوّع العبادات ليبعد عن نفسه السأم والملل. ويتذكر أنها لحظات تمر وأجر يبقى.



**تلاوة القرآن**



**الدعاء**



**ذكر الله وتسبيحه  
وتهليله**



**التلبية**



# دعاء يوم

# عرفة



**أفضل الدعاء وأقربه للإجابة** هو دعاؤك يوم عرفة، فاستغل جميع اللحظات بالدعاء والالتجاء إلى الله.

**وهذه بعض الأفكار التي تُعينك:**





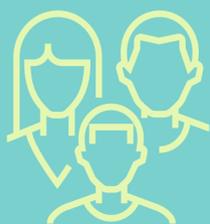
# 1

**سجّل همومك** والأُمور التي تريد أن تدعو بها قبل يوم عرفة.



# 2

**ادعُ الله بلغتك ولهجتك** وبالطريقة الأقرب إلى قلبك، فالله يعلم السر وأخفى، وأعظم الدعاء ما اتفق فيه القلب واللسان.



# 3

**ادعُ بالخير لوالديك وأهلك** وإخوانك وأصحابك واذكرهم بأسمائهم، قال **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ**: "دعوة المرء المسلم لأخيه بظهر الغيب مستجابة، عند رأسه ملك مُوَكَّلٌ كلما دعا لأخيه بخير، قال الملك الموكَّل به: آمين ولك بمثل".

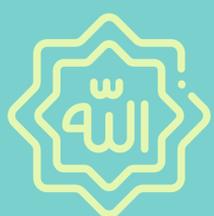


# 4

**ادعُ الله بخيرَي الدنيا والآخرة** ولا تتحرّج من دعاء الله لحاجاتك الدنيوية.



# 5



**ادعُ الله بأسمائه الحسنى** التي

تعرفها فتقول: يا رحيم ارحمني ويا غفور اغفر لي ويا كريم أكرمني.

# 6



**كرّر الدعاء الواحد مرات** كثيرة، فالله

يحب الإلحاح في الدعاء.

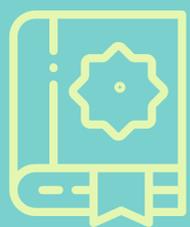
# 7



**استجمع قلبك في الدعاء** واستحضر

أن الله جل وتقدس يدنو في هذا الوقت من عباده ليحيب دعاءهم.

# 8



**ادعُ الله بالأدعية القرآنية** والأدعية

النبوية التي تحفظها. ويمكن أن تستعين بورقة تذكرك بها.





# من جوامع الدعاء في القرآن والسنة

﴿رَبَّنَا نَقْبَلُ مِنْكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ  
﴿وَتُبَّ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ﴾

[البقرة: ١٢٧-١٢٧].

﴿رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي  
﴿الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾

[البقرة: ٢٠١].

﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا

[البقرة: ٢٨٦].



رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ  
عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ﴿البقرة: ٢٨٦﴾ .

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ  
لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ﴿آل عمران: ٨﴾ .

رَبَّنَا إِنَّا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ  
أَنْ ءَامِنُوا بِرَبِّكُمْ فَءَامَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا  
وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ ﴿آل عمران: ١٩٣﴾ .





