

الْإِنْسَانُ يَحْتَاجُ إِلَى التَّرْوِيحِ



هشام: الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى سَلَامَتِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ.

إِبْرَاهِيمَ: شُكْرًا لَكَ. أَنَا بِخَيْرٍ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ.

هشام: مَاذَا حَدَّثَ؟ لِمَاذَا أَنْتَ هُنَا؟

إِبْرَاهِيمَ: أَغْمِيَ عَلَيَّ، وَأَنَا فِي الشَّرِكَةِ، وَعِنْدَمَا أَقَفْتُ، وَجَدْتُ نَفْسِي هُنَا فِي الْمُسْتَشْفَى.

هشام: وَمَا رَأَى الطَّبِيبُ؟

إِبْرَاهِيمَ: فَحَصَّنِي الطَّبِيبُ، وَقَالَ لِي: أَنْتَ بِخَيْرٍ.

هشام: مَا الْمَشْكَلَةُ؟

إِبْرَاهِيمَ: الْأَمْرُ عَجِيبٌ جَدًّا، طَلَبَ مِنِّي الطَّبِيبُ أَنْ أَغَيِّرَ أُسْلُوبَ حَيَاتِي.

هشام: تُغَيِّرُ أُسْلُوبَ حَيَاتِكَ! مَاذَا يَقْصِدُ؟

إِبْرَاهِيمَ: قَالَ لِي: حَيَاتُكَ كُلُّهَا عَمَلٌ، لَا تَرْوِيحَ فِيهَا.

هشام: يَا لَهُ مِنْ أَمْرٍ عَجِيبٍ!

إِبْرَاهِيمَ: صَدَقَ الطَّبِيبُ، فَحَيَاتِي كُلُّهَا عَمَلٌ، لَا تَرْوِيحَ فِيهَا.

هشام: وَبِمَ نَضَحَكَ؟

إِبْرَاهِيمَ: أَنَّ أَقْضَى الْعُطْلَةِ فِي بَلَدٍ جَمِيلٍ.

هشام: يَا لَهَا مِنْ نَصِيحَةٍ طَيِّبَةٍ!

Que la paix soit sur toi - je me suis
évanouit - quelle chose étrange

أنواع التَّرويحِ

تَهَيَّئْ:

فَكِّرْ فِي الإِجَابَةِ عَنِ الأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ:

١- هَلْ تُرَوِّحُ عَنِ نَفْسِكَ أَحْيَانًا؟ كَيْفَ؟

٢- هَلِ الْقِرَاءَةُ نَوْعٌ مِنْ أَنْوَاعِ التَّرْوِيحِ؟

٣- هَلِ التَّرْوِيحُ مُفِيدٌ؟

٤- مَتَى يَكُونُ التَّرْوِيحُ غَيْرَ مُفِيدٍ؟

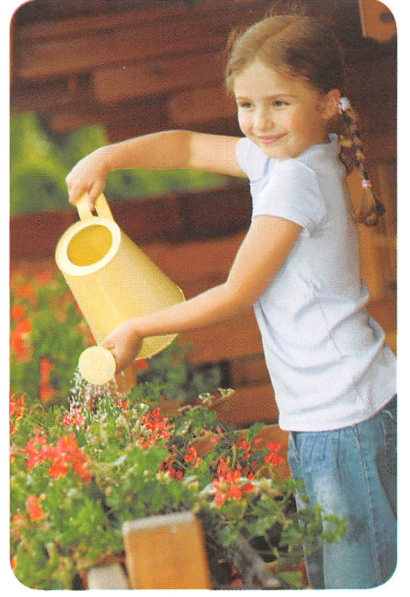
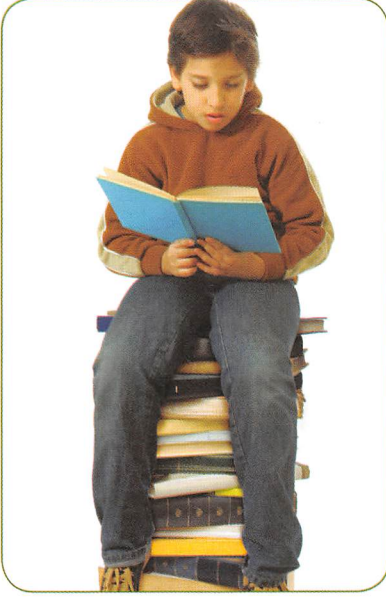


