

فلسفة الترويح الرياضي الحديث من منظور الدين الإسلامي

Philosophy Of Modern Sports Recreation From The Perspective Of The Islamic Religion

معيرش توفيق^{1*}، مدرس مصطفى²، الحاج عيسى رفيق³

¹ جامعة الجزائر 3 (الجزائر)، مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية

Maireche.tawfiq.com@gmail.com

² جامعة الأغواط (الجزائر)، مخبر الأبعاد المعرفية لعلوم التدريب الرياضي.

m.mederres@lagh-univ.dz

³ جامعة الأغواط (الجزائر)، مخبر الأبعاد المعرفية لعلوم التدريب الرياضي.

r.hadjaissa@lagh-univ.dz

تاريخ النشر: 2022/05/30

تاريخ القبول: 2022/03/19

تاريخ الإرسال: 2021/12/30

الملخص: هدفت الدراسة الكيفية لمعرفة فلسفة الترويح الرياضي الحديث من منظور الدين الإسلامي، وأستخدم المنهج الوصفي بأسلوب تحليل المحتوى للمصادر العلمية والنصوص الشرعية، وما يستخرج منها من أحكام وتوجيهات تربوية، وضوابط تحكم الفرد للإستمتاع بالأنشطة الترويحية المختلفة. وفسرت النتائج أن الترويح الرياضي الحديث له مقاصده الشرعية، وضوابطه التي يجب أن تتحقق فيه ليبقى على جوازه.

الكلمات المفتاحية: الترويح الرياضي الحديث، الدين الإسلامي.

ABSTRACT:

The qualitative study aimed to know the philosophy of modern sports recreation from the perspective of the Islamic religion, and I used the qualitative approach in the style of content analysis of scientific sources and legal texts, and the rulings and educational directives extracted from them, and the controls for controlling the individual to enjoy the various recreational activities. The results explained that the modern sports recreation has its legitimate purposes, and its controls that must be achieved in it to remain permissible.

Keywords: modern sports recreation, Islamic religion

1- مقدمة ومشكلة البحث:

الترويح الرياضي الحديث ضروري للفرد لأن الحاجة للترويح عن النفس حاجة إنسانية ولها أهميتها، وعادة ما نضع الترويح في مكان جانبي من حياتنا ولا نعطيه أهمية، لأن الفرد لا يدرك مدى أهمية الترويح بالنسبة له وللمجتمع. فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني الذي يتميز بالصحة والاعتزان فالنشاط الترويحي يهدف إلى السعادة التي ينشدها كل فرد مهما اختلف وحسب (السمعاني، 1414م) عن سيدنا علي رضي الله عنه قال "روحوا القلوب وابتغوا لها طرف الحكمة، فإنها تمل كم تمل الأبدان" ويشير كلا من (درويش، الخولي، 1990:30) "على أن الترويح الرياضي يعد أحد ميادين التربية البدنية المهمة والتي يجب ألا نتجاهلها، وكذلك فإن الترويح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالفلسفة ويتضح ذلك من خلال الدور الذي تلعبه الفلسفة في الترويح وهو تحديد معالم الترويح كمهنة وظاهرة إجتماعية وترويحية إنسانية. فجاء الإسلام ليقدر أن الإنسان المسلم هو الذي يغتنم ويوظف الزمن ويملكه. لذلك نقول إن من أهم جوانب الحياة التي يتجلى فيها الأمر بجلاء، قضية فلسفة الدين الإسلامي في مفهوم الترويح الرياضي، والتي أصبحت إحدى القضايا المهمة في مجتمعنا المعاصر، ومما شجع على تناول هذا البحث المهم قلة الدراسات في هذا الموضوع من وجهة الدين الإسلامي، إذ تحولت الكثير من المؤسسات الترويحية في عصرنا من مؤسسات رياضية وترويحية إلى مؤسسات لهو بعيدة عن قيم النشاطات الترويحية الإنسانية والرياضية، ومن أهمية البحث في غرس المفاهيم الوسطية والاعتدال، والتأكيد على الارتباط الوثيق بقيم الأمة وثوابتها بعيداً عن التشدد والإفراط، مما يحتم على أهل العلم والفكر القيام بواجبهم في التصحيح والمناصرة والبناء والتعرف إلى ضوابط الدين الإسلامي وحكمه من ممارسة الترويح الرياضي الحديث للإنسان المسلم البالغ. "لأن الأنشطة الترويحية التي يمارسها أفراد المجتمع ظاهرة اجتماعية،

