

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

نیاز بہ تفریح

تفریحات سالم

دورہ پنجم، شمارہ، ششم

نام جزوه: نیاز به تفریح، تفریحات سالم
نویسنده: هیأت تحریریه موسسه در راه حق
ناشر: موسسه در راه حق

نوبت چاپ: مکرر

تاریخ چاپ: ۱۳۹۶ هـ ش

چاپخانه: سلمان فارسی

نشانی: قم، خیابان آیت الله مرعشی نجفی (ارم)

کوچه ۲۰ - پلاک ۱۰ - موسسه در راه حق

تلفن: ۲-۳۷۷۴۳۲۲۱ (۰۲۵)

www.darrahehaq.com

سامانه پاسخگویی پیامکی: ۱۰۰۰۲۲۲۳۳۳

رایگان

فهرست مطالب

پیش گفتار:	۵
نیاز به تفریح	۱۰
تفریح از نظر اسلام	۱۱
تفریح سالم و ناسالم	۱۳
اشتباه بزرگ جامعه!	۱۶
تفریحات سالم	۲۰
مسافرت	۲۴
ورزش	۲۸
تیراندازی	۲۹
اسب دوانی	Error! Bookmark not defined.
شنا	۳۳
یادآوری	۳۴

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۵

پیش گفتار:

رژیم منحط پهلوی، از حرب‌های گوناگونی برای خام ساختن جامعه و به‌ویژه نابودی استعداد قشر جوان، و به‌بی‌راهه کشاندن فکر و فعالیت آنان، سود می‌جست. و بی‌تردید یکی از حرب‌های مؤثر و خطرناک او دخالت در ساعات فراغت جامعه و تعیین روش‌های بدلی و مخرب تفریح بود، تا در عین سرگرم ماندن و تخدیر شدن قشرها؛ جامعه هرچه بیشتر در فساد و تباهی غرق شود و از ایمان و اعتقاد به دور افتد؛ بدین گمان که چون چنین انجام شود رژیم و اربابانش در تحمیل استثمار خویش و

غارت بی‌امان هستی کشور با هیچ مانعی روبرو نمی‌شوند. و به‌راستی نیز جامعه را به سراشیب چنین سقوط قطعی برده بودند، و اگر دست توانای خدای جهان و دل بیدار و خداپرست رهبران بزرگ مذهبی و به‌ویژه هوشیاری و مبارزه بی‌امان رهبر عالی‌قدر و زعیم بزرگوار، امام خمینی (قدس سره) نبود، و نیز اگر نبود جامعه‌ی مسلمان ایران، با تکیه‌بر فرهنگ مقاومت شیعی، هماره - حتی در اوج آرامشی که برای طاغوتیان بی‌خبری و بی‌عاری ملت را مسلم می‌نمود - نهضت را در اعماق و درخون خود زنده و پویا می‌داشت؛ شاید هنوز هم طاغوت پهلوی بر کشور مسلط می‌ماند. و شاید هنوز هم برای همه‌چیز این ملت، سازمان سیای امریکا تصمیم می‌گرفت، و

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۷

شاید سالیان طولانی تری را در ظلمات ظلم و استعماری سپری می ساختیم.

خدای را سپاس شایسته، که طومار ستم را به دست توانای بندگان ستمدیده‌ی خویش در هم پیچید، و روزی نو و حیاتی تازه به این آب و خاک ارزانی داشت. و اینک ما ستم دیدگان مسلمان شیعه چشم به راه عزیز غایب خویش داریم و از خدای توانا خواستاریم تا همراه با این بهار زیبای آزادی، زیباترین گل بوستان خدا، رهبر رهبران، امام معصوم غایب و حجّت قائم (علیه السلام) خویش را - که از جان همه‌ی تشنگان دریای امامت و کرامت بر او درود - به ما بازگرداند، باشد که در طلیعه‌ی آزادی

۸ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

ایران، طلوع آزادی جهان را دریابیم... آمین یارب العالمین.

