Vol.4 No. 4 2021

ISSN Online: 2709-7625

ISSN Print: 2709-7617

الترويح في ضوء السنة النبوية

(دراسة تحليلية)

1. **Dr Bashir ul Rehman**,
Assistant Professor Department of Hadith and its Sciences IIUI Pakistan
2. **Dr Sajjad Elahi**
Lecturer Department of Hadith and its Sciences IIUI Pakistan

ABSTRACT

The Prophet peace be upon him is the best guide for the Ummah who guided them to everything that is beneficial for them in this world and the hereafter. His guidance is always of great wisdom, and among his guidance is the practice of recreational activities, the activities that a person does in his spare time for the pleasure and releasing oneself, achieving balance, renewing his energy and activity, reviving his abilities to work, and developing his mental, spiritual and physical faculties. Islam, as it emphasized on effort, diligence and the benefit of time, it also emphasized giving the soul rest and extroversion in line with the nature of man, it prohibited monasticism which is abandoning the world and asceticism in it, staying away from humans and devoting oneself solely to worship, and when the Prophet, peace be upon him, was told about a companion Amr bin Al-Aas that he remains awake at night and fasts during the day, so he said: "Do not do that, get up, sleep, fast and break the fast". if we look at the wisdom of sleep, it removes the fatigue of the day, the Almighty said: "And We have made your sleep a source of rest" (al-Nabaa:9), meaning cutting off movement to obtain relief from frequent work and striving for sustenance during the day. The Sunnah of the Prophet has large number of Ahadith that indicate the legitimacy of recreation, as specified rulings for it have also being mentioned, and we find from the fragrant biography of the Prophet that he peace and blessings be upon him, practiced various aspects of recreation, entertainment and permissible amusement, so he used to race, joke and so on. We also find that the Prophet's recreation was not random, but aimed at lofty goals, the most important of which are: improving the movement of the body, revitalizing the body, saving the person from boredom, fatigue, anxiety, depression and congestion of chest as well as other painful feelings that cause disinterest in serious activities , just as through recreation the tolerance of Islam is observed that includes all aspects of life and not as some imagine that Islam does not entertains the concept of comfort and social space rather is a religion of violence and severity. The Messenger peace be upon him through his establishment of recreational activities whether through his personal involvement or his presence made the concept clear that Islam endorses the idea of recreation, social space and comfort and giving each person his right.

Key words: *recreation, entertain, soul rest, frequent work, comfort, revitalize.*

تمهيد:

إن النبي صلى الله عليه وسلم خير هادٍ للأمة الذي أرشدهم إلى كل ما فيه صلاح لهم، فلم يخلو هديه من حكمة بالغة، ومن هديه عليه الصلاة والسلام "الترويح" والمراد به: الأنشطة التي يقوم بها الإنسان في أوقات فراغه بغرض إدخال السرور والتنفيس عن النفس، وتحقيق توازنه، وتجديد همته ونشاطه، ولإحياء قدراته على العمل، ولتنمية ملكاته الذهنية والروحية والجسدية.

وإن الإسلام كما أكد على الجد والاجتهاد وعلى الانتفاع من الوقت، أكد على إعطاء النفس من الراحة والانبساط تماشياً ومواكباً مع جبلة الإنسان، فمن حكمة النوم أنه يزول به تعب النهار، قال تعالى: "وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتاً"[1] قال ابن كثير: "أي قِطعاً للحركة لتحصل الراحة من كثرة التِردداد والسعي في المعاش في عرض النهار"[2].

---

1 النباء: 9.

2 أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير، تفسير القرآن العظيم 593/4 (الطبعة الأولى 1416هـ، مؤسسة الريان).

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

وإن السنة النبوية اشتملت على عدد كبير من الأحاديث والآثار التي تدل على مشروعية الترويح، كما نجد من سيرته العطرة بأنه عليه الصلاة والسلام مارس جوانب متعددة من ألوان الترويح والترفيه واللهو المباح، فكان يسابق ويمازح ويداعب إلى غير ذلك. كما نجد بأن الترويح النبوي لم يكن عشوائيا بل كان يهدف أهدافاً سامية وأغراضاً نبيلة كما سيأتي في المباحث الآتية.

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

مفهوم الترويح:

التعريف اللغوي: إذا نظرنا إلى تعريفات أهل العلم لهذه الكلم فإنها تدل على إزالة التعب والتوتر عن النفس وإدخال السرور والبهجة عليها، والتقلب من حالة إلى أخرى، والاستراحة.

يقول ابن منظور[3]: رجلٌ أريحيّ: مهتزٌّ للندى والمعروف والعطية واسع الخلق. والإسم: الأريحية والتريُّح....وراح لذلك الأمر يَراح رَواحاً ورُوُحاً وراحاً وراحةً وأرْيَحِيَّةً ورِياحة: أشرق له وفرح به وأخذته له خِفة وأرْيحيّة.....راح الإنسان إلى الشيء يَراح إذا نشط وسُرّ به وكذلك ارتاح. والرِّياحة أن يراح الإنسان إلى الشيء فيستروح وينشط إليه والارتياح: النشاط... والرحاة ضد التعب. واستراح الرجل: من الراحة. والرَّواح والراحة من الإستراحة.... يقال ما لفلان في هذا الأمر من رواح أي من راحة، وجدت لذلك الأمر راحة أي خفة.... وفي الحديث قال النبي صلى الله عليه وسلم لمؤذنه بلال: "أرحنا بها" أي أذن للصلاة فتستريح بأدائها من اشتغال قلوبنا بها.... وفي الحديث: صلاة التراويح، لأنهم كانوا يستريحون بين كل تسليمتين. والراحة العِرْس لأنها يُستراح إليها[4].

