

## الترويح ووسائل التسلية في عصر النبوة

م. م. دانية غانم حسن

ملخص عربي :

لقد تناولت في بحثي الترويح ووسائل التسلية في عصر النبوة وقسمت بحثي الى عدة مباحث، **المبحث الاول** مبتدئة بتعريف الترويح والتسلية لغةً واصطلاحاً وتناولت الترويح والتسلية في القران الكريم والايات التي وردت عن ذلك وكذلك احاديث الرسول ﷺ.

كما تطرقت الى الترويح والتسلية في عصر النبوة وسيرته العطرة الشريفة بالمواقف والوقائع والاحداث التي تشهد بمكانة الرياضة والنشاط البدني في الاسلام فلقد كان رسول الله ﷺ قوياً يحب القوة ، فالاسلام دين القوة والغلبة .

كما تناولت في **المبحث الثاني** اهداف الترويح والتسلية ونماذج من التسلية والترويح مثل العاب الفروسية والجري على الاقدام والمصارعة ورمي السهام والسباحة.

**المقدمة :**

الحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا محمد ، وعلى آله وصحبه ومن اتبع هداه ، فالحمد لله الذي احل لنا الطيبات وحرم علينا الخبائث وجاء التكليف الالهي في حدود الوسع ، وغاية التقوى ، ما يقع تحت الاستطاعة ، قال تعالى : ﴿ فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ ﴾ <sup>(١)</sup> أما بعد .

إن موضوع التسلية والترويح، من الموضوعات الحية المهمة، التي عرفها الانسان في شتى البلدان ، ومارسها في مختلف الازمان ، والتي دخلت حياة الانسان في هذا العصر بقوة، وامسوا يواجهون منها صنوفاً والواناً ، منها الفردي ومنها الجماعي ، ومنها الشعبي ومنها الرسمي لقد جعل الاسلام الشواهد على اغتنام الفرص ، حواس الانسان التي تعتبر وسائل كسبه وفعله لانها تحس بالزمن وتتعامل

معه ، وتملاه بفعل الخير قال تعالى : ﴿يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ \*يَوْمَ يُنْفَخُ إِلَهُهِمْ إِلَهُ دِينَهُمُ الْحَقُّ وَيَعْلَمُونَ أَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ الْمُبِينُ﴾<sup>(٢)</sup>.

ويقول الرسول ﷺ : ( اغتتم خمساً قبل خمس : شبابك قبل هرمك ، وصحتك قبل سقمك ، وغناك قبل فقرك ، وفراغك قبل شغلك ، وحياتك قبل موتك )<sup>(٣)</sup>.

لقد تناولت في بحثي الترويح ووسائل التسلية في عصر النبوة وقسمت بحثي الى عدة مباحث، **المبحث الاول** مبتدئة بتعريف الترويح والتسلية لغةً واصطلاحاً وتناولت الترويح والتسلية في القرآن الكريم والايات التي وردت عن ذلك وكذلك احاديث الرسول ﷺ.

كما تطرقت الى الترويح والتسيلة في عصر النبوة وسيرته العطرة الشريفة بالمواقف والوقائع والاحداث التي تشهد بمكانة الرياضة والنشاط البدني في الاسلام فلقد كان رسول الله ﷺ قوياً يحب القوة ، فالاسلام دين القوة والغلبة .

كما تناولت في **المبحث الثاني** اهداف الترويح والتسلية ونماذج من التسلية والترويح مثل العاب الفروسية والجري على الاقدام والمصارعة ورمي السهام والسباحة. ربنا تقبل منا انك انت السميع العليم واهدنا صراطك المستقيم صراط الذين انعمت عليهم غير المغضوب عليهم ولا الضالين آمين يارب العالمين.

## المبحث الاول

١ - الترويح والتسلية لغةً واصطلاحاً:-

- الترويح لغةً:-

الترويح لغةً مشتقة من المادة الثلاثية ( روح ) والتي تدور حول معاني الفسحة وإزالة التعب والمشقة، وإدخال السرور على النفس، والانتقال من حال الى حال أكثر تشويقاً منه<sup>(٤)</sup>.

وتدور معنى كلمة الترويح في أصلها اللغوي على السعة والانبساط ، وإزالة التعب، ورجوع النشاط الى الانسان ، وإدخال السرور على النفس بعد العناء ، ويقال (رجل اريحى، اي واسع الخلق نشيط ، وراح الرجل اي رجعت له نفسه بعد الاعياء)<sup>(٥)</sup>. وفي حديث الى الرسول ﷺ قال : (( يا بلال اقم الصلاة ارحنا بها ))<sup>(٦)</sup>.  
- الترويح اصطلاحاً:-

وتتعدد تعاريف المختصين للترويح وتباين باختلاف من يقوم بتعريفه ...  
ومن هذه التعاريف هي :

إعادة انعاش الروح وحياء القوة بعد التعب ، وإدخال السرور على النفس ، وهو نشاط ذو فائدة يمارس اختيارياً في وقت الفراغ<sup>(٧)</sup>. ويمكننا تحديد مفهوم ادق لمصطلح الترويح من المنظور الشرعي بانه : ( نشاط هادف وممتع للانسان ، يمارسه اختيارياً وبرغبة ذاتية ، وبوسائل واشكال مختلفة مباحة شرعاً ، ويتم في اوقات الفراغ )<sup>(٨)</sup>. او اوجه النشاط التي يمارسها الفرد في اوقات فراغه ، ويكون من نتائجها الاسترخاء والرضا النفسي والطريق الى الحياة الانسانية ، يتحقق باداء أنشطة بدنية او فنية او عقلية تغاير نوع العمل ، ويتم وفق الرغبة الحرة وتحقيق النفع الشخصي او العام ، في اطار الضوابط الخلقية والاجتماعية المنبثقة من الدين والعرف<sup>(٩)</sup>.

- التسلية :-

إدخال السرور على النفس والانبساط ، والمضي قدماً لما سعى اليه الانسان ، وهذا يشجع الانسان لانها لاتؤثر عليه بل تزيده طمانينة واقبالاً<sup>(١٠)</sup>.

## ٢ - الترويح والتسلية في القرآن الكريم والسنة النبوية :-

يعد الترويح والتسلية في الاسلام امرأ مشروعاً ، طالما انه في الاطار الشرعي السليم التي لاتخرجه عن الشرع ، فقد ورد في كتاب الله ( عز وجل ) العديد من الايات التي تشير الى ان الله تعالى احل للانسان نعماً كثيرة منها الترويح عن النفس ، من ذلك الزينة والتيسير ورفع الحرج في كثير من الامور ، فيقول الله عز وجل: ﴿ قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ﴾ (١١).

وقوله سبحانه وتعالى : ﴿ هُوَ اجْتَبَاكُمْ وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ ﴾ (١٢)، ومن هذه الايتين نلاحظ ان الله عز وجل قد احل لنا الزينة الطيبات ، ويسر للانسان امور الحياة ولم يحمل النفس البشرية ما لاتطيق (١٣).

كما أنه عز وجل في كتابه العزيز لم يذكر ايات تحرم على الانسان الترويح والتسلية والفرح والابتهاج بالحياة الكريمة في الدنيا والفوز بالجنة في الآخرة بل شرع له ذلك ، بقوله تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنشَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ (١٤).

وفي الوقت نفسه توجد بعض الانشطة الترويحية المسلية محرمة في الاسلام ومن هذه الانشطة التي يكون فيها السخرية بالآخرين او لمزهم او ترويع لهم قوله تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُوا قَوْمٍ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ﴾ (١٥).

ومنع الله سبحانه وتعالى الترويح الذي يصاحبه اذى بقول او فعل للآخرين او ضرر بدني او معنوي للآخرين قوله تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ

وَالْمُؤْمِنَاتِ بغيرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدْ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُبِينًا ﴿١٦﴾. أو ان يكون النشاط الترويحي فيه تبذير للمال واستهلاك باذخ، قال تعالى : ﴿وَأَتِذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا \* إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كُفُورًا﴾ (١٧). وسياق الايات الانفاق على ذي القربى والمسكين وابن السبيل ، فكيف الحال في الترويح (١٨) .

