

الإِنْسَانُ يَحْتَاجُ إِلَى التَّرْوِيْحِ



هشام: الحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى سَلَامَتِكَ يَا إِبْرَاهِيمُ.

إِبْرَاهِيمُ: شُكْرًا لَكَ أَنَا بِخَيْرٍ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ.

هشام: مَاذَا حَدَثَ؟ مَاذَا أَنْتَ هُنَّا؟!

إِبْرَاهِيمُ: أُغْمِيَ عَلَيَّ، وَأَنَا فِي الشَّرِكَةِ، وَعِنْدَمَا أَفَقْتُ، وَجَدْتُ نَفْسِي هُنَا فِي الْمُسْتَشْفِي.

هشام: وَمَا رَأَيْتِ الطَّبِيبَ؟

إِبْرَاهِيمُ: فَحَصَّنِي الطَّبِيبُ، وَقَالَ لِي: أَنْتَ بِخَيْرٍ.

هشام: مَا الْمُشْكَلَةُ؟

إِبْرَاهِيمُ: الْأَمْرُ عَجِيبٌ جَدًّا، طَلَبَ مِنِّي الطَّبِيبُ أَنْ أُغَيِّرَ أَسْلُوبَ حَيَاةِي.

هشام: تَغْيِيرُ أَسْلُوبِ حَيَاتِكَ! مَاذَا يَقْصِدُ؟

إِبْرَاهِيمُ: قَالَ لِي: حَيَاتُكَ كُلُّهَا عَمَلٌ، لَا تَرْوِيْحَ فِيهَا.

هشام: يَا لَهُ مِنْ أَمْرٍ عَجِيبٍ!

إِبْرَاهِيمُ: صَدَقَ الطَّبِيبُ، فَحَيَايِي كُلُّهَا عَمَلٌ، لَا تَرْوِيْحَ فِيهَا.

هشام: وَمَنْ نَصَحَّكَ؟

إِبْرَاهِيمُ: أَنْ أَقْضِيَ الْعُطْلَةَ فِي بَلَدٍ جَمِيلٍ.

هشام: يَا لَهَا مِنْ نُصِيحةٍ طَيِّبَةٍ!

أنواع التزويع

تهيئة:

فكّر في الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- هل تروح عن نفسك أحياناً؟ كيف؟
- ٢- هل القراءة نوع من أنواع التزويع؟

٣- هل التزويع مفيد؟

٤- متى يكون التزويع غير مفيد؟

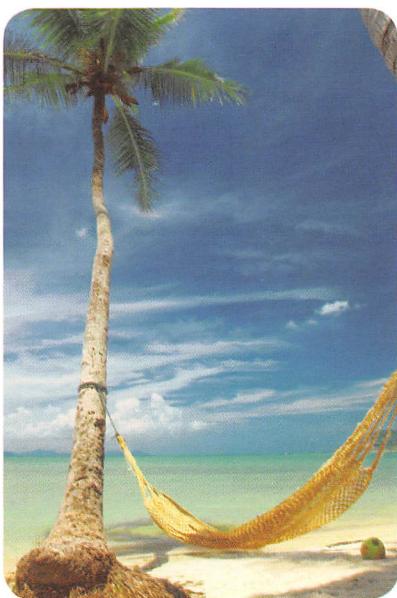
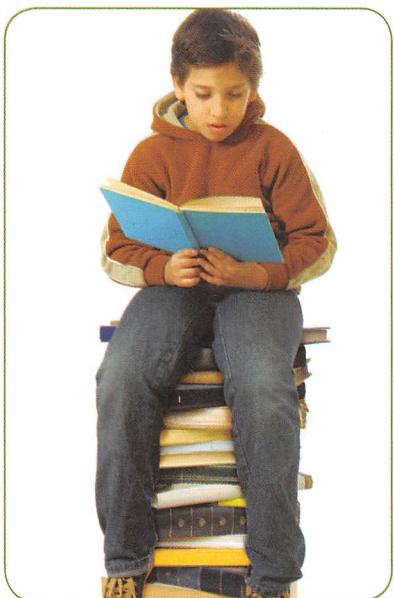