وقال الزبيدي[5]: أراح فلان: مات، كأنه استراح. وتقول: أراح فأراح أي مات فاستريح منه. أراح الرجل: استراح ورجعت إليه نفسه بعد الإعياء[6].

وأما التعريف الاصطلاحي: هو أوجه النشاط غير الضارة التي يمكن أن يقوم بها الفرد أو الجماعة في أوقات الفراغ بغرض تحقيق التوازن، أو الاسترخاء وإدخال السرور والتنفيس عن النفس الإنسانية، وتجديد همّتها ونشاطها في ضوء القيم والمبادئ الإسلامية[7].

المبحث الأول: أهداف الترويح.

المطلب الأول: تربية البدن واكتساب القوة.

إن تربية البدن على الجد والاجتهاد أمر مطلوب في الدين، والتربية البدنية كما شرعها الإسلام تقوم على عدة أهداف، من أهمها: القوّة والصلابة. فالإسلام لا يريد الجسم المترهل أو الضعيف الذي لا يستطيع أن يتحمل المشاق إذا طلب منه، فمن اتصف بالقوة الجسمية إلى جانب القوة الإيمانية فهو محمود وممدوح، لأن من اتصف بهذا الوصف يكون أكثر إقداما على العدو في ميادين القتال وأكثر جرأة على أعداء الله وأشد عزيمة في الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر وأكثر تحملا المشاق في ذات الله عزوجل وأنشط للعبادات وأرغب لها. كما مدح النبي صلى الله عليه وسلم المؤمن القوي، وأنه خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وإن كان في كلٍّ خير[8]. فمن اتصف بالقوة الجسمية إلى جانب القوة الإيمانية فهو ممدوح، ويدخل في هذا العموم قوله تعالى: "وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّة"[9].

3 ابن منظور: هو محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين، ابن منظور الرويفعي الإفريقي، الإمام اللغوي، ولد بمصر وله مؤلفات عدة منها: لسان العرب، مختار الأغاني، نثار الأزهار في الليل والنهار، وغيرها. توفي سنة 711هـ. انظر: ابن العماد، شذرات الذهب 26/6.

4 انظر: ابن منظور "لسان العرب" 461/2، مادة (روح) نشر: أدب الحوزة قم، إيران 1405هـ.

5 الزبيدي: محمد بن محمد بن عبد الرزاق الحسيني، الزبيدي، أبو الفيض، لغوي، نحوي، محدث، أصولي، أديب، مؤرخ، نسابة، مشارك في عدة علوم، له عدة تصيفات، منها: تاج العروس في شرح القاموس، الروض المعطار في نسب السادة آل جعفر الطيار، بلغة الغريب في مصطلح آثار الحبيب، توفي سنة 1205هـ. انظر: عمر رضا كحالة، معجم المؤلفين 282/11 (دار إحياء التراث العربي بيروت لبنان).

6 انظر: الزبيدي "تاج العروس من جواهر القاموس" 150/2 (منشورات دار مكتبة الحياة، بدون ذكر سنة النشر).

7 انظر: مروان رشيد "قضايا اللهو والترفيه بين الحاجة النفسية والضوابط الشرعية"، ص: 3. (ط/ مكتبة التوبة، الرياض، الطبعة الثانية 1414هـ).

8 انظر: صحيح مسلم، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير 2052/4. (ط/دارعالم الكتب الرياض 1417هـ).

9 الأنفال: 60.

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

يقول ابن القيم رحمه الله[10]: "القوة الجسمية تأتي عن طريق الممارسات الرياضية، فهي تقوي وتشد العضلات لأن الجسم فكما يحتاج إلى الغذاء حتى يصحو وينمو، فإنه يحتاج إلى الحركة والنشاط، لأنه يبقى عند كل هضم بقية ما، إذا كثرت على مر الزمان اجتمع منها شيء له كمية وكيفية، فيصير بكميته بأن يسد ويثقل على البدن، ويوجب احتباس الأمراض، وأما إن استفرغ بالأدوية تأذى البدن بالأدوية، ولكن الحركة أقوى الأسباب في منع تولدها، فإنها تسخن الأعضاء، وتسيل فضلاتها، فلا تجتمع على طول الزمان، ويعود على البدن الخِفة والنشاط، ويجعله قابلا، ويصلب المفاصل، ويقوي الأعصاب والفؤاد، ويؤمن جميع الأمراض المادية وأكثر الأمراض المزاجية إذا استعمل القدر المعتدل منه وفي وقته"[11].

المطلب الثاني: العمل على زيادة الترابط الأسري.

إن الإسلام قد اهتم ببناء الأسرة وتقويتها وصونها من أي حملة تشن إليها وتفكك كيانها وتزرع العداوة بين أفرادها، وإن من هَدي الإسلام في بناء الأسرة الأمر بالعشرة بالمعروف، كما قال تعالى: "وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ"[12]. والسبيل الأعظم للعشرة بالمعروف، هو: تطييب الأقوال وتحسين الأفعال والهيئات –حسب الإمكان–، واستدامة البشر، ومداعبة الأهل، وقيام كل من الزوجين بما يحب أن يقوم له الآخر فيؤثر عن ابن عباس رضي الله عنهما، أنه قال: "إني أحب أن أتزين لإمرأتي كما أحب أن تتزين لي"[13]. فالأنشطة الترويحية لها أثر كبير في ازدياد الترابط الأسري، وكان النبي صلى الله عليه وسلم يجلب محبة أزواجه بمثل هذه العمليات فكان يمازحهن، ويداعبهن، ويستمع إلى أقاصيصهن، ويتسابق معهن، كما كان يحث أصحابه بالتزوج بالأبكار لأنهن أحرى بالمداعبة مع الأزواج.