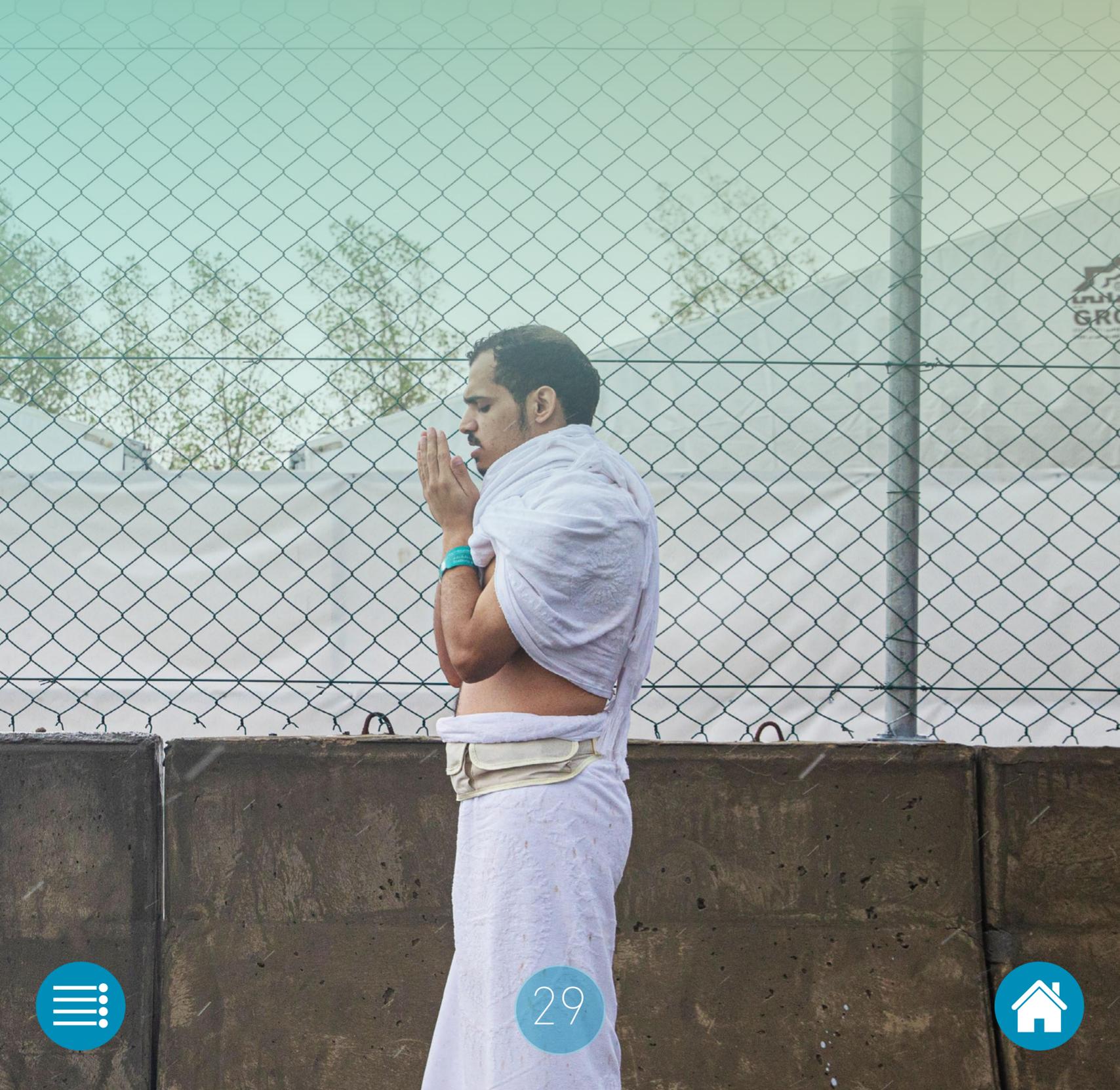
﴿رَبَّنَا وَعَايِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَىٰ رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا  
يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ﴾ [آل عمران: ١٩٤].



﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا  
لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [الأعراف: ٢٣].



﴿رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي  
رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءَ﴾ [إبراهيم: ٤٠].



﴿لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ

مِنَ الظَّالِمِينَ﴾ [الأنبياء: ٨٧].

﴿رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ  
عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ  
وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ

المُسْلِمِينَ﴾ [الأحقاف: ١٥].

﴿رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا  
بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا  
رَبَّنَا إِنَّكَ رءُوفٌ رَحِيمٌ﴾ [الحشر: ١٠].

