

مكانة الممارسة الرياضية من خلال الحضارة الإسلامية

The status of sports practice through Islamic civilization

مقراني جمال^{1*}، بن زيدان حسين²، احمد بن قلاووز تواتي³¹ معهد التربية البدنية والرياضية جامعة بمستغانم (الجزائر). djamel.mokrani@univ-mosta.dz.² معهد التربية البدنية والرياضية جامعة بمستغانم (الجزائر). hocine76ben@yahoo.fr.³ معهد التربية البدنية والرياضية جامعة بمستغانم (الجزائر). touatibenk@yahoo.fr.

تاريخ الاستلام: 2022 /12/23 تاريخ القبول: 2023/04/29

ملخص:

ينبغي للرياضة في المجتمع الإسلامي المعاصر أن تنهل من منابع الفكر الإسلامي وتأخذ من التراث الرياضي للإنسانية ما دام يوافق مقومات الدين وشرائعه وتحقق أهدافه. ولهذا يجب أن لا يقتصر مفهومها في هذا على المفهوم الضيق المحدود الذي يرتبط في أذهان العامة بإنجاز أهداف تنافسية فحسب. والرياضة كمركب اجتماعي تربوي من الحضارة الإسلامية التي تخطت آفاقها أبعاد الزمان والمكان باعتبارها حضارة للإنسانية جمعاء، بزغت أكثر فعاليتها أو ما يطلق عليه ألعاب أولمبية ورياضات عالمية من بين ثنايا التراث الإسلامي والعربي.

لقد اهتم الرسول (صلى الله عليه وسلم) بالرياضة الصغار والكبار، وكذا المسلمين من بعده ابتداء من خلفاء الراشدين، بحيث لم يكن موقف الرسول (صلى الله عليه وسلم) من الرياضة مجرد الحث والترغيب في دفع المسلمين إلى ممارستها، بل تبين عنه صلى الله عليه وسلم أنه مارس الرياضة بنفسه ممارسة ساعدته على العناية بجسمه والمحافظة على قوته، وكان الرسول (صلى الله عليه وسلم) يحث المسلمين في صدر الإسلام على تعلم وممارسة الألعاب والرياضات ذات القيمة العالية في إكسابها للقدرات البدنية والمهارات القتالية. واقتداء الخلفاء الراشدين والصحاباء برسول الله (صلى الله عليه وسلم) جعلهم يحثون المسلمين على ممارسة الأنشطة الرياضية بالقول، وبالفعل بممارستهم إياها، أو إقرارهم للألعاب أو أنشطة مارسها المسلمون وغيرهم.

ومهما يكن الأمر فإن الاتجاهات في التربية البدنية والرياضية تسعى جاهدة لتطور وسائل التربية البدنية والرياضية والصحية وكذا الترويجية للفرد والمجتمعات البشرية... باعتبارها الجهة المستفيدة التي تسعى دوما لتطوير الحركة الرياضية واستخدامها للحفاظ على استمرارية الحياة.

كلمات مفتاحية: الممارسة الرياضية - الحضارة الإسلامية - الألعاب الرياضية

Abstract:

Sport in today's Muslim society should be taken from the source of Islamic thought and taken from the sporting heritage of humanity as long as it conforms to the tenets and laws of religion and achieves its objectives. It must therefore not be confined to the narrow and limited concept that, in the public's minds, is linked only to the achievement of competitive objectives.

Sport as a socio-educational compound of Islamic civilization, whose horizons transcend the dimensions of time and place as a civilization of all humanity, has emerged most effectively or so-called Olympic Games and world sports among the folds of Islamic and Arab heritage.

The Prophet (peace and blessings be upon him) paid attention to the sport of young and old, as well as to Muslims after him, starting from his adult successors, so that the attitude of the Prophet (peace and blessings of God upon him) to sport was not merely to induce and encourage Muslims to practice it. The apostle (peace be upon him) urged Muslims to learn and play games and sports of high value in giving them physical abilities and combat skills. Imitating adult successors and accompanying them with God's Prophet (PBUH) led them to urge Muslims to engage in sports activities by saying, and indeed by exercising them, or by endorsing games or activities by Muslims and others.

In any event, trends in physical and sports education strive to develop physical, sporting and health education as well as recreational means for the individual and human communities... As a beneficiary who constantly seeks to develop the sports movement and use it to maintain the continuity of life.

Keywords: sports practice - Islamic civilization — sports

- 64 -

وفي صحيح مسلم عن عقبة قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة، ألا إن القوة الرمي، وكررها ثلاث مرات».

وهكذا فسر لنا الرسول المقصود بالقوة سواء في حديثه (المؤمن القوي) أو في الآية الكريمة ﴿وَأَعِدُوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ...﴾.

وذكر بن القيم أن رفع الأثقال عمل مباح كالصراع (المصارعة)، ومسابقة الأقدام (الجري)، فقد مر الرسول صلى الله عليه وسلم يقوم يربعون حجراً ليعرفوا الأشد منهم فلم ينكر عليهم ذلك.

وفي رواية أخرى أن الرسول صلى الله عليه وسلم مر يقوم يربعون حجراً (أي يرفعونه). وينظرون أيهم أقوى فسألهم الرسول: ما هذا الحجر؟

قالوا: هذا حجر الأثداء.

فقال: ألا أخبركم بما هو أشد منه.

قالوا: بلى

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: الذي يمتلئ غضبا ثم يصبر.

وهكذا أقر الرسول هذا التباري في (الربع) وهي رياضة قديمة ولم ينكرها فهي تنمي القوة وبعض صفات اللياقة البدنية. ولكن الأمر الذي يجب أن نلفت النظر إليه، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم، قد استفاد من المناخ التربوي الخصب الذي تتيحه الرياضة، ليلقى الحكمة والموعظة ويهدي القلوب ويربي النفوس.

ولقد أقر الرسول صلى الله عليه وسلم مسابقات العدو والجري، وقال الإمام بن القيم:

.. وكذلك المسابقة على الأقدام، فإن فيها تمرين البدن على الحركة، والخفة، والإسراع، والنشاط مما هو مطلوب في الجهاد.

وعن سلمة بن الأكوع أن رجلا من الأنصار لا يسبق (من سرعة عدوه) فأخذ يتحدى الناس إن سبقوه إلى المدينة، فقام له سلمة بن الأكوع واستأذن من الرسول صلى الله عليه وسلم فسابق الرجل سبقه ابن الأكوع.

