Há duas dádivas que são menosprezadas por muita gente: a saúde e o tempo de lazer

Ibn Abbas - Que ALLAH esteja satisfeito com ele - narrou que o Mensageiro de ALLAH - Que a paz e bênçãos de ALLAH estejam sobre ele - disse: "Há duas dádivas que são menosprezadas por muita gente: a saúde e o tempo de lazer."

[Sahih] [Narrado por Bukhari]

O Profeta falou sobre duas grandes bênçãos de ALLAH sobre o ser humano, nas quais muitas pessoas são prejudicadas, pois as utilizam de forma inadequada. Se a pessoa possui a bênção da saúde e do tempo livre, mas a negligência nas obrigações religiosas prevalece, então ela é perdedora; essa é a condição da maioria das pessoas. Contudo, se utilizar sua saúde e tempo livre na obediência a ALLAH, então ela é a verdadeira vencedora, pois o mundo é o campo de cultivo para a próxima vida, onde os lucros dessas ações aparecerão. O tempo livre é seguido por ocupações, e a saúde é seguida por doenças; e mesmo que nada mais ocorra, a velhice basta como evidência.

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