تتأثر كغيرها من الظواهر الاجتماعية الأخرى بقيم المجتمع، وثقافته وأفكاره، وعاداته، وتقاليده وغالبا ما تكون الأنشطة الترويحية السائدة في المجتمع نابعة منها أو متأثرة بها" (مصطفى، بسيوني، 1990: 92). وفي خضم التداخل الثقافي المعاصر اختلط الأمر عند المسلم في مفهومه وفلسفته لممارسة الترويح الرياضي، ولاشك أن للجميع الحق في ممارسة أنواع الترويح بالطرائق المشروعة كافة في مجتمعنا الإسلامي وذلك على وفق إمكانياتهم وظروفهم، إذ تسهم الأنشطة الترويحية في بناء الشخصية والسلوك حتى أصبحت الحضارة للبلاد تقاس بكيفية استثمار وقتها، مما يؤثر على فلسفة المفهوم الإسلامي للنشاط الترويحي عامة والرياضي خاصة، ومن هنا ظهرت مشكلة بحثنا في كثرة المخالفات الشرعية من خلال السماع، أو المشاهدة، أو الممارسة لكثير من وسائل الترويح الحديثة وخطورة السير في ممارسة الترويح بمفهوم الحضارة المعاصرة الوافدة من دول العالم، والتي تؤدي إلى سقوط الفرد وانسلاخه من قيمه، وأخلاقه، ومبادئه والغزو الفكري والثقافي لمختلف البلدان الإسلامية. ولقد اعتمدنا على بعض الدراسات:

- دراسة محمد السيد الوكيل (1979) "الترويح في المجتمع الإسلامي" تناول الباحث الحديث عن الترويح من الجوانب النفسية والاجتماعية والاقتصادية، ثم تحدث عن الترويح في العصر الجاهلي، وأنواعه السائدة في ذلك الوقت، ثم توسع في الحديث عن الترويح في المجتمع الإسلامي، ويذكر من أنواعه المباحة المنضبطة الضوابط الشرعية، ثم ختم حديثه بذكر أنواع الترويح الممنوع في الشريعة الإسلامية، إذ أن دعم وجهة نظره بالنصوص الشرعية، وأقوال الفقهاء المسلمين.

- دراسة خالد فهد العودة (1993) "حول الترويح التربوي من الوجهة الإسلامية" تناول الباحث مفهوم الترويح، وموقف الإسلام منه، وعلاقته بالتربية الإسلامية والضوابط العامة التي وضعتها الشرعية لممارسة الترويح، ثم انتقل

الباحث بالحديث عن أنواع الترويح في العصر النبوي، وطبيعة ممارسته ثم تحدث عن واقع الترويح في المجتمعات الإسلامية المعاصرة، وموقف الإسلام منها، ثم ختم دراسته بوضع تصور مقترح للترويح التربوي في المؤسسات الاجتماعية كالأُسرة، والمدرسة، والنادي، ووسائل الإعلام ، من جهة طبيعته ومن جهة أخرى مجالاته وأهدافه، إذ عالج الباحث فقرات دراسته من الوجهة التربوية الإسلامية.

- دراسة عبدا لله ناصر السدحان (2000) "حول الترويح في العصر النبوي" تناول الباحث أهمية الوقت في التصور الإسلامي، وأورد الآيات والأحاديث الدالة عن أهمية الوقت، وتحدث عن مفهوم الترويح وخصائصه ومبدأ مشروعيته وموافقته لطبيعة الإنسانية وحاجاتها الفطرية، ثم توسع الباحث في الحديث عن ضوابط الترويح في المجتمع الإسلامي، فشمّل الحديث الضوابط المتعلقة بذات النشاط من جهة نوعه، وما يصاحبه وما يتضمنه والضوابط المتعلقة بنوع اللباس الذي يتخذه الممارس للترويح، ثم ختم الباحث دراسته بذكر أهداف الترويح في المجتمع النبوي التي كانت تمارس في ذلك العصر، مثل المسابقة على الأقدام والفروسية ، والمصارعة ، والرمي ، والسباحة ، وحمل الأثقال.

- دراسة عباس جمال (2010) "حول مدى فاعلية الشعائر الدينية في عملية التحضير النفسي الرياضي النخبوي " الموضوع يطرح مشكلة جديدة وخاصة بممارسة الشعائر الدينية في عملية التحضير النفسي الرياضي النخبوي هذه الدراسة توضح التيار الجديد الذي يجد التأثير بالشعائر الدينية كمصدر للثقة والتحكم في النفس والنجاح الرياضي لمواجهة توتر المنافسة. وانطلاقاً من نتائج الدراسات السابقة تم طرح التساؤل التالي:

- ما هي فلسفة ضوابط الدين الإسلامي لممارسة الترويح الرياضي الحديث؟
- فرضية البحث: ينظر الدين الإسلامي لممارسة الترويح الرياضي الحديث نظرة ايجابية في ضوء الضوابط التي تحكم الترويح الرياضي.
- **الهدف العام من الدراسة:** تهدف هذه الدراسة من الناحية النظرية إلى معرفة فلسفة الترويح الرياضي الحديث للمسلم البالغ، من منظور الدين الإسلامي أما من الناحية العملية تعمل على تجسيد الدليل الشرعي أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية.

