



159926 – 女人可以去游泳池游泳吗？

السؤال

我是一位28岁的穆斯林妇女，为了减掉一些体重，我想要练游泳，如果我穿着能够遮住从我的头顶到我的脚底的游泳衣，我可以在游泳池里游泳吗？现在有专门为想游泳的穆斯林妇女设计的游泳衣，可以遮住全部身体，但是游泳衣与水接触之后会贴在身上，伊斯兰对此游泳衣的教法律列是什么？如果我在这种游泳衣的上面披上一件浴巾，我在下水之前以及从游泳池中出来之后直接遮住我的身体；在这种情况下，我可以游泳吗？在有其他男人的情况下我也可以游泳吗？

الإجابة المفصلة

一切赞颂，全归真主。

伊斯兰教法无微不至的照顾穆斯林妇女，保护她们的害羞，遮盖她们的身体，让她们远离一切是非之地。

伊斯兰教法责令妇女留在家中，在没有必要的情况下不要外出，为了保护她们的贞洁，照顾她们的尊严，保护她们，以免遭到任何伤害。

穆斯林妇女出入公共俱乐部和游泳池，是最应该被严厉禁止的行为，因为其中有许多罪恶和危害。

如果这些俱乐部的公共游泳池是男人和女人混杂的，这是严重的罪恶。《艾布·达伍德圣训实录》（4010段）和《提尔密济圣训实录》（2803段）辑录：艾布·麦里哈·胡载里（愿主喜悦之）传述：霍姆斯或者沙姆地区的一些女人来到阿伊莎（愿主喜悦之）的跟前，她说：“你们那儿的女人们去公共浴室吗？我听到真主的使者（愿主福安之）说：“任何一个女人，只要在除丈夫的家以外的地方脱下了自己的衣服，那么她就破坏了她与真主之间的遮盖。”谢赫艾利巴尼在《提尔密济圣训实录》中认为这是正确的圣训。

《提尔密济圣训实录》（2801段）辑录：扎比尔（愿主喜悦之）传述：先知（愿主福安之）说：“谁相信真主和后世，就不要让他的妻子进入公共浴室。”谢赫艾利巴尼在《提尔密济圣训实录》中认为



这是正确的圣训。

禁止女人进入公共浴室的原因就是：显露羞体、观看外男子，遭遇祸患，而且当时的公共浴室不是男女混杂的；现在的公共浴室和游泳池是男女混杂的，而且赤身露体，暴露隐私，你对此作何感想？！

学术研究和教法律列常任委员会的学者们说：“如果男女一起游泳，在游泳结束之后互相握手，这是教法不允许的罪恶，必须要反对这样做的人，法官应该禁止他们的那种行为。”《学术研究和教法律列常任委员会法太瓦》（17 / 49）

如果这些游泳池是妇女专用的，也不允许她们去游泳，尽管其危害比公共游泳池的危害稍微轻一点也罢；因为女人会在其中暴露羞体，如果穆斯林妇女遮盖住自己的身体，她也会看到其他的那些赤裸裸的女人，况且她也绝对没有能力反对那些女人暴露羞体的罪恶。

有人向学术研究和教法律列常任委员会的学者们询问：“我是圣城秘书处的一位工程师，在建筑审批部工作，有个工作人员向我们申报了自然治疗的健康中心的工程方案，该工程由两部分组成：男性区和女性区；在查看了该方案的所有图纸和规划之后，我们发现在女性区里有一个游泳池，而且该游泳池的面积很大；我们告知业主不能修建游泳池，因为女人在游泳的过程中肯定会脱去衣服，然后要穿紧身的衣服，即便是没有露出羞体也罢，女人的整个身体就是羞体；众所周知，女人在彼此之间也不能露出身体的某些部位和私处，我们让业主明白必须要防微杜渐和排除隐患，所以不能修建这个游泳池，尤其是在我们的这个时代，有的工作人员可能胆大妄为，这个可能性的比例很高，有的女性也缺乏敬畏真主，他们可能会使用普通的照相机或者摄像机秘密的拍摄女性，引起是非，使这个治疗中心变成藏污纳垢的是非之地，众所周知，凡是导致非法事情的因素也是非法的。希望您阐明类似事情的教法律例。”

他们回答：“在上述的治疗中心不能为妇女修建游泳池，因为排除祸患甚于招来福利。”《学术研究和教法律列常任委员会法太瓦》（26 / 342—343）

有人向谢赫伊本·欧赛米尼（愿主怜悯之）询问：“我住在一个城市的居民区，在这个小区里有妇女俱乐部，其中有妇女游泳池和蒸气浴（桑拿浴），女人们出入这个俱乐部的教法律列是什么？”

谢赫回答：“我对兄弟们的忠告就是，不要让自己的女人进入了游泳俱乐部和体育俱乐部，因为先知（愿主福安之）鼓励女人留在自己的家里。然后，如果一个女人习惯经常去某个地方，她的情感会高



度关注那些地方，因此疏忽自己的宗教和世俗的工作，并在各种座谈当中对那些事情念念不忘。然后，一个女人如果这样，她的害羞之心将会逐渐消失，如果女人没有了害羞之心，则其后果不堪设想，除非真主护佑，使之重新收回自己的害羞之心。

在我结束答复之前，我想再次重复对弟兄们的忠告，必须要阻止他们的妻子、女儿、姐妹、或其他有责任保护的所有女性进入这些俱乐部。”谢赫伊本·欧赛米尼的法太瓦《宣教杂志》第1765期、54页。

这也不是唯一的减肥方法，还有许多教法允许的减肥方法，如果穆斯林妇女能够遵循教法准则，她们可以进行其他的运动，达到减肥的目的。

欲了解更多内容，敬请参阅（[115676](#)）号问题的回答。

真主至知！