كما سبق الرسول بين الخيل ففي الصحيحين عن حديث ابن عمر، قال: سبق رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الخيل فأرسلت التي ضمرت منها وأمدّها الحيفاء إلى ثنية الوداع والتي لم تضمر أمدّها من ثنية الوداع إلى مسجد بني رزيق.

ولقد فسر ابن القيم معنى ضمرت من التضجير أي التهزيل والتقوية بالعلف ثم بالإحماء حتى تعرق ويخف لحمها، كما فسر معنى الأمد بأنه الغاية والمنتهى أي المسافة المحددة للسباق.

اهتمام الرسول عليه الصلاة والسلام بتربية الأطفال ولعهم:

لقد كان رسول الله عليه الصلاة والسلام شديد الحرص على حسن التعامل مع الأطفال وأن نعاملهم باللطف واللين وتربيتهم من خلال اللعب والنشاط وأن نتبسط فنعاملهم على قدر عقولهم ومن أقواله عليه الصلاة والسلام: «من كان له طفل فليتبصّب له».

وكان عليه الصلاة والسلام رقيق المعاملة للأطفال وكثير ما كان يدعوهم للعب بين يديه وكان الرسول صلى الله عليه وسلم مدرّكاً لطبيعة مرحلة الطفولة واحتياجاتها، بل مدرّكاً لكل مراحل العمر، ومتطلباتها، ومن أقواله العطرة التي تدل على حس تربوي راق قوله:

«لأعبد ابنك سبعا، وأدبه سبعا، وصاحبه سبعا، ثم ألق حبله على غاربه».

والم تأمل والقارئ لهذا الحديث الجامع الشامل وخاصة في ضوء ما دفعت به معطيات البحوث والدراسات الحديثة في التربية وعلم النفس، يجده مشتملا على أفكار تربوية والتي تنص على أهمية اللعب في تنشئة الطفل اجتماعيا وكيف يساعد الطفل على استكشاف العالم المحيط حوله وكيف ينمي شخصيته من كافة الجوانب السلوكية، وبخاصة في السنوات الأولى من عمره، وكيف أن أغلب نظم التعلم في مختلف دول العالم قد حددت سن قبول الطفل للتعليم الابتدائي في حدود 6-7 سنوات وهو السن الذي عبر عنه الحديث الشريف بـ «أدبه سبعا».

كما أن سن المراهقة الذي يبدأ في السبعة الثالثة أي ابتداء من سن الرابعة عشرة، وكيف يحتاج فيه الابن إلى معاملة خاصة تختلف عن معاملة الأطفال، والتي نصحن فيها الرسول عليه الصلاة والسلام بأن نصاحبه سبعا فإذا أتم الابن السبعة الثالثة أي بلغ الحادية والعشرين، وهو سن الرشد في تعبيراتنا، بحيث نصحن الرسول عليه الصلاة والسلام بتركه وشانه ليقرر مستقبله.

كما قال ابن أبي شيبة ثنا مطلب بن زياد عن جابر أبي جعفر قال: اصطرع الحسن والحسين، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «هي حسن»، فقالت فاطمة «كأنه أحب إليك؟»، فقال: «لا ولكن جبريل يقول «هي حسن»».

وكأن رسول الله عليه الصلاة والسلام يعمد إلى توازن التشجيع بين الأخوين الشريفين رضوان الله عليهم أجمعين، وكلمة (هيه) تطلق للتشجيع، وما زالت تحمل نفس هذا المضمون بين العديد من اللهجات العامية العربية.

وأخرج أبو يعلى عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه: رأيت الحسن والحسين على عاتقي النبي صلى الله عليه وسلم، فقلت نِعَمَ الفرس تحتكما، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ونِعَمَ الفرسان هما».

وفي رواية الطبراني عن جابر قال: دخلت على النبي صلى الله عليه وسلم وهو يمشي على أربعة (أي على يديه ورجليه) وعلى ظهره الحسن والحسين، وهو يقول: «نِعَمَ الجمل جملكما، ونِعَمَ العدلان أنتما».

ومن الطريف أن كثيرا من الآباء المسلمين المحدثين يمارسون نفس هذه اللعبة مع أبنائهم بتلقائية شديدة دون أن يعرفوا أنها سنة عن سيد الخلق أجمعين.

وربما جاء الحسن إلى المسجد فالتزم ظهر النبي صلى الله عليه وسلم وهو ساجد، فيطيل سجوده من أجله ثم يقول لأصحابه بعد الصلاة: «إن ابني ارتحلني وإني خشيت أن أعجله».

كما كان الرسول عليه الصلاة والسلام يفرج بين رجليه حتى يمر الحسن أو الحسين من بينهما وهو قائم يصلي.

وعن أبي داود والنسائي عن انس قال:

قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم المدينة ولهم يومان يلعبون فيهما، فقال ما هذان اليومان؟

فقالوا: كنا نلعب فيهما في الجاهلية، فقال الرسول صلى الله عليه وسلم:

إن الله أبدلكم بهما خيرا منهما، يوم الأضحى ويوم الفطر.

وذكر سعد في (الطبقات):

لما خرج النبي صلى الله عليه وسلم إلى أحد وعرض أصحابه فرداً من استصغر، ردّ سمرة بن جندب، وأجاز رافع بن خديج، فقال سمرة لربيّه مُرى بن سنان: يا أبت، أجاز الرسول صلى الله عليه وسلم رافع بن خديج وردّني، وأنا أصرع رافع بن خديج، فقال مري بن سنان:

يا رسول الله رددت ابني وأجزت رافع بن خديج وابني يصرعهُ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم لرافع وسمرة: «تصارعا»، فصرع سمرة رافعا، فأجازه رسول الله صلى الله عليه وسلم في أحد فشهدا مع المسلمين.

المدخل الثاني: - المدخل الاجتماعي الثقافي لفهم الرياضة في الإسلام:

امتازت المدن الإسلامية بشكل عام وفي العصور الوسطى بوجه خاص بحياة اجتماعية متعددة الألوان، واسعة النشاطات، متباينة المؤسسات والمنشآت، مما أضفى على الحياة الاجتماعية داخل أسوار هذه المدن قدراً من الحيوية والنشاط الدافق ليس له نظير في الحضارات المعاصرة له.