**(اللهم اني أسألك الهدى، والتقى،  
والعفاف، والغنى).**

**(يا مقلب القلوب ثبت قلبي على  
دينك).**



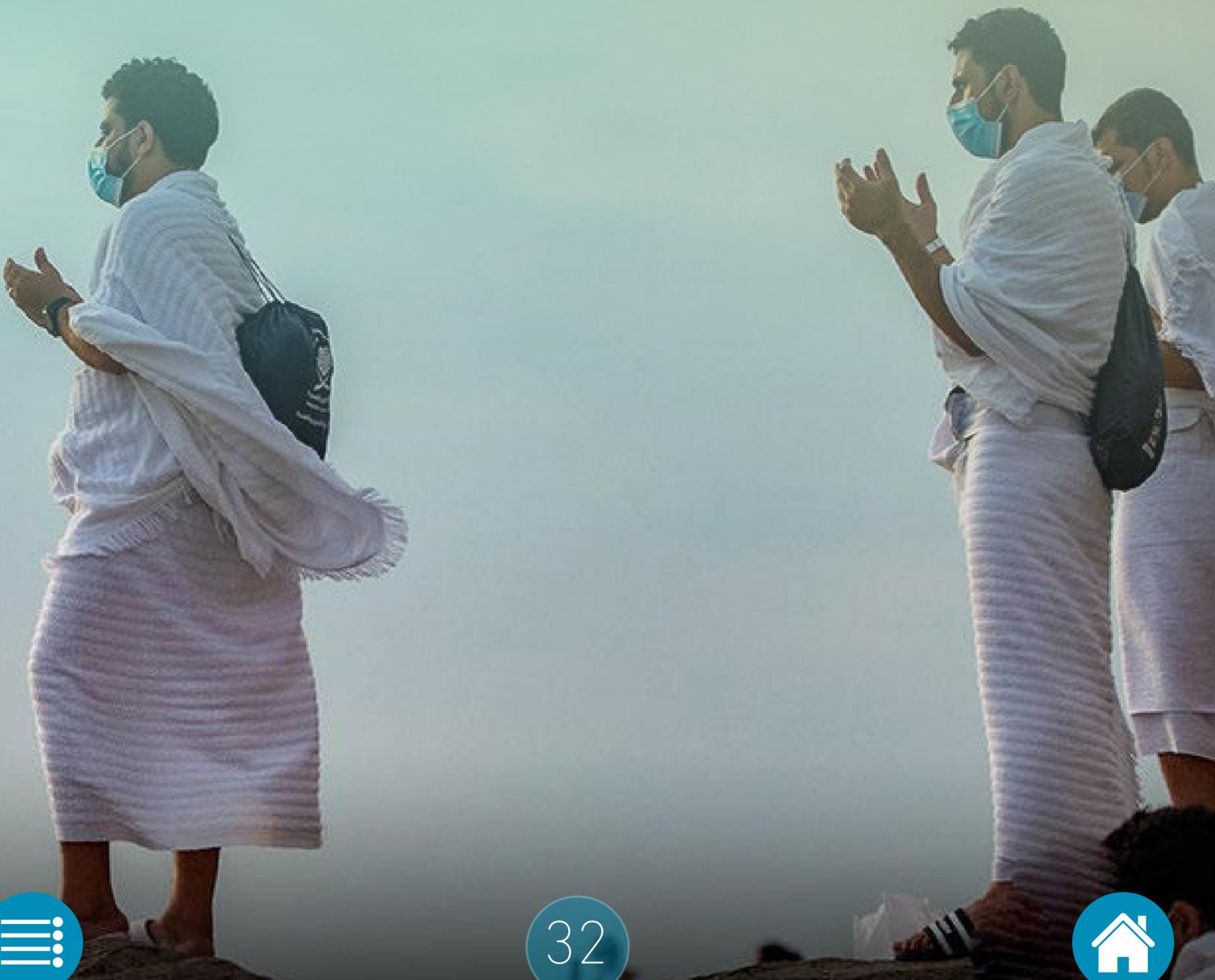




(اللهم آت نفوسنا تقواها وزكّها أنت  
خير من زكّاها أنت وليها ومولاها).



(اللهم اهدني فيمن هديت، وعافني  
فيمن عافيت، وتولّني فيمن تولّيت،  
وبارك لي فيما أعطيت، وقني شر  
ما قضيت، إنه لا يذل من واليت،  
تباركت ربنا وتعاليت).