يُمارس الناس بعض الأنشطة، للتزويع عن النفس. ويطلب الناس التزويع **بعد عناه العمل**، أو **الدراسة**. فالعامل الذي يعمل كثيراً، يحتاج إلى التزويع، والطالب الذي يدرس كثيراً، يحتاج إلى التزويع. والتزويع مفيد للعقل والجسم. وليس الهدف من التزويع قتل الوقت، وإنما الهدفقضاء الوقت في أنشطة مفيدة.

للتزويع صور كثيرة منها: القراءة، وممارسة الرياضة، والسفر، وقضاء الوقت في الحديقة، أو على الشاطئ، وألعاب الحاسوب، وإقامة المخيمات، وصيد السمك، وزيارة المتاحف.

يفضل كثير من الناس القراءة، وفيها فائدة ومتعة: فالإنسان يروح عن نفسه بقراءة القصص والشعر والكتب المفيدة. ومن التزويع المفيد ممارسة الرياضة؛ لأن الإسلام يدعوا إلى القوة. قال الرسول: **(المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير)**. وكان المسلمين يمارسون الرياضة. قال عمر بن الخطاب: **"علموا أولادكم السباحة والرميَّة وركوب الخيل"**.

كَيْفَ نَقْضِيِ الْعُطْلَةَ؟



الأُمُّ: العُطْلَةُ عَلَى الْأَبْوَابِ، يَا أَبَا أَحْمَدَ.

الْأَبُ: يَا لَهَا مِنْ مُشْكَلَةٍ كَبِيرَةٌ يَا أُمَّ أَحْمَدَ!

؟

الأُمُّ: كَيْفَ سَيَقْضِيُ أَوْلَادُنَا الْعُطْلَةَ؟

الْأَبُ: هَيَا نُنَادِيُ الْأَوْلَادَ، وَنُنَاقِشُهُمْ فِي الْأَمْرِ.

الأُمُّ: فَكْرَةُ طَبِيعَةٍ. سَأَنْادِيهِمُ الآنَ. يَا أَحْمَدُ، يَا فَاطِمَةُ، يَا طَارِقُ، يَا نَدَى، يَا بَدْرُ.

(يَحْضُرُ الْأَوْلَادُ)

الْأَبُ: كَيْفَ نَقْضِيِ الْعُطْلَةَ يَا أَوْلَادُ؟ نُرِيدُ آرَاءَكُمْ.

أَحْمَدُ: أَرَى السَّفَرَ إِلَى مَصِيفِ جَمِيلٍ.

الْأَبُ: أَحْسَنْتَ. وَمَا رَأَيْكِ يَا فَاطِمَةً؟

فَاطِمَةُ: أَرَى عَمَلَ حَدِيقَةَ لِلْبَيْتِ.

الأُمُّ: يَا لَهَا مِنْ فَكْرَةٍ طَبِيعَةٍ! فَلَيْسَ فِي بَيْتِنَا حَدِيقَةً.

طَارِقُ: أَفْضَلُ مُشَاهِدَةٍ بِرَامِجِ التَّلْفَازِ.

الأُمُّ: لَا مَانِعَ مِنْ مُشَاهِدَةِ الْبَرَامِجِ الْمُفِيدَةِ فَقَطْ: سَاعَةً، أَوْ سَاعَتَيْنِ.

الْأَبُ: وَمَاذَا تَقُولُ نَدَى؟ وَمَاذَا يَقُولُ بَدْرُ؟

نَدَى: سَأَقْرَأُ كُتُبًا كَثِيرَةً فِي الْعُطْلَةِ.

بَدْرُ: سَأَلْعَبُ، وَسَأَقْرَأُ، وَسَأَسْبِحُ فِي الْبَحْرِ.

الأُمُّ: عُطْلَةٌ سَعِيدَةٌ، يَا أَوْلَادُ.