كما يدعو حامد عمار إلى أهمية المدخل الاجتماعي لفهم أفكار قادة الرأي في الإسلام، على اعتبار أن محتوى الفكر لا يمكن أن يؤخذ على علته بدون إلقاء الضوء على القوى والدلالات الاجتماعية وروح العصر.

والرياضة نظام اجتماعي عرفته حضارات الإسلام وثقافته، وتشير وقائع الحياة اليومية في المجتمعات الإسلامية عبر عصور الإسلام وحضاراته المتتابعة إلى أن الرياضة نظام اجتماعي وطيد الأركان، معروف ومقبول بل ومحل تقدير كبير من الغالبية العظمى من عامة الشعب.

ويؤكد الأهواني نفس هذا الاتجاه عندما ينبه إلى خطأ التعرض لدراسة التربية الإسلامية من خلال مجرد دراسة مؤسسات التعليم التي ظهرت في الإسلام أو مناهج الدراسة فقط.

كما كان لأئمة الإسلام وقادته ومفكره دور في الإمام في فهم الرياضة ودورها في الإسلام. فمنذ عهد الرسول صلى الله عليه وسلم والوقائع والأحداث تشهد بأن الرياضة أحد المناشط الإنسانية البارزة على المستويات الثقافية والاجتماعية والتربوية والعسكرية وهي أحد أهم أساليب تطبيع الأطفال وتنشئتهم تنشئة اجتماعية سليمة، فالرياضة واضحة المفهوم والمغزى ومستدخلة في شخصية الطفل مبكراً ولذا فهي مطبوعة في ذهنه منذ نعومة أظفاره.

وفي هذا الصدد ذكر المفكر البريطاني برتراند راسل:

إن سيادة الشرق وتفوقه لم تكن مجرد سيادة عسكرية، فقد كانت هناك الفلسفة، والشعر، والفنون، ... إلخ، وفي العالم المحمدي (الإسلامي) - في الوقت الذي كانت فيه أوروبا غارقة في البربرية، وعندما أطلق الأوروبيون على هذه الحقبة (العصور المظلمة)، كان الظلام يخيم حقاً على أوروبا المسيحية فقط، أما في إسبانيا، فقد كان للإسلام ثقافة مزدهرة ومتألقة.

ومع اختلاف ظروف المدن الإسلامية وتنوع جذورها الحضارية قبل الإسلام، وتباين أوضاعها الجغرافية... فإن هناك قدراً كبيراً من الاتفاق، جعل بينها ما يشكل عاملاً مشتركاً أو عنصراً واضحاً ورئيساً من عناصر الوحدة، والذي استمد أصوله من روح الإسلام وقيمه وتقاليده.

والمتتبع لوقائع الحياة الاجتماعية عبر العصور الإسلامية المختلفة وفي حضرتها ومدنها، بدءاً من مكة ومروراً بحاضرة الدولة الإسلامية الأولى، المدينة المنورة، ثم دمشق، وبغداد، والقاهرة، والقيروان، ... إلخ وصولاً إلى الأستانة - آخر حواضر الخلافة - سيجد أن الرياضة والألعاب كانت أحد البنى الثقافية الشائعة، وأن مدلولاتها الترويحية والاجتماعية لم تكن خافية على أحد، فضلاً عن آثارها التربوية والخلقية التي كانت محل إشادة من قادة الفكر الإسلامي.

كما نجد أن الدين الإسلامى كنظام اجتماعى أساسى كان يساند الرياضة ويحض عليها؁ وكان فقهاء الإسلام وعلماءه أول المشجعين على ؤعاطى النشاط البدنى

والرياضى مستشهدين بمصادر الإسلام العامة بؤراث رياضى حافل ومجيد مما جعل صورة الفارس القوى الماهر صاحب الجسم الممشوق والقوام المشءوء؁ بمثابة حلم لكل شاب مسلم وأء أمانيه الكبرى على مر العصور.

ولقد عرفت الحياة الاجتماعية والثقافية عبر حضارات الإسلام صنوءاً كثيرة من ألوان الرياضة والؤروى؁ على عكس ما يتصور الغربىون!!

ولكل أمة ألعاب ؤلائم عاداتها وؤشكل أخلاق أهلها؁ فذكر (المسعودى) أن الملوك يتشابهون فى أكثر هذه الألعاب لؤشابه مرادهم منها؁ وألعاب الخلفاء كثيرة وقد اقؤبسوا بعضها من الأعاجم كاللعب بالكرة والصولجان والرمى بالبندق واللعب بالنرد والشؤرنج

ونؤو ذلك؁ والبعض الآخر كان معروفًا للعرب فى الجاهلية كالصيد والمصارعة وسباق الخيل. كما لم ؤؤلف حل عامة الشعوب عن أؤوال ملوكهم؁ فالناس على دين ملوكهم.

-الرياضة فى عصور الجاهلية (ما قبل الإسلام):

إن طبيعة العرب القاسية وظروف معيؤتهم الصعبة فرضت عليهم الانتقال من مكان إلى مكان؁ فلقد عاش العرب الأقدمون فى الصحراء بحثًا عن الماء والكأ لهم ولأنعامهم؁ هذا الشغل وعدم الاستقرار دفعهم إلى ممارسة بعض النشاطات الحركية فى قالب رياضى⁹

إن حياة العرب قبل الإسلام كانت حياة حركية رياضية فرضتها عليهم البيئة القاسية الؤى كانوا يعيشونها. ولأن العرب الأقدمون كانوا يسكنون فى بيوت من الشعر والوبر؁ أى فى الخلاء؁ فلم يكن لهم حراس إلا مقابض سيوفهم وأسنة رماؤهم وصهوات جيادهم؁ فكانت

مقتضيات البقاء فى هذه البيئة ؤؤتم الأخء بأسباب القوة والغلبة. فقد كانت المصادر من ماء وكأ وماشية من الندرة بحيث كان الغزو بين القبائل إءى الوسائل الهامة للحصول عليها؁ بل وإءى السمات الثقافية الؤى يؤرب عليها الشباب؁ وكان النزال والؤقال هو الشكل الطبيعى الؤى يتخذه (الغزو) أو (الغارة) بين القبائل المتجاورة مستعينين فى ذلك بالأسلحة البدائية التقليدية كالسيوف؁ الرماؤ والقوس والسهام. وكان من الطبيعى أن ؤكون أجسام الرجال قوية ؤؤسم بالصلاية والمهارة والاحتمال ؤى يمكن أن يستخدموا هذه الأدوات فى الؤقال.