3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

- **الدين الإسلامي لغة:** يعرفه (بن علي، 2005:3) تعددت التعاريف حول الدين بين علماء الدين وعلماء النفس والفلاسفة وغيرهم ممن بحثوا مسألة الدين من زوايا متعددة كلٌ بحسب معتقده وإيمانه النابع من الدين الذي يعتنقه، أمّا تعريف الدين لغة واصطلاحاً ففي اللغة كلمة الدين -بكسر الدال المُشدّدة- مأخوذة من الفعل الثلاثي دَانَ بمعنى أطاع وأذعن وانقاد وخضع واستسلم، ففي تعريف الدين لغة واصطلاحاً هناك تعريفٌ عامٌ للمعنى الاصطلاحي للدين إذ يُطلق على كل ما يؤمن به الإنسان ويعتقد به وينقاد له من المبادئ والسلوكيات والتعاليم المرتبطة بكل ما غاب عن الوجود ولم تدركه الحواس من الأمور المقدسة والغيبيات والموت والحياة وما بعد الموت والجن والملائكة. ويستخلص الباحثان أن الدين الإسلامي هو الخضوع والإستسلام لله تعالى باتباع أوامره والابتعاد عن نواهيه.

- **الترويح الرياضي:** يعرفه (عبد العاطي، 2005:8) هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشتمل على الألعاب والرياضات. ويستخلص الباحثان أن

الترويح الرياضي هو عبارة عن حركات وألعاب رياضية تساعد على تنمية الجوانب الجسمية للفرد.

- الدراسات النظرية:

- مفهوم فلسفة الترويح: الترويح أكثر من نشاط، فالنشاط وسيلة وليس في ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغيير في الحالة الانفعالية والإحساس بالغبطة والسعادة التي تعمل على شحن البطارية الإنسانية ويوجد العديد من النظريات والتفسيرات لكلمة الترويح تفوق إصطلاح اللعب في نظرياته وتفسيراته وهناك

من يفسر اللعب والترويح تفسيراً واحداً ويفسر الترويح على أنه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية وشعور يحسه الفرد قبل وأثناء وبعد ممارسته لنشاط ما سلبياً أو إيجابياً ويتم أثناء وقت الفراغ، والفرد حين يمارس النشاط الترويحي بطريقة موجهة مبنية على الأسس العلمية والتربوية فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وكذلك تتكون الشخصية الإنسانية البناءة الطموحة والمبدعة.

- مقاصد الترويح في الإسلام: خلق الله عزوجل الإنسان لغاية وهدف محدد هو عبادته سبحانه وتعالى لقوله تعالى "وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون" (الذاريات، الآية، 56) فلا بد للمسلم أن يحرص على تهيئ سلوكه بأن يجعل لكل عمل يقوم به هدفاً واضحاً، ومقصداً يتفق مع الهدف الكلي والمقاصد العامة للإسلام ولذلك فإن للترويح عامة والرياضي خاصة مقاصد وأهدافاً يمكن إجمالها فيما يأتي:

- تجديد النشاط وتقوية الإرادة: إن للترويح أثر يلاحظ على النفس بتجديد نشاطها لذلك يجد المتأمل في التشريع الإسلامي أمثلة كثيرة مثل تشريع عيد الفطر بعد وقت الجد والصيام والقيام وغيرها من النوافل. وعيد الأضحى بعد يوم عبادة ودعاء وصيام لغير الحاج، والعيد هو البهجة والسعادة التي تجدد للقلب حيويته وحياته.

- إظهار سماحة الإسلام: إن الشريعة الإسلامية مبنية على مبدأ التيسير ورفع

الحرص والسماحة أما التشديد يصلح علاجاً في ظروف خاصة لجماعة معينة. قال تعالى "لا يكلف الله نفساً إلا وسعها لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت" (البقرة، الآية 286). والترويح فيه إعلام للآخرين بسماحة الدين وواقعيته وهو أمر مطلوب. قال أحد السلف لأصحابه ليبين لهم هذه السماحة "كان أصحاب رسول الله يتبادحون بالبطيخ وإذا كانت الحقائق كانوا هم الرجال" (الألباني، 3:1981).