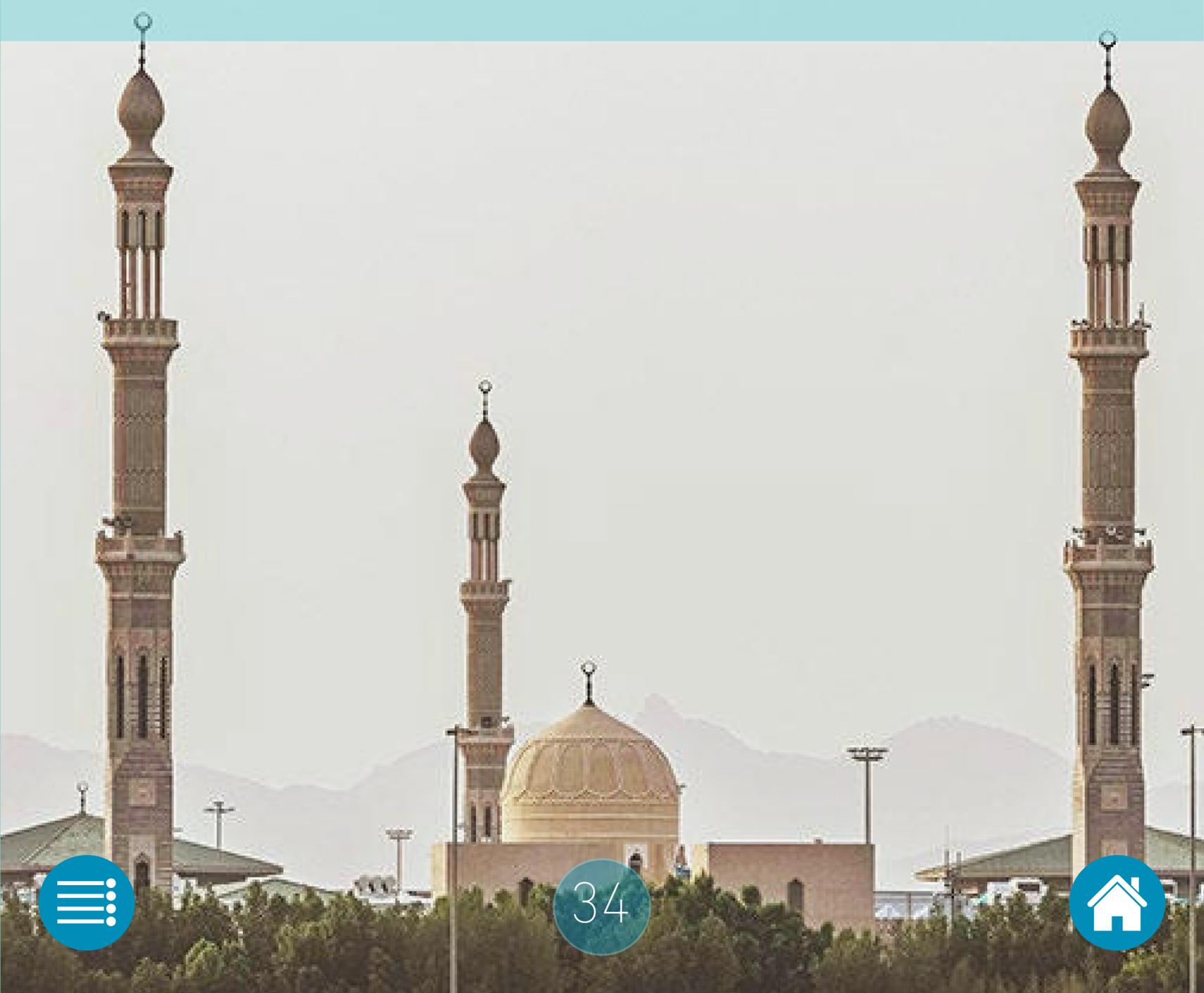




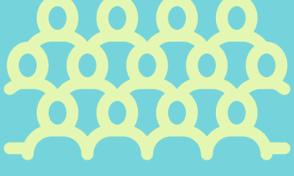
# مسجد نمرّة

**مسجد مُقام** في المكان الذي صلى فيه رسول الله ﷺ وخطب فيه خطبة الوداع.

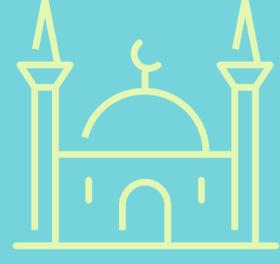
**تقام فيه صلاتا الظهر والعصر وخطبة يوم عرفة** التي تنقلها التلفزيونات والإذاعات الإسلامية مباشرة.