ويؤكد حامء الجوهري أن ممارسة العربى للفروسية والرياضة لم ؤكن إلا مطلبًا من مطالب الحياة الخشنة الؤى كان يعيشها؁ وأن ممارسته للرياضة عادت عليه بفضيلتين كبيرتين معا؁ فهو قوى الجسم مئين البنية؁ وهو أيضا شهم يتعلى بفضائل الصبر والكرم.

ولقد شغل العرب الأقدمون فى الجاهلية أوقات فراؤهم ببعض ألوان النشاط البدنى على سبيل الؤريب البدنى؁ فكانت هناك رياضة الفروسية ومهاراتها المعروفة؁ كما كانت لديهم ألعاب للصبية وأؤرى للؤقيات.

وكانت رياضة الصيد معروفة فى الجاهلية؁ إلا أنها كانت مقصورة على صيد الغزلان؁ والؤيور فى أغلب الأحوال؁ وكانت أدوات العرب فى الصيد ؤعتمد على القوس والسهم أو الرماؤ أو الفخاؤ شان أى حضارة قديمة؁ وبرز منهم سيف بن ذى يزن؁ ووالده؁ والهارث بن معاوية بن ؤور الكنى؁ وعبد كلال. وعندما اؤلظ العرب بجيرانهم من أهل الحضارات المحيطة بهم وبخاصة الفرس؁ أخذوا عنهم صيد السباع؁ فقد

جاء في الأثر أن حمزة عم رسول الله صلى الله عليه وسلم أعلن إسلامه في أعقاب عودته من صيد السباع والأسود.

وكان من جراء هذا الاختلاط بين الحضارات أن اقتبس العرب أساليب كثيرة للصيد والقنص وأعمال الطرد، فاتخذوا الجوارح من الطيور، كالشاهين والباز، والصقر والعقاب، وعلموها ودربوها على صيد الطيور بل وعلى صيد بعض الحيوانات الصغيرة كالأرانب وصغار الغزلان، كما اقتنى العرب الفهود والكلاب لصيد الغزلان وحُمر الوحش والسباع

وكان سباق الخيل إحدى الرياضات الشائعة بين الأمم التي عاصرها العرب الأقدمون، وكان العرب في العصر الجاهلي يتسابقون بخيولهم كما كانوا يتباهون بذلك ويتفاخرون به.

ولأن العرب في الجاهلية كانوا شديدي التفاخر بجيادهم، فكانوا كثيراً ما يعقدون المقارنات بينها مما ساعد على انتشار الرهان، فالغالب يستولي على الرهان الذي أودعه المتنافسان قبل بدء السباق مع من يؤتمن عليه، وكانت لهم أسواق الشعر تقام بجوارها مسابقات رياضية كأسواق عكاظ، ومجنة، وذي المجاز. -الرياضة ومفكرو التربية المسلمين:

لقد أثارت التربية البدنية والرياضية اهتمام الكثير من الفقهاء والمفكرين المسلمين وقريحة الكتاب العرب فأشادوا بأهميتها، وعظيماً مكانتها على المستويين الاجتماعي والتربوي، ولقد تناول أهمية الرياضة للإنسان والمجتمع مفكرون وشعراء، مثل جبران خليل جبران، زكي مبارك، ميخائيل نعيمة، علي الجندي، عباس العقاد، زكي نجيب محمود، سلامة موسى.

وعلي سبيل المثال، كتب العقاد يصف الرشاقة الحركية بأنها تعبير عن تلاؤم أعضاء الجسم مع وظائفها وأدائها هذه الوظائف في سهولة ويسر وانطلاق في حركاتها ودونما إبطاء أو تناقل، وهي طلاقة نفس تحيل العوائق إلى وسائل، فالقيود التي تثقل بها أعضاء اللاعب البارح هي مسار مهارته وقدرته على الوثب واللعب. وكتب نجيب محفوظ: لا مغالاة ثمة إذا ألحقنا الرياضة بالفنون الجميلة، هي تربية للجسم الإنساني وبالتالي للعقل والروح، وتفصح طريقتها عن بعض ما يملك الفرد من مهارة ورشاقة، كما تكشف عن مضمون شخصيته الفردية والاجتماعية والأخلاقية، ولكنها بخلاف الفنون، واجب شامل يجب أن ينال كل فرد منها حظه في الوقت المناسب، خدمة لأجهزته الجسدية ورعاية لصحته ومتعة نقية لنفسه. وتناول يوسف إدريس قضية الرياضة قائلاً:

اللعب ليس أبداً إضاعة لوقت أو جهد أو مال... وهو الجانب الذي إذا علمناه يحدد من نشاط الجانب الآخر للإنسان ذلك الجاد الصارم المكتئب.

وذكر الكاتب الإسلامي: أحمد بهجت،... هكذا تتلقى الشعوب ويتنافس الموهوبون فيها في مختلف أنواع الرياضة... ينتصر المنتصر فلا يزهو ولا يتكبر، وينهزم المهزم فلا ييأس ولا ينهار... فهناك دائماً فرصة أخرى للتنافس والإجادة وبذل مجهود أكبر.

وتناول علماء الدين أهمية التربية البدنية والرياضية في عالمنا فساروا بذلك على نهج القرآن والسنة المطهرة. ولقد وصل الاهتمام بالإمام (ابن قيم الجوزية) المتوفى سنة 851 هجري، أن أفاد كتاباً كاملاً عن الفروسية فذهب في ذلك مذهب أستاذه شيخ الإسلام أحمد بن تيمية الذي دعا الشباب إلى تقوية أبدانهم بالرياضة وترك الحياة الناعمة.