يُمَارِسُ النَّاسُ بَعْضَ الْأَنْشِطَةِ، لِلتَّرْوِيحِ عَنِ النَّفْسِ. وَيَطْلُبُ النَّاسُ التَّرْوِيحَ بَعْدَ عَنَاءِ الْعَمَلِ، أَوْ الدِّرَاسَةِ. فَالْعَامِلُ الَّذِي يَعْمَلُ كَثِيرًا، يَحْتَاجُ إِلَى التَّرْوِيحِ، وَالطَّالِبُ الَّذِي يَدْرُسُ كَثِيرًا، يَحْتَاجُ إِلَى التَّرْوِيحِ. وَالتَّرْوِيحُ مُفِيدٌ لِلْعَقْلِ وَالْجِسْمِ. وَلَيْسَ الْهَدَفُ مِنَ التَّرْوِيحِ قَتْلُ الْوَقْتِ، وَإِنَّمَا الْهَدَفُ قَضَاءُ الْوَقْتِ فِي أَنْشِطَةٍ مُفِيدَةٍ.

لِلتَّرْوِيحِ صُورٌ كَثِيرَةٌ مِنْهَا: الْقِرَاءَةُ، وَمُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ، وَالسَّفَرُ، وَقَضَاءُ الْوَقْتِ فِي الْحَدِيقَةِ، أَوْ عَلَى الشَّاطِئِ، وَأَلْعَابُ الْحَاسِبِ، وَإِقَامَةُ الْمُخَيَّمَاتِ، وَصَيْدُ السَّمَكِ، وَزِيَارَةُ الْمَتَاحِفِ.

يُفَضِّلُ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الْقِرَاءَةَ، فَفِيهَا فَائِدَةٌ وَمُتَعَةٌ؛ فَإِلْنَسَانُ يَرُوحُ عَنْ نَفْسِهِ بِقِرَاءَةِ الْقِصَصِ وَالشَّعْرِ وَالْكَتَبِ الْمُفِيدَةِ. وَمِنَ التَّرْوِيحِ الْمُفِيدِ مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ؛ لِأَنَّ الْإِسْلَامَ يَدْعُو إِلَى الْقُوَّةِ. قَالَ الرَّسُولُ: (الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ). وَكَانَ الْمُسْلِمُونَ يُمَارِسُونَ الرِّيَاضَةَ. قَالَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ: "عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمْ السَّبَاحَةَ وَالرِّمَاطَةَ وَرُكُوبَ الْخَيْلِ".

كَيْفَ نَقْضِي الْعُطْلَةَ؟



الأم: العُطْلَةُ عَلَى الأبواب، يا أبا أَحْمَد.
 الأب: يا لها مِنْ مُشْكَلةٍ كَبِيرَةٍ يا أُمُّ أَحْمَد!
 الأم: كَيْفَ سَيَقْضِي أَوْلَادُنَا الْعُطْلَةَ؟
 الأب: هَيَّا نُنَادِ الْأَوْلَادَ، وَنُنَاقِشَهُمْ فِي الْأَمْرِ.
 الأم: فِكْرَةٌ طَيِّبَةٌ. سَأُنَادِيهِمْ الْآنَ. يا أَحْمَدُ، يا فَاطِمَةُ، يا طَارِقُ، يا نَدَى، يا بَدْرُ.
 (يَحْضُرُ الْأَوْلَادُ)

الأب: كَيْفَ نَقْضِي الْعُطْلَةَ يا أَوْلَادُ؟ نُرِيدُ آرَاءَكُمْ.

أَحْمَدُ: أَرَى السَّفَرَ إِلَى مَصِيفٍ جَمِيلٍ.

الأب: أَحْسَنْتَ. وَمَا رَأْيُكَ يَا فَاطِمَةُ؟

فاطمة: أَرَى عَمَلَ حَدِيقَةٍ لِلْبَيْتِ.

الأم: يَا لَهَا مِنْ فِكْرَةٍ طَيِّبَةٍ! فَلْيَسْ فِي بَيْتِنَا حَدِيقَةٌ.

طارق: أَفْضَلُ مُشَاهَدَةِ بَرَامِجِ التَّلَافُزِ.