ويجب ان لا يكون الترويح في الوقت المخصص لحقوق الله ولحقوق الناس فلا ترويح في أوقات الصلاة قوله تعالى : ﴿حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ﴾ (١٩).

إذ لا بد من ممارسة الأنشطة في ازمة الفراغ والتي يتحرر فيها الفرد من العمل والمسؤوليات الواجبة وتمضية اوقات الفراغ واستثمارها بفعالية وإيجابية اذ تزيل هذه الممارسات من حالات الملل والكآبة وتجعله يعيش في اجواء من المتعة والبهجة والسرور (٢٠).

وقد جاءت السنة النبوية مليئة بالدلالة على مشروعية التسلية والترويح عن النفس وقد جاءت نصوص كثيرة تدل على ذلك فقد امرنا الرسول ﷺ وهو قدوتنا بالترويح وتحقيق التوازن فهو ﷺ صاحب القوام الجميل متين البنية قوي التركيب وكان بنيانه الجسمي مثار اعجاب من حوله من الصحابة ، ولا عجب في ذلك فهو الاسوة الحسنة ، الذي ارسله العلي القدير هادياً لنا في كل امر من امور الدنيا والاخرة (٢١).

ففي حديث للرسول ﷺ في ديننا فسحة قوله : (( لتعلم يهود ان في ديننا فسحة ، اني ارسلت بحنيفية سمحة )) (٢٢). وقال ﷺ : (( ان لنفسك عليك حقاً ، ولربك عليك حقاً ، ولضيفك عليك حقاً ، وان لاهلك عليك حقاً فاعط كل ذي حق حقه )) (٢٣). وقال ﷺ عن حقوق الجسد في الترويح : (( روحوا القلوب ساعة بعد ساعة )) (٢٤). ، وعن انس رضي الله عنه قال : ( دخل رسول الله مرة المسجد ، فرأى حبلاً

ممدوداً بين ساريتين فقال : ما هذا الحبل ؟ فقيل لزينب فاذا فترت امست به ، فقال النبي ﷺ : (( حلوه ، ليصلي احدكم نشاطه فاذا فتر فليرقد ))<sup>(٢٥)</sup> .

إلا إن الرسول ﷺ جعل للترويح والتسلية حدود وفق الشرع وان لا يكون مخالف للشريعة حيث لا يكون فيه اذية وسخرية ولمز وترويع وغيبة قوله ﷺ : (( لا ياخذن احدكم متاع اخيه لاعباً ولا جاداً ))<sup>(٢٦)</sup> . وأن لا يكون فيه كذب واقتراء قوله ﷺ : (( ويل للذي يحدث فيكذب ، ليضحك به القوم ، ويل له ، ويل له ))<sup>(٢٧)</sup> .

وان لا يكون النشاط فيه اختلاط بين النساء والرجال قوله ﷺ : (( اياكم والدخول على النساء ، فقال رجل من الانصار : يا رسول الله : افريت الحمى ؟ قال: الحمى الموت ))<sup>(٢٨)</sup> .

ومن الآثار المؤكدة لمبدأ الترويح والتسلية في الاسلام ما يروى عن الامام علي بن أبي طالب عليه السلام قال : ( روحوا هذه القلوب ، واطلبوا لها طرف الحكمة ، فانها تمل كما تمل الابدان )<sup>(٢٩)</sup> . وقوله عليه السلام : ( روحوا القلوب ساعة بعد ساعة فان القلوب اذا كُتت عمت )<sup>(٣٠)</sup> . فقد كان الصحابة الطيبون الطاهرون رضي الله عنهم ، يمزحون ويضحكون ويلعبون ويتندرون بمعرفة منهم بحظ النفس ، وتلبية لنداء الفطرة وتمكينا للقلوب من حقها الراحة واللهو البريء لتكون اقدر على مواصلة السير في طريق الجد، وانه لطريق طويل .

## المبحث الثاني

### - اهداف الترويح والتسلية في عصر النبوة:-

إن مما ملاحظته في الممارسات الترويح والتسلية التي التير كانت تمارس في المجتمع الاسلامي الاول انها تستهدف في غايتها النهائية عدد من الامور ولم يكن هدفها الترويح والتسلية فقط بل يصاحب ذلك اهداف اخر .

فعندما يحل الله سبحانه وتعالى امرًا لعباده ، يكون من وراء ذلك حكمة بالغة ومن هذه الاهداف السامية هي :

تربية افراد المجتمع المسلم على الجد ، وتهئيتهم لخدمة الاسلام من خلال ممارسة المناشط التسلية والترويح مثل : الرمي ، التدريب على المنازلة في الحرب ، وركوب الخيل وهذا واضح في حديث لابن عمر رضي الله عنهما ان الرسول ﷺ :

١- سابق بالخيـل قد اضمـرت من الحيفاء وكان امدـها ثنية الوداع ، وسابق بين الخيل التي لم تضمـر من الثنية الى مسجد بني رزيق ، وكان ابن عمر فيمن سابق بها<sup>(٣١)</sup> .

العمل على تحقيق الترابط الاسري وتقويته والتحبب الى الزوجة ومصدق ذلك ماور في مسابقته ﷺ لزوجته ام المؤمنين عائشة رضي الله عنها

٢- فعنها قالت : خرجنا مع رسول الله ﷺ في سفر فنزلنا منزلاً ، فقال لها : ((تعالى حتى اسابقك)) ، قالت : فسابقته فسبقته ، وخرجت معه بعد ذلك في سفر اخر فنزلنا منزلاً ، فقال : ((تعالى حتى اسابقك)) ، قالت : فسبقني ، فضرب بين كتفي وقال : ((هذه بتلك))<sup>(٣٢)</sup> .

٣- تساهم التسلية والترويح في اكساب الافراد والمجتمعات خبرات ومهارات وانماط معرفية متعددة ، ومشاركتها الفاعلة في تنمية التذوق والموهبة وتهيئة فرص الابتكار والابداع<sup>(٣٣)</sup>.

٤- اعداد الانسان المؤمن القوي بدنياً ونفسياً واجتماعياً<sup>(٣٤)</sup> . تحقيقاً لحديث الرسول ﷺ : ((المؤمن القوي خيراً واحب الى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير احرص على ما ينفعك ...))<sup>(٣٥)</sup> .

إزالة ماقد يعتري المسلم من هم في هذه الحياة الدنيا ففي الحديث عن أم المؤمنين عائشة ؓ .

٥- ان الرسول ﷺ قال : (( ما على احدكم اذا الح به همه ان يتقلد قوسه به همه ))<sup>(٣٦)</sup> .

٦- انشغال الشباب والفتيات بالبرامج والانشطة الترويحية الملائمة لكل جنس يسهم في تقليل الجريمة وابعاد افراد المجتمع عن التفكير في الانحرافات والعادات السيئة او الوقوع فيها بخاصة في زماننا هذا ، والذي اسهمت فيه التقنية بامتيان في تفشي البطالة وتجاوزها لحد الظاهرة او المشكلة<sup>(٣٧)</sup> .

٧- التودد الى افراد المجتمع المسلم ، وتحبيبهم في الاسلام ، كما في مشاركته ﷺ مع بعض اصحابه ؓ في الرمي بالنبال ، حيث ان الرسول ﷺ خرج على قوم من اسلم يتناصلون بالسوق ، فقال : ((ارموا بني اسماعيل فان اباكم كان رامياً)) ، وانا مع بني فلان - لاحد الفريقين - فامسكوا بأيديهم ، فقال : ((ما لهم؟)) قالوا : وكيف نرمي وانت من بني فلان؟ قال : ((ارموا وانا معكم كلکم))<sup>(٣٨)</sup> .

٨- شيوع التوتر والقلق في عصرنا "عصر التقنية" بصورة مخيفة، نجم عنها عدد كبير من الأمراض النفسية الخطرة، والمشكلات الاجتماعية المتشعبة، مما جعل من الترويح الهادف أحد أهم متطلبات هذا الوقت؛ لما له من تأثير واضح وقدرة فائقة على الحد من السلبيات الناجمة عن هذا الوضعية المؤسفة<sup>(٣٩)</sup> .