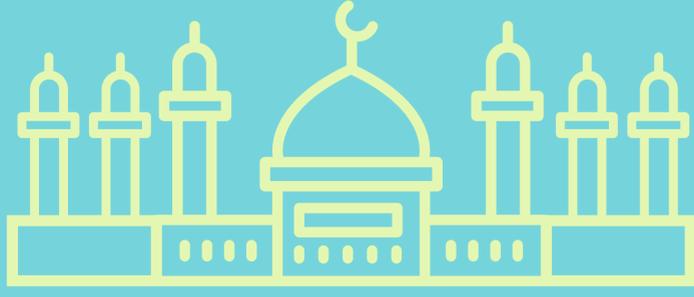
وهو **مسجد عظيم** اعتنت المملكة العربية السعودية بتوسعته والعناية به.



ويستوعب أكثر من  
**350.000** مصلي



تبلغ مساحته  
**110.000** م<sup>2</sup>



له **6 منارات** في أطرافه يبلغ  
**ارتفاعها 60م** يمكن مشاهدتها  
من جوانب عرفة المختلفة.

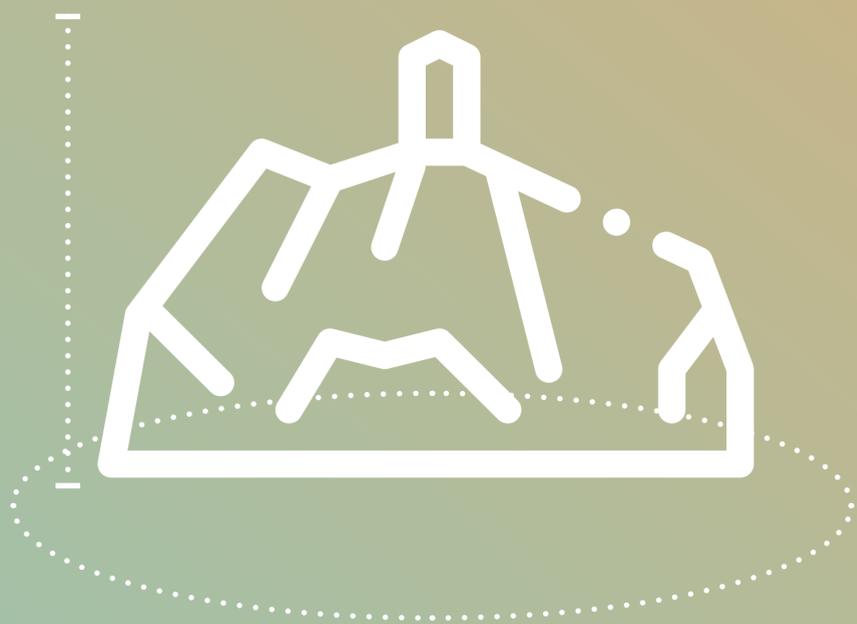
**يحرص الحاج** ألا يعرض نفسه للضياء وضربة الشمس بمحاولة الصلاة في مسجد نمرة، بل يصلي في مخيمه ولا يخرج منه إلا للضرورة.