- مسابقته مع عائشة رضي الله عنها:

تقول عائشة رضي الله عنها: خرجت مع النبي صلى الله عليه وسلم في بعض أسفاره وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبْدن، فقال للناس: "تقدموا" فتقدموا، ثم قال لي: "تعالي حتى أسابقك" فسابقته فسبقتُه فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت خرجت معه في بعض أسفاره، فقال للناس: "تقدموا" فتقدموا ثم قال: "تعالي حتى أسابقك" فسابقته فسبقني فجعل يضحك وهو يقول: "هذه بتلك"[14].

- استماعه عليه الصلاة والسلام إلى أقاصيص أزواجه:

لقد كان عليه الصلاة والسلام يستمع إلى أقاصيص أزواجهن كما في حديث أم زرع الشهير الذي بوب عليه البخاري رحمه الله بقوله: باب حسن المعاشرة مع الأهل، ثم ذكر فيه حديث عائشة رضي الله عنها أنها قالت: جلَست إحدى عشرة امرأة فتعاهدن وتعاقدن أن لا يكتمن من أخبار أزواجهن شيئا... قالت عائشة: قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: "كنت لك كأبي زرع لأم زرع"[15]. فهذا الحديث يدل على حسن معاشرته عليه الصلاة والسلام مع أزواجه، كما بوب عليه البخاري رحمه الله، ويقول الحافظ

---

10 ابن القيم: هو محمد بن أبي بكر بن أيوب الدمشقي الحنبلي، المعروف بـ ابن القيم الجوزية، ولد سنة 691هـ في دمشق، له مؤلفات جمة، منها: زاد المعاد في هدي خير العباد، وبدائع الفوائد، وجلاء الافهام في الصلاة والسلام على خير الأنام، وغير ذلك. تُوفي سنة 751هـ. انظر: ابن العماد، "شذرات الذهب في أخبار من ذهب"، 168/6 (دار الفكر، بيروت، بدون سنة النشر).

11 انظر: ابن القيم: "الطب النبوي" ص: 191–192. (ط/ دار الكتب العلمية، بيروت).

12 النساء: 19.

13 القرطبي، "الجامع لأحكام القرآن" 91/5. (ط/ مؤسسة مناهل العرفان بيروت، بدون ذكر سنة النشر).

14 أخرجه أبوداود في سننه، كتاب الجهاد باب في السبق على الرِجل، ص: 391 رقم الحديث: (2578)، (ط/ وأحمد في المسند 313/43 وهذا اللفظ له، (ط/ مؤسسة الرسالة 1420 بتحقيق شعيب الأرنووط وآخرون)، وصححه الشيخ الألباني في "صحيح سنن أبي داود"490/2، (ط/ المكتب الإسلامي، بيروت، الطبعة الأولى 1409هـ).

15 أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب النكاح، باب حسن العشرة مع الأهل، ص:1125، رقم: 5189، (ط/ دار السلام الرياض، الطبعة الأولى1417هـ)، ومسلم في كتاب المناقب، باب ذكر حديث أم زرع 1896/4 رقم: 2448، (ط/ دار عالم الكتب، الرياض، بتحقيق محمد فؤاد عبدالباقي الطبعة الأولى 1417هـ).

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

ابن حجر رحمه الله في شرحه لهذا الحديث: قوله باب حسن المعاشرة مع الأهل، قال ابن المنير نبه بهذه الترجمة على أن إيراد النبي صلى الله عليه وسلم هذه الحكاية يعني حديث أم زرع ليس خليا عن فائدة شرعية وهي الإحسان في معاشرة الأهل[16].

- حثه عليه الصلاة والسلام أصحابَه بالتلاعب مع زوجاتهم:

لقد رغّب النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه بالتزوج مع الأبكار مبينا علته بأنهن أحرى بالمداعبة مع الأزواج، فيقول جابر رضي الله عنه بأنه تزوج فسأله النبي صلى الله عليه وسلم أتزوجتَ بكراً أم ثيباً؟ فقلت بل ثيباً، فقال: "هلاَّ بكراً تلاعبها وتلاعبك"؟[17]. فيدل هذا الحديث على مشروعية ملاعبة الرجل امراته ومضاحكتها وحسن العشرة.

المطلب الثالث: إظهار الفسحة في الدين وإبراز سماحة الإسلام.

إن من تشنيع أعداء الإسلام على المسلمين دعواهم أنه لا يوجد في الإسلام تصور الراحة والفسحة، بل إن الإسلام هو دين عنف وشدة. فبأبي وأمي على نبي الرحمة عليه الصلاة والسلام أنه فنّد جميع شبهاتهم الباطلة، وادعائهم الكاذبة، فعبر إقامته الأنشطة الترويحية سواء بيده الكريمة، أو بحضرته عليه الصلاة والسلام بيّن بياناً شافياً ووافياً ما في دين الإسلام من تصور الفسحة والراحة وإعطاء كل ذي حق حقه. فعن عائشة رضي الله عنها، أنها قالت: رأيت النبي صلى الله عليه وسلم يسترني بردائه وأنا أنظر إلى الحبشة يلعبون في المسجد حتى أكون أنا الذي أسأم فاقدروا قدر الجارية الحديثة السن الحريصة على اللهو[18]. فهذا الحديث يدل على مشروعية اللعب، كما يدل على جواز النظر إلى اللاعبين، وبيّن العلة لهذا الجواز بأن الإسلام دين رحمة وسماحة، كما هو مصرّح في الرواية التي رواها الإمام أحمد في مسنده عن عائشة رضي الله عنها، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال يومئذ: "لتعلم يهود أن في ديننا فسحة إني أرسلت بحنيفية سمحة"[19].

