

والدعوة من القرآن إلى تربية الخيل ورباطها في سبيل الله وما يتبع ذلك من امتطاء صهواتها، والتدريب عليها. رياضة لجسمه، وصقل لعضلاته وتثبيت لبنيته. قال تعالى:

﴿وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل﴾^(١).
وهذا الجسم يجب أن يعمل في حدود الطاقة ويستريح في حدود الاعتدال
قال تعالى:

﴿وجعلنا الليل لباساً، وجعلنا النهار معاشاً﴾^(٢)
فالذي يسرف في إجهاد جسمه، يستهلكه من حيث لا يدري، وتركبه العلل والأمراض، ولا يحقق هدفاً ولا يصل إلى غاية.
يقول الرسول - ﷺ :
«إن المنبت لا أرضاً قطع ولا ظهراً أبقى».

والذي يسرف في الراحة وإمتاع الجسم، ويصل به إلى حد الترف لا يشعر بالراحة، بل يصاب جسمه بالكسل والضعف، ويعجز عن الحركة النشيطة القادرة.

وهؤلاء هم الذين عناهم القرآن بقوله:
﴿يتمتعون ويأكلون كما تأكل الأنعام والنار مثوى لهم﴾^(٣).
والترف الزائد كما أنه مغل ببنية الإنسان فهو مغل لروح الجماعة، ومدمر لحياة الشعوب. ومفسد لطاقات أبنائها.
قال تعالى:

(١) سورة الأنفال آية رقم ٦٠

(٢) سورة النبأ آية رقم ١٠

(٣) سورة محمد آية رقم ١٣.