# جبل عرفة

**أكمة ومرتفع صغير** مستوي السطح  
وواسع المساحة، مكون من حجارة صلبة  
سوداء كبيرة الحجم.

65 م



640 م

**ترتفع قاعدة الجبل** عن الأرض المحيطة  
بمقدار 65 م.

**ويبلغ محيطه 640م.**





**وعلى قمة الجبل** شاطئ يبلغ ارتفاعه **7** أمتار توضع عليه بعض التنبهات.

**ويسمى الجبل** بأسماء مختلفة، منها:

**جبل الرحمة**

**جبل التوبة**

**جبل عرفة**

**وقف رسول الله ﷺ** أسفل الجبل ولم يصعد عليه، وقال حين وقف: **(وقفت ههنا وعرفة كلها موقف).**



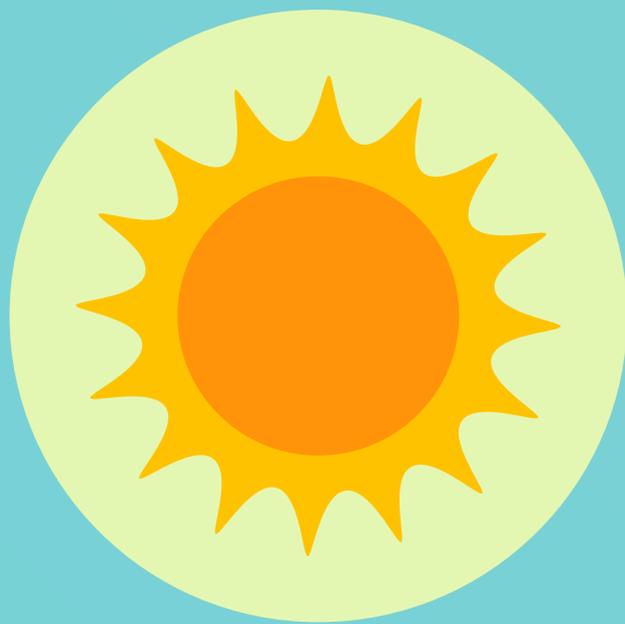
**وليس على الحاج** قصد الجبل ولا صعوده؛ فلم يصعد عليه قدوتنا رسول الله ﷺ ولا الصحابة ولا التابعون من بعدهم.

**على الحاج** أن يتقيد بمكان حملته في عرفة حتى لا يتيه ولا يؤذي نفسه بالشمس والحر، وذلك اتباعًا لقول رسول الله ﷺ: (وقفت ههنا وعرفة كلها موقف).