الأم: لَا مَانِعَ مِنْ مُشَاهَدَةِ الْبَرَامِجِ الْمَفِيدَةِ فَقَطْ: سَاعَةٌ، أَوْ سَاعَتَيْنِ.

الأب: وَمَاذَا تَقُولُ نَدَى؟ وَمَاذَا يَقُولُ بَدْرُ؟

نَدَى: سَأَقْرَأُ كُتُبًا كَثِيرَةً فِي الْعُطْلَةِ.

بَدْرُ: سَأَلْعَبُ، وَسَأَقْرَأُ، وَسَأَسْبَحُ فِي الْبَحْرِ.

الأم: عُطْلَةٌ سَعِيدَةٌ، يا أَوْلَادُ.

station estivale (été)

التَّخِيم

تَهْيئة:

فَكَّرْ فِي الإِجَابَةِ عَنِ الأَسْئَلَةِ التَّالِيَةِ:

- ١- أَيْنَ يَقْضِي النَّاسُ وَقْتَ التَّرْوِيحِ؟
- ٢- أَيْنَ تَفْضِلُ التَّرْوِيحَ؟ فِي الْبَيْتِ، أَمْ خَارِجَ الْبَيْتِ؟
- ٣- أَيْنَ تَعِدُ الطَّعَامَ؟ فِي بَيْتِكَ أَمْ فِي الْمُخَيِّمِ؟
- ٤- مَا أَفْضَلُ هَوَايَةِ تُمَارِسُهَا عَلَى شَاطِئِ الْبَحْرِ؟



يُفْضِلُ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ التَّرْوِيحَ خَارِجَ الْبُيُوتِ، حَيْثُ يَقْضُونَ الْوَقْتَ فِي مُخَيِّمَاتٍ. وَيَخْتَلِفُ الْوَقْتُ الَّذِي يَقْضِيهِ النَّاسُ فِي الْمُخَيِّمَاتِ، فَقَدْ يَكُونُ لَيْلَةً وَاحِدَةً، وَقَدْ يَكُونُ عِدَّةَ أَسَابِيحٍ. وَيَخْتَلِفُ الْمَكَانُ، فَقَدْ يَكُونُ عَلَى شَاطِئِ الْبَحْرِ، أَوْ فِي الْبَرِّ، أَوْ فِي الْغَابَةِ، أَوْ فِي الصَّحْرَاءِ، أَوْ بَيْنَ الْجِبَالِ، حَيْثُ الْهَوَاءُ النَّقِيُّ.

يَخْرُجُ النَّاسُ أَيَّامَ الْعُطْلَةِ إِلَى الْبَرِّ، وَيَنْصَبُونَ فِي مَكَانِ التَّرْوِيحِ الْخِيَامَ، وَيَحْمِلُونَ مَعَهُمُ الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ، وَوَسَائِلَ التَّرْوِيحِ. وَيُفْضِلُ فَرِيقٌ مِنَ النَّاسِ أَنْ يَكُونَ قَرِيباً مِنْ شَاطِئِ الْبَحْرِ، حَيْثُ يُمَارِسُونَ السَّبَاحَةَ، وَأَنْوَاعَ الرِّيَاضَةِ الأُخْرَى، وَيَصْطَادُونَ السَّمَكَ. وَيُفْضِلُ بَعْضُ النَّاسِ مُشَاهَدَةَ الطُّيُورِ، أَوْ التَّصْوِيرَ، أَوْ الْمَشْيَ.

يَحْمِلُ النَّاسُ مَعَهُمُ إِلَى الْبَرِّ خِيَاماً، وَمَلَابِسَ، وَكَثِيراً مِنَ الطَّعَامِ. وَبَعْضُ النَّاسِ يُعِدُّونَ الطَّعَامَ فِي بُيُوتِهِمْ، وَيَضَعُونَهُ فِي أَوَانٍ. وَهُنَاكَ مَنْ يُفْضِلُ إِعْدَادَ الطَّعَامِ فِي الْمُخَيِّمَاتِ. وَيَحْمِلُ النَّاسُ مَعَهُمُ الْمَاءَ، إِذَا لَمْ يَكُنْ فِي الْمَكَانِ مَاءٌ.

plusieurs - propre/pur