٩- الدوافع الكامنة وراء ممارسة الترويح من قبل الإنسان. وترى هذه النظرية أن دافع الإنسان في ممارسة الترويح هو إراحة العضلات والأعصاب من عناء العمل، وتخليصها مما تراكم عليها من عبءٍ جراء إجهادها في غير وقت الفراغ<sup>(٤٠)</sup> .

ومن هنا ينبغي للمسلم حين يمارس الترويح والتسلية بشتى أنواعه المشروعة، ولابد من استصحاب النية الصالحة التي من خلالها يطلب الاقتداء بالرسول ﷺ وصحابته الكرام ﷺ ، لينال المنفعة الدنيوية والاجر في الآخرة ، ففي حديث للرسول ﷺ ، قال : (( انما الاعمال بالنيات ، وانما لكل امرئ ما نوى ))<sup>(٤١)</sup>.

### - نماذج من الترويح والتسلية في العصر النبوي :-

تشير العديد من المواقف والحوادث الى وجود مثل هذه الممارسات الترويحية في المجتمع الاسلامي الاول ، ليس هذا فحسب بل كان الرسول ﷺ يمارس بعض الانشطة الترويحية مع زوجاته ، ومع الاطفال ومع عامة الصحابة ﷺ ، كما كان يحث عليه افضل الصلاة والسلام على ممارسة بعضها الآخر ، وينظم بعض الانشطة بنفسه ، وسنعرض نماذج من هذه الممارسات التي كان الرسول ﷺ والصحابة ﷺ يمارسوها<sup>(٤٢)</sup> .

#### ١- ألعاب الفروسية :-

لقد استأثر الفرس في حياة العرب الجاهلين الكثير من الاهتمام ووجد في نفوس ابناء الجزيرة العربية الاعتزاز والتكريم ، كما انهم حافظوا على انساب الخيل وتحديد سلالاتها فهم يخلدون ذكرها وصفاتها في قصائدهم واشعارهم . فالفرس عدة للفراس في الحروب لغيرتها على صاحبها ، مما حملهم على تقريبها من بيوتهم اكراماً لها ، وتعظيماً لقدرها ، حيث سميت بالمقربات ، ولقد احتلت الفرس مكانة مميزة في عهد النبي ﷺ حيث كان لها دور في الفتوح الاسلامية ويعتبر ركوبها رياضة ترويحية للشباب المسلم<sup>(٤٣)</sup>.

فقال سبحانه وتعالى : ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُهْبِؤْنَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ﴾<sup>(٤٤)</sup>. واقسم سبحانه وتعالى بها قوله عز وجل :

﴿وَالْعَادِيَاتِ ضَبْحًا \* فَالْمُورِيَاتِ قَدْحًا \* فَالْمُعِيرَاتِ صُبْحًا \* فَأَثَرْنَ بِهِ نَقْعًا \* فَوَسَطْنَ بِهِ جَمْعًا﴾ (٤٥) .

وهنا يقسم الله سبحانه تعالى بالخيـل اذا جريت في سبيله وضجت بالصوت الذي يسمع الفرس حين يعدو واصطكاك نعلها للصخر فتقـدح منه النار (٤٦) .

فكان الرسول ﷺ من اشجع الفرسان في زمن الحرب والسلام ويجيد امتطاء الخيل مسرجة وغير مسرجة ( وفي ذلك صعوبة كبيرة للفارس ) فعن انس رضي الله عنه : كان رسول الله ﷺ أحسن الناس واجود الناس واشجع الناس ولقد فرغ اهل المدينة ليلة ، فركب فرساً لابي طلحة غير مسرجة فخرج الناس فاذا برسول الله ﷺ قد سبقهم (٤٧) .

فكان رسول الله ﷺ يقوم بعقد السباق بين الخيل وينظم ذلك بنفسه ، ففي الحديث لابن مسلم ان الرسول ﷺ سابق بالخيـل التي اضمـرت من الحفياء ، وكان امدها ثنية الوداع - والمسافة بينهما من سنة الى سبعة اميال وسابق ميلاً او نحوه - وكان ابن عمر رضي الله عنهما فيمن سابق بها (٤٨) .

وكان يعطي ﷺ السابق في مثل هذه المسابقات جائزة على فوزه فعن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما قال : ( سبق النبي ﷺ بين الخيل واعطى السابق ) (٤٩) .

كما سابق الرسول ﷺ على الابل ، فعن انس رضي الله عنه قال : كانت لرسول الله ﷺ ناقة تسمى العضباء لاتسبق ، فجاء اعرابي على قعود فسبقها ، فشق على المسلمين ، فلما رأى ما في وجوههم ، قالوا : يا رسول الله سبقت العضباء ، قال : ((ان حقاً على الله ان لا يرتفع من الدنيا شيء الا وضعه)) (٥٠) .

ومن هذه المسابقات على الخيل والابل نلاحظ كثرت ممارسته في عهده فعن انس رضي الله عنه قال : ( لم يكن شيء احب الى رسول الله ﷺ بعد النساء من الخيل ) (٥١) .

## ٢- الجري على الاقدام:-

وهي رياضة بدنية منشطة للجسم بشكل عام وهي من اقدم الرياضات وتتطلب هذه السباقات قوة واحتمال وعزيمة وشدة لمواجهة الصعاب فقد حث عليها النبي ﷺ

ومارسها كما لعبها الصحابة رضي الله عنهم على شكل مسابقات فعندما قفل الرسول ﷺ الى غزوة تبوك في (٩هـ) قالت الانصار : السباق ، فقال النبي ﷺ : ((إن شئتم))، فكان الانصار يستاذنون النبي ﷺ في المسابقة فيما بينهم ، فعن سلمة بن الاكوع قال : بينما نحن نسير وكان رجل من الانصار عدواً فجعل يقول : الا مسابق الى المدينة هل من مسابق ؟ فجعل يعيد ذلك ، قال : فلما سمعت كلامه ، اما تكرم تكريماً ، ولا تهاب شريفاً ؟ قال : لا ، الا ان يكون رسول الله ﷺ قال : قلت : يارسول الله بابي انت وامي ذرني فلاسابق الرجل قال : ((ان شئت فسبقته))<sup>(٥٢)</sup>.

فقد كان الرسول ﷺ ينظم المسابقة بالاقدام بين الاطفال ، ففي حديث ان عبدالله بن الحارث رضي الله عنه قال : كان رسول الله ﷺ يصف عبدالله وعبيد الله من بني عباس ، ثم يقول : ((من سبق الي فله كذا وكذا))، قال : فيتسابقون اليه ، فيقعون على ظهره وصدرة ، فيقبلهم ويلزمهم<sup>(٥٣)</sup>.

وعن عبدالله بن الزبير رضي الله عنه قال : سابقني عمر بن الخطاب رضي الله عنه فسبقته ، فقلت سبقتك ورب الكعبة ، ثم سبقني فقال : وسبقتك ورب الكعبة<sup>(٥٤)</sup> .

### ٣- المصارعة :-

مما لاشك فيه جاءت تعاليم الاسلام متكاملة لاصلاح الفرد روحياً وجسدياً ليكون لبنة قوية داخل المجتمع ، فبالاضافة لاهتمامه بغرس الايمان وتقوية الروح المعنوية كان هناك دور للقوة الجسدية ليستطيع الفرد تحمل اعباء ومسؤوليات الجهاد والدعوة الى الله<sup>(٥٥)</sup> .

وتعد من اشهر انواع الرياضة البدنية في الاسلام ولقد كانت تمارس من قبل افراد المجتمع في الجاهلية ، وكانت حلبة المصارعة تحتل جانباً من جوانب (سوق عكاظ\*) ، الذي كانت قبائل العرب تقيمه كل عام ولقد بلغ ولوع العرب بالمصارعة ان كانوا يجتمعون لمشاهدتها في اسواقهم سنوياً ، وقد كان من اشهر المصارعين عمر بن الخطاب رضي الله عنه<sup>(٥٦)</sup>.