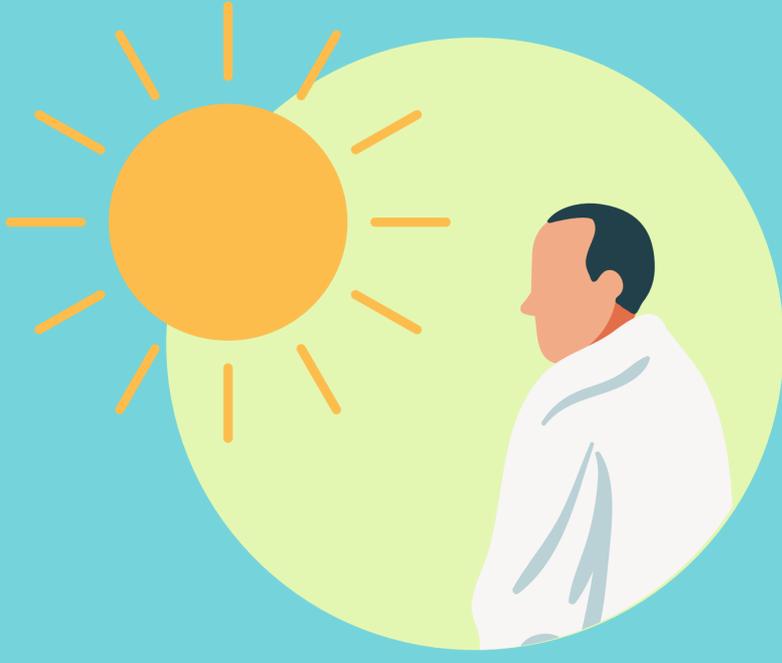


# احذر ضربات الشمس



**يفقد الحاج سوائل كثيرة** عبر التعرّق،  
وينصح دائمًا بشرب كميات كافية من  
الماء لتعويض ذلك.





**تجنب الخروج** تحت أشعة الشمس لغير حاجة.



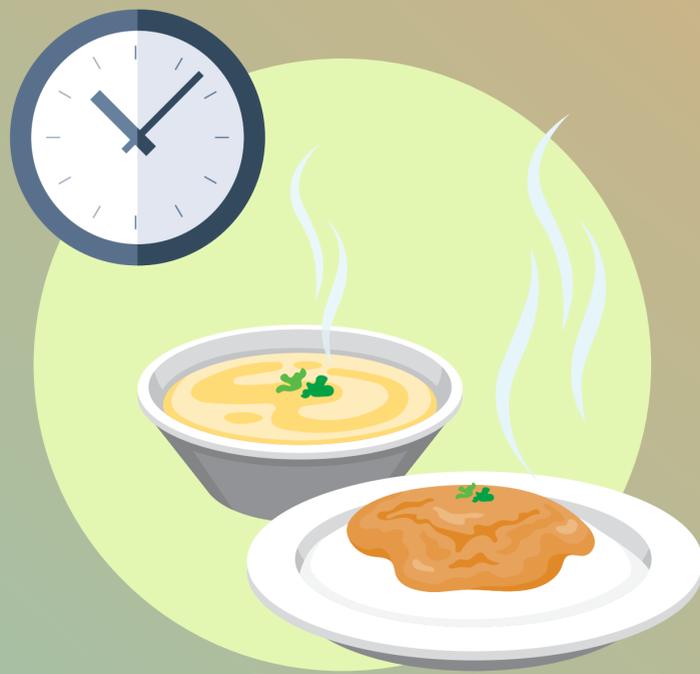
وعند خروجك نهارًا فتجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس **باستخدام مظلة** فاتحة اللون.



**خذ قسطًا كافيًا من النوم** ليلاً قدر المستطاع وابتعد عن السهر لأن قلة النوم تعرّض الجسم للإجهاد وتُضعف مقاومته.



# للوقاية من التسمم الغذائي

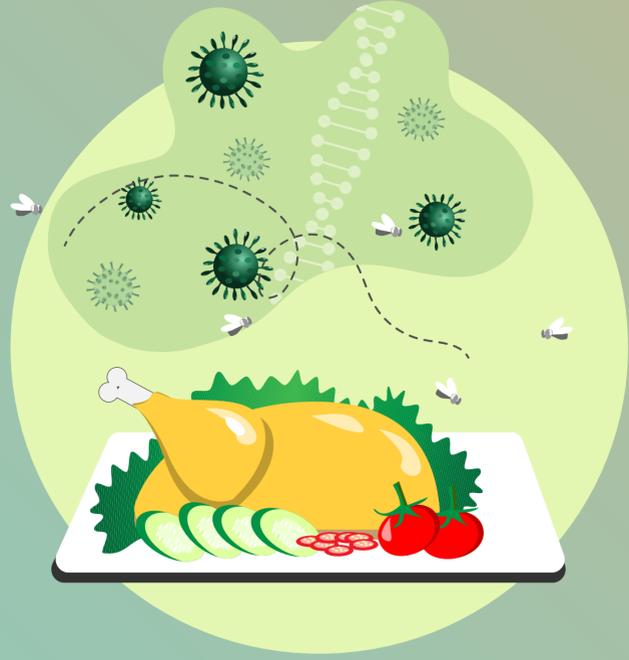


**تجنب تخزين الطعام المطهيّ أو أكله**  
بعد فترة من توزيعه، خصوصًا عند التنقل  
أوقاتًا طويلة في المشاعر.





احرص على **غسل الفواكه والخضروات** قبل تناولها.



انتبه إلى أن **حفظ الطعام المطهي في درجة حرارة الغرفة** أكثر من ساعتين يؤدي إلى تكاثر الجراثيم وإمكانية التعرض للتسمم الغذائي.



**عدم شراء الأطعمة** التي يعرضها الباعة المتجولون.





احرص على تناول الوجبات الرئيسية  
في أوقاتها، وشرب كميات كافية من  
السوائل للوقاية من الجفاف.



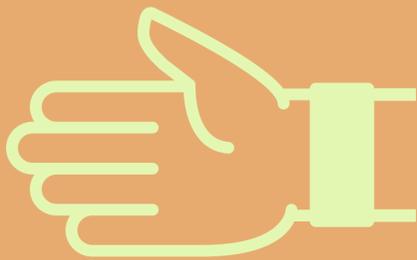


# الخدمات المتوفرة

## في عرفة



عادة تُهيئ الحملة مخيمًا لأفراد حملتها يحتوي مكانًا للراحة ودورات مياه خاصة.