- أغراض الترويح الرياضي:

- غرض حركي: حيث أن الدافع للحركة والنشاط يعد دافعاً أساسياً لجميع الأفراد.

- غرض الاتصال بالآخرين: تعد سمة محاولة الإيصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو المنطوقة هي سمة يتميز بها كل البشر وأن قص القصص، المناقشات الاجتماعية والمحادثات وقراءة الشعر والقصة القصيرة كل هذه الأنشطة تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار.

- غرض تعليمي: عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد وعادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد له معرفة ما يجله.

- غرض ابتكاري فني: تنعكس الرغبة في الابتكار والإبداع الفني على الأحاسيس والعواطف والانفعالات وكذلك تعتمد الرغبة للابتكار الجمال تبعاً لما يتذوقه الفرد.

- غرض اجتماعي: إن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية فالإنسان اجتماعياً بطبعه وهناك جزء ليس بالقليل من الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساساً على تحقيق الحاجة في الانتماء.

- مميزات النشاط الترويحي الرياضي: للنشاط الترويحي فوائد على الإنسان لا حصر لها لكن يمكن القول أنه يشكل الإنسان ويعيد تكوينه مع المجتمع

ويساعده في قيامه بأدواره بنجاح فضلا عن المميزات الجسمية العديدة.
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على تنمية وتناسق ومرونة عضلات الجسم والتوافق العضلي العصبي.

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع مستوى الحيوية والجد ومقاومة التعب.

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الضغط العصبي ومن ثم يعمل على الإحساس بالراحة.

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع كفاءة الأجهزة المختلفة كالجهاز الدوري التنفسي.

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الطاقة الزائدة.

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة: وتتمثل الإجراءات المنهجية المتبعة في العناصر التالية:

4-1 الطريقة والأدوات:

- **المنهج المتبع:** يعرفه (باحارث، 2007:14) "وهو الذي يجمع المادة العلمية من مظامنها في المراجع والمصادر المختلفة، ومن ثم تصنيفها وتبويبها حسب فقرات البحث ليعالج موضوعات البحث، ويصل إلى النتائج والتوصيات " في إعطاء صورة شاملة بطريقة تحليل المحتوى لملائمته وطبيعة البحث إعتدنا على المنهج الوصفي بأسلوب البحث المكتبي.

- **الأدوات الإحصائية:** تم استخدام أسلوب تحليل المحتوى للمصادر العلمية والنصوص الشرعية، وما يستخرج منها من أحكام وتوجيهات تربوية، وضوابط تحكم الفرد للإستمتاع بالأنشطة الترويحية المختلفة لأن تحليل المحتوى يقتصر على وصف الظاهرة، وما قاله الإنسان أو كتبه صراحة فقط دون اللجوء إلى تأويله.

4-2 عرض وتحليل النتائج:

4-2-1 الضوابط الشرعية للترويح الرياضي:

يحكم الترويح عن النفس ووسائله وأدواته مجموعة من الضوابط الشرعية العامة التي إذا التزم المسلم بها أصبح حلالاً، وإذا انحرف عنها أصبح حراماً، استنبطها الفقهاء من مصادر الشريعة الإسلامية لتكون دستوراً ملزماً للمسلمين عند الترويح عن أنفسهم، من هذه الضوابط ما يأتي:

- أن يكون الترويح بنية صادقة وخالصة للتقوية والتتشييط على الأعمال والعبادات والتقرب إلى الله سبحانه وتعالى، بمعنى أن تكون كل الأعمال والعبادات للتقرب إلى الله سبحانه وتعالى لأن الأصل أن تكون كل الأعمال صالحة، ولوجه الله خالصة ليس فيها شيء لهوى النفس الأمارة بالسوء. ودليل ذلك قول الرسول صلى الله عليه وسلم "إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى، فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله فهجرته إلى الله ورسوله ومن كانت هجرته إلى دنيا يصيبها أو امرأة ينكحها فهجرته إلى ما هاجر إليه " (صحيح البخاري، الباب الأول، صحيح مسلم، الكتاب 33، حديث رقم 155)

- ألا يلهي الترويح عن عبادة الله وذكره، فكل ما يلهي عن ذكر الله فهو حرام لقوله تعالى: "يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون " (المنافقون أية، 9)

- ألا يلهي الترويح عن القيام بالفرائض والواجبات من العبادات والأعمال أو قضاء مصالح المسلمين أو الدعاة إلى الله عز وجل فالتوازن في حياة المسلم واجب.