ولما أراد صحابي أن يمكث في غار لكي ينقطع عن ملذات الدنيا ويشتغل بعبادة ربه فلم يأذن له النبي صلى الله عليه وسلم بل بين العلة من منعه بأنه بُعث بالحنيفية السمحة وأن فعله هذا يتصادم مع سماحة الإسلام ويُسريته. يقول أبو أمامة (صدي بن عجلان) رضي الله عنه خرجنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سرية فمر رجل بغار فيه ماء وبقل فحدّث نفسه بأن يقيم فيه ويتخلى عن الدنيا، فجاء إلى النبي صلى الله عليه وسلم فساله عن ذلك. فقال النبي صلى الله عليه وسلم: "إني لم أبعث باليهودية ولا بالنصرانية ولكني بُعثت بالحنيفية السمحة..."[20].

المبحث الثاني: وسائل الترويح.

المطلب الأول: المسابقة.

يقول ابن منظور: المسابقة من السبْق، وهو القُدمة في الجري بين اثنين أو أكثر وفي كل شيء، والجمع: الأسباق والسوابق[21].

---

16 ابن حجر: "فتح الباري شرح صحيح البخاري" 255/9. (ط/ المكتبة السلفية، 21 شارع الفتح بالروضة، بدون سنة النشر).

17 انظر: محمد بن إسماعيل البخاري "صحيح البخاري" كتاب النكاح، باب تستحد المغيبة وتمتشط الشعثة، ص: 1137، رقم: 5247. ومسلم بن الحجاج "صحيح مسلم" كتاب النكاح، باب نكاح العذارى 1086/2، رقم: 715.

18 أخرجه البخاري في كتاب النكاح، باب نظر المرأة ،إلى الحبش ونحوهم من غير ريبة، ص: 1136، رقم: 5236. ومسلم في كتاب صلاة العيدين، باب الرخصة في اللعب الذي لا معصية فيه في أيام العيد 607/2.

19 أخرجه أحمد في مسنده 349/41. وقال الشيخ شعيب الأرنووط في تعليقه على هذا الحديث: حديث قوي، وهذا سند حسن، عبد الرحمن بن أبي الزناد حسن الحديث. وبقية رجاله ثقات رجال الصحيح.

20 أخرجه أحمد في المسند 224/36، والطبراني في المعجم الكبير 216/8 (الطبعة الثانية، مكتبة ابن تيمية، القاهرة) كلاهما عن طريق أبي المغيرة ثنا معان بن رفاعة أخبرني علي بن يزيد عن القاسم به. قلت: وفيه معان، قال الحافظ في تقريب التهذيب (537/1): لين الحديث كثير الإرسال. والحديث صححه الشيخ الألباني بشواهده. انظر: سلسلة الأحاديث الصحيحة 122/6، برقم: 2924. (ط/ مكتبة المعارف، الرياض، بدون سنة النشر).

21 "لسان العرب" 151/10، مادة: (سبق).

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم المسابقة بشتى أنواعها كالمسابقة بالأقدام، والمسابقة بالخيل والإبل، وكان النبي صلى الله عليه وسلم يشارك فيها بنفسه، وأحيانا كان ينتظم بين الصحابة رضي الله عنهم.

وهذه الرياضة لها تأثير كبير في بناء الجسمي لأن فيها من الحركات الكلية التي هي من أعظم أسباب القوة، وحفظ الصحة، وصلابة القلب والبدن ودفع فضلاتهما، وتمرين البدن على الحركة، والخفّة، والإسراع، والنشاط، ما هو مطلوب في ميدان الجهاد في سبيل الله.

ويقول ابن القيم رحمه الله: المسابقة على الخيل وبالنضال، والمشي في الحوائج إلى الإخوان، وقضاء حقوقهم، وعيادة مرضاهم، وتشييع جنائزهم، والمشي إلى المساجد للجمعات والجماعات، وحركة الوضوء والاغتسال وغير ذلك، وهذا أقل ما فيه من الرياضة المعينة على حفظ الصحة ودفع الفضلات[22].

ومن المسابقات السائدة في عصر النبي صلى الله عليه وسلم:

- المسابقة على الأقدام:

وهي كانت أمراً معتاداً في عهده عليه الصلاة والسلام، فكما ثبت الحديث عن عائشة رضي الله عنها أنها خرجت مع النبي صلى الله عليه وسلم في بعض أسفاره وكانت آنذاك جارية نحيفة غير بدينة، فأمر النبي صلى الله عليه وسلم للناس بالتقدم، وقال لها تعال حتى أسابقك. تقول عائشة: فسابقته فسبقته، ولما حملت اللحم وبدنتُ خرجتُ معه في بعض أسفاره، فأمر النبي للناس بالتقدم، وقال لي تعالي حتى أسابقك، فسبقته فسبقني فجعل يضحك ويقول: هذه بتلك[23].

يستفاد من هذا الحديث على جواز المسابقة بالأقدام، كما يدل على جواز إجراء المسابقة بين الزوجين، ولكن ينبغي أن تكون مثل هذه الألعاب مخفية عن أنظار الناس كما أمر النبي صلى الله عليه وسلم الناسَ بالتقدم. كما يدل الحديث على جواز أخذ المرأة من حظّها من الترويح بشرط الأمن من كشف العورة أو نظرة غير المحارم إليها، وغير ذلك من محرمات الشرع.

وكانت المسابقة بين الأقدام أمراً معتاداً بين الصحابة رضي الله عنهم أيضاً، وعندما استأذن سلمة بن الأكوع رضي الله عنه السباقَ مع رجل أنصاري أذن له النبي صلى الله عليه وسلم[24].

- المسابقة بالخيل:

كان من هدي النبي عليه الصلاة والسلام أنه كان يحب الخيل ويمسح ناصيته، وكان يجري المسابقات بين الخيل. والحكمة من ذلك كما قال ابن تيمة رحمه الله لما فيه من الترغيب في إعداد القوة، ورباط الخيل للجهاد في سبيل الله حتى كان يسابق بين الخيل، وكان خلفاؤه الراشدون يخرجون الأسباق من بيت المال[25].