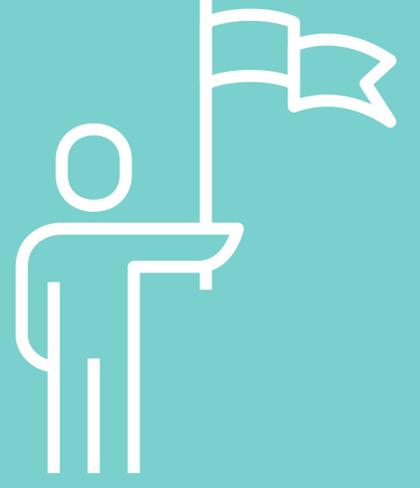


احرص على ارتداء سوار الحملة لتستفيد من الخدمات المقدمة من الحملة.

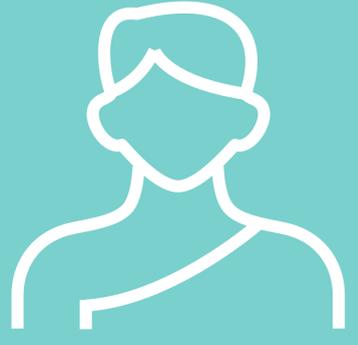


# التفويج من عرفة إلى مزدلفة

**تقيد أخي الحاج** بالتعليمات التي يحددها المطوّف عن وقت الخروج من المخيم في عرفة؛ حتى لا تواجه الزحام والضياع.



**كُن مستعدًّا** عندما يحين وقت الخروج، واحمل كل أغراضك.





**تقيّد بالوسيلة المعدة** للانتقال مع  
حملتك، حافلة كانت أو قطارًا.



**لا تراحم ولا تستعجل والزم السكينة**  
فقد كان رسول الله ﷺ يأخذ بزمام ناقته  
ويقول: "أيها الناس عليكم بالسكينة،  
فإن البرّ ليس بالإيضاع" (السرعة).





## استخدم دورات المياه قبل الخروج؛

لأنه قد يتأخر وصولك إلى مزدلفة  
لأسباب عديدة.



## احرص على السماحة والتلطف

**وَضَيْطِ النَّفْسِ** وابتعد عن الجدل قدر

استطاعتك امثالاً لقول الله تعالى:

﴿فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا

جِدَالَ فِي الْحَجِّ﴾ [البقرة: ١٩٧].







# تعليمات استخدام قطار المشاعر



**تقيّد بتعليمات** المرشد والمراقب  
ورجل الأمن.



**تقيّد بالجدول الزمني** لتفويج الحجاج  
إلى محطات القطار.





## امتنع عن حمل الأمتعة داخل القطار.



**حافظ على السُّوار** في معصمك  
طوال موسم الحج.



**امتنع عن الافتراش والاستلقاء** في  
المحطات حتى لا تتأذى وتُعطل سير  
ضيوف الرحمن.



# قائمة التأكد

تذكر أن تحمل معك وأنت ذاهب  
إلى عرفة:

شاحن جوال متنقل.

الأدوية الشخصية..

بخاخ الربو (إن كنت تستخدمه).

كريمات التسلخات الجلدية.

مصحف.

حذاء مريح للمشي الطويل.

مظلة شمسية.

محفظة الأغراض الشخصية.

سوار ركوب القطار.

البطاقة التعريفية.

# أرقام تهمك

## 911

للحالات الطارئة والخدمات الأمنية

## 937

للاستشارات والاستفسارات الطبية

## 920002814

مركز اتصال وزارة الحج والعمرة  
للإجابة عن استفسارات ضيوف الرحمن

## 1966

للاستفسارات الخاصة بالمسجد الحرام  
والمسجد النبوي الشريف



بإمكانك الحصول على بقية الأدلة  
التوعوية من خلال زيارة موقع وزارة  
الحج والعمرة (من خلال الضغط  
هنا) ستجد في الأدلة جميع الإرشادات  
والتوجيهات التي تُيسِّر لك أداء المناسك  
بكل سهولة واطمئنان..



الشريك الاستراتيجي



شركاؤنا في النجاح



# تقبل الله أعمالكم وسعيكم

للمزيد من المعلومات  
التوعوية  
تابعونا على حسابنا  
في تويتر



[Haj.gov.sa](http://Haj.gov.sa) | [@HajMinistry](https://twitter.com/HajMinistry)

وزارة الحج والعمرة  
MINISTRY OF HAJJ AND UMRAH