وقد صارع الرسول ﷺ رجلاً معروفاً بقوته يسمى ( ركانة \* ) الذي صارعه بمكة المكرمة قبل الاسلام وكان اشد الناس ، فقال يا محمد ان صرعتني امنت بك فصرعه النبي محمد ﷺ ، فقال للرسول ﷺ : انك ساحر ، ثم اسلم بعد ذلك<sup>(٥٧)</sup>.

وما رواه سمرة بن جندب رضي الله عنه قال: كان رسول الله ﷺ يعرض غلمان الأنصار في كل عام فيلحق من أدرك منهم، قال : وعرضت عام فألحق غلاماً وردني، فقلت يا رسول الله ﷺ لقد ألحقته ورددتني، ولو صارعته لصرعته، قال: فصارعه، فصارعته فصرعته، فألحقني<sup>(٥٨)</sup> .

#### ٤- الرمي بالسهام :-

إذا كان اهتمام الاسلام بالالعاب الرياضية بوجه عام ، فان اهتمامه بالرياضة رمي السهام كان مميزاً ، فقد كثرت الاحاديث النبوية الشريفة على فضلها والحث على ممارستها ولقد كانت من اكثر الالعاب التي كان شباب الصحابة وشيوخهم يمارسونها ، ويبحثون على تعلمها كيف لا وقد كان الرسول ﷺ يمارسها وحذر من تعلمها ونسيانها بالاثم قوله ﷺ : (( من تعلم الرمي ثم تركه فقد عصاني ))<sup>(٥٩)</sup> .

وكان الرسول ﷺ على اصحابه في حلقات الرمي فيشجعهم ويقول لهم : ((ارموا انا معكم كلم))<sup>(٦٠)</sup>. ويرى ﷺ ان هذا الرمي ليس هواية او لهو فحسب ، بل هو نوع من القوة قال ﷺ في ذلك : ((الا ان القوة الرمي ، الا ان القوة الرمي، الا ان القوة الرمي))<sup>(٦١)</sup> .

وقال ﷺ : (( عليكم بالرمي فانه من خير لهوكم ))<sup>(٦٢)</sup> . وعن علي بن ابي طالب رضي الله عنه : كانت بيد رسول الله ﷺ ، قوس عربية ، فرأى رجل بيده قوس فارسية فقال : ما هذا ؟ القها عليكم بهذه واشباهها ورماح القنا فانها تزيد الله بهما الدين ويمكن لكم في البلاد<sup>(٦٣)</sup> .

وكتب عمر بن الخطاب رضي الله عنه الى ابي عبيد عامر بن الجراح رضي الله عنه : ((علموا غلمانكم العوم ، ومقاتيلكم الرمي))<sup>(٦٤)</sup> .

## ٥- السباحة :-

وهذا نوع اخر من الممارسات الترويح والتسلية ، التي كانت موجودة في العصر الاسلامي الاول ، ولقد بلغت العناية بها لدى عامة المسلمين مبلغاً كبيراً فكانت رياضة السباحة المصنفة ضمن اهم الرياضات وانفعها على الاطلاق ، كونها احدى الرياضات الهوائية التي تمارس بصورة منتظمة ، فورد عن الرسول ﷺ : (( كل شي ليس من ذكر الله عز وجل فهو لغو او سهو الا اربع خصال : مشي الرجل بين الغرضين ، وتاديبه فرسه وملاعبته اهله وتعلم السباحة )) (٦٥) .

فكانت العرب في الجاهلية واول الاسلام تطلق لقب ( الكامل ) على من يحسن الكتابة والعموم والرمي ، فهناك حديث للرسول ﷺ عن تعلمه السباحة : ((ههنا نزلت بي امي ، واحسنت العموم في بئر بني عدي بن النجار)) (٦٦) . وهذا الفاروق يوصي عماله بتعليم اولادهم السباحة ، فكتب الى امير الشام: ((... علموا صبيانكم الكتابة والسباحة )) (٦٧) .

والسباحة مشروعة للرجال والنساء جميعاً ، لحاجة الجميع اليها ، ولقد اصبح في عصرنا هذا لها شأن كبير ، وتتشأ لها المسابح والحمامات ، وتعد لها المسابقات، ولكن المحظور فيها هو كشف العورات ، فلا مانع ان يسمح النساء المسلمات في حمامات مغلقة خاصة بهن او يخصص لهن اوقات في المسابح (٦٨).

## ٦- المبارزة :-

تعد المبارزة بالسيف من اقدم انواع الرياضات القتالية ، وقد كانت تمارس منذ القدم وتظهر صور على جدران معابد قدماء المصريين صور مقاتلين يتبارزون بسيف وويرتدون اقنعة للرأس كما هو في الوقت الحالي ، وللسيف والمبارزة مكانة سامية عند العرب الجاهليين فهو رمز القوة والشجاعة ، وفارس القبيلة الذي يجيد فنون المبارزة له المكانة العليا بين قبيلته وعشيرته ، ولقد زخرت الاشعار العربية بالكثير من القصائد التي تبرز اهمية السيف عند العرب ، ومما يلفت اهمية السيف

عند العرب اسماءه الرفيعة المتعددة ، الحسام والصارم والوشاح والخشوف والقلوع والباتر والبارق والمهند والرداء والوقام والصمصامة<sup>(٦٩)</sup> .

فقد كان للنبي محمد ﷺ سيوفه المعروفة لدى الصحابة الذي اصابه من بني قينقاع منها ذو الفقار وسمي بذو الفقار لانه كان في وسطه مثل فقرات الظهر ، والعضب اي القاطع ، وبتار والقلعي وسمي قلعي نسبة الى موضع قلعة في البادية ، والحيف وقد سار الرسول ﷺ بهذه السيوف بحريه يوم بدر<sup>(٧٠)</sup> .

وكان عند الرسول ﷺ بعد ذلك من السيوف المخدّم ورسوب اصابهما من الفلس واخبرنا ابن سعد في كتابه الطبقات كان نعل سيف الرسول وقبيعته وحلقة السيف وقضبته من الفضة<sup>(٧١)</sup> .

ومن أحاديث الرسول ﷺ حول السيف قوله : (( واعلموا ان الجنة تحت ظلال السيوف ))<sup>(٧٢)</sup> . وقوله ﷺ : (( بعثت بين يدي الساعة بالسيف حتى يعبد الله وحده لا شريك له وجعل رزقي تحت ظل رمحي ، وجعل الذلة والصغار على خالف امري ، ومن تشبه بقوم فهو منهم ))<sup>(٧٣)</sup> .

فلقد كان للسيف مكانة بين القبائل بعد الجهر بالدعوة ونشرها بين القبائل العربية في عهد النبوة وفي عهد الفتوحات الاسلامية ابان الخلافة الراشدة وما تلتها من الخلافات الاسلامية .

ومن ابرز الصحابة الذين اشتهروا بالمبارزة علي بن ابي طالب ﷺ فعن جابر ﷺ قال : دخل علي ﷺ على فاطمة ﷺ عنها يوم احد ، فقال : أفاطم هاك السيف غير ذميم فلست برعديد ولا بلئيم  
لعمرى لقد ابليت في نصر احمد ومرضاة ربي بالعباد عليم<sup>(٧٤)</sup> .

وفي يوم الخندق (٥٥هـ) خرج عمرو بن عبد ، فنادى من يبارز ؟ فقام علي بن ابي طالب ﷺ وهو مقنع بالحديد ، فقال : انا لها يا نبي الله ، فقال : ( انه عمرو اجلس ) ، ثم نادى عمرو : الا رجل يبرز ؟ فجعل يؤنبهم ويقول : اين جنتكم التي تزعمون انه من قتل منكم دخلها ؟ افلا تبرزون الي رجلاً ؟ فقام علي ﷺ : انا

يارسول الله ، فقال (اجلس) ثم نادى الثالثة ، فقام علي ﷺ فقال : يارسول الله انا ، فقال له : انه عمرو ، فقال : وان كان عمراً فاذن له رسول الله ﷺ (٧٥) .

ومن الصحابة الذين اشتهروا بالمبارزة طلحة بن عبيد الله ﷺ حيث ذكر لما كان يوم احد ارتجزت بهذا الشعر :

نحن حماة غالب ومالك نذب عن رسولنا المبارك  
نضرب عنه القوم في المعارك ضرب صفاح الكوم في المبارك (٧٦).