ومما ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الجانب أنه سابق بين الخيل التي أضمرت[26] من الحفياء[27]، وأمدها ثنية الوداع[28]. وسابق بين الخيل التي لم تُضمر، من الثنية إلى مسجد بني زُريق، وكان عبد الله كان فيمن سابق بها[29]

---

22 ابن القيم، "زاد المعاد في هدي خير العباد" 255/4. (ط/ مؤسسة الرسالة، بيروت 1417ه).

23 سبق تخريجه في صفحة: 5.

24 انظر الحديث: مسلم بن الحجاج، "صحيح مسلم" كتاب الجهاد، باب غزوة ذي قرد وغيرها 1439/3.

25 انظر: ابن تيمية، "مجموع الفتاوى 370/28 (ط/ مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف في المدينة المنورة 1416ه).

26 (أضمرت): تضمِيرُ الخَيل : هو أن يُظاهِر عليها بالعَلَف حتى تسمَن ثم لا تُعْلف إِلّا قُوتاً لتَخفَّ . وقيل تُشُّد عليها سُرُوجُها وتُجَلَّل بالأَجِلَّة حتى تَعْرَق تَحْتَها فيَذهبَ رَهَلُها ويَشْتَدَّ لحُمها. انظر: ابن الأثير "النهاية في غريب الحديث والأثر"210/3 المكتبة العلمية، بيروت ، 1399ه.

27 (الحفياء) بفتح الحاء وسكون الفاء يُمد ويُقصر: موضع قرب المدينة بينه وبين ثنية الوداع ستة أميال. انظر: أبو عبيد عبد الله بن عبد العزيز البكري، "معجم ما استعجم من أسماء البلاد والمواضع" 458/2، (الطبعة الثالثة، عالم الكتب، بيروت 1403ه).

28 (ثنية الوداع) موضعٌ، وأضيف الثنية إلى الوداع لأنها موضع التوديع، وبين الحفياء وثنية الوداع ستة أميال. المرجع السابق.

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

المطلب الثاني: الرمي.

الرمي من أفضل وسائل الترويح على الإطلاق، لما فيه من فوائد كبيرة غير ما يحصل منه الراحة وزوال التعب عن النفس، وتتجلى أهميته وفوائده من خلال تصريحات نبوية تالية:

(1) تفسير القوة بالرمي:

لقد أمر الله سبحانه وتعالى بإعداد القوة ضد أعداء الإسلام، يقول عقبة بن عامر رضي الله عنه: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو على المنبر يقول: "وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ، ألا إن القوة الرمي ألا إن القوة الرمي ألا إن القوة الرمي"[30].

يدل هذا الحديث على فضل الرمي مؤكدا بالإهتمام به والتمرن والتحذق فيه بنية الجهاد في سبيل الله. وأما سبب تخصيص الرمي بالقوة دون سائر أسباب القوة لأن الرمي من أقوى أسلحة الحرب، وأنكى في العدو، وأقربها تناولا، لذا خصّها النبي صلى الله عليه وسلم بالذكر والتنبيه عليها[31].

(2) تحريضه –عليه الصلاة والسلام– على الرمي:

لقد حرّض النبي صلى الله عليه وسلم على الرمي فذكر في بيانه لفضل الرمي بأن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة: الصانع يحتسب في صنعته الخير، والرامي به، والممد به. وذكر في رواية: "ومُنبله"، وقال: إرموا واركبوا ولأن ترموا أحبّ إلي من أن تركبوا، كل ما يلهو به الرجل المسلم باطل[32] إلا رميه بقوسه وتأديبه فرسه، وملاعبته أهله فإنهن من الحق[33].

يدل هذا الحديث على أن الرمي كان من أحب الرياضة عند النبي صلى الله عليه وسلم لذا صدر منه التحريض على تعلمه وممارسته وأنه ليس من اللهو المجرد المُضيع للوقت والعمر بل يؤجر صاحبه إذا احتسب في صنعته الخير.

(3) بيان الوعيد في نسيان الرمي بعد تعلمه:

كان عقبة بن عامر رضي الله عنه يمشي بين الهدفين للرمي وهو شيخ كبير يشق عليه ذلك، فسئل عنه، فقال: لو لا كلام سمعته من رسول الله صلى الله عليه وسلم لم أعانيه، وهو قوله: "من علّم الرمي ثم تركه فليس منا أو قد عصى"[34].

يقول النووي رحمه الله: هذا تشديد عظيم في نسيان الرمي بعد تعلمه وهو مكروه كراهة شديدة لمن تركه بلا عذر[35].

---

29 محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري، كتاب الصلاة، باب هل يقال مسجد بني فلان، ص: 89–90، رقم الحديث: (420).

30 أخرجه مسلم في كتاب الإمارة، باب فضل الرمي والحث عليه وذم من علمه ونسيه 152/3.

31 انظر: القرطبي، الجامع لأحكام القرآن 36/8.

32 المقصود أن أي شغل إذا شغله اللاهي به عن طاعة الله فهو باطل، وإن كان مأذونا كمن اشتغل بصلاة نافلة حتى خرج وقت الصلاة المفروضة عمدا فإنه يدخل تحت هذا الضابط. وأما اطلاق اللهو على الرمي لإمالة الرغبات إلى تعليمه لما فيه من صورة اللهو. انظر: ابن حجر، "فتح الباري 91/11.