ويؤكد شيخ الأزهر محمود شلتوت على أهمية الرياضة واللياقة البدنية فكتب: إن سعادة الإنسان معقودة بقوة جسمه وروحه، لأن الحياة مليئة بالآلام والآمال، وضعيف الروح يعقد به ذلك عن مسابقة الآلام

والوصول إلى الآمال، وكذلك ضعيف الجسم تخور قواه الجسمىة عن مواصلة الحركة فىما يتوقف عن الحركة. . . ولىس من رىب أىضا فى أن للرىاضة البدنىة أثراً عظىماً فى قوة الجسم ومناعته، وأن للرىاضة الروحىة أثراً عظىماً فى قوة الروح وعزىمتها.

ونصح (ابن قىم الجوزىة) بإطعام الطعام دون الشىع حتى ترتفع قاماتهم وتعتدل أجسامهم وحتى لا يصابوا بالكزاز ووجع القلب.

كما حذر من إجبار الطفل على المشى قبل وقته تجنباً لما قد يصىب أرجل الطفل من ضعف واعوجاج نىجة ذلك.

ولقد أشار الرىس (ابن سىنا) المتوفى سنة 443 هـ، إلى أهمىة الترىبة البدنىة بالرغم من إىمانه بالفصل بىن النفس والجسم. ولقد ربط فى كتابه (السىاسة) بىن التعلم المعرفى والنضج البدنى فىقول:

«إذا اشتدت مفاصل الصبى واستوى لسانه وتهبأ للتلقىن أخذ فى تعلم القرآن وصور له حروف الهجاء».

ولقد فرقت جماعة (إخوان الصفا) بىن النفس والجسم، فالنفس هى الأشرف، فهى المحركة للجسم والمكسبة له الحىاة والقدر، أما الجسم فهو جوهر عمىق غىر حى ولا متحرك ولا حساس والنفس هى الفاعلة فىه.

ولقد أفرد إخوان الصفا فصلاً بارزاً فى رسائلهم أسموه فصل السىاسة الجسمانىة وأكدوا فىه على أهمىة العىاة بالبدن والرفق به ووقایته من الإسراف علىه فى المأكى والملىذات، وطالبوا بالاعتدال فى كل شىء بما فى ذلك الحركة لزوماً للعافىة وتجنباً للسقم.

ولقد تناول الإمام (أبو حامء الغزالى) المتوفى سنة 505 هـ، موضوع تنمىة البدن واللعب من منظور تربوى إسلامى فأشار إلى أن كثرة الأكل جالبة لكثرة الشرب وبالتالى للنوم والبلاءة، وقصور الحواس والذهن وكسل الجسم، كما ربط بىن صة النفس ومزاج البدن، وطالب بأن يؤذن للصبى بعد الانصراف من الكتاب أن یلعب لعباً جمىلاً ىستریح إلیه من تعب المكىب، بىث لا یتعب فى اللعب، فإن منع الصبى من اللعب فإن الإرهاق فى طلب العلم یمىث قلبه، وىبطل ذكاؤه ولینغص عىشه حتى ىطلب الصبى الحىلة فى الخلاص منه.

وتناول المفكر الاجتماعى المسلم (عبد الرحمن بن خلدون) المتوفى سنة 808 هـ، فى كتابه (المقدمة) جسم الإنسان وأثر البىئة الفىزىقىة تشكیله وتكیفه ولىاقته، فىشر إلى أن الناس من یعىشون فى إقلىم فقر شحىح وىقتاتون بالتافه من الطعام، هم أقوى أبداناً من المترفىن المنعمىن فألوانهم وأبدانهم أنقى وأشكالهم أحسن لأن كثرة الأغذىة فى الحضر تخلف فى الجسم فضلات ردىئة فاسءة ینشأ عنها قبح الشكل وترهل البدن واسترخاؤه فهو ىقرر أن الجوع للبدن أصلح، وبذلك فطن ابن خلدون إلى العلاءة المركبة بىن البىئة والغذاء واللىاقة البدنىة وأنماط الجسم

المءل الثالث: -أسس الترىبة البدنىة والرىاضة فى الإسلام:

والترىبة البدنىة والرىاضة من المنظور الإسلامى تتفق بالطبع مع الترىبة الإسلامىة، على اعتبار أن الترىبة البدنىة والرىاضة نظام تربوى، فالأهداف والغایات والتوجهات متسقة إلا أن المحتوى والمناشط والطرق مءتلفة، وهذا الاختلاف یعزى إلى الطبیعة (الحركىة) لنظام الترىبة البدنىة، وإلى اختلاف مادة التعلم وطرائقه فقط، أى أنه اختلاف (فنى) إن صح هذا التعبير.

وفلسفة الترىبة البدنىة والرىاضىة الإسلامىة تتصف بالحبوىة، لأنها فلسفة عملیة، فهى لا تضعى الكثير من الوقت فى مہاترات فكرىة وجدلىة، إنما تقتصد على نظام قىمى واضح یعبر عن آثار الممارسة الرىاضىة التى

عرفها السلف الصالح وأدركها وحث عليها بشدة، وتحاول توظيفه وتطبيقه وهي تتلمس أطر التربية الإسلامية وأهدافها وأساليبها وأسسها.

ويذكر الشيخ محمود شلتوت (شيخ الأزهر الشريف) أنه ليس من ريب في أن للرياضة البدنية أثراً عظيماً في قوة الجسم ومناعته، وأن للرياضة الروحية أثراً عظيماً في قوة الروح وعزيمتها.

ويؤكد هذا المعنى الشيخ محمد الغزالي «أن عناية الإسلام بالرياضة تنبع من عنايته بجسم الإنسان، فإن الإسلام يهتم بالإنسان جسماً وعقلاً أو مادة وروحاً...، وأن الجسم السليم هو الذي يستطيع تحمل تكاليف العمل الإيماني ومشقات الجهاد، أما الجسم الواهن أو المتعب فهو يسقط في الطريق ويعجز عن أداء واجبه. ويرى مصطفى عطار أن تربية المسلم وجسده من أهم أهداف التربية الإسلامية المتكاملة... فالبدن السليم القوي الخالي من الأمراض والعاهات قادر على حمل أعباء الحياة ومطالبها... والاستجابة لها، فما عمله الدول المختلفة وخاصة الدول المتقدمة للاحتفاظ بصحة شبابها وسلامة أبدانهم يفوق الوصف.