- ألا يكون الترويح مضیعة للوقت بدون نفع أو جدوى فالوقت هو الحياة قال رسول الله صلى الله عليه وسلم نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ (رواه البخاري، الكتاب الثاني، باب 38-199).

4-2-2 أحاديث الرسول وتوجيهاته بشأن ممارسة الترويح الرياضي: إهتم الرسول صلى الله عليه وسلم أشد الاهتمام بحث المسلمين على ممارسة الرياضة ولا سيما تلك الأنشطة ذات القيمة العالية في إكساب جسم الإنسان اللياقة البدنية والمهارة والصحة والترويح المباح . فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير "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 صلى الله عليه وسلم المقصود بالقوة سواء في حديثه "المؤمن القوي" أو في الآية الكريمة" "وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة" وذكر ابن القيم أن شيل الأتقال عمل مباح كصراع المصارعة، ومسابقة الأقدام (الجري)، فقد مر الرسول صلى الله عليه وسلم يقوم يربعون حجرا ليعرفوا الأشد منهم فلم ينكر عليهم وهكذا أقر الرسول صلى الله عليه وسلم هذا التباري الشريف في (الربع) وهي رياضة قديمة ولم ينكرها فهي تنمي القوة وبعض اللياقة البدنية، كما سابق الرسول بين الخيل ففي الصحيحين عن حديث ابن عمر قال : "سابق رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الخيل فأرسلت التي ضمرت منها وأمدّها الحيفاء إلى ثنية الوداع، والتي لم تضمر أمدّها الوداع حوالي ستة أو سبعة أميال، والمسافة بين ثنية الوداع إلى مسجد بني زريق ميل واحد. وفي مجمع الزوائد عن عبد الله بن عمر " أن النبي صلى الله عليه وسلم سبق بين الخيل وراهن" رواة الحديث ثقات ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه سابق بين الخيل وهذا دليل على الترغيب برياضة الفروسية. وهذا يدل على أن الرسول صلى الله عليه وسلم لم يكن موقفه من السباق مجرد السماح به وإنما الحض عليه، بل وتكريمه للفائز. وذكر أبو هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال "لا سبق إلا في خف، أو حافر، أو نصل" (ورد في الجامع الصغير للسيوطي :98). وورد عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال

علموا أبنائكم السباحة والرماية، ونعم لهو المؤمنة في بيتها المغزل، وإذا دعاك أبواك فأجب أمك." ولا يوجد أي شك الآن في أن أجمل وأبهج ألوان الرياضة الترويحية هي الرياضيات المائية، فهي أعلى الأنشطة الترويحية قيمة وفائدة فضلا عما يصاحبها من مشاعر ممتعة وما يعقبها من إزالة التوتر والهموم قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ما تشهد الملائكة من لهوكم إلا الرهان والنضال" (الجامع الصغير للسيوطي: 321). والرهان هو المسابقة بين الخيل والنضال هو الرمي بالقوس والسهم، ولقد كان سباق الخيل ومشاهدته الممتعة من الأمور التي تثير المشاعر البهجة وتضفي السرور. وورد في الصحيحين عن عائشة رضي الله عنها قالت دخل علي رسول الله صلى الله عليه وسلم وعندي جاريتان، تغنيان بغناء بعث فاضطجع على الفراش وحول وجهه ودخل أبو بكر فانتهزني وقال مزماره الشيطان عند النبي صلى الله عليه وسلم فأقبل عليه رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال دعهما. فلما غفل غمزتهما فخرجتا. وكان يوم عيد يلعب السودان بالدرق والحراب، فإما سألت النبي صلى الله عليه وسلم وإما قال تشتهين تنظرين. فقلت نعم، فأقامني وراءه، خدي على خذه، وهو يقول دونكم يا بني أرفدة. حتى إذا مللت، قال حسبك. قلت نعم، قال فاذهبي.