والزبير بن العوام ﷺ حيث اخرج ابن عساكر قال : ان اول من سل سيفاً في الله الزبير بن العوام ﷺ ، بينا هو ذات يوم قائل اذ سمع نغمة : قتل رسول الله ﷺ فخرج متجرداً بالسيف مصلاً ومجهزاً لسيف ، فلقية رسول الله ﷺ ، فقال مالك يا زبير ، فقال : سمعت انك قتلت ، قال : فما اردت ان تصنع ، قال : اردت \_ والله \_ ان استعرض اهل مكة فدعا له النبي ﷺ .

هذاك أول سيف سل في غضب الله سيف الزبير المنتضي أنفا  
حمية سبقت من فضل نجدته قد يحبس النجدات المحبس الأرفا (٧٧) .

وعن انس ﷺ أن رسول الله ﷺ أخذ سيفاً يوم احد ، فقال : (( من يأخذ هذا السيف )) فاخذ القوم ينظرون اليه ، فقال : (( من يأخذ بحقه )) فاحجم القوم ، فقال ابو دجانة \* سماك ﷺ : انا اخذه بحقه ، فكان ابو دجانة من اشهر الصحابة المبارزين واخذ يقول :

أنا الذي عاهدني خليلي بالشعب ذي السفح لدى النخيل  
أن لا أقوم الدهر في الكيول أضرب بسيف الله والرسول (٧٨) .

وعن خالد بن الوليد ﷺ اخرج الطبراني يقول عنه : لقد دق في يدي يوم مؤتة تسعة اسياف فما بقى بيدي الا صفيحة يمانية ، وعن عبد الله بن أبي أوفى أن رسول الله ﷺ قال : لا تؤذوا خالدا فإنه سيف من سيوف الله عز و جل صبه الله على الكفار (٧٩).

وإن خالد بن الوليد لما حضرته الوفاة بكى وقال لقيت كذا وكذا زحفا وما في جسدي شبرا إلا وفيه ضربة بسيف أو رمية بسهم أو طعنة برمح وها أنا أموت على فراشي تحف أنفي كما يموت البعير فلا نامت أعين الجبناء<sup>(٨٠)</sup> .

وذكر الحاكم النيسابوري عن أوس بن حارثة رضي الله عنه : لم يكن أحد أعدى للعرب من هرمز فلما فرغنا من مسيلمة و أصحابه أقبلنا إلى ناحية البصرة فلقينا هرمز بكاطمة في جمع عظيم فبرز له خالد و دعا البزار فبرز له هرمز فقتله خالد بن الوليد و كتب بذلك إلى أبي بكر الصديق رضي الله عنه فنقله فبلغت قلنسوته مائة ألف درهم ، وكانت الفرس اذا شرف الرجل جعلوا قلنسوته مائة ألف درهم<sup>(٨١)</sup> .

وهكذا نلاحظ كيف كان للمبارزة دور مهم في عهد النبي صلى الله عليه وسلم وما للصحابة من دور في المعارك الفتوح الاسلامية .

#### \* أنواع أخرى من التسلية والترويح المباح في العصر النبوي :-

وهنا يمكن عرض انواع كثيرة من انواع الترويح والتسلية المباح في العصر النبوي منها المزاح فقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم يمازح اصحابه رضي الله عنهم ويمازحوه ويتمازحون فيما بينهم ففي حديث عن عبدالله بن السائب بن يزيد عن ابيه عن جده رضي الله عنه ان الرسول صلى الله عليه وسلم قال : (( لا ياخذن احدكم متاع اخيه لاعباً ولا جاداً ، فاذا اخذ احدكم عصا صاحبه فليردها عليه ))<sup>(٨٢)</sup> .

وما جاء عن عبد الرحمن بن ابي ليلى قال : حدثنا اصحاب محمد صلى الله عليه وسلم انهم كانوا يسيرون مع النبي فنام رجل منهم فانطلق بعضهم الى حبل معه فاخذه ففزع فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (( لا يحل لمسلم ان يروع مسلماً ))<sup>(٨٣)</sup> .

وقد حث الرسول صلى الله عليه وسلم ان يكون المزاح بالحق ولا يوجد فيه كذب ماجاء عن ابي هريرة رضي الله عنه ، قالوا : يا رسول الله انك لتداعبنا ، قال : ((إنني لا اقول الا الحق))<sup>(٨٤)</sup> . وعن بكر بن عبدالله قال : كان اصحاب النبي صلى الله عليه وسلم يتبادحون بالبطيخ ، فاذا كانت الحقائق كانوا هم الرجال<sup>(٨٥)</sup> .

ومن انواع التسلية والترويح الاخرى الغناء والضرب بالدف في ايام الاعياد والاعراس والسفر والقدوم من الغزو فعن عائشة رضي الله عنها : دخل ابو بكر وعندي جاريتان من جوالي الانصار تغنيان بما تقاولت به الانصار يوم بعث ، قالت : وليستا بمغنيتين ، فقال ابو بكر : ابزمور الشيطان في بيت رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فقال الرسول صلى الله عليه وسلم : (( يا أبا بكر ان لكل قوم عيداً ، وهذا عيدنا ))<sup>(٨٦)</sup> .

وعن بريدة رضي الله عنه قال : رجع رسول الله صلى الله عليه وسلم من بعض مغازيه ، فجاءت جارية سوداء فقالت : يا رسول الله : اني كنت نذرت ان ردك الله تعالى سالماً ان اضرب على رأسك بالدف ، فقال : ((إن كنت نذرت فافعلي والا فلا)) ، قالت : اني كنت نذرت ، قال : فقدع رسول الله صلى الله عليه وسلم فضربت بالدف<sup>(٨٧)</sup> .

وعن الربيع بنت معوذ بن عفراء رضي الله عنها قالت : جاء النبي صلى الله عليه وسلم يدخل حين بنى علي رضي الله عنه فجلس على فراشي ، كمجلسك مني ، فجعلت جوهريات لنا يضرين بالدف ويندبن من قتل من ابائي يوم بدر اذ قالت احدهما : وفيما نبي يعلم ما في غدا . فقال : دعي هذا ، وقولي بالذي كنت تقولين<sup>(٨٨)</sup> .

واللعب بالطيور من انواع التسلية عن انس بن مالك رضي الله عنه : ان النبي صلى الله عليه وسلم كان يدخل على ام سليم ولها ابن من ابي طلحة يكنى ابا عمير ، وكان يمازحه فدخل عليه فرآه حزيناً ، فقال : مالي ارى ابا عمير حزيناً ، فقالوا : مات نغره الذي يلعب به ، قال فجعل يقول : ((أبا عمير ما فعل النغير؟))<sup>(٨٩)</sup> .

ومداعبة الاطفال وادخال السرور عليهم هي من انواع التسلية والترويح فعن البراء رضي الله عنه قال : رايت النبي صلى الله عليه وسلم والحسن بن علي على عاتقه ، يقول : اللهم اني احبه فاحبه . ومزاحه صلى الله عليه وسلم لحسن والحسين ابني بنته ومداعبته لهما واخاله السرور عليهما<sup>(٩٠)</sup> .

وعن عقبة بن الحارث رضي الله عنه قال : خرجت مع ابي بكر الصديق رضي الله عنه من صلاة العصر بعد وفاة النبي صلى الله عليه وسلم بليال ، وعلي يمشي الى جنبه فمر بحسن بن علي

يلعب مع غلمان فاحتمله على رقبته ، وهو يقول : وبابي شبيه النبي ، ليس شبيهاً بعلي وعلي ﷺ يضحك<sup>(٩١)</sup>.

وكان حمل الاثقال من الوسائل الترويحية والمسلية في عصر النبوة ومن الشواهد على ذلك ما رواه انس بن مالك ﷺ : مر النبي ﷺ يقوم يرفعون حجرا ، يريدون الشدة<sup>(٩٢)</sup> . وعن طاووس قال : مر ابن عباس ﷺ بعد ما ذهب بصره يقوم يجرون حجرا ، فقال: ما شأنهم ، قال : يرجعون حجرا ، ينظرون ايهم اقوى ، فقال ابن عباس : عمال الله اقوى من هؤلاء<sup>(٩٣)</sup>.