-توجيهات إسلامية في التربية البدنية والرياضية:

ولقد كان التوجه الإسلامي التربوي منذ البداية يدعو إلى تعليم ألوان الرياضة المفيدة والتي تخدم الفرد المسلم وتعود بالنفع عليه وعلى مجتمعه وعلى أمته المسلمة، وأن يكون ذلك حقاً يكتسبه الأبناء في سياق برنامج تربوي يتصف بالتكامل والشمول.

وروي عن أبي سليمان مولى رافع قال:

قلت: يا رسول الله، للولد علينا حق كحقنا عليه؟ قال أبو نعيم: «حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمية، وأن يورثه طيباً».

ويشرح المناوي هذا الحديث، ذاكرًا أن يعلمه الكتابة لعموم نفعها وحجوم فضلها، وأهميتها، والسباحة أي العوم، والرمية بالقسي، وأن يورثه طيباً، أو في قول آخر أن لا يرزقه إلا طيباً، وذلك بأن يرشده إلى ما يحمد من مكاسب ويحذره من الاكتساب من غيره، ويبغضه إليه ما استطاع. وجاء في سنن البيهقي عن إمامه بن سهل بن طبق قال:

كتب عمر بن الخطاب رضي الله عنه إلى أبي عبيدة بن الجراح: «أن علموا أولادكم العوم، ومقاتلتكم الرمي». وجاء في (فتوح البلدان) للبلاذري أن عدد من كان يكتب من الأوس والخزرج لم يزد عن أحد عشر رجلاً، ومن هذه القلة القليلة كان العرب يلقبون من جمع بين الكتابة ومعرفة الرمي والسباحة، بلقب الكامل، وكان من أشهر هؤلاء الكلمة: رافع بن مالك، وسعد بن عباد، وأوس بن خولى وهم جميعاً قد آمنوا ودخلوا في الإسلام. وذكر ابن سعد في (الطبقات الكبرى) أن قليلاً من كان يكتب بالعربية قبل الإسلام، وكان منهم أسيد بن حضير، وكان يجيد العوم والرمي، كان يسمى من كانت له هذه الخصال في الجاهلية، وأول الإسلام (بالكامل)، وقد اجتمعت في أسيد رضي الله عنه.

المدخل الرابع: التربية البدنية كمادة دراسية:

كانت المواد الدراسية في مناهج تعليم الأطفال (في المرحلة الأولية للتعليم) تتكون من القرآن والدين، والشعر، وفي حالات كثيرة كان يضاف النحو، والقصص، والسباحة.

وقد كانت الفئات القادرة من أبناء الأمراء وكبار رجال الدولة في بعض العصور تستقدم معلماً مخصصاً

للتربية البدنية والرياضة مثلما فعل عبد الملك بن مروان، والحجاج بن يوسف وغيرهم.

وكانت أمكنة التعليم في التربية الإسلامية - قبل انتشار المدارس - عبارة عن كتاب وقصور الخلفاء والأمراء، والمساجد، وحوانيت الوراقين، ومنازل العلماء.

وبؤبؤبى أن ضبق هؤه الأماكئ لا ىئناسب وطببعة ؤعلبم وممارسة الربابضة والنشاط البءبى كنظام ؤربوبى؁ وفى هؤا الصءء بذكر الأهواؤى: إن فؤرة مئل القرن الرابء الهجرى قء أهملت فبها الربابضة والؤربببة البءبببة؁ على الرغم من اهتمام السلف بها صءر الإسلام؁ وهو بعزو ذلك لسبببب. -ؤلو الكئاببب من الأفنببة وضبق مساحتها بالنسبة لحرbbe الحركة فى اللعب. -ضبق النظرؤة ؤربوببة فى هؤه الحقبة واقتصارها على العلوم البببببة. وبعؤقء الأهواؤى أن أقوال ؤربوببب الإسلامببب بشأن الربابضة والؤربببة البءبببة؁ إنما ؤعبء عن مزاج أصحابها؁ وأنها لا ؤءل على شبوع هؤه المباءئ؁ فلم بكن معلم الكتاب هو المسئول عن ؤعلبم الرباببة والسباببة؁ ولا بىءلم الصببب هؤه المناسط فى سن السادسة أو الساببة؁ فهو - فى رأبه - أصغر من أن بىءلم ذلك؁ وإنما بعب ذلك ؤرفا فى الؤعلبم بىلقاه أبناء الخاصة فقط على أببب معلمبب ومءرببب مئخصصبب بذك الذى. وهئاك بعض الملاحظاء على اسؤئئاباء (الأهواؤى): فأقوال ؤربوببب الإسلامببب من السلف بشأن الؤربببة البءبببة والربابضة لا بمكن أن بكون مصدرها هو أمزجة أصحابها؁ فهؤلؤ الفقهاء ؤربوببب بعؤمءون بشكل أساسبب على المصادر الإسلامببة الشرعببة؁ كما أنهم بعؤمءون على السئء والؤواؤر؁ ببءبل أن مجمل أقوالهم بشأن اللعب؁ والربابضة؁ بىمئل فى: عءم الإفراط فى الطعام؁ عءم الركون إلى الكسل؁ كراهببة الحركة القلببلة؁ ومحاربئهم طول مءة النوم؁ الحض على ؤربوببب والفرجة... إلخ؁ وإنما هى ؤعبء عن ؤقءبء مفاهببب ببب لأبعاء الؤربببة البءبببة والربابضة؁ فضلا عن أنها أقوال ؤكاء ؤكون مئشاببة؁ أى أن الاؤفاق علمها واضع؁ فالمصءر الشرعبب الأساسبب (القرآن الكرببم) بؤبءان ذلك؁ فكبف ؤكون آراءهم مزابببة؟ وأمامهم السنة المظهرة ؤزخر ببلائل الؤقءبء للنشاط البءبى والقوة الرباببببة. وضبق النظرؤة ؤربوببة فى الفؤرة الؤب ؤلء عصر الخلفاء الراشببب أءء أسباب ؤجاهل الؤربببة البءبببة (كنظام ؤربوبى) فى رأى الأهواؤى؁ فإن ذلك لا بربعب بالضرورة إلى فلسفة الؤربببة الإسلامببة ونظؤتها - بمعناها الأصوببب - بل إلى ما بواجه الؤربببة الإسلامببة ما ببب الببب والآخر من ضبق أفق المنوطببب بها؁ أو ؤأؤرهم ببعبب ؤبببب الفكر الوارء؁ فالنظؤة الؤئابببة (الإربببببة) للإنسان؁ من الأمور الؤب أثرت بشكل سلببب إلى ؤء بعبء على نظؤة الؤربوببب المسلمببب فى بعض العصور وبخاصة ؤلك العصور الؤب ؤلقت فبها الفلسفة الإسلامببة بفلسفة الإرببببب والروم؁ ولعل أفكار إؤوان الصفا ورسائلهم بئر ببءل على ذلك؁ ولا بعببب ضبق مساببة الكئابببب أو انعءام وبوء أفنببة بها؁ أن ذلك بئفى وبوء ؤعلبم ربابببب بمعناه العرببب؁ ولبس بمعناه المءربببب؁ فالولاببب المئءءة الأمربكببة لم ؤءل الؤربببة البءبببة مناهببها المءرببببة إلا منذ نحو 120 سنة؁ وإنبببؤرا إلا من نحو 250 سنة أو أكثر قلببلا. معاهء الؤربببة البءبببة فى العالم الإسلامببب المعاصر: والآن فى العالم العرببب والإسلامببب كلبببب ومعاهء وأقسام أكابببببة ؤؤعبء بؤؤرببب من بباببب بهم العمل فى مجال الربابضة والؤربببة البءبببة والؤربوببب والصحببة فى مصر؁ وؤربكببا؁ وإبران؁ والعراق؁ والأؤرء؁ والسعودببة؁ والسوءان؁ والبزائى؁ والمغرب؁ وؤونس؁ وسورببا؁ والكوببب؁ والإماراء؁ وقطر؁ وعمان؁ وربما كان ؤاربببب إنشائها بنفس الؤربببب المءكور؁ وكان أقءمها على الإطلاق معبء الؤربببة الرباببببة للمعلمببب؁ بالقاهرة الذى أنشئ عام 1937 كقسمة من معبء المعلمببب بالأورمان؁ وؤؤور إلى أن أصبح معبءا عاببا وفى عام 1972 أصبح كلببة للؤربببة الرباببببة للببببب ؤاببة لجامعة ؤلوان بالقاهرة؁ وقء ؤرببب مءرببببب وأخصاببببب وببراء