باری؛ سخن از خدعه‌های شوم دشمن داشتیم،
و کوشش رژیم که روزاروز ملت را سرگرم‌تر سازد و
مفهوم «تفریح سالم» را از میان بردارد و به‌جای آن
عیاشی و بی‌بندوباری، و بی‌فکری و خامی و بی‌عاری
را جای‌گزین سازد. و دیدیم باآنکه روستاها از جاده
و بهداشت و بسیاری چیزهای لازم دیگر محروم بود،
و روستایی در خانه‌هایی می‌زیست که زلزله‌های
خفیف نیز دیوارش را بر سر او ویران می‌ساخت؛
رژیم با چه بودجه‌هایی سعی داشت رادیو و
تلویزیون را در همه‌ی آنها پاکیر و مستقر سازد، و

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۹

آنگاه از بلندگوی رادیو و چشم‌انداز تلویزیون چه چیزهایی به آن‌ها تحویل می‌داد؟!

در شهرها نیز وضع بدتر بود، نوجوان از ابتدای بلوغ و حتی پیش از بلوغ با فحشا آشنایی کامل داشت و جوان پس از سرخوردن از همه‌ی سرگرمی‌ها و تفریحات سالم پهلوی! به مواد مخدر روی می‌آورد.

اینک مجال بررسی همه‌ی ابعاد تفریحات سالم کذائی نیست و تنها می‌توان گفت بیشتر جوان‌ها، جوانی خود را می‌باختند، و پدران و مادران دلواپس رفتار و کردار دختران و پسران خود و عاقبت شوم انحرافات آنان، در یأس و دلهره روزگار می‌گذراندند.

۱۰ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

در این جزوه بر آنیم که گفتاری اگرچه کوتاه پیرامون مفهوم حقیقی «تفریح» و کاربرد آن در سازندگی فرد و جامعه و نیز تعریفی از «تفریحات سالم» بیاوریم، با این امید که باشکوفائی انقلاب مقدس اسلامی، رهبران و دولت‌ها براین مهم نیز توجه شایسته‌ای مبذول دارند.

نیاز به تفریح

از مسائل مهم زندگی، تفریح است. نیاز به تفریح طبیعی و فطری است و باید در تمام دوران عمر برآورده شود و برآوردن آن برای مردم لذت‌بخش و نشاط‌آور است. هر چه کارها و فعالیت‌های اجتماعی، تلاش‌های تحصیلی و حرفه‌ای بیشتر باشد، احتیاج به

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۱۱

تفریح، شدیدتر احساس می‌گردد. چون اعصاب خسته می‌شود و تفریح موجب می‌شود که آدمی نیرویی تازه همراه بانشاطی نوین به دست آورد و آمادگی بیشتری برای کار و فعالیت پیدا کند.

بی توجهی به این مسأله ی مهم حیاتی، خطرات زیادی را به دنبال خواهد آورد زیرا اگر وسایل تفریح سالم به قدر احتیاج در دسترس مردم نباشد، اکثر مردم به نام تفریح با بی بندوباری‌ها خود را مشغول می‌کنند و به راه‌های زیانباری: (چون الکل و مواد مخدر) کشانده می‌شوند.

تفریح از نظر اسلام

اسلام در مقام جواب‌گویی به تمام خواسته‌ها و نیازهای روحی و جسمی بشر، در این زمینه نیز

۱۲ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

دستورهایی داده است. امام رضا(علیه‌السلام) می‌فرماید: «از لذت‌های دنیا، برای خود سهمی برگزینید، و خواسته مشروع خویش را برآورید تا آنجا که به مردانگی و شخصیت شما، ضربه‌ای نزند و از اسراف و تندروی به دور باشد و با این کار برای کارهای دنیا کمک بگیرید»^۱.