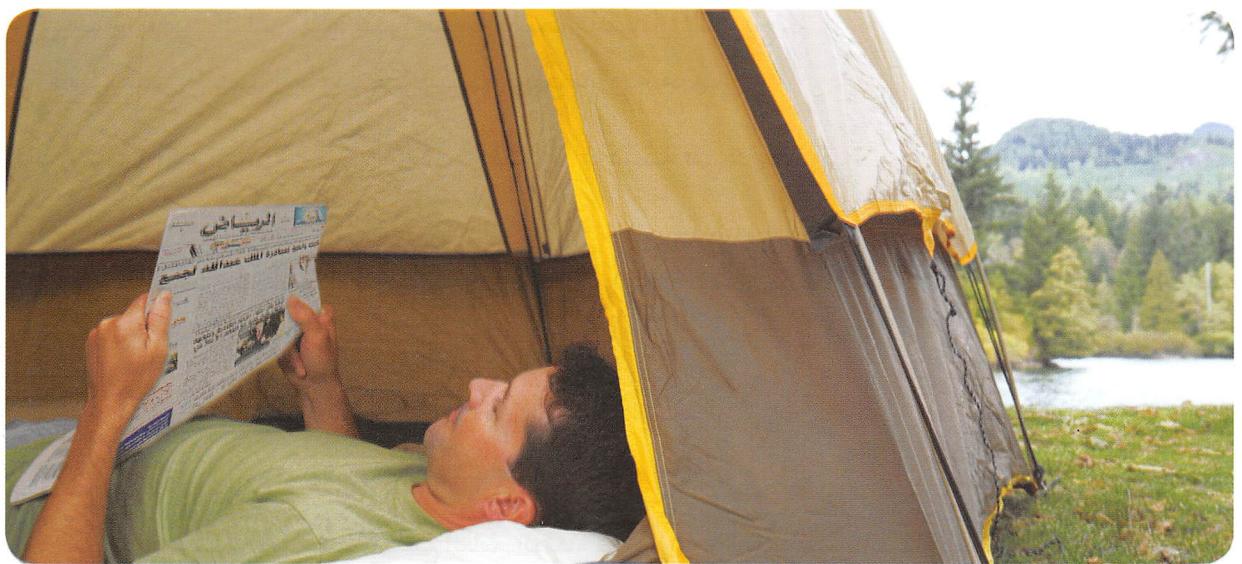
station estivale (été)

التخييم

نهيّأة:

فكّر في الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- أين يقضى الناس وقت الترويج؟
- ٢- أين تفضل الترويج في البيت، أم خارج البيت؟
- ٣- أين تُعد الطعام؟ في بيتك أم في المخيم؟
- ٤- ما أفضّل هواية تمارسها على شاطئ البحير؟



يفضل كثيرون من الناس الترويج خارج البيوت، حيث يقضون الوقت في مخيمات. ويختلف الوقت الذي يقضيه الناس في المخيمات، فقد يكون ليلة واحدة، وقد يكون عدة أسابيع. ويختلف المكان، فقد يكون على شاطئ البحير، أو في البر، أو في الغابة، أو في الصحراء، أو بين الجبال، حيث الهواء النقي.

يخرج الناس أيام العطلة إلى البر، وينصبون في مكان الترويج الخيام، ويحملون معهم الطعام والشراب، ووسائل الترويج. ويفضل فريق من الناس أن يكون قريباً من شاطئ البحير، حيث يمارسون السباحة، وأنواع الرياضة الأخرى، ويستطيعون السمك. ويفضل بعض الناس مشاهدة الطيور، أو التصوير، أو المشي.

يحمل الناس معهم إلى البر خياماً، وملابس، وكثيراً من الطعام. وبعض الناس يعدون الطعام في بيوتهم، ويضعونه في أوان. وهناك من يفضل إعداد الطعام في المخيمات. ويحمل الناس معهم الماء، إذا لم يكن في المكان ماء.

plusieurs - propre/pur