وهناك الألعاب خاصة بالاطفال مثل المراجيح فعن عائشة ﷺ : تزوجني رسول الله ﷺ متوفي خديجة ﷺ قبل مخرجه الى المدينة بسنتين او ثلاث وانا بنت سبع سنين فلما قدمنا المدينة جاءتني نسوة وانا لعب في ارجوحة وانا مجممة فذهبن بي فهيانني وصنعني ثم اتين رسول الله ﷺ فبنى بي وانا بنت تسع سنين<sup>(٩٤)</sup> .

ومن ألعاب الأطفال كذلك اللعب بالبنات ( العرايس ) فعن عائشة ﷺ انها قالت : كنت ألعب بالبنات عند النبي ﷺ وكان لي صواحب يلعبن معي فكان رسول الله إذا دخل يتقمعن منه فيسر بهن إلى فيلعبن معي<sup>(٩٥)</sup> .

وعند البيهقي أن عائشة ﷺ قدم رسول الله ﷺ من غزوة تبوك أو خيبر وفي سهوتها ستر فهبت ريح فكشفت ناحية الستر عن بنات لعائشة لعب فقال : ((ما هذا يا عائشة؟)) قالت: بناتي ورأى بينهن فرساً له جناحان من رقاع فقال : ((ما هذا الذي أرى وسطهن؟)) قالت : فرس ، قال : ((وما هذا الذي عليه؟)) قالت : جناحان . قال : ((فرس له جناحان !)) ، قالت : أما سمعت أن لسليمان خيلا لها أجنحة . قالت : فضحك حتى رأيت نواجذه<sup>(٩٦)</sup> .

وكان في العصر النبوي انواع من التسلية والترويح المنهي عنها ومنها (المعازف) وقد وردت العديد من الاحاديث النبوية قوله ﷺ : (( ليكنن من امتي اقوام يستحلون الحر والحرير والخمر والمعازف ))<sup>(٩٧)</sup>. وكانت من الالاعاب المحرمة (النرد) قال ﷺ : (( من لعب بالنردشير فكأنما غمس يده في لحم الخنزير ))<sup>(٩٨)</sup> .

ومن انواع التسلية والترويح التصوير وقد حرمت قوله ﷺ : (( من صور صورة في الدنيا كلف يوم القيامة ان ينفخ فيها الروح ، وليس بنافخ )) <sup>(٩٩)</sup>. المبالغة في الضحك قوله ﷺ : (( اقل الضحك ، فان كثرة الضحك تميت القلب )) <sup>(١٠٠)</sup> .

## الخاتمة :

أنهيت بحثي هذا بعون الله وفضله التسلية والترويح في عصر النبوة ويعد مطلوباً مهماً في حياة الفرد حيث يستطيع بواسطته ان يحقق اقصى النتائج الايجابية ومما خرجت به من بحثي ما يلي :

١- يعد التسلية والترويح في الاسلام امراً مشروعاً طالما كانت في الاطار الشرعي وقد وردت في العديد من الايات القرآنية الكريمة ما يدل على ذلك .

٢- إن الرسول ﷺ كان يمارس التسلية والترويح بنفسه ، ويحث عليه كما تبين في العديد من الاحاديث النبوية الشريفة كما ان الصحابة رضي الله عنهم كانوا يمارسون التسلية والترويح في حياتهم اليومية .

٣- ممارسة الرسول ﷺ وصحابته رضي الله عنهم للتسلية والترويح كان لها اهداف سامية ومن ابرزها :

\* تحقيق التآلف الاسري والمجتمعي .

\* التودد الى افراد المجتمع المسلم .

\* اظهار الفسحة في الدين الاسلامي .

\* ازالة الهموم من المسلم في الحياة .

\* اكتساب الفرد المسلم المهارات والخبرات .

٤- تعددت ممارسات التسلية والترويح في عصر النبوة فهناك : العاب الفروسية ، الجري على الاقدام ، المصارعة ، الرمي بالسهم ، السباحة ، والمبارزة.

٥- كما وجدت العاب اخرى خاصة بالاطفال مثل : المراجيح ، العرائس ، بالاضافة الى مداعبة الاطفال وادخال السرور عليهم .

٦- ومن انواع التسلية والترويح المنهي عنها : المعازف ، النرد ، التصوير .

## الهوامش :

- ١ - القرآن الكريم ، سورة التغابن، اية (١٦) .
- ٢ - سورة النور، اية (٢٤-٢٥).
- ٣ - ابن ابي شيبة، أبو بكر عبد الله بن محمد، (ت٢٣٦هـ/٨٤٩ م): المصنف في الأحاديث والآثار، تحقيق: كمال يوسف الحوت، ط١، مكتبة الرشد، الرياض، (١٩٨٩م)، ج٥، ص١٣٨.
- ٤ - ابن فارس، أبو الحسين أحمد بن زكريا، (ت٣٩٥هـ/١٠٠٧م): معجم مقاييس اللغة، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، مطبعة الإعلام الإسلامي، قم، (١٩٨٤م)، ج٢، ص٤٥.
- ٥ - ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين محمد بن مكرم، (ت٧١١هـ/١٣١١م): لسان العرب، قم، إيران، (١٩٨٥م)، ج٢، ص٤٥٥ .
- ٦ - ابي داود، سليمان بن الاشعث السجستاني، (ت٢٧٥هـ/٨٨٨ م): سنن ابي داود، تحقيق وتعليق: سعيد محمد اللحام، ط١، دار الفكر، بيروت، (١٩٩٠)، ج٢، ص٧١٥.
- ٧ - خطاب ، عطيات ، اوقات الفراغ والترويج ، دار المعارف ، القاهرة ، ص٣٠ .
- ٨ - السدحان ، عبد الله بن ناصر ، الترويج وعوامل الانحراف رؤية شرعية ، ط١ ، الدوحة، (٢٠٠٠) ، ص٥٥-٥٦ .
- ٩ - كمال درويش ، امين الخولي ، الترويج واوقات الفراغ في المجتمع المعاصر، دار الفكر العربي ، القاهرة، (د.ت) ، ص٢١.
- ١٠ - التميمي ، محمد بن عبد الوهاب ، موسوعة توحيد الرب ، تحقيق : عبد الرحمن السعيد، الناشر : جامع الامام محمد بن سعود ، الرياض ، المملكة العربية السعودية ، ج١٠، ص٤٢٥ .
- ١١ - سورة الاعراف ، اية (٣٢) .

- ١٢ - سورة الحج ، آية (٧٨) .
- ١٣ - ابن كثير، عماد الدين إسماعيل، (ت٧٧٤هـ/١٣٣١م): تفسير القرآن العظيم، تحقيق: سامي بن محمد سلامة، ط٢، دار طيبة، لبنان، (١٩٩٩م)، ج٣، ص ٣٨٠ .
- ١٤ - سورة النمل ، آية (٩٧) .
- ١٥ - الحجرات ، آية (١١) .
- ١٦ - الاحزاب ، آية (٥٨) .
- ١٧ - سورة الاسراء ، آية (٢٦-٢٧) .
- ١٨ - ابن كثير ، تفسير القرآن الكريم، ج٣، ص ٣٦ .
- ١٩ - سورة البقرة ، آية (٢٣٨) .
- ٢٠ - درويش والخولي ، الترويح واوقات الفراغ ، ص ٢٢-٢٣ .
- ٢١ - احمد بن حنبل، ابو عبد الله ، (ت٢٤١هـ/٨٥٥م): مسند احمد بن حنبل، تحقيق: شعيب الارنؤوط واخرون، ط٢، مؤسسة الرسالة، بيروت، (١٩٩٩م)، ج٦، ص ٢٣٣ .
- ٢٢ - الترمذي، ابو عيسى محمد، (ت٢٩٧هـ/٨٩٢م): سنن الترمذي، تحقيق: عبد الوهاب عبد اللطيف، ط٢، دار الفكر للطباعة، بيروت، لبنان، (١٩٨٣م)، ج٤، ص ٦٠٨ .
- ٢٣ - القضاعي ، محمد بن سلامة بن جعفر ، مسند الشهاب ، ط ٢ ، مؤسسة الرسالة ، بيروت ، (١٩٨٦) ، ج ١ ، ص ٣٩٣ .
- ٢٤ - ابي داود ، السنن ، ج ١ ، ص ٤١٩ .
- ٢٥ - ابي داود ، السنن ، ج ٢ ، ص ٧١٩ .
- ٢٦ - ابن حنبل ، المسند ، ج ٥ ، ص ٥ .