غریزه‌ی نیاز به تفریح، چون دیگر غرایز، اگر آزاد و کنترل نشده باشد؛ به‌طور حتم زیان‌هایی به دنبال خواهد داشت. لذا آن گرامی شرایطی را تذکر می‌دهد؛ هم چون منافی نبودن با مردانگی اجتناب نمودن از زیاده‌روی تا مردم تفریحات سالم را از ناسالم بازشناسند و راه غلط را نپویند.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۱۳

امیر مؤمنان(علیه السلام) - که پیوسته درود خدا
بر او - نیز تفریح را یکی از وظایف روزانه‌ی مردم
بایمان می‌داند

می‌فرماید: «شبانه‌روز افراد مؤمن باید سه
قسمت شود: قسمتی برای راز و نیاز با پروردگار و
قسمتی برای اصلاح امر معاش و تأمین زندگی و
بخشی هم برای بهره‌برداری از چیزهای حلال
و نیکو.»^۱

تفریح سالم و ناسالم

گفتیم: تفریح از احتیاجات طبیعی آدمی است؛ ولی
این احتیاج را، باید از مجرای صحیح برآورد. برای
این منظور نخست باید تفریح سالم و سودمند را از

۱. نهج البلاغه، کلمات قصار شماره‌ی ۳۸۲.

۱۴ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

ناسالم و زیان بخش تشخیص دهیم تا لحظه‌های تفریح را در مسیر بدبختی و شکست شخصیت، صرف نکنیم.

اصولاً تفریح باید یک وسیله برای پرورش قوای جسمی و روحی باشد؛ موجب نشاط روان، و عاملی برای جلوگیری از فحشا گردد؛ و از تفریح‌هایی که این دو اثر را ندارند، بلکه هم موجب اختلالات روانی و هم باعث ترویج فحشا و جنایات می‌باشند، باید دوری کرد.

پس تفریح تنها جنبه‌ی سرگرمی ندارد، بلکه عاملی است برای تأمین سلامتی جسمی و روانی، فردی و اجتماعی و هر سرگرمی که فاقد این اثر باشد نمی‌توان بر آن نام تفریح گذاشت.

لزوم ایجاد وسایل تفریح

جامعه‌ی امروز به وسایل تفریح نیاز دارد. بدیهی است تنها شناخت تفریح سالم از ناسالم، نمی‌تواند اجتماع آلوده‌ی ما را اصلاح کند. ما پس از آن که راه صحیح سرگرمی را از راه خطرناک آن تشخیص دادیم، باید بکوشیم وسایلی را که موجب تفریح سالم است، آماده‌سازیم.

اگر افراد اجتماع از وسایل سرگرمی سالم و مفید برخوردار و به ضرر و عواقب شوم تفریحات زیان‌بار و خطرناک آشنا شوند، با دست خود گور بدبختی خویش را نمی‌کنند، و از خطر اخلاقی و روانی محفوظ می‌مانند. اگر غذای مطبوع و سالم در

۱۶ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

اختیار انسان قرار گرفت به غذای آلوده و کثیف دست نمی‌زند، و خود را آلوده و مسموم نمی‌سازد. بیشترین مردم چنانند: با این‌که می‌دانند و می‌بینند راه پرخطری را می‌پیمایند؛ و هر لحظه با شکست‌های اخلاقی روبرو هستند خود را باز نمی‌دارند. این‌گونه افراد باید همیشه از دسترسی به وسایل خطر دور باشند و باید راه کام‌یابی از وسایل صحیح و اساسی را به روی‌شان گشود.

اشتباه بزرگ جامعه!