4-2-3 وقائع ممارسة الرسول صلى الله عليه وسلم للرياضة بنفسه: قال تعالى " لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة " لم يكن موقف رسول الله صلى الله عليه وسلم من الرياضة مجرد الحث والترغيب في دفع المسلمين على ممارستها ولم يكتف بتوضيح أدوارها في الجهاد في سبيل الله وثواب ذلك عند الله عز وجل وإنما أعطانا القدوة والمثل في ذلك فقد ثبت عنه صلى الله عليه وسلم أنه مارس الرياضة بنفسه في وقائع عديدة ثابتة في سنته المطهرة. وقد جاء في صحيح البخاري عن سلمة بن الأكوع قال مر النبي صلى الله عليه وسلم على نفر من أسلم ينتضلون بالسوق، فقال " أرموا بني إسماعيل فإن أباكم

كان رامية، أرمو وأنا مع بني فلان قال فأمسك أحد الفريقين بأيديهم فقال رسول الله صلى. الله عليه وسلم" ما لكم لا ترمون؟ " قالوا كيف نرمي وأنت معهم؟ فقال "أرموا وأنا معكم كلكم " وفي مسند الإمام أحمد وسنن أبي داود ، من حديث أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها قالت " سابقني النبي صلى الله عليه وسلم فسبقته فلبثنا حتى إذا أرهقني اللحم سابقني فسبقني قال" هذه بتلك ". وفي رواية أخرى، أنهم كانوا في سفر فقال النبي صلى الله عليه وسلم لأصحابه تقدموا فتقدموا، ثم قال لعائشة رضي الله عنها. "سابقيني فسابقها فسبقته، ثم سافرت معه أخرى فقال لأصحابه" تقدموا" ثم قال سابقيني فسبقته. ثم سابقني وسبقني. فقال هذه بتلك" ومن المهم أن نعود إلى هذا الحديث الشريف فندرسه دراسة وافية في ضوء عدة اعتبارات إسلامية هامة تتمثل في مخضبة الرسول صلى الله عليه وسلم لأصحابه بأن " يتقدموا " قبل أن يسابق عائشة في المرتين، فمن الواضح أن هناك حكمة في ذلك فلا يشاهدها الرجال وهي تجري، إذا فهناك آداب شرعية يجب أن تراعى في رياضة المرأة المسلمة، فكلنا نعلم ما يكون عليه جسم المرأة من حال في أثناء الجري. أن الرسول لم يحرم المرأة من حقها في الرياضية والترويح ما دامت في إطار الشرع الحنيف. أن ما يعمد إليه بعض المتزمتين من منع تام لرياضة المرأة حتى ولو كانت في الإطار الشرعي، لا يمكن تفسيره إلا أنها مخالفة للسنة النبوية الشريفة، فضلا عن إضعاف صحة ولياقة أمهات المسلمين وأصابتهم بأمراض قلة الحركة والسمنة وإرهاق القلب، الأمر الذي يثمر لنا خلقا ضعيفا وأجيالا وهنة غير صحيحة ذكر السيوطي في رسالة الباحة في فضل السباحة إلى تعلم رسول الله صلى الله عليه وسلم السباحة، وذلك عندما بلغ ست سنين خرجت به أمه إلى أخواله بني عدي ابن النجار، إذ نزلت به في دار النابغة، فأقامت به عندهم شهر فكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يذكر أمورا في مقامه ذلك فكان

يقول: "ههنا نزلت بي أمي وفي هذا الدار قبر أبي عبد المطلب وأحسننت العوم في بئر بني عدي النجار."

4-3 مناقشة النتائج وتفسيرها: حفلت سنة رسول الله صلى الله عليه وسلم وسيرته العطرة الشريفة بالمواقف والوقائع والأحداث والأقوال التي تشهد بمكانة الرياضة والنشاط البدني في الإسلام. فلقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم قويا يحب القوة ولا عجب، فالإسلام دين قوة وغلبة فضلا عن كونه شريعة ودستور حياة. يقول الشيخ إبراهيم البرك أن هذا الدين العظيم بقرانه الكريم وسنة رسوله صلى الله عليه وسلم لم يترك أمرا من أمور الدين والدنيا إلا ونبهنا إلى أوجه الخير فيه لتنبعها، كما نبهنا إلى أوجه الضر فيه لتجنبها، ومن ضمن ذلك الرياضة. من خلال عرض الضوابط الشرعية لممارسة الترويح الرياضي، نجد أن فلسفة الترويح الرياضي الحديث، فلسفة تأتي ثمرة أوقات الفراغ أو ترتبط بها ونشيرها إلى أهمية الوقت وقيمه في حياة المسلم، وكيف أن الإسلام أنقذه من العبث والضياع، الذي كان يحيط بالرؤية الجاهلية إذ استطاع الإنسان بالإسلام، أن يقدر للزمن دوره في الفعل الحضاري وينظر إليه كقيمة، وأن يلتقط الفرصة التاريخية ويتحقق بالتفكير الاستراتيجي، الذي يمكنه من التبصر وتقدير العواقب ومن حسن التعامل خلال رؤية شمولية تستصحب الزمن بأبعاده الثلاثة الماضي والحاضر والمستقبل، فجاء الإسلام ليقرر أن الإنسان المسلم هو الذي يغتنم ويوظف الزمن، ويملكه ونستطيع أن نقول بأن الإسلام أضافه بعدا ممتدا آخر للحياة والزمن، إضافة بعدا غيبيا غير منظور، تحقق من خلاله الحس بالزمن في الدنيا، كما ربط الرسول بين بعض النشاطات الرياضية والجهاد والثواب فضلا عن ذلك وورد في السنة النبوية مما يدل على استخدام النشاط البدني والرياضي بهدف الترويح عن النفس، كما كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحضر منافسات الفروسية ويكافئ المتفوقين فيها الأمر الذي يدل على التوجه الرياضي التنافسي رغم ما يتضمنه ذلك من