- ٢٧ - مسلم، أبو الحسين مسلم بن حجاج النيسابوري، (ت ٢٦١هـ/ ٨٧٥ م): صحيح مسلم، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار أحياء التراث العربي، بيروت، (د.ت) ج ٤ ، ص ١٧١١.
- ٢٨ - السدحان ، الترويح وعوامل الانحراف رؤية شرعية ، ص ٩٠ .
- ٢٩ - الخطيب البغدادي، ابي بكر احمد بن علي بن ثابت، (ت ٤٦٣هـ/ ١٠٧٠م): الجامع لاخلق الراوي واداب السامع ، تحقيق : د.محمود الطحان ، مكتبة المعارف ، الرياض ، ج ٢ ، ص ١٢٩.
- ٣٠ - الرازي، فخر الدين محمد التميمي، (ت ٦٠٦هـ/ ١٢١٨م): مفاتيح الغيب، ط ١، دار الكتب العلمية، بيروت، (٢٠٠٠م) ، ج ٢٥ ، ص ١٢٣.
- ٣١ - الزركشي، بدر الدين محمد بن عبد الله (ت ٧٩٤هـ/ ١٣٩١م): شرح الزركشي على مختصر الخرقى ، تحقيق : عبد المنعم خليل ابراهيم ، دار الكتب العلمية ، ج ٣ ، ص ٢٩٣.
- ٣٢ - الطبراني، أبو القاسم سليمان بن أحمد بن أيوب، (ت ٣٦٠هـ/ ٩٧٠م): المعجم الكبير، تحقيق: حمدي بن عبد المجيد السلفي، ط ٢، مكتبة العلوم والحكم، الموصل، (١٩٨٣م) ، ج ٢٣ ، ص ٤٧.
- ٣٣ - درويش والخولي، الترويح واولقات الفراغ ، ص ٢٣-٢٥.
- ٣٤ - السدحان ، الترويح وعوامل الانحراف رؤية شرعية ، ط ١ ، الدوحة ، (٢٠٠٠)، ص ٩٠.
- ٣٥ - ابن ماجه، محمد زيد القزويني، (ت ٢٧٥هـ/ ٨٨٨م): سنن ابن ماجه، تحقيق وتعليق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار الفكر، بيروت، (د.ت)، ج ١ ، ص ٣١.
- ٣٦ - الطبراني، المعجم الصغير، تحقيق: محمد شكور محمود الحاج أمير، ط ١، المكتب الإسلامي، دار عمار، بيروت، (١٩٨٥م)، ج ٢، ص ٢٧٥.
- ٣٧ - الدرويش ، الخولي ، الترويح واولقات الفراغ في المجتمع المعاصر ، ص ٢٧.

- ٣٨ - ابن حنبل ، المسند ، ج ٤ ، ص ٥٠ .
- ٣٩ - الدرويش ، الخولي ، الترويح و اوقات الفراغ في المجتمع المعاصر ، ص ٢٣ - ٢٥ .
- ٤٠ - وافي ، علي عبد الواحد ، عوامل التربية (بحوث في علم الاجتماع التربوي والاخلاقي)، دار النهضة ، مصر، (١٩٧٨) ، ص ١٠٣ .
- ٤١ - البخاري، ابو عبد الله محمد بن اسماعيل، (ت ٢٥٦هـ/ ٨٧٠م): الجامع الصحيح المختصر، تحقيق: مصطفى ديب البغا، ط ٣، دار ابن كثير، اليمامة، بيروت، (١٩٨٧م)، ج ١ ، ص ٣ .
- ٤٢ - السدحان ، الترويح وعوامل الانحراف رؤية شرعية ، ص ٩٣-٩٤ .
- ٤٣ - الببيلي ، محمد مامون بشير ، رياضيات الشباب المسلم بين الماضي والحاضر ، ط ١، مكتب التوبة ، دار ابن حزم ، الرياض ، (١٩٩٤) ، ص ٤٣ .
- ٤٤ - سورة الانفال ، اية (٦٠) .
- ٤٥ - سورة العاديات ، اية (٦-١) .
- ٤٦ - ابن كثير، عماد الدين إسماعيل، (ت ٧٧٤هـ/ ١٣٣١م): تفسير القرآن العظيم، تحقيق: سامي بن محمد سلامة، ط ٢، دار طيبة، لبنان، (١٩٩٩م)، ج ٤ ، ص ٦٦٣ .
- ٤٧ - النسائي، أبو عبد الرحمن بن شعيب، (ت ٣٠٣هـ/ ٩٥١م): السنن الكبرى، تحقيق: عبد الغفار سليمان النداوي، وسيد كسروي حسين، ط ١، دار الكتب العلمية، بيروت، (١٩٩١م)، ج ٦ ، ص ٣٦٣ .
- ٤٨ - مسلم ، صحيح مسلم ، ج ٣ ، ص ١٤٩١ .
- ٤٩ - ابن حنبل ، المسند ، ج ٢ ، ص ٩١ .
- ٥٠ - البخاري ، صحيح البخاري ، ج ٥ ، ص ٢٣٨٤ .

- ٥١ - السيوطي، جلال الدين عبد الرحمن، (ت ٩١١هـ/ ١٥٠٥م): الدر المنثور في تفسير المأثور، دار الفكر، بيروت، (١٩٩٣)، ج ٤، ص ٩٢.
- ٥٢ - مسلم، صحيح مسلم، ج ٥، ص ١٨٩.
- ٥٣ - ابن حنبل، المسند، ج ١، ص ٢١٤.
- ٥٤ - المتقي الهندي، علي بن حسام، (ت ٢٧٥هـ/ ١٥٦٧م): كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال، تحقيق: بكري حياتي، تصحيح وفهرسة: صفوة السقا، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، (١٩٩٩م)، ج ١٥، ص ٣٢٤.
- ٥٥ - الببلي، رياضيات الشباب المسلم، ص ٧٨.
- \* سوق عكاظ : هو موضع بقرب مكة كانت تقام به في الجاهلية سوق يقيمون فيه اياماً وعكاظ كغراب سوق بصحراء بين نخلة والطائف كانت تقوم هلال ذي القعدة وتستمر عشرين يوماً تجتمع قبائل العرب فيتعاكضون أي يتفاحرون ويتناشدون قال النووي قيل سميت بذلك لقيام الناس فيها على سوقهم ( فاضربوا مشارق الأرض ومغاربها ) الضرب في الأرض الذهاب فيها وهو ضربها بالرجل وقال النووي معناه سيروا فيها كلها ( وهو بنخل ) . مسلم ، صحيح مسلم ، ج ١، ص ٣٣١
- ٥٦ - السدحان ، الترويح وعوامل الانحراف ، ص ٩٨ .
- \* ركانة بن عبد يزيد بن هاشم بن المطلب بن عبد مناف بن قصي بن كلاب بن مرة مات ركانة في أول ولاية معاوية بن أبي سفيان وأم ركانة العجلة بنت عجلان بن التباع بن عبد ياليل بن ناشب بن غيرة . ابن حبان ، احمد ابو حاتم التميمي : الثقات ، ط ١ ، دار الفكر ، (١٩٧٥) ، ج ١، ص ١٣٠
- ٥٧ - ابن حزم، ابي محمد علي بن احمد، (ت ٤٥٦هـ/ ١٠٦٣م): الفصل في الحل والاهواء والنحل، تحقيق: محمد ابراهيم وعبد الرحمن عمير، ط ٢، دار الجبل، بيروت، (١٩٩٦م)، ج ١، ص ١١١.