33 انظر: أبو داود، "السنن" كتاب الجهاد، باب الرمي، ص: 381، رقم: 2513 (مكتبة المعارف، الرياض، الطبعة الأولى بدون سنة النشر)، والترمذي، "السنن" كتاب الجهاد، باب ما جاء في فضل الرمي في سبيل الله، ص: 385، رقم: (1637)، والنسائي، "السنن" كتاب الخيل، باب تأديب الرجل فرسه، ص: 557، رقم: (3578)، وابن ماجه، "السنن"، كتاب الجهاد، باب الرمي في سبيل الله، ص: 478، رقم: (2811)، وأحمد "المسند" 535/28، والحاكم، "المستدرك" 104/2، وصححه ووافقه الذهبي وقال على شرط مسلم. والحديث صححه الشيخ الألباني. انظر: "سلسلة الأحاديث الصحيحة" 625/1 برقم: (315).

34 مسلم بن الحجاج، "صحيح مسلم" كتاب الجهاد، باب فضل الرمي والحث عليه وذم من علمه ثم نسيه 1522/3، رقم: (1919).

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

(4) إفداء النبي الرماة بأبويه: يقول سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وسلم أخرج له السهام من كنانته لأرمي بها المشركين، فقال: "إرم فداك أبي وأمي"[36]. فيدل هذا الحديث على فضل الرمي حيث أفدى النبي صلى الله عليه وسلم أبويه على سعد لأجل رميه في سبيل الله.

المطلب الثالث: السباحة

ذكر ابن منظور في تعريف السباحة بأنها: العوم[37]. وفرق بعضهم بينهما فالسباحة هي الجري فوق الماء بدون انغماس، والعوم: الجري في الماء مع الانغماس[38].

والسباحة من أجمل الرياضيات الترويحية وفيها فائدة كبيرة بحيث يمكن العارف بها التحرز عن مهلكات البحر إضافة إلى ذلك يصحب معها مشاعر ممتعة وما يعقبها من إزالة التوتر والهموم. وقد يؤجر صاحبها إذا حسنت نيته وهي استخدامها في الجهاد في سبيل الله كما فعل المجاهدون من الصحابة والتابعين رضي الله عنهم أجمعين، فهذا جابربن عبد الله وجابر بن عمير الأنصاري رضي الله عنهما كانا يرتميان فمَل أحدهما فجلس فقال له الآخر: كسلت؟ سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "كل شيء ليس من ذكر الله عزوجل فهو لهوٌ أو سهوٌ إلا أربع خصال: مشي الرجل بين الغَرضين وتأديبه فرسه وملاعبته أهله وتعلّم السباحة[39].

ففي هذا الحديث استثنى النبي صلى الله عليه وسلم بعض أنواع الرياضية من اللهو واعتبرها من وسائل الترويح المباحة، منها السباحة، وذلك لكون هذه الوسائل من أسباب القوة للمجتمع المسلم.

وعن ابن عباس رضي الله عنهما، ربما قال لي عمر بن الخطاب رضي الله عنه تعال أباقيك في الماء أينا أطول نفَسًا ونحن مُحرمون[40].

وورد عن بعض الكبراء أنهم كانوا يأمرون معلم أولادهم أن يعلمهم السباحة قبل الكتابة وعللوه بأن الكاتب يصاب ولا كذلك السابح[41].

المطلب الرابع: المزاح المباح.

المزاح: هو نقيض الجد، وهو المباسطة إلى الآخر بالتلطف والاستعطاف وبدون أذية[42].

المزاح من وسائل الترويح المباحة، فهو يدفع الهم، والتوتر، والقلق، والاكتئاب، ولكن كل ذلك بشرط مراعاة الشروط والضوابط التي حددها الشرع، منها:

- عدم الاستهزاء بالدين: إذا كان المزاح فيه شيء من الاستهزاء بالدين فإنه يعتبر من نواقض الإسلام، كما قال تعالى: "وَلَئِنْ سَأَلْتَهُمْ لَيَقُولُنَّ إِنَّمَا كُنَّا نَخُوضُ وَنَلْعَبُ قُلْ أَبِاللَّهِ وَآيَاتِهِ وَرَسُولِهِ كُنْتُمْ تَسْتَهْزِئُونَ * لَا تَعْتَذِرُوا قَدْ كَفَرْتُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ إِنْ نَعْفُ عَنْ طَائِفَةٍ مِنْكُمْ نُعَذِّبْ طَائِفَةً بِأَنَّهُمْ كَانُوا مُجْرِمِينَ"[43].

---

35 النووي، "شرح على صحيح مسلم" 65/13.

36 محمد بن إسماعيل البخاري "صحيح البخاري"، كتاب المغازي، باب إذ همت طائفتان... ص: 835، رقم: (4055)، والسياق له، وأخرجه مسلم في الصحيح، كتاب فضائل الصحابة، باب فضل سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه 1886/4.

37 انظر: ابن منظور، "لسان العرب" 470/2، مادة: سبح.

38 انظر: الزبيدي، "تاج العروس" 156/2، مادة: سبح.

39 الطبراني: "المعجم الكبير" 193/2، وفي الأوسط 118/8 (دار الحرمين القاهرة 1415هـ)، والبيهقي: السنن الكبرى 15/10 (الطبعة الثانية 1404هـ مكتبة العلوم والحكم، الموصل) قال الهيثمي: "رواه الطبراني في الأوسط والكبير، والبزار، ورجال الطبراني رجال الصحيح خلا عبد الوهاب بن بخت وهو ثقة". انظر: الهيثمي، "مجمع الزوائد" 490/5 (دار الفكر بيروت لبنان 1412هـ)، وصححه الشيخ الألباني في "سلسلة الأحاديث الصحيحة" 625/1.

40 الشافعي، "المسند" ص: 117 (دار الكتب العلمية بيروت لبنان، بدون ذكر سنة النشر)، وصححه الشيخ الألباني، انظر: "إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل" 211/4 (1021)، (المكتب الإسلامي، بيروت، الطبعة الأولى1407هـ).

41 المناوي: "فيض القدير شرح الجامع الصغير" 327/4، (دار المعرفة، بيروت، لبنان، بدون ذكر سنة النشر).