بعد عسكري، ومن بين الأنشطة البدنية المذكورة آنفا في الأحاديث فضلا عن الرماية بالقوس والسهم وهي الأفضل عند نبينا الكريم، الفروسية، السباحة، واستخدام الحراب، والمصارعة، والجري، والمشي ورفع الأثقال كالحجارة الثقيلة. (الطاهر، 2001: 45). إلى جانب ذلك لم يحرم رسول الله صلى الله عليه وسلم المرأة من حقها في النشاط البدني والترويح مع مراعاة الآداب الشرعية لذلك، ويجب التأكيد هنا على العناية الفائقة التي أولاها الرسول الكريم للأطفال وبين أهمية اللعب بالنسبة لهم. وقد تبع الخلفاء الراشدون والصحاب الكرام والتابعون رضوان الله عليهم أجمعين سيرة نبيهم وسنته فيما يتعلق بالنشاط البدني والرياضي، إذ كانوا ممارسين له دعاء لذلك. (الطائي، 1999: 66) كما أكد علماء الإسلام ومربوه وأطبائوه على أهمية النشاط البدني والرياضي والهدف الصحي الذي تحققه وضرورة مراعاة الفروق الفردية وأيضا أكدت كل من نتائج الدراسات السابقة لمحمد السيد وكيل، وخالد فهد العودي، وعبد الله ناصر السدحان، وعباس جمال أن ممارسة الأنشطة الترويحية مباحة من وجهة نظر الدين الإسلامي، ومن هنا نلاحظ أن أهداف "التربية البدنية في المجتمع الإسلامي كانت متنوعة حيث شملت البعد العسكري والصحي والترويحي والرياضي. إن تزايد وتطور الوسائل الترويحية، لشغل الوقت، أصبحت كثيرة ومتنوعة حتى لا نكاد نحصيها، ونرى البعض من المسلمين يمارسون الترويح والأنشطة الرياضية بمعزل عن الضوابط الشرعية التي ينبغي أن يراعيها المسلم أثناء ممارسته للنشاطات الرياضية ومن الضوابط أيضا وجوب ستر العورات والبعد عن مواطن إثارة الغرائز، إذا وجوب ستر العورات والبعد عن مواطن إثارة الغرائز، فبعض ألعاب الكرة يكثر فيها كشف العورات على وجه مثير للفتنة، وهذا لا يجوز ومن الرياضات ما يمارسها النساء فقط، ويكشفن فيه المواطن التي نهى الشرع عن كشفها، سواء كان ذلك الكشف بحضرة رجال أم نساء، كل ذلك محظور شرعا، وبعض الرياضات

تشتمل على ما يثير الغرائز، كالاختلاط المحرم، الذي يمكن أن يحدث في أثناء ممارسة الرياضة، والنصوص الشرعية تؤكد على خطورة اختلاط الرجال بالنساء، إذا فلا يجوز ممارسة هذه الرياضات المشتملة على هذه المحرمات. فعدم الاختلاط بين الجنسين لما يفضي ذلك إلى نظر بعضهم إلى بعض، والله عز وجل يقول " قل للمؤمنين يغضوا من أبصارهم ويحفظوا فروجهم ذلك أزكى له إن الله خبير بما يصنعون وقل للمؤمنات يغضضن من أبصارهن ويحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن إلا ما ظهر منها وليضربن بخمرهن على جيوبهن"(سورة النور، الآية:30-31). وللحديث الذي يرويه أسامة بن زيد رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال ما تركت بعدي فتنة هي أضر على الرجال من النساء متفق عليه. فضلا عن أن ما يناسب الذكور من الأنشطة الترويحية في الغالب لا يناسب الإناث، وكذا العكس. ووفقا لنصوص ابن رشد وجوب استعمال القياس العقلي. وبهذا يتضح تشديده على كلمات النظر، والاعتبار، والتفكير، والرؤية، ويعتبرها أدلة دينية على وجوب النظر العقلي في الموجودات. " فاعتبروا يا أولى الأبصار " أולם ينظروا في ملكوت السموات والأرض " أفلا ينظرون إلى الإبل كيف خلقت وإلى السماء كيف رفعت " ويتفكرون في خلق السموات والأرض. وأيضا عدم ممارسة النشاط الترويحي الذي يصاحبه أذية بقول أو فعل للآخرين، أو ضرر بدني أو معنوي للآخرين، قال تعالى " والذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً وإثماً مبيناً " وللحديث المتفق عليه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده".