- ٥٨ - ابن حجر العسقلاني، احمد بن علي، (ت ٨٥٢هـ/١٤٤٨م): فتح الباري في شرح صحيح البخاري، ط ٢، دار المعرفة، بيروت، لبنان، (د.ت) ، ج ٩ ، ص ١٠٥.
- ٥٩ - المزي، جمال الدين، (ت ٧٤٢هـ/١٣٤٢م): تهذيب الكمال في أسماء الرجال، تحقيق وتعليق: بشار عواد معروف، ط ٤، مؤسسة الريالة، بيروت، لبنان، (١٩٩٣م) ، ج ١٩ ، ص ٥٠٠ .
- ٦٠ - ابن حنبل ، المسند ، ج ٤ ، ص ٥٠ .
- ٦١ - مسلم ، صحيح مسلم ، ج ٣ ، ص ١٥٢٢ .
- ٦٢ - البزار ، احمد بن عمرو بن عبد الخالق ، مسند البزار ، تحقيق : د.محفوظ الرحمن زين الله ، مؤسسة علوم القرآن ، بيروت ، ج ٣ ، ص ٣٤٦ .
- ٦٣ - ابن ماجة ، السنن ، ج ٢ ، ص ٩٣٩ .
- ٦٤ - ابن حنبل ، المسند ، ج ١ ، ص ٤٦ .
- ٦٥ - الطبراني ، المعجم الكبير ، ج ٢ ، ص ١٩٣ .
- ٦٦ - ابن سعد، محمد بن منيع، (ت ٢٣٠هـ/٨٨٤م): الطبقات الكبرى ، تحقيق: إحسان عباس، ط ١، دار صادر، بيروت، (١٩٦٨) ، ج ٣ ، ص ٦١٣ .
- ٦٧ - الصنعائي ، عبد الرزاق بن همام ، مصنف عبد الرزاق ، ط ٢ ، المكتب الاسلامي ، بيروت ، ج ٩ ، ص ١٩ .
- ٦٨ - القرضاوي ، يوسف ، فقه الله والترويح ، ط ٢ ، مكتبة وهب ، القاهرة ، (٢٠٠٦) ، ص ٧٢ .
- ٦٩ - الببلي ، رياضيات الشباب المسلم ، ص ٩٢ .
- ٧٠ - ابن عساكر، القاسم علي بن الحسين، (ت ٧٥١هـ/١١٧٥م): تاريخ مدينة دمشق، تحقيق: علي شيري، دار الفكر، بيروت، لبنان، (١٩٩٥م) ، ج ٤ ، ص ٢١٥

- ٧١ - ابن سعد ، الطبقات ، ج ١ ، ص ٤٨٦ .
- ٧٢ - ابي داود ، السنن ، ج ٢ ، ص ٤٨ .
- ٧٣ - الهيثمي، نور الدين علي بن ابي بكر، (ت ٨٠٧هـ/ ٤٠٤م): مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، دار الفكر، بيروت، (١٩٩٢) ، ج ٦ ، ص ١٠٧ .
- ٧٤ - البيهقي ، السنن الكبرى ، ج ٩ ، ص ١٣٢ .
- ٧٥ - ابن عساكر ، تاريخ دمشق ، ج ٤٢ ، ص ١٣٢ .
- ٧٦ - المتقي الهندي، علي بن حسام، (ت ٢٧٥هـ / ١٥٦٧م): كنز العمال في سنن الأ أقوال والأفعال، تحقيق: بكري حياتي، تصحيح وفهرسة: صفوة السقا، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، (١٩٩٩م) ، ج ١٣ ، ص ١٨٤ .
- ٧٧ - ابن سعد ، الطبقات ، ج ٣ ، ص ٥٥٨ .
- \* واسمه سماك بن خرشة بن لوزان بن عبد ود بن زيد بن ثعلبة بن الخزرج بن ساعدة وأمه حزمة بنت حرملة من بني زعب من بني سليم بن منصور. آخى رسول الله ﷺ بين أبي دجانة وعتبة بن غزوان. وشهد أبو دجانة بدرًا وكانت عليه يوم بدر عصابة حمراء. أخبرنا موسى بن محمد بن إبراهيم عن أبيه قال: كان أبو دجانة يعلم في الزحوف بعصابة حمراء وكانت عليه يوم بدر. قال محمد بن عمر: وشهد أيضا أبو دجانة أحدا وثبت مع رسول الله ﷺ ، وبايعه على الموت.
- ابن سعد ، الطبقات ، ج ٣ ، ص ٥٥٦
- ٧٨ - المعجم الكبير ، ج ٤ ، ص ١٠٤ .
- ٧٩ - ابن عساكر ، تاريخ دمشق ، ج ١٦ ، ص ٢٧٣ .
- ٨٠ - الحاكم النيسابوري، ابو عبد الله محمد بن عبد الله، (ت ٤٠٥هـ/ ١٠١٤م): المستدرك على الصحيحين، تحقيق: عبد القادر عطا، ط ١، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، (١٩٩٠م) ، ج ٣ ، ص ٢٧ .
- ٨١ - المستدرك ، ج ٣ ، ص ٢٣٨ .

- ٨٢ - الطبراني ، المعجم الكبير ، ج٢ ، ص ٢٤١ .
- ٨٣ - ابي داود ، السنن ، ج٢ ، ص ٧١٩ .
- ٨٤ - ابن كثير ، تفسير ابن كثير ، ج٧ ، ص ٤٤٣ .
- ٨٥ - البخاري ، الادب المفرد، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، ط٣، دار البشائر الاسلاميه، بيروت، (١٩٨٩م) ، ج١ ، ص ١٠٢ .
- ٨٦ - ابن حنبل ، المسند ، ج٦ ، ص ١٨٦ .
- ٨٧ - ابن حنبل ، المسند ، ج٥ ، ص ٣٥٦ .
- ٨٨ - ابن سعد ، الطبقات ، ج٨ ، ص ٤٤٧ .
- ٨٩ - ابن حنبل ، المسند ، ج٣ ، ص ١٨٨ .
- ٩٠ - الترمذي ، السنن ، ج٥ ، ٦٦١ .
- ٩١ - ابن حنبل ، المسند ، ج١، ص٨ .
- ٩٢ - المناوي، محمد عبد الرؤوف، (ت ١٠٣١هـ/١٦٤١م): فتح القدير شرح الجامع الصغير في أحاديث البشير والنذير، ط١، مكتبة التجارية الكبرى، مصر، (١٩٣٦م) ، ج٣ ، ١١٠ .
- ٩٣ - الصنعائي ، المصنف ، ج١١ ، ص ٤٤٤ .
- ٩٤ - ابن حنبل ، المسند ، ج٦ ، ص ٢٨٠ .
- ٩٥ - البخاري ، صحيح البخاري ، ج٥ ، ص ٢٨٠ .
- ٩٦ - السنن ، ج٥ ، ص ٣٠٦ .
- ٩٧ - العسكري ، تاريخ دمشق ، ج ٦٧ ، ص ١٨٩ .
- ٩٨ - البيهقي ، السنن ، ج١٠ ، ص ٢١٤ .
- ٩٩ - الطبراني ، المعجم الكبير ، ج١١ ، ص ٣١٦ .
- ١٠٠ - الترمذي ، السنن ، ح ٤ ، ص ٥٥١ .

### Abstract

Praise be to Allah and peace and blessings be upon the Prophet Muhammad, and his family and companions and follow his guidance.

The subject of entertainment and recreation are important living topics, known to man in various countries, and practiced at various times.

I've dealt within my research recreation, entertainment in the era of prophecy and the research was divided into several Investigation Section first novice definition of recreation, entertainment and idiomatically language and dealt with recreation and entertainment in the Holy Quran and the verses that mentioned it as well as the sayings of the Prophet (P.B.U.H).

It also touched on the Recreation and entertainment in the era of prophecy and biography honorable positions, facts and events that witness prestige sport and physical activity in Islam, it has been the Messenger of Allah (P.B.U.H) loves strong force, Islam is a religion of power and energy.

The second part, we study the goals of recreation, leisure and models of entertainment and recreation, such as equestrian games and running on foot, wrestling, archery and swimming.

Then I end my research with a conclusion, and a list of references.