42 ابن منظور: "لسان العرب" 593/2.

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

- أن لا يكون المزاح إلا صِدقاً: لقد حذّر النبي صلى الله عليه وسلم عن هذا المسلك الخطير الذي هو ديدن بعض الناس، فقال عليه الصلاة والسلام: "ويلٌ للذي يحدّث فيكذِب ليُضحك به القوم، ويلٌ له، ويلٌ له"[44].
- عدم إضرار الممزوح: لقد حذر النبي صلى الله عليه وسلم عن إضرار الممزوح سواء كان ذلك في جد أو هزل، فقد نهى عن الإشارة إلى الآخر بالسلاح لعل الشيطان ينزغ في يده فيقع في حفرة من النار[45]. قال الحافظ ابن حجر: "المراد أنه يغري بينهم حتى يضرب أحدهما الآخر بسلاحه فيحقق الشيطان ضربته له"[46].
- عدم الترويع: لا يجوز لمسلم أن يخوف أخاه المسلم على أي وجه كان، ولقد كان بعض الصحابة يسيرون مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سفر فنام رجلٌ منهم فانطلق بعضهم إلى حبل معه فأخذه ففزع، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا يحل لمسلم أن يروع مسلما"[47].

قال الخطابي[48]: "معناه أن يأخذ على سبيل الهزل والمزاح، ثم يحبسه عنه ولا يرده فيصير ذلك جداً"[49].

- البُعد عن الإفراط: المزاح فسحة ورخصة لاستمرار الجد والنشاط والترويح عن النفس، وهو عكس الجد الذي هو من سمات المؤمنين، فالافراط في المزاح منهي عنه، ولذا منع النبي صلى الله عليه وسلم عن كثرة الضحك معللاً بأنه تميت القلب، فعن أبي هريرة رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "لا تكثروا الضحك فإن كثرة الضحك تُميت القلب"[50].

نماذج من هديه صلى الله عليه وسلم في المزاح:

إذا كان المزاح وفق الضوابط التي ذكرناها، فإنه مباح بل سنة مستحبة كما سبق من كلام النووي رحمه الله، وكان النبي عليه السلام يمزح مع أصحابه، وأزواجه، وبالأخص مع الأطفال. ونذكر بعض النماذج فيما يلي:

يقول أنس رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وسلم أرسله يوماً لحاجة، فخرج حتى مرّ على صبيان كانوا يلعبون في السوق، فوقف ينظر إليهم، ولما تأخر رجوعه خرج النبي صلى الله عليه وسلم يبحث عنه فإذا به واقف ينظر إلى اللاعبين، فقبض النبي صلى الله عليه وسلم قفاه من ورائه وهو يضحك، فقال: "يا أنيس أذهبتَ حيث

---

43 سورة التوبة (65–66).

44 أبو داود، "السنن" كتب الأدب، باب التشديد في الكذب، ص: 747، (4990)، وأحمد، "المسند" 248/33، (مؤسسة الرسالة، الطبعة الثانية1420هـ، بتحقيق الشيخ شعيب الأرنووط وزملائه) وحسنه الشيخ الألباني في "صحيح الترغيب والترهيب" 74/3، (مكتبة المعارف، الرياض، الطبعة الخامسة).

45 انظر: محمد بن إسماعيل البخاري "صحيح البخاري" كتاب الفتن، باب قول النبي صلى الله عليه وسلم من حمل علينا السلاح فليس منا، ص: 1485، برقم: (7072)، و مسلم بن الحجاج، "صحيح مسلم" كتاب البر والصلة والآداب، باب النهي عن الإشارة بالسلاح إلى مسلم 2020/4.

46 ابن حجر: فتح الباري 25/13.

47 سليمان بن الأشعث، "السنن" كتاب الأدب، باب من يأخذ الشيء على المزاح، ص: 749، برقم: (5004)، وصححه الشيخ الألباني في "صحيح الترغيب والترهيب" 42/3، برقم: (2805).

48 الخطابي: هو أبو سليمان حمد بن محمد بن إبراهيم بن خطاب البستي، الخطابي، الإمام، العلامة، الحافظ، اللغوي، صاحب التصانيف الكثيرة

وُلد سنة بضع عشرة وثلاث مائة، وتوفي سنة ثمان وثمانين وثلاث مائة. 23/17. انظر: الذهبي، "سير أعلام النبلاء" 27/17 (مؤسسة الرسالة 1405هـ).

49 الخطابي، "معالم السنن" 136/4. (المطبعة العلمية، حلب، الطبعة: الأولى 1351 هـ – 1932 م).

50 ابن ماجة، "السنن" كتاب الزهد، باب الحزن والبكاء، ص: 696، برقم: 4193، (مكتبة المعارف، الرياض، الطبعة الأولى، يدون سنة النشر).

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

أمرتكَ؟" قال: "قلتُ نعم أذهب يا رسول الله"[51]. كما كان يناديه (أنَساً) بـ "يا ذا الأذنين"[52] وذلك لُطفاً ومزاحاً به. وكان لأنس رضي الله عنه أخاً يقال له أبوعمير، فكان النبي صلى الله عليه وسلم إذا جاء قال: "يا أبا عمير ما فعل النغير؟"[53] والنغير تصغير النغر، طائر أحمر المنقار يُشبه العصفور[54]. فيدل هذا الحديث على جواز المزاح مع الصبيان، وتسليتهم والملاطفة بهم.

وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يُخرج لسانه للحسين رضي الله عنه وكان صبياً فيرى حمرة لسان النبي فيفرح ويرتاح إليه[55].

وجاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم يطلب منه حمولةً ليركبها، فقال صلى الله عليه وسلم: "إنا حاملوك على ولد الناقة"، قال: "وما أصنع بولد الناقة؟ فقال: "وهل تلد الإبل إلا النوق"؟[56]. فالنبي عليه الصلاة والسلام أراد المزاح مع هذا الصحابي لأن المتعارف عليه عند عامة الناس في بادي الرأي إستعمال ولد الناقة فيما كان صغيراً غير صالح للركوب، وإنما يقال للصالح "الإبل" فتوحش الرجل على فهم المعنى، فقال: وما ذا أصنع بولد الناقة؟ فقال عليه الصلاة والسلام: "وهل تلد الإبل إلا النوق".

وكان رجل من الأنصار مُزاحاً فكان في أحد الأيام يحدث القوم ويُضحكهم، فطعنه النبي صلى الله عليه وسلم في خاصرته بعُود، فطلب القود، فقال عليه السلام: "اصطبر" فقال: "أرى عليكَ قميصاً وليس عليّ قميص، فرفع النبي قميصه فاعتنقه وجعل يُقبل كشحه، وقال: إنما أردت هذا يارسول الله![57]. فكان طعن النبي عليه الصلاة والسلام على خاصرة هذا الرجل وكذلك طلب الرجل القود كل كذلك كان على سبيل المزاح، ويدل على ذلك أن الرجل لما مكّن على القود لم يقده بل قبّل كشحه.

وكان رجلا من أهل البادية اسمه زاهرا، كان يأتي للنبي صلى الله عليه وسلم الهدية من البادية فكان النبي يحبه، فأتاه النبي صلى الله عليه وسلم يوماً وهو يبيع متاعه فاحتضنه من خلفه وهو لا يبصره، فقال زاهر: أرسلني من هذا، فلما التفت فإذا بالنبي صلى الله عليه وسلم، فألصق ظهره بصدر النبي صلى الله عليه وسلم، وجعل النبي يقول: "من يشتري العبد"؟ فقال يارسول الله إذا تجدني كاسداً أي رخيصاً فقال النبي صلى الله عليه وسلم: "لكن عند الله لستَ بكاسد" أو قال: "لكن عند الله أنت غالٍ"[58]. فأخذ النبي صلى الله عليه وسلم زاهرا من خلفه وإدخال يديه تحت إبطيه وأخذ عينه بيديه لئلا يعرفه، وقوله عليه السلام من يشتري العبد مني مع أنه كان حراً، كل ذلك كان على سبيل المداعبة والمزاح.

خلاصة:

وفي ختام هذا البحث وصلتُ إلى بعض النتائج ألخصها في النقاط التالية:

1. إن الإسلام دين رحمة وسماحة، ودينٌ يشمل جميع جوانب الإنسانية، ويراعي كافة أطماع الإنسانية المباحة، وإن من رحمة الإسلام وسماحته أنه أباح بعض أنواع اللهو والترفيه مما يساعد المرء تخفيف الضغوط اليومية من تعب العمل وصعاب العيش.
2. مراعاة القواعد والضوابط الشرعية المتعددة التي حرص الإسلام على تلازمها مع أي ممارسة ترويحية أمرٌ لا بد منها، وإلا يعتبر الترويح محذوراً.

---

51 انظر: مسلم ابن الحجاج، "صحيح مسلم"، كتاب الفضائل، باب كان رسول الله صلى الله عليه وسلم أحسن الناس خلقا 1805/4.

52 سليمان بن الأشعث، "السنن" كتاب الأدب، باب ما جاء في المزاح، ص: 749، رقم: 5002، و محمد بن سورة، "السنن"، كتاب البر والصلة، باب ماجاء في المزاح، ص: 452، رقم: 1992، وقال (أبو عيسى): "هذا حديث صحيح غريب".

53 محمد بن إسماعيل البخاري، "صحيح البخاري" كتاب الأدب، باب الكنية للصبي وقبل أن يُولد للرجل

54 انظر: ابن الأثير، "النهاية في غريب الحديث والأثر" ص: 915.

55 انظر: ابن حبان، "صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان" 408/12 (مؤسسة الرسالة بيروت، الطبعة الثانية 1414هـ)، والألباني، "السلسلة الصحيحة" 151/1.

56 سليمان بن الأشعث، "السنن" كتاب الأدب، باب ما جاء في المزاح، ص: 749، رقم: 4998، وصححه الشيخ الألباني في "صحيح سنن أبي داود 943/3.

57 انظر: سليمان بن الأشعث، "السنن"، كتاب الأدب، بابٌ في قبلة الجسد، ص: 781، رقم: 5224، وصححه الشيخ الألباني في "صحيح سنن أبي داود" 981/3.

58 أحمد بن حنبل، "المسند" 90/20، وقال الشيخ شعيب الأرنووط في تعليقه على مسند أحمد: "إسناده صحيح على شرط الشيخين".

Vol.4 No. 4 2021
ISSN Online: 2709-7625
ISSN Print: 2709-7617

3. الترويح في الإسلام له أهداف سامية وأغراض نبيلة، من أبرزها: إعداد جيل قوي ضد محاربة أعداء الإسلام، وتحقيق التآلف الأسري، والتودد إلى أفراد المجتمع المسلم، وإظهار الفسحة في الدين.
4. الأصل في حياة الإنسان هو الجِد، وأما الترويح فهو وسيلةٌ لتحديد الهمم والنشاط في ميادين العمل، لذا يلزم على الإنسان أن لا يقضي جُل وقته في الترويح والترفيه.

هذا ما تيسر لنا أن نكتب في هذا الموضوع فإن وُفقنا إلى الصواب فمن الله تعالى، وإن كان فيه من خطأٍ أو زلل فمنا ومن الشيطان، واللهَ سبحانه وتعالى نسأل أن يعفو عنا إنه تعالى يحب العفو وهو أرحم الراحمين.

وصلى الله وسلّم على خير خلقه محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.