بسیاری از مردم درباره ی دو نعمت زیان می بینند (و آنگونه که باید از آنها استفاده نمی کنند): تندرستی و فراغت

از ابن عباس رضی الله عنهما روایت است که گفت: رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «بسیاری از مردم درباره ی دو نعمت زیان می بینند (و آنگونه که باید از آنها استفاده نمی کنند): تندرستی و فراغت».
[صحیح] [بخاری روایت کرده]

پیامبر صلی الله علیه وسلم خبر می دهد که دو نعمت از نعمت های الهی است که انسان قدر آنها را نمی داند و به شدت در مورد آنها زیان می بیند و آنها را در غیر محل آن خرج می کنند؛ پس اگر برای انسان نعمت سلامتی بدن با اوقات فراغت جمع شود، و تنبلی بر او غلبه کند، به شدت زیان می بیند؛ و این حال اکثر مردم است، و اگر از اوقات فراغت و سلامتی بدن خود در طاعت الله متعال خرج نماید، در این صورت برنده است؛ چون دنیا مزرع آخرت است، و در آن تجارتی است که سودش در آخرت ظاهر می شود، و اوقات فراغت، مشغولیت را به دنبال دارد، و سلامتی بدن، بیماری را به دنبال دارد، و اگر تنها کهنسالی را به دنبال می داشت کافی بود.

http://www.sunnah.global/hadeeth/prs/show/5449