باحثين وعلماء في شتى فروع وعلوم الرياضة على يدهم انتشر الاهتمام بالتربية الرياضية والبدنية أكاديمياً وميدانياً في أرجاء الوطن العربي والإسلامي.

-مقومات النظام الاجتماعي في الرياضة الإسلامية:

تقوم الرياضة على مبدأ المنافسة الشريفة العادلة بين كافة الأطراف التي تدخل المسابقة أو تشارك فيها، فالعدل والنزاهة والشرف قيم يجب أن تحكم إدارة المسابقات الرياضية، وإلا تحولت الساحة الرياضية إلى ساحة للقتال يستباح فيها كل شيء في سبيل الفوز!! وبديهي أن للمنافسة الرياضية عناصر ومقومات لا تكتمل المنافسة إلا بها، منها: الرياضيون المتنافسون، أداة أو أدوات المنافسة، الملعب أو الساحة أو المنشأة الرياضية التي تقام عليها المنافسة، الحكام والقضاة الذين يحكمون ويقررون الفائز أو ترتيب الفائزين، شروط وقواعد ومبادئ للحكم على مستوى المتنافسين وتقدير الفائز أو الفائزين والتي يجب أن تتسم بالعدالة والموضوعية، كما يجب أن تحافظ على سلامة الرياضيين المشتركين من كل الجوانب، جمهور المشاهدين الذين يستمتعون بالفرجة الرياضية ويشجعون الرياضيون أو الفرق المتنافسة، وفوق كل هذه العناصر يأتي الإداريون الرياضيون الذين يعملون جاهدين على التنسيق بين كافة العناصر السابقة وأكثر منها في سبيل تنظيم جيد للمسابقة يكفل الرياضيين حق المشاركة العادلة في المسابقة دون أخطاء أو نقائص تقلل من نزاهة المسابقة أو عدالتها، كما يكفل نجاح المسابقة في تحقيق أهدافها.

وقد عرف العرب قبل الإسلام مفهوم الإدارة الرياضية بصورته البسيطة فقد ذكر ابن هذيل أن العرب في الجاهلية لا تجعل القصب في زمانها إلا سبع قصبات ، ولا تدخل الحجرة من الخيل إلا ثمانية أفراس، وكانوا يرسلون خيولهم عشرة عشرة.

ولقد عرفت الرياضة في الإسلام مبادئ الإدارة والتنظيم الرياضي الجيد، فمنذ الدولة الإسلامية الأولى في المدينة المنورة وفي حياة الرسول صلى الله عليه وسلم، والمسلمون يقيمون مسابقاتهم ويجرون منافستهم وفق قواعد ومبادئ وأسس تعتمد أول ما تعتمد على إقامة شرع الله من إحقاق الحق، وإقامة العدل ومنع الضُر.

ولقد أقر رسول الله مبدأ المنافسة الرياضية الشريفة في إطار المسابقة فقد جاء في سنن النسائي أنه صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: «لا سبق إلا في خف، أو حافر أو نصل».

ولقد اتخذت الرياضة مسارات عديدة وأطراً مختلفة عبر الحضارات الإسلامية بما في ذلك نوع الأنشطة الرياضية والتي كانت تتباين في درجة الاهتمام بها من عصر إلى آخر، ومن طبقة اجتماعية إلى أخرى فمنها ما كان يخص الملوك والأمراء وكبار رجال الدولة، ومنها ما كان يخص عامة الشعب يتسلون بها في الأسواق والساحات، كالمعالجة (رفع الأثقال)، والمثاقفة (المبارزة)، والملاكمة، والمشابكة (المصارعة)، والطعن بالرمح، ورمي السهام وغير ذلك مما ذكره المقرئ، والذي أشار إلى أن أغلب هذه الألعاب والرياضات كان يتم الرهان عليها، أي أن عنصر المنافسة المنظمة كان وارداً بل أساسياً

وتذكر المؤلفات التاريخية التي تناولت الرياضة عبر عصور الإسلام وحضاراته أن المسابقات الرياضية كانت محددة المواعيد ولها مواسم معلومة، وذلك حتى يستعد الرياضيون لها بشكل مسبق.