5-الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

5-1 الاستنتاجات: تتمثل في ما يلي:

- الحكم العام للرياضة في الإسلام هو الجواز لأن الأصل في الأشياء الإباحة، ويحرم شيء إلا بدليل قطعي وثابت.

- الترويج الرياضي الحديث له مقاصده الشرعية، وضوابطه التي يجب أن تتحقق فيه ليبقى على إباحته.
- ضرورة ألا تلهي ممارسة الترويج الرياضي عن واجب شرعي مثل الصلاة والصيام والحج وغيره من المناسك.
- أن تكون ممارسة النشاط الترويج الرياضي وسيلة لإعداد الإنسان ليكون قويا ليواجه أعداءه، وهي أرفع صور الرياضة.
- أن ترتبط ممارسة النشاط الترويج والرياضي بمقاصد يؤمن بها الإنسان، وقد أصبحت الرياضية من الوسائل تتحقق بها الأهداف لتقوية العزيمة والإصرار وبناء الشخصية والإرادة القوية.
- وجوب ستر العورات أثناء ممارسة الترويج الرياضي، والبعد عن مواطن إثارة الغرائز.
- النصوص الشرعية تؤكد على خطورة اختلاط الرجال بالنساء، فلا يجوز ممارسة الرياضات المشتعلة على هذه المحرمات.

5- 2 التوصيات والمقترحات:

- أن تسعى الجامعات ولا سيما الإسلامية وكذا جميع الدعاة لإقامة اللقاءات المحلية والندوات والمحاضرات والممارسات العملية لبعض أنشطة الترويج كالأُمسيات الشعرية وغير ذلك، لإبراز سماحة الإسلام في هذا الأمر وترسيخ مفهوم الترويج بالرؤية الشرعية له في نفوس الناس .
- السعي الجاد في إيجاد أنواع ووسائل لممارسة الترويج الرياضي ضمن حدود الشرع. وبما يحقق الهدف.
- السعي الجاد إلى محاولة التقليل من تأثير العولمة والوسائل الحديثة للإسراف في مشاهدة الأنشطة الترويحية والرياضية المحرمة.
- الاهتمام بالترويج الرياضي مع محاولة ضبطه وإصلاحه بالضوابط الشرعية.

- المراجع المستخدمة في البحث:

- السمعاني، أبوسعيد عبد الكريم، (1992م). أدب الإملاء والإستملاء، تحقيق أحمد محمد عبد الرحمن، مكتبة الغرباء الأثرية للنشر، المدينة المنورة.
- درويش، كمال والخولي، أمين، (1990). الترويح وأوقات الفراغ في المجتمع المعاصر، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
- مصطفى، يحيى بسيوني (1990). البديل الإسلامية لمجالات الترويح المعاصر، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- الوكيل، محمد السيد (1984م). الترويح في المجتمع الإسلامي، دار السلامة، السعودية.
- العودة، خالد فهد (1992م). الترويح التربوي - رؤية إسلامية، ط1، دار المسلم، الرياض.
- عباس، جمال (2010م). فاعلية الشعائر الدينية في علم التحضير النفسي الرياضي النخبوي، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 02، العدد 01.
- السدحان، عبد الله بن الناصر بن عبد الله (2000م). الترويح في العهد النبوي، أهدافه ووسائله، ط2، السعودية.
- بن علي، ياسين (2005م). الإصلاح والتعريف في الثقافة الإسلامية، بحث منشور في مجلة الزيتونة، السعودية.
- عبد العاطي، محمد عبد المنعم (2005). قياس اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة الترويح الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان، مصر.
- با بحارث، عدنان حسن (2008). أنواع الترويح التربوي الملائم للفتاة في ضوء التربية الإسلامية، بحث منشور في مجلة المجتمع، جدة، السعودية.
- الطاهر، نعيم (2001). الحضارة الإسلامية، ط2، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع عمان.
- الطائي عبد الرزاق (1992م). التربية البدنية والرياضية في التراث العربي الإسلامي، دار الفكر للنشر، عمان.