با نهایت تأسف باید اعتراف کرد، دست‌های مرموزی که وسایل تفریح ناسالم را در مقابل تفریحات سالم ترویج می‌کنند، بسیار است؛ به گونه‌ای که جامعه را قهراً به سوی تفریحات غلط و خطرناک می‌کشاند.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۱۷

اجتماع ماقبل از انقلاب عظیم اسلامی، در بهره‌برداری از ساعت‌های فراغت، هم چون سایر آداب و رفتار خود، از غرب پیروی می‌کرد و حتی تا حدودی، هنوز نیز؛ در صورتی که جهان غرب در این زمینه هم بی‌راهه رفته و هم در منجلا ب فساد و گناه دست و پا می‌زند. زیرا نمی‌داند اوقات تفریح را چگونه بگذراند و مهم‌تر: آن قدر وسایل تفریح ناسالم در اختیار دارد، که بدون مجال اندیشه، بی‌اراده به سوی آن‌ها روان است. اجتماع ما بدبختانه هر روز برای غرب‌زدگی، بیشتر آماده می‌شد، به خود می‌بالید که چون غربیان باشد، و مانند کسی که محکم‌ترین برهان را در اختیار دارد در جواب می‌گفتند غرب چنین کرده است، ما نیز می‌کنیم.

۱۸ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

اگر قدرت فکر و اندیشه را به کار می‌انداختند درمی‌یافتند که این نوع سرگرمی‌ها نتیجه‌ی معکوس دارد؛ به‌جای استراحت اعصاب و روان، ناراحتی پدید می‌آورد، و به‌جای جلوگیری از مفسد بر آن‌ها می‌افزاید، و خود عامل ازدیاد جنایت و فساد اخلاق می‌گردد.

اگر جامعه‌ی ما می‌اندیشید، چون گله‌یی بی‌چوپان، بدون اراده و توجه به نتایج این‌گونه تفریحات، به‌سوی مراکزی که نام فریبنده‌ی تفریح دارند، هجوم نمی‌برد و گوهر گران‌بهای وقت را رایگان از کف نمی‌نهد.

علی (علیه‌السلام) - که از لب پاکان بر او درود - می‌فرماید: «در لذتی که پشیمانی آورد، و در

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۱۹

شهوت و میلی که دردی را به دنبال داشته باشد؛
خیری نیست.»^۱

اگر اجتماعی خواهان نیک‌روزی است، باید به
این گفته توجه کند، و دوران‌دیش باشد و عواقب
کارها را بسنجد. شهوت‌ها و لذت‌های زودگذر را از
دریچه‌ی عواقب و نتایجش مطالعه کند، و پایان
تفریحات ناسالم و شهوت‌رانی‌های نابجا را در نظر
بگیرد، و از آن دوری گزیند.

علی (علیه‌السلام) - که همواره بر او درود -
می‌فرماید: «در شگفتم از کسی که عواقب بد لذت‌ها

۲۰ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

را می‌شناسد؛ چگونه راه عفت و پاک‌دامنی را
نمی‌پوید....؟!»^۱

اینک، هنگام آن رسیده است که، به پاره‌ای از
«تفریحات سالم» اشاره کنیم:

تفریحات سالم

دانشمندان بزرگ و روان‌شناسان، برای ارضای
غریزه‌ی تفریح نهایت اهمیت را قایل شده و
یادآوری‌های سودمندی کرده‌اند.

آیین پاک اسلام هم، روشن بینانه، به این
موضوع نگرسته و مردم را به سوی تفریحات سالم
رهبری کرده؛ و از تفریحات و سرگرمی‌های خطرناک

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۲۱

بر حذر داشته است. ذیلاً به بیان بعضی از این راهنمایی‌های مفید می‌پردازیم و پیشاپیش به نسل جوان سفارش می‌کنیم: که بکوشند وسایل تفریح را از نوعی انتخاب کنند که مایه‌ی رشد و ترقی روحی و معنوی آنان باشد، و به اولیای آنان نیز یادآور می‌شویم وسایلی که مایه‌ی رکود فکری نوجوانان است در اختیار آنان نگذارند، زیرا همان‌طور که تفریحات سالم برای رفع خستگی و ایجاد سرور و نشاط و موجب رشد فکری است؛ در مقابل، تفریح ناسالم موجب رکود فکر و عقل می‌گردد.

«اگر شما عادت کنید که خود را با تفریحات و

سرگرمی‌های مصنوعی که احتیاج به به کار انداختن قوای بدنی و فکری ندارند؛ مشغول سازید، نتیجه این

۲۲ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

خواهد بود که رفته رفته ذوق فکری شما ضعیف می شود و از بین می رود».^۱

مطالعه و رشد فکری

مطالعه و کتاب خواندن از تفریحاتی است که در رشد فکری و روحی مردم فوق العاده مؤثر است و اگر باذوق و اشتیاق همراه باشد، لذت بخش و نشاط انگیز است.

علی (علیه السلام) می فرماید: «با مطالب حکیمانه‌ی نوین و شگفت، جان‌های خود را نشاط دهید؛ زیرا روان هم مانند بدن خسته می شود».^۲

۱. رشد و زندگی، ص ۲۷۲.

۲. کافی، ج ۱، ص ۴۸.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۲۳

گفتار حکیمانه که از راه مطالعه و یا نشست و برخاست با دانشمندان به دست می‌آید؛ به روح نشاط می‌بخشد و نیروی فکر را زیاد می‌کند. جوانان باید مقداری از ساعات فراغت را به مطالعه‌ی مفید اختصاص دهند؛ و اگر در آغاز کار، انس و علاقه‌ی نداشته باشند، تکرار و تمرین، و انتخاب کتاب‌های سودمند و موافق باذوق می‌تواند آن‌ها را علاقه‌مند سازد.

ما اگر بتوانیم نسل جوان را به مطالعه عادت دهیم؛ گامی بزرگ در راه پیشرفت فکری آن‌ها برداشته‌ایم، و در برابر انحراف و فسادشان سدّی نیرومند و بلند قرار داده‌ایم. اصولاً عادت نداشتن به

۲۴ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

مطالعه باعث می‌شود که ساعت‌های فراغت جوانان به انجام تفریح‌های غلط، بگذرد.

کارگران نیز که باکارهای یکنواخت و خسته‌کننده‌ای سروکار دارند، می‌توانند با مطالعه، سرگرمی آموزنده‌ای داشته باشند، تا در بیرون از محیط کار، باعث به کار افتادن هوش آنان گردد و بسیاری از مطالب مذهبی و علمی بیاموزند.

مسافرت

مسافرت نیز یکی از تفریحات سالم و لذت بخشی است که در سلامت جسم و روان مؤثر است.

اسلام نیز مسلمانان را به این تفریح صحیح و سالم فراخوانده و تشویق کرده است.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۲۵

اما باید توجه داشت که اسلام هر نوع سیر و گردش را امضاء نمی‌کند بل فقط آن قسم را می‌پذیرد که همراه با یک هدف انسانی باشد؛ هدفی که برای فرد یا جامعه نفعی داشته باشد.

پیغمبر اسلام(صلی‌الله علیه واله) می‌فرمود:

«سفر کنید، تا سالم و تندرست باشید»^۱.

قرآن کریم در بیش از ۱۰ آیه مردم را به سیر و گردش در زمین فرمان داده است تا به وضع حال مردم قرن‌های گذشته آشنا شوند و علل انحراف و انحطاط آنان را دریابند، و بادل‌هایی زنده و بیدار و گوش‌هایی شنوا زندگی کنند.

۱ . «سافروا، تصحوا» مستدرک، ج ۲، ص ۲۲ .

می‌فرماید: «چرا مردم سیر نکرده‌اند تا دل‌هایی داشته باشند که با آن بفهمند یا گوش‌هایی که بدان بشنوند...»^۱.

یعنی: سیر و گردش باید برای پیدا و کردن دلی بیدار، و به‌منظور تقویت روحی، پندآموز باشد. آنان که برای رفع خستگی کار، و تجدید نیرو در ایام بی‌کاری به سفر می‌روند؛ هم تفریحی مسرت بخش انجام داده‌اند و هم به یکی از عوامل تندرستی دست‌یافته‌اند زیرا: «...امروزه از نظر پزشکی ثابت شده است که زندگی، کار و خوراک یکنواخت برای شخص ضرر دارد و اعضاء زودتر فرسوده و

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۲۷

ناتوان می‌گردند پس تغییر زندگی و تنوع باید جزء برنامه‌ی بهداشتی قرار گیرد...»^۱.

اما، مسافرت‌هایی را که به‌منظور هوس رانی و عیاشی است و به‌جای بیداری دل و شنوایی گوش، با کوفتگی اعصاب و خستگی فکر و جسم همراه است؛ نمی‌توان تفریح سالم نامید و اسلام هم شدیداً از آن‌ها جلوگیری کرده است.

مسافرت اگر صحیح، و باهدفی مشروع، انجام یابد؛ یکی از عوامل پیشرفت اخلاقی و صنعتی جامعه محسوب می‌شود، و بدین‌وسیله به ترقی و رشد ملت افزوده می‌گردد. راستی امروزه که مردم با رفاه و آسایش بیشتری مسافرت می‌کنند، همه‌جا می‌روند و

۲۸ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

به ممالک مترقی سر می زنند؛ اگر، از آنچه می بینند و می شنوند عبرت بگیرند، موجبات پیشرفت های علمی و صنعتی خود را فراهم خواهند کرد.

اما متأسفانه مردم در بیشتر گردش ها و مسافرت ها به جای اینکه از پیشرفت های علمی و صنعتی دیگران بهره گیرند هوسرانی عیاشی، طرح نوین مدها و جز آن را به ارمغان می آورند!

ورزش

ورزش نیز از تفریحات سالم و سودمند است و مانند مسافرت نشاط انگیز؛ و در سلامت و بهداشت افراد مؤثر، و چون سلامت بدن فراهم گردد به سلامت روح هم کمک می کند؛ و بدیهی است نیک بختی هرکس، با سلامت روح و بدن او ارتباط مستقیم دارد

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۲۹

و اهمیت ورزش به این است که بدن را نیرومند ساخته و روح را اراده می‌بخشد.

ناگفته پیداست که: جوانانی می‌توانند در میدان‌های مبارزه و دفاع، مردانه بایستند و نبرد کنند، که علاوه بر ایمن و هدف، بدنی نیرومند داشته باشند. مردان ضعیف و ناتوان نه تنها در میدان نبرد کاری نمی‌کنند؛ در میدان مبارزه‌ی زندگی هم شکست می‌خورند. البته باید به ورزش‌هایی پرداخت که با اصول اخلاقی و انسانی سازگار باشد.

تیراندازی

تیراندازی برای مسلمانان ضرورت دارد تا در مبارزه‌ی با دشمن و دفاع از حریم قرآن و انسانیت آمادگی داشته باشند.

۳۰ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

پیغمبر اسلام، در ذیل آیه‌ی: «و اعدّوا لهم ما استطعتم من قوّة...»^۱ «آن چه می‌توانید برای مبارزه با دشمنان نیرو فراهم کنید...»؛ تیراندازی را از نیروها محسوب فرموده است.^۲

امام صادق(علیه‌السلام) - که درود خدا بر او -
شخصاً در مسابقه‌ی تیراندازی حاضر می‌شد.^۳

امام باقر(علیه‌السلام) - که سلام ما بر او - به
هشام بن عبدالملک فرمود: «من در جوانی به
تیراندازی می‌پرداختم و بعد از دوران جوانی رها
کردم».^۴

۱. سوره‌ی انفال، آیه‌ی ۶۰.

۲. وسائل، ج ۱۳، ص ۳۴۸.

۳. وسائل، ج ۱۳، ص ۳۴۸.

۴. مستدرک، ج ۲، ص ۵۱۶.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۳۱

اسب‌دوانی

اسب‌دوانی هم، در اسلام اهمیت زیاد دارد؛ و پیشوای بزرگ مسلمانان، پیامبر عزیز اسلام، خود در مسابقه‌ی اسب‌دوانی شرکت می‌کرد، مسلمانان را به این ورزش تشویق می‌کرد و جوایزی به برندگان اختصاص می‌داد.^۱

یک روز، دشمنان به مال مسلمین در مدینه حمله بردند؛ رسول اکرم (صلی الله علیه واله)، با عده ایی از اصحاب بر اسب‌ها سوار شدند و به دنبال آنان شتافتند، ولی هرچه رفتند بدان‌ها نرسیدند. ابوقتاده به عرض پیامبر رسانید: اکنون که دشمن رفت اجازه فرمایید باهم مسابقه بدهیم. رسول گرامی اسلام

۳۲ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

پذیرفت و با آنان در اسب‌سواری مسابقه داد و از همه برنده شد...^۱.

هرگونه قرار و شرط در اسب‌دوانی و تیراندازی مانعی ندارد. پیامبر بزرگوار اسلام (صلی الله علیه واله) دستور می‌داد اسب‌ها را می‌دوانیدند و برای برندگان چندین مثقال نقره قرار می‌داد.^۲

مسلمانان برای آمادگی جنگی با کافران به اسب‌دوانی و تیمار اسبان اهمیت زیاد می‌دادند؛ و در تربیت آن‌ها می‌کوشیدند؛ زیرا قرآن در آیه‌ی: «واعدوا لهم ما استطعتم من قوّة و من رباط الخیل...»^۳. آنان را

۱. وسائل، ج ۱۳، ص ۳۴۶.

۲. وسائل، ج ۱۳، ص ۳۴۶.

۳. سوره‌ی انفال، آیه ۶۰.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۳۳

بدین کار فرمان داده است و طبق صریح آیه، موظف بودند در برابر دشمنان

اسلام، هر چه می‌توانند نیروی جنگی و اسب فراهم آورند؛ و اسب‌دوانی در این آمادگی خیلی مؤثر بود. این موضوع در اسلام به قدری حائز اهمیت است، که در فقه بابی را به نام مسابقه و تیراندازی گشوده است؛ و کارشناسان فقه در پیرامون ارزش و شرایط آن یادآوری‌های لازم را ارائه داده‌اند.

شنا

شنا تفریح خوب و سودمندی است؛ که در تقویت اعضاء مؤثر می‌باشد.

۳۴ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

پیامبر عزیز اسلام (صلی الله علیه واله) می فرماید:
«به فرزندان تن شنا و تیراندازی بیاموزید»^۱.
شنا به هنگام عبور از دریا و رخ دادن جنگ و
خطر و نجات دادن غریق و غیر آن سودمند خواهد
بود.

یادآوری

پدران و اولیای فرزندان باید مواظب باشند؛
فرزندانشان به تفریح‌های نامشروع آلوده نگردند.
برای تفریح در مراکزی شرکت کنند که از نظر اخلاقی
و تربیتی جو سالمی داشته باشد.

۱. «علموا اولادکم السباحة و الرماية» وسائل، ج ۱۵، ص ۱۹۴.

دوره پنجم ، شماره هشتم / ۳۵

رسول گرامی (صلی الله علیه واله) فرمود: «خدا رحمت کند پدر و مادری را، که فرزند خود را در نیکی و صلاحیت اخلاقی کمک کند»^۱.

اگر مرکزی شایسته برای تفریح سالم وجود نداشته باشد باید پدران عزیز تا اندازه‌ی توانایی و حدود امکانات وسایل تفریح فرزندان را در خانه‌ی خویش فراهم کنند، تا به عوامل فساد و آلودگی دچار نگردند.

و چه به جاست که مردم خیرخواه مرکزی برای تفریح جوانان عزیز کشور به وجود آورند؛ که علاوه به این که به نیاز طبیعی آنان از نظر تفریح پاسخ گوید، مطالب اخلاقی و تربیتی و راه زندگی صحیح

۳۶ / نیاز به تفریح، تفریحات سالم

نیز، به آنان تعلیم داده شود و از هرگونه آلودگی و فساد در امان باشند.

پایان