خاتمة:

إن الرياضة في المجتمع الإسلامي المعاصر ينبغي لها أن تنهل من منابع الفكر الإسلامي وتراثه، وكذا الأخذ من التراث الرياضي للإنسانية ما دام يوافق مقومات الدين الإسلامي وشرائعه وتحقق أهدافه ويجب

أن لا ىأصر مفهوم الرىاضة على ذلك المفهوم الضىق المءءوء الذى ىربط فى أذهان العامة بإنجاز أهداف ؤنافسفة.

لقد ؤطء آفاق الحضارة الإسلامفة أبعاء الزمان والمكان لأنها حضارة للإنسانفة جمعاء؁ فالرىاضة مركب اءتماعف ؤربوف؁ كما لا فجب أن لا ننسف أن ما فطلق علفه الآن ألعاب أولمفة أو رفاضاء عالمفة إنما بزغ أكأرها من بفن ؤنافا ؤراؤنا الإسلامف والعرفف.

ومهما فكن الأمر فإن الاآجاهاء فى ؤرففة البءنفة والرفاضفة ؤسعى جاهءة لآطور وسائل ؤرففة البءنفة والرفاضفة والصءفة وكذا ؤروففة للفرف والمآآمعااء البشرفة باءآبارها الففة المسآففة الؤف ؤسعى ءوما لآطور الفرفة الرفاضفة واسآءامها للآفاظ على اسآمرارفة الففة

لقد اءأم الرسول صلى الله علفه وسلم برفاضة الصغار والكبار ولآمعف المسلمفن ابتءاءا من الآلفاء الراشءفن ؤفء لم فكن موقف الرسول من الرفاضة بمآرء الآء والآرففب فى ءفع المسلمفن على ممارسآها فقد ؤبفن عنه صلى الله علفه وسلم أنه مارس الرفاضة بنفسه هذا ما فءلنا على أنه كان رفاضفا وهءه الممارسة ساءءء على العنافة بفسمه والمآافظة على قوآه وكان الرسول صلى الله علفه وسلم فءء المسلمفن فى صءر الإسلام على ؤعلم وممارسة الألعاب والرفاضاء ذاآ القفمة العالفة فى إكسابه المهاراء البءنفة واقتءاء الآلفاء الراشءفن والصآابة برسول الله فعلا أو قولا من آء المسلمفن على ممارسة الأنشطة الرفاضفة قولا أو ممارسآهم لرفاضاء اقآءاءا بالرسول الكرفم أو إقرارهم للألعاب أو أنشأة مارسها المسلمون ورفهم .

- ؤووصفااء:

إن للرففة البءنفة آلال الحضاراء الإسلامفة ؤارف فشهد على مءى ولوع الإنسان المسلم بأهمفة وضرورة ممارسة هءه الرفاضة لما لها من أهمفة فى ؤنفمة مآآلف الآوانب (البءنفة- النفسفة - اءتماعفة...الخ) .وفها فمكن ؤقفم الاقآراآاء وؤووصفااء ؤالفة:

1- الإمام بفمعف الآوانب والمآالاء المآعلقة بالمراحل ؤارففة للرففة البءنفة والرفاضفة للحضارة الإسلامفة.

2- إعطاء الأهمفة والعنافة الكاملة بآكوفن الأساآءة المآآصفن فى ءراسة ؤارففة والإسلامفة

3- السعى للإشاءة بءور ومكانة ؤرففة البءنفة والرفاضفة فى ءفن الإسلامف وأهمفآها فى ؤرففة الآفل الصالآ.

4- العمل على ؤنظفم ملآقفاء ونبواآ ؤربوفة وؤنفة فى مآال الرفاضة بالآطرف إلى ؤارف الحضاراء الإسلامفة .

5- مساهمة كل الأطراف المعنية من إطاراء إسلامفة أساآءة مآآصصفن فى إطار وؤوضف أهمفة الرفاضة الحضارة الإسلامفة.

6- ءور الإعلام العربف الإسلامف فى إبراز وؤوضف ؤراآ فى سفاقاآه الإسلامفة.

قائمة المراجع:

- أمفن أنور الآولف (1995) الرفاضة والحضارة الإسلامفة. ءار الفكر العربف.

- سعفء ءفوفه آف: (2007) ؤرففة وؤلفم فى الإسلام؁ آامعة الموصل..

- منءر هاشم الآطب: (1997) ؤارف ؤرففة البءنفة والرفاضفة ج1.

- منءر هاشم الآطب: (2001) ؤارف ؤرففة البءنفة والرفاضفة ج2

- عبد العزيز صلاح سالم: (1998) الرياضة عبر العصور - تاريخها وآثارها - مركز الكتاب للنشر، م.
- حسن أحمد الشافعي: (1998) تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي، نشأة المعارف الإسكندرية.
- محمد محمد الحماحي، (1999) تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية، مركز الكتاب للنشر.
- نجم الدين السهروردي، (1980) الموجز في الفلسفة وتاريخ التربية الرياضية، بغداد.
- ممدوح الكردي، (1990) الرياضة قصة وتاريخ، الطبعة الثانية بيروت المكتبة العصرية للطباعة والنشر.
- حسن أحمد الشافعي، (2007) الرياضة والقانون: فلسفة التربية الرياضية وتاريخها.
- نضال عيسى : (1997) " الطب الوقائي في الإسلام " دار المكتبي . دمشق.
- مختار سالم: " (1998) الطب الإسلامي بين العقيدة والإبداع " مؤسسة المعارف بيروت.
- غياث الأحمد : (2007) " الطب النبوي في ضوء العلم الحديث " دار المعاجم دمشق .
- عبد الرزاق الكيلاني : (2007) " الحقائق الطبية في الإسلام " دار القلم، دمشق.
- محمد نزار الدقر: (2007) " روائع الطب الإسلامي (2): العبادات في الإسلام وآثارها في صحة الفرد والمجتمع " دار المعاجم دمشق.
- حامد الغوايبي : (1967) " بين الطب والإسلام " دار الكتاب العربي ، القاهرة .
- أحمد شوكت الشطي : (1977) " نظرات في الولد وحب وحقوقه " مجلة حضارة الإسلام المجلد 20 ع 9/8)
- والمجلد 15 ع 5 (1974) دمشق .
- ابن الأثير الجزري : جامع الأصول في أحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم