



معلومات البحث

أستلم: 7 نيسان 2017
المراجعة: 25 أيار 2017
النشر: 1 تموز 2017

فلسفة التربية البدنية والرياضة من وجهة نظر الأديان السماوية

عادل فرهود كاظم
جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
adelfarhood0@gmail.com

الملخص:

زاد الاهتمام حديثاً بفائدة الرياضة لصحة القلب والجهاز الدوري وذلك لما أثبتته الدراسات العملية بأن الرياضة تطيل عمر الإنسان وتقلل من مخاطر وأعراض أمراض القلب ، ونحن كأصحاب الديانات السماوية الثلاث، نؤمن بأن عمر الإنسان محسوب عليه، إلا أن نوعية ونمط الحياة يتجه نحو الأفضل بممارسة الرياضة ، فالرياضة تقلل من فرص الإصابة بقصور الشريان التاجي، وتقلل اضطرابات النبض القاتلة ، حتى لا تكون عبئاً أو عملاً ثقيلاً على النفس بل وعاملاً من عوامل الاستمتاع بالحياة ينصح الخبراء بممارسة الرياضة التي تلائمك، أو المحببة لديك، والتي تشعر بالاستمتاع وأنت تمارسها.

الاهداف : هو لتعريف الناس على اهمية ممارسة الرياضة مما لها مردود على صحة الجسم وإن أكبر أهمية لممارسة التمارين الرياضية والتي ربما تعدّ من أهم الأسباب التي تجعل الناس في هذه الأيام يندفعون لممارسة التمارين الرياضية هي فائدة التمارين المختلفة في الحفاظ على الوزن الطبيعي أو إنقاصه حتى، أما الفائدة الأخرى للتمارين الرياضية فهي أنها تساعد بشكل كبير على مقاومة الأمراض المختلفة التي يتعرض لها الإنسان هي تساعد على تقوية عضلة القلب والشرايين مما يقلل من خطر الإصابة بالجلطات القلبية فتساعد الرياضة أيضاً على تنشيط الكوليسترول الجيد في الجسم والذي يقوم بمكافحة الكوليسترول الضار، كما أنّ لممارسة التمارين الرياضية دوراً كبيراً في الحدّ من أمراض عديدة أخرى كأمراض العظام المختلفة والعضلات والسكري والضغط وغيرها، ولا تقتصر التمارين الرياضية على علاج الأمراض البيولوجية فقط بل إنّها تمتد إلى معالجة المشاكل النفسية التي يعاني منها الناس أيضاً، فممارسة التمارين في الصباح تساعد على تحسين المزاج بشكل عام بالإضافة إلى مساعدتها على التخلص من مشاكل الاكتئاب أو التوتر والقلق والضغط النفسي، وتعدّ ممارسة التمارين الرياضية أو الرياضات التي تحبّها مع الأصدقاء من أكثر الأمور مرحاً مما يساعد على تحسين المزاج بشكل كبير جداً .

الكلمات المفتاحية : (فلسفة ، التربية البدنية ، الاديان السماوية)

Abstract:

Recently attention has increased the usefulness of sport for a healthy heart and circulatory system and so what proved practical studies that sport prolong the human lifespan and reduce the risk and symptoms of heart disease, and we are as bearers of the three monotheistic religions, we believe that human life calculated it, but the quality and style of life is moving towards best practice of sports, sport reduces the chances of failure, coronary artery, reducing the deadly pulse disorders, so as not to be a burden or an act heavy on psychology and even workers from enjoying life factors, experts advise to exercise a sport that suits you, or granulocytes have, which is to enjoy and you practiced.

keyword: philosophy ،Physical education،Heavenly religions.

1. المقدمة

إن الفلسفة هي أسلوب منهجي في التفكير في كل ما هو موجود يسعى إلى معرفة الأشياء الحية أو غير الحية معتمداً على التحليل والتركيب والنقد والتأمل لذلك فهي ضرورية للإنسان بوصفها المستودع الذي يضع فيه رصيده من الخبرة التي يكتسبها من خلال تعامله مع الوجود ومع الذات ومع الآخرين ، إن الفلسفة تضم كافة الفروع بإبعادها النظرية والمعرفية والمنهجية وتسعى إلى إنشاء صلات فيما بينها ، وأصبحت المرآة التي يلتفت إليها الإنسان للتعبير عن رأيه فانعكست هذه بشكل طبيعي على سلوكه لكونه فرداً في المجتمع يؤثر ويتأثر فظهرت العلاقات الاجتماعية وتأثير الفلسفة عليها وإن التطور في المعرفة الإنسانية والاتجاه نحو وظيفتها تركت آثاراً اجتماعية في نمو وتطور المجتمع انعكست على طبيعة التفكير الفلسفي وغاياته فنظر إليها بوصفها مجالاً لدراسة الوجود ومكان الإنسان الذي يحل مشكلاته ويرتقي بمستوى حياته وإن مهمة الفلسفة التربوية التي هي جزء من حياة الإنسان الاجتماعية بدأت بالظهور بشكل واضح بعد نزول الديانات السماوية الثلاثة اليهودية والمسيحية والإسلامية والتي كانت تعاليمها تدعو إلى بناء حياة الإنسان من خلال الإيمان بالله سبحانه وتعالى وإيجاد العلاقات الإنسانية وفق مبادئ القيم السماوية وشق طريقهم في الحياة من خلال اكتساب المهارات والمعارف والاتجاهات ومساعدتهم من خلال إبعادهم عن الخروقات والأساطير وتعليمه الأصول التربوية التي تعطيه الصفات الإنسانية التي تميزه عن باقي الكائنات الأخرى . وبما أن الفلسفة التربوية هدف إعداد الإنسان للحياة وحل مشاكله عن طريق ربطه بها أن الفلسفة تشترك مع التربية في الموضوع وتختلف في الوسائل لكن المحور الأساس هو الإنسان ذلك الكائن الحي الذي خلقه الله سبحانه وتعالى ، فالتربية هي وسيلة ومنهج عملي تطبيقي أما الفلسفة فمنهجها تأملي عقلي فالفلسفة تحتاج إلى التربية في ترجمة دورها كعمل تربوي بينما التربية تحتاج إلى الفلسفة لتحديد أهدافها وفق أسس فلسفية ومن هذا المفهوم فإن الإنسان ومنذ القدم أدرك علاقة الفلسفة بالتربية وكان يعتقد بوجود مجموعة من الروابط القليلة العدد التي تربطه بالتربية البدنية والتي هي جزء من التربية العامة بالمعتقدات الدينية حصراً ، ولكن بمرور الزمن ونتيجة لتقدم حياة الإنسان ثقافياً واجتماعياً جعله على يقين بأن التربية البدنية لها خصائص وأهداف ترتبط بالمعتقدات الدينية ولها تأثير اجتماعي كبير فيه . كما أن البحث عن شيء ما ، أو في شيء ما ، أو حول شيء ما من أجل الوصول إلى حقيقته وسبر أغواره هو بحث فلسفي شئنا أم ابيننا ، وسواء ادركنا ذلك أم لم ندركه . فالفلسفة " تبحث عن كل مسألة يمكن البحث فيها ، وإن شئت فقل عن العالم " (1) .

إن التربية البدنية والرياضة جزء لا يتجزأ من التربية الحديثة تلعب دوراً مهماً في حياة الإنسان صحياً واجتماعياً وخلقياً ، فالأديان السماوية لها مواقف معينة تحدد في فلسفة التربية البدنية التي حرّمها بعض رجال الدين المسيحي وشجع عليها الدين الإسلامي وأكد على ذلك الرسول الكريم في الكثير في الأحاديث النبوية الشريفة وإن العالم القديم اتسم ببطء ومحدودية متغيراته يبرز أماناً المفهوم الذي دارت حركة الفلسفة في إطاره وهو " البحث عن الحقيقة المطلقة وعن الجوهر واللامتغير ، سواء أكان هذا البحث مرتبطاً بما يحدث للناس ويجري بينهم ، أو ما يربط بعضهم ببعضهم الآخر من علاقات أم خلوا من تلك الرابطة " (1) .

(1) أ . س . رابوبرت ، ترجمة : احمد امين ؛ مبادئ الفلسفة : (بيروت ، دار الكتاب العربي ، 1969) . ص 19 .

(1) ماهر اسماعيل الجعفري وآخرون ؛ فلسفة التربية : (جامعة بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1993) . ص 14 .

قبل التطرق إلى معرفة مواقف كل دين سماوي من التربية البدنية والرياضة تتبادر إلى الذهن مجموعة من الأسئلة قد يصعب الإجابة على البعض منها بسرعة وسهولة وذلك لأنها تحتاج إلى فلسفة ذلك الدين الذي ليس فيه اجتهاد شخصي يستطيع كل فرد إن يعطي فتوى أو رأي قاطع يفرضه على الجميع وإنما يستند إلى ما جاء في الكتب السماوية المقدسة والمنزلة من الله سبحانه وتعالى والتي ينتسب إليها الفرد وما جاء في سنن الأنبياء والرسل ومن هذه الأسئلة :-

- ما هو الوضع الشرعي للتربية البدنية والرياضة في سياق كل دين ؟
- ما هي الصيغة الدينية في نظرتها للتدريب البدني ؟
- ما هي الإسهامات الدينية التي تقوم لممارسة النشاط البدني ؟
- من أي وجهة نظر يتبوأ الدين مكانة ثابتة مع الرياضة ؟

ان هذا الوعي الذي ليس هو بشيء ثابت بل ينمو ويتكامل الى ما شاء الله ⁽²⁾ . ذلك ان خبرة الانسان اليومية كانت في تلك الايام كما هي اليوم مليئة بالحالات التي لا تنتهي الى حل ، وبالمشاكل المستعصية وان كانت هذه الحالات وتلك المشاكل اكبر بكثير انذاك مما هي عليه اليوم ⁽³⁾ .

نحن نعلم ان الله سبحانه وتعالى انزل على البشرية ثلاثة أديان سماوية تدعو إلى الإيمان به وحده لا شريك له تضمنت هذه الأديان بين صفحاتها المقدسة والتي حملها الله لرسوله وأنبيائه الصالحين تقوم سلوك وتصرفات وأخلاق البشر من اجل مصلحة الإنسان وبما يرضي الجميع ، فهناك أقوام آمنت بها حملته تلك الرسل إليهم من قيم وأخلاق وتسامح ومحبة وهناك أقوام كذبت الرسل وأشركت بالله عز وجل وحل بها ما حل من غضب الله عليه من دمار وخراب نتيجة عصيانهم لذلك والقرآن الكريم فيه الكثير عن ذلك وهذه الأديان هي :-

- 1- الديانة اليهودية
- 2- الديانة المسيحية
- 3- الديانة الإسلامية

وهناك مذاهب صنعت من قبل البشر وفق معتقدات خاصة فرض اغلبها على الناس بالقوة نتيجة لطغيان أو تسلط من قبل أشخاص ومن هذه المذاهب :-

- البوذية والتي ظهرت في كل من الصين والهند وبعض دول جنوب شرق آسيا .
- الزرادشتية والتي ظهرت في إيران .
- الكونفوشية والتي ظهرت في الصين .

إن تطور العلوم المختلفة قد أفصح عن الكثير مما مجهول في حياة الإنسان فعلم الانثروبولوجي وتطوره كشف الكثير من الحقائق عن الإنسان والمجتمع الذي عاش فيه التعرف من خلالها على الثقافات القديمة التي كانت سائدة في تلك المجتمعات والتي ارتبطت أساسا بالنظم الاجتماعية والتي تمثلت اغلبها بالطابع الديني والبدني من خلال إقامة الطقوس والمراسيم والابتهالات الدينية التي كانت تصاحبها الحركات البدنية والرياضية وهناك حقائق ثابتة تؤكد صحة ذلك ، وهذه الحقائق هي :-

(2) حسام أالوسي ؛ الفلسفة والانسان : (بغداد ، مطبعة دار الحكمة ، 1990) . ص 12 .

(3) جون لويس ، ترجمة : انور عبد الملك ؛ مدخل الي الفلسفة . ط 3 : (بيروت ، دار الحقيقة للطباعة والنشر ، 1978) . ص 19

في المجتمع البدائي مارس الإنسان أنشطة بدنية ورياضية عديدة لمواجهة متطلبات حياته والتي كانت جزء منها يتطلب توفير الغذاء لأسرته وحمايتها من أخطار الطبيعة المحدقة التي تحبط به وان التغلب على تلك المخاطر يتطلب اللياقة البدنية والقوة والسرعة لكي يتغلب عليها إضافة إلى ممارسته لبعض الطقوس الدينية التي غلب عليها الطابع البدني أو لغرض التسلية

1- الفصل الأول: الرياضة نهج للقيم والأخلاق السامية

ان الرياضة ترويض للنفس قبل أن تكون حصداً للألقاب والكؤوس وفرداً للعضلات، وما جدوى أن يكون البطل بلا أخلاق، تتدلى على صدره أو سمه عارية من كل معاني الأخلاق الفاضلة والرياضة بمعناها الصحيح ترفض أن تكون وسيلة لغاية أخرى لأنها بذاتها وسيلة وغاية لترويض النفس قبل الجسد، فالصعود إلى قمة الشهرة يحتاج إلى جهد ومثابرة وتفان ومقدرة على الصبر والإبداع وهناك الكثير من الرياضيين الذين وصلوا وسقطوا سريعاً إلى القاع ليضعوا صفحة سوداء لمسيرتهم الحافلة بالنجومية وذلك بسبب عدم التزامهم بأخلاق.

تتردد على مسامعنا بين الفينة والأخرى عبارات يعتقد الكثيرون صحتها ولكن في حقيقتها تكون عبارات خالية من أي مضمون ومعنى مفيد بل هي مما اعتاد الناس تداوله ظناً منهم أنها عبارات مؤدية للغرض إلى يقصدونه ومن هذه الأقاويل ما نسمعه من شعار أن الرياضة أخلاق.

هذه العبارة توهم بأن ممارسة الرياضة تربي في النفس الأخلاق الحميدة بينما المتبصر بها يجد أنها غير ذات معنى فكيف تستطيع الرياضة وممارستها أن تزرع الأخلاق الحميدة . مهما فكرنا فلن نستطيع أن نزيد أي مفهوم آخر على هذا المعنى إلا إذا قلنا أن الرياضة يمكن أن تشغل وقت الشاب عن بعض الأفعال السيئة وبعض التصرفات المعيبة وضياح الوقت في غير المفيد.

إن التفكير الصحيح يقودنا إلى فكرة أن الأخلاق هي التي تقود الرياضة وهي التي توجهها نحو هدفها الصحيح أو الخاطئ.

قد يقول قائل ما هذه الفلسفة وما الفائدة منها نقول أن هذا الموضوع أصبح مهماً كثيراً في زمن فقدنا فيه البوصلة الصحيحة التي يجب أن توجه الأمة إلى المسار السليم ولذلك نجد أن العودة إلى تحديد المصطلحات والمفاهيم أصبح أمراً ضرورياً.

إن الأخلاق هي مجموعة القيم والضوابط السلوكية التي تحكم مشاعر الفرد وعمله وتوجهاته في الحياة وهي المعايير التي تجعل من عمله عملاً صالحاً أو عملاً رديئاً وتنشأ هذه الأخلاق بالطبع من معتقدات الإنسان وتوجهاته الفكرية والمبدئية في الحياة.

2-1: المبحث الأول

فلسفة التربية البدنية والرياضة في الديانة اليهودية

من المعروف إن اليهود هم أمة نبيينا موسى عليه السلام وجاءت تسميتهم بهذا الاسم نسبة إلى (يهوذا) ابن النبي يعقوب عليه السلام وقيل نسبة لـ (اليهود) وهي التوبة والرجوع كما قال موسى عليه السلام (إنا هدنا إليك) وقد عرفوا في عهد موسى ببني إسرائيل .

لم يكن اليهود شعب واحد وإنما عبارة عن جماعات منتشرة في بابل ومصر وبلاد الإغريق باستثناء فترة قصيرة في تاريخهم بعد هجرتهم من بابل واستقرارهم في أرض كنعان (فلسطين) ، وخلال هذه الفترة كونوا شعباً له سمات محددة وديانة مرتبطة بالمكان الذي عاشوا فيه يجمعهم إطار ثقافي واحد ويتحدثون لغة واحدة مشتركة .

كانت التربية العبرانية مقسمة على فترتين هما : -

1- فترة قبل التهجير من مدينة بابل

2- فترة العودة الى مدينة بابل

لقد حدث تغيير كبير للعبرانيين عند عودتهم الى بابل الذي انعكس على مؤسساتهم التربوية التي سعت بدورها لتطوير ونشر الديانة من خلال تنظيم الكتبة إقامة الحلقات التلمودية وبناء المعابد اليهودية والمدرسة الأولية ، وان تعددت الجماعات فان التربية اختلفت من جماعة الى أخرى ، ولكن بمجيء العصور الوسطى في أوروبا وظهر الديانة الإسلامية في الجزيرة العربية وانتشارها في الشرق أصبحت اليهودية حضارة دينية توحيدية تدعو الى فكرة العقيدة وكانت كتبها المقدسة هي المادة الأساسية التعليمية لجماعاتها ولكن مناهج التعليم وطرائق التدريس اختلفت هي الأخرى (1) .

إن اليهود اليوم هم امة واحدة على أساس الدين واللغة وتهدف فلسفة التربية البدنية عند الطفل اليهودي جسديا وعقليا واجتماعيا ونفسيا عن طريق غرس قصص الأبطال في المناهج الدراسية وتمجيدهم من خلال الحديث عن بطولاتهم الخارقة وأساطيرهم الملحمية وقوتهم وشجاعتهم التي تميزوا بها التي وردت في كتبهم الدينية إن الهدف من ذلك هو إعداد أجيال متشعبة بتعليم التوراة والتلمود من اجل ترسيخ مفاهيم معينة في نفوس الناشئة . لقد اعتمد اليهود في مجالات التربية والتعليم من الحضارة الغربية التي استغلوها إعلاميا الى جانب ذلك اعتمدها كمصدر لفلسفتهم في التربية وسخروها لخدمة أهدافها لبناء مجتمع حضاري يهودي . اتسم الشعب اليهودي منذ القدم بنسله القوي فكانوا في بداية تكوين حياتهم يعملون عبيدا في قصور الفراعنة وأثرياء مصر فتميزوا بقوة أجسامهم وجدهم بالنشاط والعمل .

واتجهت رغبة المصريين القدماء من تقليل عدد اليهود والتخلص منهم نتيجة المشاكل التي كانوا يخلقونها إضافة الى الخوف على مستقبل مصر منهم ، فاتبع المصريون سياسة إتعب اليهود في العمل من اجل إبعادهم عن البلاد إلا إن الذي حصل هو عكس ذلك بالضبط حيث تبين انه كلما اتبعوهم بالعمل زادت قوتهم البدنية ونشاطهم وازداد عددهم ، وبعد خروجهم من مصر وبما يمتلكونه من قوة ونشاط اتجهوا الى ارض كنعان وخاضوا حروبا مع أهلها مكنتهم من السيطرة عليها . كانت الشعائر الدينية جزءا من العملية التربوية لتأديب الناس وغرس روح الطباع بالعمل والتمسك بالتعاليم اليهودية لذلك نصحو أبناء دينهم بالتسك والتعدد والتمتع بملذات الحياة .

كان لليهود أعيادا يلتقون فيها ويطعمون شعائرهم وطقوسهم الدينية كعيد الفصح والتكفير والملوك الجديد وكان يوم السبت هو اليوم المقدس بالنسبة لهم فيمارسون فيه أنشطة مسلية لقضاء وقت الفراغ فارتبطت بها العابا وفعاليات رياضية تتيح لهم فرصة للذكريات وقضاء الراحة المحببة لهم ، وكان الرقص إحدى الوسائل التعبدية خلال الاحتفالات والمناسبات الدينية .

ولقد وردت اثنتا عشر مفردة لوصف الرقص واللعب وهناك بعض أنواعه التي ارتبطت بالوثنية واعتبرت من قبل العبرانيين بانها غير أخلاقية .

واجهت بعض النشاطات والفعاليات التي كان يرغب بأدائها اليهود يوم السبت بمحددات شرعية يهودية باعتبارها تناقض الوصايا العشر التي جاء بها نبينا موسى عليه السلام والتي تحكم الفكر اليهودي على أساس إن تلك النشاطات لها هدف غير أخلاقي .

ولم يقتصر سبق حضارات الشرق القديمة لحضارات الغرب على مجالات البحث التجريبي فقط ، بل شمل ايضا التفكير النظري الديني ، ومن بين دلالاته " ما خلفه لنا قدماء الشرقيين من وجوه النظر العقلي في الالهية

(1) حسن ناجي محمود الربيعي التربية البدنية والرياضة فلسفة وتاريخا (بغداد دار الكتب والوثائق الطبعة الأولى لسنة 2014 ص 188 .

والبعث والخير والشر ، والمبدأ والمصير ، وغير هذا من مجالات توصلوا بصدها الى اراء تردد صداها بعد ذلك عند القدامى من فلاسفة اليونان (1) .

لقد اشترك اليهود في تأسيس الحضارة الهيلينية في برد الإغريق وكان لهم دور في نشر الثقافة الرياضية للألعاب الهيلينية والتي ساهمت في انبثاق الألعاب الاولمبية القديمة (مهرجان اولمبيا) إضافة إلى المهرجانات الأخرى التي كانت تقام في مختلف الدويلات الإغريقية ، ويعتقد ومن خلاب الأدلة بان هناك مهرجانات والعاب رياضة مارسها الشعب الهيليني والتي سبقت الألعاب الاولمبية وتسمى (الألعاب المكابية) التي كان يشترك فيها اليهود التي هي أصل مهرجان اولمبيا .

اعتقد أحبار اليهود إن الصحة البدنية للفرد هي دليل على سلامة الروح ولهذا كانوا قد حرّموا بني دينهم من العيش في مدينة لا يوجد فيها حمام فوضعوا قواعد تكاد إن تكون أوامر للاستحمام والاغتسال بالماء البارد بعد الحار وان يدهن الجسم بالزيت بعد الانتهاء من ذلك ويتم ذلك قبل تناول الوجبات الغذائية وذلك حفظا للصحة العامة ، ونصحوا بعدم تناول الطعام في غير أوقاته بوصفه يؤدي إلى هلاك صاحبه ودعوا ايضا إلى عدم الإفراط في الشرب والإكثار من تناول الفواكه لما لها من فوائد صحية . **وجدير بالذكر " ان الفيدا ومعناه - كتاب المعارف - هو اقدم الاثار الادبية الهندية ، وهو عبارة عن مؤلف ديني يضم بين صفحاته عددا من الاراء والافكار الفلسفية عن العالم والحياة والانسان " (2)**

اتجه اليهود كغيرهم من الشعوب الأخرى إلى حث شعبهم على ممارسة النشاط البدني والرياضي لما له من فائدة صحية وبدنية واجتماعية ولهذا أسسوا الجمعيات والأندية وحثوا المجتمع على ممارسة الرياضة واتجهوا في ذلك بنفس الاتجاه الذي سار عليه جمعيات الشبان والشابات المسيحية في اوربا واسسوا جمعية تحمل اسم جمعية الشبان والشابات اليهودية والتي كانت تهدف اساسا إلى :-

1- تنمية النشاط البدني والرياضي لدى الشعب اليهودي من خلال نشر مفاهيم الثقافة الرياضية .

2- تنفيذ البرامج والنشاطات الرياضية للممارسين لها وتحت اشراف طبي .

وضعت هذه الجمعيات بالإضافة إلى ذلك برامج موجهة إلى الشباب اليهودي لتشجيع الرياضة التنافسية ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة ، وأكدت الديانة اليهودية على أهمية البدن وغسله من الذنوب والمعاصي بالاستحمام وممارسة النشاط البدني والرياضي في الاحتفالات والمناسبات الدينية والاجتماعية للحفاظ على الصحة البدنية واعداد فرد يستطيع الدفاع عن الديانة اليهودية .

2-2: المبحث الثاني

فلسفة التربية البدنية والرياضة بداية ظهور الديانة المسيحية

بعد إن حقق الرومان حلمهم بتكوين إمبراطوريتهم الواسعة الأطراف باحتلالها أجزاء كبيرة من العالم بلغت هذه الإمبراطورية أوج عظمتها وتقدمها فازدهرت حياة المجتمع وتقدمت مجالات العلوم والفنون والآداب وأصبحت لها مكانة مرموقة يجل لها بالاحترام والتقدير ، الا ان بوادر انحلال وسقوط هذه الإمبراطورية بدأت تظهر بصورة واضحة لعدة اسباب ذكرت سابقا" والتي كان في مقدمتها الفصائل والاخلاق التي كان يتحلى الفرد الروماني والتي تميزت والعلم والشجاعة وحب الوطن وخدمته ، فهذه القيم وغيرها بدأت تفقد طابعها الاجتماعي والخلقي

(1) توفيق الطويل ؛ أسس الفلسفة . ط 3 : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1958) . ص 26 .

(2) حسام الالوسي ؛ مدخل إلى الفلسفة . ط 1 : (بيروت ، المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، 2005) ص 145 .

واصبحت من المثل العليا التي اندثرت والتي كان يتحلى بها الرومان نتيجة ابتعادهم من تادية مراسيمهم وطقوسهم الدينية التي كان اساسا" للتربية والايان العميق بالقيم الروحية التي كانت تمنحهم الراحة النفسية والامل بالحياة ومستقبله ، اما القيم الاجتماعية كالمحبة والاخلاص والتسامح فقد فقدت مكانتها واندثرت واصبحت شيئا من الماضي ، اضافة الى ذلك كان لظهور الديانة المسيحية والدعوة لاعتناقها عاملا" مهما في التعجيل من انهيار هذه الامبروطورية وسقوطها فكانت مبادئها وقيمها وافكارها تدعو الى الايمان باله واحد مقدس واحد والعطف على الغير والخوف من الآخرة . ان اتسام الديانة المسيحية بوضوح اهدافها ونحديدها معالمها البشرية شجعت الناس على اعتناقها وخاصة الطبقات الفقيرة والمزارعين الذين لجأوا الى القلاع والحصون والذين يعملون تحت امرة الاقطاع فوجدوا في اعتناق الديانة الجديدة تخلصا من الظلم والعبودية التي طالت بهم لفترة زمنية طويلة فالدعوة المسيحية اكسبتهم الكثير من الامل وشعور الفرد بالكرامة واعادة الثقة في قدرته الذاتية من اجل المساهمة في التقدم والتطور والحرية (1) .

كانت فلسفة التربية في الديانة المسيحية تدعو إلى الإخوة بين بني البشر والتسامح فيما بينهم فقادت الكنيسة حملة الرق والعبودية ارتقى العبد من خلالها وأصبح محررا" من القيود التي فرضت عليه فانتشرت القيم السمحاء والمثل الخلقية العالية وبدأت فكرة بناء مجتمع منظم يحكمه النظام والقانون وفق العدالة الاجتماعية للجميع ، لذلك فان الفلسفة التربوية المسيحية اتسمت بوضوح أهدافها ومبادئها والقيم التي جاءت بها والتي هي عكس المبادئ الوثنية التي سادت الإمبراطورية الرومانية قبل إن يكلف نبي الله عيسى عليه السلام بحمل الرسالة الإلهية السمحاء .

أكدت التعاليم التربوية للديانة المسيحية منذ لحظة نزولها على تحديد الروح المعنوية للمجتمع الذي عانى من ويلات الحروب والاضطهاد والتفرقة والانحلال الخلقي والاجتماعي ، فبدأت في تنشئة الأطفال في ظل الإيمان باله مقدس واحد من اجل التخلص من حساب الآخرة وإرضاء الله بالإعمال الجديدة التي فرضتها الديانة المسيحية ومنحت الفلسفة التربوية لهذه الديانة أملا في إعادة البناء الاجتماعي والأخلاقي وفق أسلوب تربوي يعتمد على تنمية العلاقات الإنسانية على أساس الإخوة والمحبة .

كان للتربية البدنية والرياضة مكانتها في الديانة المسيحية وقدرت أهميتها بالنسبة للفرد لبناء عقله وجسمه معا فالسيد المسيح عليه السلام قدر أهميتها بالنسبة للفرد لبناء عقله وجسمه معا" فالسيد المسيد عليه السلام قدر أهميتها ومكانتها وخاصة الجانب التربوي منها من اجل الحفاظ على الصحة الجيدة وتميز بالمثل والأخلاق العليا واتصف باتزان وكمال جسمه وعقله وروحه ، وكان يمارس أحيانا" التمارين البدنية والالعاب الرياضية إثناء وقت فراغه ويشارك الناس افراحهم ومسراتهم وكانت لعلاقاته الاجتماعية مكانة متميزة بين الناس . الا ان الاوضاع والظروف الاجتماعية التي سادت الامبراطورية الرومانية قبل ظهور الدعوة المسيحية كظهور الحمامات المختلطة وحالات العري فيها وانغماس المجتمع وتعطشه لمشاهدة المصارعة الدموية وفقدان الكثير من الجوانب التربوية والاخلاقية دفع الكنيسة للتخلص منها واعادة الحياة من جديد وفق قيم تربوية واخلاقية جديدة تعكس مكانة وقيمة الانساس لذلك ظهرت مجموعة من رجال الدين المسيحي بالتمثلة بالكنيسة الى محاربة التربية البدنية والرياضة والقضاء عليها في جميع المؤسسات الحكومية والاهلية باعتبارها الاساس في الانهيار الخلقي والاجتماعي بل على العكس من ذلك فالديانات السماوية اكدت على دور واهمية التربية البدنية في الحفاظ على صحة الانسان من الناحية البدنية والصحية والنفسية والخلقية والاجتماعية ، والدليل على ذلك اعتراض بعض رجال الدين من الكنيسة على تصرفات مع من وقف في محاربة التربية البدنية ومنهم (كليمينت الاسكندري) والذي اوضح فوائد واهمية التمرينات البدنية والالعاب

الرياضية للجانب الصحي واوصى بادخالها ضمن المنهاج المدرسي ، وكان يعتقد ان المصارعة واللعب بالكرة والمشي عوامل مساعدة لنشاط الجسم وضرورة توفير التمارين والالعاب للمرأة ، وكانت دعوته هذه مبنية على اساس التوليف ما بين الفلسفة التربوية الاغريقية والتعاليم المسيحية من اجل إيجاد موازنة تربوية ما بين العقل والبدن ، إلا إن الكنيسة اسمرت وأصررت على إلغاء التربية البدنية من المناهج الدراسية في المدارس والجامعات والغاء المهرجانات والالعاب الرياضية ويعود سبب ذلك إلى :-

1- الانحطاط الخلقي والأخلاقي الغير مقبول الذي كان يصاحب المهرجانات والاحتفالات الرياضية.
2- الارتباط الوثيق ما بين الألعاب الرومانية وبين الوثنية التي اعتبرت الألعاب ما هي إلا تقديس للإمبراطورية دون الرب .

3- النظرة الى الجسم على انه أداة اثم وخطيئة ويجب إعطائه أهمية .

لقد نادى السيد المسيح عليه السلام بالتعاليم التي ركزت على الجانب التربوي وتعليم المبادئ الأساسية للحياة كتوجيه السلوك والخلق الاجتماعي وليس إتقان مهارات أو أحرف من أنواع معينة من المعرفة لذلك فان الكنيسة اعتمدت على تربية شبابها وفق الفلسفة وأهملت الجوانب الأخرى فيها فركزت على الاهتمام على تعاليم الدين المسيحي ومناهجه الدراسية وتعليم الطقوس الدينية واللاهوتية وأهملت الآداب والفنون والعلوم والفلسفة والتربية البدنية . ويعود رجل الدين (كليمنت الاسكندري) مرة أخرى ليقف بوجه من يحارب التربية البدنية ويؤكد على ادخالها ضمن المناهج لجميع المراحل الدراسية ، إلا إن الكنيسة تجاهلت دعواته بل ازدادت تشدداً وإصراراً في محاربتها للحمام الروماني ووجود حالات العري والاختلاط فيه والذي كان سبباً في اعتقادها للتدهور الخلقي والاجتماعي .

ويعد اعتناق الإمبراطور الروماني (كريستيان) للديانة المسيحية وقف الى جانب الكنيسة فأقدم على إلغاء الألعاب الاولمبية القديمة نهائياً عام (394) ميلادية والغاء المصارعة ومع مزاولتها نهائياً عام (404) ميلادية وعد هذا العام آخر عام تقام فيه ، ورغم تلك الإجراءات الشديدة إلا إن بعض الألعاب الرياضية ضلت مستمرة ويمارسها الناس مثل سباق العربات والمصارعة الوحشية ، وان ما أبقت عليه الكنيسة من نشاط بدني للجسم هو الرقص ذات التعبير الديني والذي استمر لعدة سنوات واعتبر من ضمن التراثيل الدينية وجزءاً من الصلوات التي تقام في الكنيسة تكريماً للموتى وأعياد الشكر ، ولكن بمرور الزمن حرم الرقص الديني واندثرت آثاره واستبعدت البرامج الخاصة بالتربية البدنية وحاولت الكنيسة القضاء على لعب الأطفال وحتى الترويج من المتعة وقضاء وقت الفراغ⁽¹⁾ .

2-3:المبحث الثالث

بؤادر الانفراج المسيحي في دعم ونشر مفاهيم التربية البدنية والرياضة

لم تكن الديانة المسيحية التي اتي بها نبي الله عيسى عليه السلام لتخدم غرضاً اساسياً ومهما في حياة المجتمعات يحافظ على صحتهم ولياقتهم البدنية فكان محباً للترويج ويمارسه اوقات فراغه وكان يتمتع بصفات الاتزان وكمال الجسم والعقل والروح ولم يستنكر مباحج الدنيا ومسراتها ، الا ان ما حدث من محاربة للتربية البدنية والرياضة من قبل بعض رجال الدين المسيحيما هي الا موقف أني اتخذته الكنيسة لاسباب باعتقادها ادت الى ظهور حالة من التدهور الخلقي والاجتماعي بالاضافة الى انه وثني ويشرك في عبادة الله وكان من بين رجال

(1) حسن ناجي محمود الربيعي التربية البدنية والرياضة فلسفة وتاريخاً (بغداد دار الكتب والوثائق الطبعة الأولى لسنة 2014 ص 195 .

الدين من وقف ضد ذلك وعد التربية البدنية جزء" مهما ومكملا" للتربية العقلية الا ان ذلك لم يستمر الى ما لا نهاية ، فقد ظهرت بوادر انفراج واهتمام من قبل رجال الدين والمربين والفلاسفة والاطباء نحو التربية البدنية واعطوها اهميتها للفرد والمجتمع بما تتميز به جانب صحي وخلفي واجتماعي وعقلي وظهر ذلك الانفراج في بداية عصر النهضة الحديثة في اوربا عندما اعلن الكثير من رجال الدين المصلحين من الكاثوليك والبروتستانت دعمهم للتربية البدنية والرياضة شريطة ان لا تتعارض مع الدين فاعطوا مفاهيم واضحة شجعت الناس على الاقبال عليها وممارستها والتمتع باوقاتها ، ان ذلك الاهتمام ما هو الا اشارة واضحة لدعوة الشباب للتخلي عن العادات والتقاليد القديمة التي حرمتهم من التمتع بمباهج الحياة وممارسة النشاط الرياضي والترويحي .

حتى وان لقيت التربية البدنية والرياضة محاربة ضئيلة من قبل عدد محدود من رجال الدين فالدول الاوروبية تجاهلت ذلك واتجهت الى تشريع الانظمة والقوانين التي تدعو الى اعتماد الوسائل التربوية في المدارس وفق فلسفة جديدة مبينة الاهداف التي تسعى الدولة الى تحقيقها وقد شملت تلك الفلسفة ادخال البرامج والنشاطات البدنية والرياضية ضمن المناهج الدراسية وخاصة بريطانيا والولايات المتحدة الامريكية التي اثبت علماءها من خلال الدراسات والبحوث العلمية التي قاموا بها اهمية ودور التربية البدنية والرياضة في غرس المفاهيم التربوية والاخلاقية والاجتماعية والصحية في نفوس الناس ، وفي بعض الدول الاوروبية الاخرى مثل المانيا والسويد والدانمارك اتخذت من التربية البدنية وسيلة لاعداد الشباب بدنيا لمحاربة وطرد المستعمرين لبلدانهم وقد نجحوا في ذلك ، واتخذت الولايات المتحدة نفس الطريق لطرد الاستعمار البريطاني من اراضيها بعد تنامي الشعور القومي لدى شعبنا بضرورة التخلص من تلك السيطرة ، فازداد الاهتمام بالتربية البدنية في اعداد المقاتلين للدفاع عن الوطن وقد عبر عن ذلك الرئيس الامريكي (بنجامين فرانكلين) الذي اوضح في اطروحته اهمية التدريب البدني في تقريب مكانة الدولة واقترح جعل التربية البدنية ضمن الدروس المنهجية في المؤسسات التربوية والتعليمية في امريكا واعتمدت كجزء من الفلسفة التربوية التي اعتمدها الحكومة .

ان ظهور حركة الاصلاح الديني في اوربا ومن خلال الدعوات التي وجهت من قبل المذاهب الدينية والتربوية اتجه الناس الى ممارسة النشاط البدني والالعاب الرياضية التي بدأت تظهر وابتكرت انواع اخرى منها وكان ايمان رجال الدين من دعواتهم هذه ناتجا" عن قناعتهم بالعلاقة الوثيقة التي تربط العقل بالبدن وادركوا قيمة ومفهوم ذلك بالنسبة للانسان فانتشرت الالعاب الرياضية بسرعة وازداد اقبال الناس على ممارستها لقضاء اوقات ممتعة ما بين الاصدقاء والعوائل واصبحت مادة دراسية في المدارس والمعاهد والجامعات وادخلت ضمن المنهاج المدرسي للبنين والبنات .

وتعهدت كنائس عديدة في العالم باعداد برامج رياضية لغرض الترويح وهي بمثابة خدمة تقدمها لاجنائها من اجل كسب اكبر عدد ممكن من الناس الى التنظيمات والجمعيات الشبابية العائدة لها والتي تحمل الطابع الديني فغيرت القيادات الدينية وجهة نظرها نحو التربية البدنية والرياضة والترويح واصبحت متحمسة بشكل كبير لها وبينت فائدتها الصحية واصدرت دراسات متعددة وكتب كثيرة توضح دورها في المجتمع واصبحت الرياضة تمثل علما" وفنا" فقوانين الحركة واستجابة اعضاء الجسم وتأثيرها الحركية والاختبارات والتسريح جعلت منه علما يبحث فيه الانسان الكثير والحركات الارضية والرقص وأداء التمارين البدنية والالعاب الاخرى جعلت منه فنا" يؤديه الانسان بقوة ومهارة رائعة .

كان لبداية الانفراج نحو التربية البدنية والرياضة اثر في ازدياد اهتمام الدول بها واعطائها اهميتها التربوية واصبحت تمثل جزءاً من الاهداف الفلسفية التي تسعى الدولة الى تحقيقها من خلال صرف الاموال ونشر ثقافتها

وبيان اهميتها في حياة الانسان ، فانشئت الصالات والملاعب واخترعت الاجهزة والادوات الرياضية المختلفة التي يمارس عليها الانسان نشاطه المفضل .

وكان لجمعية الشبان والشابات المسيحية دورا " بارزا" ومهما في تطبيق خططها الهادفة الى نشر مفاهيم وقيم التربية البدنية والرياضة في نفوس معتقي الديانة المسيحية واهميتها في الاعداد الشاملة للفرد وحاولت زج النواحي الجسدية والعقلية لدى الشباب واصدرت قرارا باخال الترويج الى الاندية التي ساهمت في تشكيلها ونظمت علاقاتها مع الهيئات والمنظمات فافتتحت صالات للجمزيوم والالعاب الرياضية بلغ عددها (348) صالة كما قامت باصدار مجلة التربية البدنية وجلة التدريب البدني.

كانت برامج التربية البدنية للجمعية اختيارية وغير مقيدة وكان الهدف منها الوصول الى الاتزان في اداء التمرينات العنيفة السريعة التي تستخدم فيها اثقال اليد (الدمبلس) والاجهزة الاخرى بالاضافة الى الركض والقفز والملاكمة وغيرها .

بدأت الجمعية باعداد القادة لتولي تنفيذ وتحقيق برامجها واهدافها في التربية البدنية فاهتمت اولاً بالتمرينات الحرة والعب القوي والجمباز والالعاب المائية والنشاط الترويحي للوصول الى قمة اللياقة البدنية ونتيجة ذلك الاهتمام تمكنا من اختراع لعبة كرة السلة والكرة الطائرة والتي تمت بفضل رجال ينتمون الى الجمعية .

ان الطرق التي سارت عليها الجمعية في تعليم التربية البدنية والرياضة وتشجيع الناس عليها وان كان ذلك التعليم بصفة اقل من الشكالية بسبب ان العضوية في الجمعيات كان اختياريا للفرد وان الحضور معلق باهتمام المشتركين في النشاطات والذين حددت اعمارهم بين سن المدرسة وبعدها مباشرة وكانت التمرينات تتم بعيدا عن الجدية والنظام الشديد الذي يميز الطريقة السويدية ووجهت الجمعيات اهتمامها الكبير نحو الالعاب الرياضية .

ان الاهتمام الكبير الذي اولته جمعيات الشبان والشابات المسيحية للتربية البدنية والرياضية والتي تمثل المذاهب الدينية المسيحية تعطينا اشارة واضحة على ان التربية البدنية والرياضة هي جزء من الجانب الروحي وان رجال الدين شعروا باهميتها ودورها بحياة الفرد والمجتمع وغرس الصفات الحميدة والقيم النبيلة في نفوسهم . **وايا ما كان التأريخ الصحيح فمن الراجح ان هذا الادب اقدم من الادب الاغريقي او العبري ، وانه يعتبر من اعرق وثائق العقل البشري التي نملكها**⁽¹⁾ . واهتم الهنود بدراسة الفلك ، وتطور الطب وكانت له كتبه التي تدرس ، هذا الى جانب اكتشافات مهمة في حقل الرياضيات لقد فاقت رغبة الهنود في الفلسفة رغبة سواهم في البلاد الاخرى ، ونال رجالها احترام وتقدير الحاكم والمحكوم " فأى امة سوى الامة الهندية قد فكرت في الاحتفال باعيادها بمناظرات ينازل فيها زعماء المدارس الفلسفية المتنافسة بعضهم بعضا "⁽²⁾ .

(1) جواهر لال نهرو ، نقلته الى العربية دار العلم للملايين ؛ من السجن الى الرئاسة . ط 1 : (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1959).

ص 88 .

(2) ول ديورانت ، ترجمة : زكي نجيب محمود ؛ قصة الحضارة . ج 3 - 4 : (القاهرة ، مطبعة لجنة التأليف والترجمة ، 1968) . ص 246 .

2-4:المبحث (الرابع)

موقف الديانة الإسلامية من التربية البدنية والرياضة

لم تخلو الرسالة السماوية التي بعثها الله سبحانه وتعالى الى البشرية على يد نبيه الاكرم محمد بن عبد الله عليه افضل الصلاة والسلام من مبادئ الحق والعدالة والسلام والمحبة ونشرها بين البشر وما هذه الرسالة الا تكمله للرسالات السماوية والدينية السابقة وخاتمة لها والتي تضمنت تنظيم حياة الناس بجميع مجالاتها ، فعرب الجزيرة الذين انغمسوا في الاشرار بالله وعبادة الاصنام ووأد البنات وغيرها من الاعمال التي تعارض تعاليم الدين السمحاء ، فجاءت الرسالة السماوية كرد فعل لها لتتخذ البشرية من الكفر والشرك والطغيان وتحرير الانسان من الظلم والتسلط ، فكانت توجيهات الخالق سبحانه وتعالى نبراسا" انار الطريق امام الانسان ليبدع في العلم والاخلاق والبحث عن التطور والتقدم .

لقد بشر الرسول الكريم البشرية في الجزيرة العربية بتوجيهات الخالق سبحانه وتعالى بالقيم ومبادئ الدين الاسلامي وتوجيهات الاجتماعية والتربوية والاخلاقية واصبحت هذه النظم التربوية السائدة في المجتمعات والتي اشتقت منها الانظمة والقوانين التي تنظم حياة البشر على مر العصور ، وتاثيرت التربية في العصر الاسلامي عما كانت عليه قبله واصبحت فلسفتها تختلف من مرحلة الى اخرى ايمانا" بما جاء من نصوص في الآيات القرآنية التي تؤكد على الجانب الاخلاقي والتربوي. **واستمر دور التربية الرياضية يتصاعد باستمرار رقي المجتمعات الانسانية لتصبح في النهاية جزءا من النظام الاجتماعي ، ولقد اكتسبت اهميتها " من الطبيعة الخاصة لها فهي نظام مرتبط بدوافع الفرد الاولية مثل الحركة واللعب ، وهي نظام مرتبط كذلك بدوافع الفرد الثانوية مثل التجمع والترويح والانتماء ، وهي كذلك نظام مرتبط بالمتعة والسرور ، واخيرا هي نظام يدخل في حياة الفرد سواء بالممارسة ام بالمشاهدة . هذه العوامل الاربعة التي جعلت للرياضة قيمة اجتماعية وتأثير متعدد سواء على الفرد ام المجتمع "(1) .**

ولافت التربية البدنية والرياضة تشجيعا" من الدين الاسلامي لممارستها واعتبرت احدى النظم الاساسية المهمة في القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وما ورد من آيات قرآنية واحاديث نبوية شريفة واقوال الصحابة ، وان ممارسة الالعب والنشاطات والرياضية والتشجيع عليها ما هي الا امتداد لما كان عليه عند العرب قبل الاسلام فقد حظيت حياته الاجتماعية بنشاطات بدنية ورياضية ذكرتها كتب التاريخ والمصادر الاخرى سواء كان ذلك في الادب والحياة الاجتماعية فمارسوا الفروسية وركوب الخيل والمصارعة ورمي السهام وغيرها .

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الانسان متكامل من جميع النواحي ولم يخلقه كما يصوره بعض علماء اعداد الدين من نظريات زائفة لا صحة لها ولم يتحقق اثباتها بل اكدت النتائج عكس ما ذهبوا اليه فقد خلقه الله سبحانه وتعالى ((انا خلقنا الانسان في احسن تقويم)) وان هذه الاية الكريمة خير دليل على تلك الافتراءات التي جاء بها اولئك العلماء ، ان نظرة الاسلام تتسم بالتكامل والشمولية وحذر من مواطن الضعف في قدرات ومدارك الانسان .

كانت اغراض التربية الفلسفية الاسلامية دينية ودنيوية تهدف الى العمل في الدنيا من اجل الآخرة ، واعطى الرسول الكريم اهمية للتربية البدنية بوصفها جزء" مهما من الجانب التربوي والديني وتسهم في غرس مبادئ القيم التربوية والاجتماعية وترفع من الروح القتالية والجهادية عند المسلمين ، لذلك اعتبر البدن من الحقوق التي يجب على المسلم ان يربها ويهتم بها وكما جاء بالحديث النبوي الشريف ((ان لربك عليك حقا" ، وان لبدنك

(1) خير الدين علي عويس وعصام الهلالي ؛ الاجتماع الرياضي . ط 1 . (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997) . ص 42 .

عليك حقاً" وان لاصلك عليك حقاً" فاعط كل ذي حق حقه) كما واوصى المسلمين بضرورة مضاعفة تدريباتهم البدنية لرفع قدرتهم القتالية ولياقتهم البدنية لمواجهة المشركين الذين يفوقونهم عددا وقال عليه الصلاة والسلام (المؤمن القوي خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف) . وكان للمفكرين والفلاسفة المسلمون اسهامات رائعة في مجال الفكر الاجتماعي ومن ابرزهم (الفارابي وابن خلدون) . ويرى الفارابي (حاجة الانسانية للاجتماع والتعاون كهدف في حد ذاته ، وان المدينة الفاضلة - في رأيه - هي التي يتعاون افرادها على الامور التي تنال بها السعادة ، واكد على ان اهم وظائف المدينة هي الرئاسة واشترط فيمن يصلح لتولي رئاسة المدينة الفاضلة اثنتا عشرة فضيلة بصيغة طبيعية ، وست فضائل عن طريق الاكتساب . اما ابن خلدون الذي يعد مؤسس علم الاجتماع فيرى ان المجتمع الانساني ضروري للانسان لأنه مدني بالطبع ، واكد على التلازم بين الدولة والمجتمع ، واعتبر الاخلاق هي الهادي للسياسة ، واوضح ان الظواهر الاجتماعية لاتجمد على حال واحدة بل تختلف اوضاعها باختلاف الامم والشعوب) (1) .

ان الترويج هو اقدم النظم الاجتماعية ارتباطا" بالتربية البدنية والرياضة واستخدمه الانسان كوسيلة لقضاء وقت الفراغ لذلك احتل مكانه في نفوس المسلمين لاثره الفعال في العلاقات الاجتماعية والترفيه عن النفس من جراء المعارك والحروب والعمل وقال الرسول الكريم (ان هناك امرين مغبون بهما كثير من الناس هما الصحة والفراغ (1) .

فالدين الاسلامي غني بالقيم والمبادئ السامية الخلقية والاجتماعية والتربوية ولناخذ منه تلك القيم التي تؤهل المجتمع الى التقدم والنهوض ونقتدي بالرسول الاكرم والصحابة الاجلاء من آل بيته الطاهرين بالاهتمام بالتربية البدنية والرياضة منطلقين من ايماننا بمبادئنا وقيمنا الدينية التي اوصى بها الله سبحانه وتعالى . وباستمرار تطور الحياة ورقيها وتعقدتها استمرت التربية تواكب تلك التطورات وذلك الرقي ، فتغيرت اهدافها ووسائلها وادواتها ومناهجها تبعا لذلك . واستمرت الاجيال السابقة في عملية اعداد الاجيال اللاحقة فلا بد ان يكتسب هؤلاء الصغار مايعرفه الكبار ، ولا بد لهم في نفس الوقت من التزود بالمهارة الاجتماعية التي تمكنهم من الاضطلاع بادوارهم في مثل هذه المجتمعات المعقدة " (2) .

4- الفصل (الثاني)

فلسفة التربية البدنية والرياضة عند العرب والمسلمين

مرت فلسفة التربية العربية بمرحلتين مختلفتين كانت لكل مرحلة منها صفاتها وخصائصها ، فالأولى تمثلت في عبادة الأوثان والأصنام والثانية بظهور الدعوة الإسلامية ونشر مبادئ الحق والعدالة الاجتماعية ، ونظرا" لاختلاف المرحلتين في جميع جوانبها التربوية والسياسية والاجتماعية فسوف نقوم بدراسة كل مرحلة على حدة لكي نتعرف على جوانب فلسفة التربية وعلاقتها بالتربية البدنية عند العرب قبل الإسلام .

أما حكم الرياضة في الإسلام فالحكم العام هو الجواز، لأن الأصل في الأشياء الإباحة، ولا يحرم شيء إلا بدليل قطعي وثابت، بينما العبادات الأصل فيها الحظر، ولا تشرع عبادة إلا بالدليل القطعي والثابت، والرياضة شيء من الأشياء الأصل فيها الإباحة.

(1) حسين عبد الحميد احمد رشوان ؛ المصدر السابق . ص 84 - 96 .

(1) حسن ناجي محمود الربيعي التربية البدنية والرياضة فلسفة وتاريخا " بغداد ، دار الكتب والوثائق الطبعة الأولى لسنة 2014 ص 209 .

(2) محمد الهادي عفيفي ؛ في أصول التربية : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1975) . ص 12-13 .

أما إذا كانت من أجل تقوية الأبدان، فإنها ترتفع عن مستوى الإباحة إلى مستوى الاستحباب، بل إلى مستوى الندب، بشرط أن تكون الممارسة بريئة من كل معصية، وهادفة إلى تقوية الأبدان، وتقوية الأرواح، وهذا أرجح الأقوال
في موضوع الرياضة.
والإسلام لا يمنع تقوية الأجسام بل يريد من المؤمن أن يكون قوياً في جسمه، وفي عقله، وفي أخلاقه، وفي روحه، لأن الحق يحتاج إلى القوة، في الأمم الشاردة الحق هو القوة أما في أمة الوحيين الكتاب والسنة، الحق ما جاء به الوحيان لكنه يحتاج إلى قوة

3-1: المبحث الأول

فلسفة التربية البدنية والرياضة عند العرب قبل الإسلام

العرب قبل الإسلام ويطلق عليهم خطأ" (العصر الجاهلي) وهي الفترة الزمنية التي سبقت البعثة النبوية الشريفة قرابة قرنين من الزمن وسميت بالعصر الجاهلي ليس انتقاصاً من مكانة العرب العلمية والأدبية بل لكون هذا العصر أشيع فيه الجهل ضد اللحم وليس العلم لان العرب عرفوا اللغة وتغنوا بها وعرفوا الشعر والفروسية ، إلا انه كان قسم كبير منهم يجهلون وجود الخالق سبحانه وتعالى واتجهوا إلى عبادة الأصنام .
إن الإنسان هو ابن الأرض يتطبع بطباعها ويثقلون بلون تضاريسها من أخلاق ومزاج وعادات وتقاليد لذلك فقد طبعت الصحراء أخلاق العرب بطابعها المعروف فتحلوا بالشهامة والكرم والعزة والدفاع عن المظلوم .
تمثلت حياة العرب الاجتماعية في هذه المرحلة باتجاهين ترويين هما :-

- 1- المجتمع البدوي : وهم سكان البادية التي كانت حياتهم مبنية على الترحال والتنقل بحثاً عن العشب الأخضر الذي تعيش عليه إنعامهم ويتميزون بالصفة العصبية القبلية لكنهم يتمتعون بالأخلاق الكريمة من صدق ووفاء وجرأة وشجاعة واحترام الغير والدفاع عن المظلوم ، وكان الطفل يتربى بين أحضان والديه في هذه الطبيعة على العادات والتقاليد السائدة فيها .
- 2- المجتمع الحضري : وهم الأقلية عاشوا في بيوت مستقرة وعملوا في التجارة والزراعة والصناعة وعاشوا حياة الاستقرار وليس التجوال والترحال في المدن والقرى وسمحت لأبنائهم فرصة تعلم القراءة والكتابة وشيئاً من الطب والهندسة والأدب .

تجلت مظاهر الفلسفة التربوية قبل الإسلام في الحياة العامة المختلفة الاجتماعية والدينية والعقلية فكان الأدب العربي انعكاساً لذلك فآثر في الحياة النفسية والبيئة الطبيعية فاستمد الأدب والشعر موضوعاته ومعانيه وعواطفه من تلك البيئة فكان الشعر والنثر فكرة صادقة لها . إن الظروف التي عاشها العرب في هذه المرحلة وظروفها الفاسية جعلت العلم فيها غير منظم وعلمائه قليلون لا يجدون من وقتهم ما يمكنهم من التفرغ للبحث في نظرياته فقد كانت طبيعتهم المفتوحة بين أيديهم لإجراء التجارب العلمية وما يهديهم إليه العقل فقد عرفوا النجوم ومواقعها والأنواء ومواقينها واهتدوا الى نوع من الطب توارثوه عن الأجيال ، أم الفلسفة بمفهومها العلمي المنظم فلم يصل إلى العرب في عصرهم هذا وان كانت بعض الخطوات الفلسفية التي لا تتطلب إلا التفكير القليل للوصول إلى الحقيقة فقد كانت قلوبهم صافية لم تدخلها الفلسفات التي بنيت على الأساطير والخرافات التي يصعب إزالتها فكانت قواهم الفكرية ومواهبهم مذكورة في عقولهم وإنهم كانوا يستخدمون الإشارة بعيداً عن الفلسفات الخيالية .

وان يجب تقويم المناهج والخطط الموضوعية وتصحيح مساراتها كلما دعت الحاجة استناداً الى المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي ترافق مسيرة المجتمعات ، حيث " ان بإمكان فلسفة التربية الرياضية

الموضوعة بعناية ان تسهم في تفسير القيم المستقاة واهميتها بالنسبة للمجتمع حتى يمكن في ضوءها بناء برامج مختارة تضع في اعتبارها تحقيق تلك القيم " (1) .

إن الفلسفة التربوية للطفل قد عرفها العرب قبل الإسلام فالرسول الكريم (صلى الله عليه واله وسلم) أرسل إلى البادية لغرض تربيته على فصاحة اللسان وتعلم الفروسية من أجل تهيئته وإعداده للمستقبل ، فقد عرف سكان البادية الكيفية التي يعد فيها الطفل إعداداً " صحيحاً" فالإمام كانت لديها الرغبة في إن يشب ابنها قويا" وشجاعا تقتخر به ، ولما كانت حياة البادية قاسية وعنيفة فان مجتمعها شدد على خلق النموذج الأمثل للطفل لأنه بحاجة إلى رجال يتصفون بالقوة والشجاعة للدفاع عن القبيلة وكيانها .

3-2:المبحث (الثاني)

تربية الطفل ونشأته في المجتمع العربي قبل الإسلام

إن الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم وتطور المجتمع فهي كانت وما زالت ميدانا خصبا" للكثير من الدراسات التربوية والاجتماعية والنفسية بوصف إن تربية الأطفال هي تربية الأطفال هي تربية للقيادة ولتحمل المسؤولية مستقبلا" . لقد آمن مجتمع البادية بأثر العلاقات الأسرية على الطفل بوصفه هو الثروة الحقيقية للقبيلة ، ولهذا فألام تحاول ان تنشئ أطفالها تنشئة صالحة تغرس فيه القيم والمثل العليا وما تتطلبه طبيعة الحياة من شجاعة وكرم وعفة وإعانة للضعيف وغيرها من الفضائل الأخرى التي ترفع من شأنهم وتبرز مكانتهم بين القبائل الأخرى . لقد حث الكثير من الفلاسفة العرب والحكام والشعراء على تربية أبنائهم وتأديبهم من خلال الحكم والأشعار التي تهز فيهم المشاعر والأحاسيس التي توارثوها عن الآباء للقيام بواجباتهم ومنحهم تجارب وخبرة في الحياة للوصول إلى طريق الخير والمجد والسيادة . كل الآباء يرقصون أطفالهم من خلال الأغاني والأهازيج رغبة منهم في إن يتحمل أطفالهم مسؤولية حماية مجتمعهم وكانت كالألم تغني من أجل تنويم طفلها بنغم هادئ معبر عن مشاعرهم الحميمة التي تكنها لطفلها وتغرس فيه القيم والمبادئ التي تمنحه حنانها وعطفها .حاول الآباء تأديب أبنائهم وتقديم الوعظ والإرشاد وتركوا لهم وصايا خالدة فيها قيم وحكم تأصلت من خلال الحكم والتجارب التي يسوقها الآباء لأبناء لذلك فان الغرض الأساسي من التربية في هذا المجتمع تجلت في إعداد الفرد حياة المستقبل وتمكينه من التفاعل مع مجتمعه وتعليمه مهن الآباء والمعارف وإعداده الإعداد البدني المتكامل وتدريبه على استخدام السلاح وركوب الخيل وأساليب الدفاع عن النفس والقتال وتعويدته على الخلق القويم والعادات والتقاليد والمثل السائدة في القبيلة ، فكان للأسرة دورا" مهما في نفوسهم لأنها كانت لازم من لوازم الحياة العربية في ذلك العصر ، أن الفلسفة التربوية في تنشئة الأطفال كان لها الأثر الواضح في اكتسابهم الأخلاق والمثل والقيم وتعلمهم الصبر والجلد على الشدائد في أحضان هذه الطبيعة القاسية وظهرت نفوسهم وأرهفت حواسهم وميزتهم بمزايا الأخلاق التي عرفوا بها على مر التاريخ . **وقد اكتسبوا هذه المعارف بالتجربة والملاحظة وقادتهم إليها طبيعة حياتهم المتنقلة وبيئتهم الصحراوية " (1) . والعرب كانوا منذ جاهليتهم فرسانا كما تجري الفروسية في عروقهم كما تجري الدماء في الجسم " (2) .**

3-3:المبحث (الثالث)

الالعاب الرياضية التي مارسها عرب الجزيرة قبل الاسلام

(1) ابراهيم وزرماس و حسن الحياوي ؛ التربية الرياضية وجذورها الفلسفية : (اريد ، دار الامل للنشر والتوزيع ،1987) .ص33 .

(2) مصطفى الرفاعي ؛ حضارة العرب في العصور الاسلامية الزاهرة . ط 1: (بيروت ، دار الكتاب اللبناني ،1960) .ص32 – 33 .

(2) محمد كامل علوي ؛ الرياضة البدنية عند العرب : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ب.ت) ص 55 .

اشتهر العرب بقوة اجسامهم مع عظمة النفس وقوة الروح فاجتمعت البطولة النفسية الى جانب البطولة الجسدية واصبحوا قوة عظيمة فكانوا ينازلون اقرانهم وخصومهم وكانوا يأبون أن يجهزوا على الجرحى ويراعون حق الجيرة وتميزوا بالصبر وقوة التحمل ومارس العرب الوانا متعددة من النشاط الرياضي والبدني في هذا العصر الا ان اغلبها صار في طي النسيان فالحضارات التي ظهرت في الجزيرة العربية كثيرة منها المناذرة والغساسنة وتدمر وغيرها اضافة الى انها مهبط الرسل والانبياء لا بد وان مارست نشاطات بدنية متعددة لكن عدم توفر المعلومات الكافية التي تجسد تلك المظاهر لهذه الفترة للامة جعلنا نجهد الكثير عنها لانواع من النشاط البدني ، فقد فرضت عليهم طبيعة الترحال والتنقل وعدم الاستقرار ان يمارسوا الصيد والرمي والفروسية ليس الهدف منها نشاط رياضي وانما كجزء من مواجهة متطلبات الحياة ونظم العرب قبل الاسلام اسواقا مختلفة يلتقي فيه الشعراء والادباء والعلماء والتجار والصناع والابطال كسوق عكاظ وجنة وذو المجاز ، وكان الغرض من اقامة هذه الاسواق التي تقام سنويا هو ايقاف الحروب بين القبائل ان وجدت وممارسة الانشطة المختلفة الادبية والعلمية والرياضية والاطلاع على كل ما هو جديد في مجالات العلم والمعرفة تبادل الشعر وتخلل اقامة هذه الاسواق بعض الالعاب الرياضية كسباق الركض والفروسية والرمي والمقارعة بالسيوف أن هذه الاسواق اشبه ما كانت لمهرجان اولمبيا عند الاغريق مع اختلاف في نوعية النشاط الادبي ونوعية الالعاب الرياضية ، كان عند العرب فرسانا اقوياء اشداء اشبه ماتكون على شكل مجموعات اشتهروا بقوتهم وشجاعتهم وجراتهم ومنهم مجموعة (الصعاليك) جمعتهم اهداف ومشاعر واحدة ووضعوا لانفسهم تقاليد خاصة لمواجهة الاوضاع بصورة جماعية لا فردية وتوفرت في هؤلاء قوة الجسم وشدة البأس وقوة القلب وسرعة الركض ، وكان البعض منهم يشارك في سباق سوق عكاظ مثل (الشنفرى ، وتأبط شرا) وكان شعارهم المدافعة الجماعية ، وتعدى علمهم ذلك فاتجهوا الى حماية القوافل التجارية مقابل الحصول على المال اللازم لتمشية أمور حياتهم المعيشية وكانوا في نفس الوقت هم قطاعي طرق . ولما كان البدوي مسؤولا عن الدفاع عن نفسه وحماية قطعانه فقد اصبح " محاربا بالفطرة ، مقاتلا شجاعا لا يبره احد في استعمال القوس والحرية وغيرهما من السلاح . وقد اكتسبت الطبيعة البدوي صفات بيئته ، فهو ضعيف الوزن ، نحيف البدن ، قوي نشيط ، يتحمل التعب والمشقات ، وعظيم الصبر والاحتمال " (1).

فرضت الطبيعة الصحراوية على العرب ممارسة نشاط رياضي معين كالفروسية والرمي وبعض الألعاب الخفيفة والتي جاءت كرديف للالعاب الضرورية للتسلية وقضاء وقت الفراغ والتدريب على المصارعة وسباق الابل والمقارعة بالسيوف فالرمي هو من الرياضات القديمة عند العرب وهو اقدم من الفروسية نشأت مع نشوء الافراد والجماعات ونقلت من الاباء الى الابناء نظمه العرب وسنوا له نظاما تدريبيا وتكتيكيا وعرفوا الرمح انه يحتاج الى القوس والوتر والسهم والرمي الذي يتمتع باللياقة البدنية والدقة في التصويب والسرعة في اصابة الهدف واشتهر العرب بالصيد الذي كان مطلبا لتوفير الغذاء واستخدم في الفترات اللاحقة لقضاء وقت الفراغ كما استعمل العرب في صيدهم الحرية والسهام والنشاب والنبال وتمتعوا بلياقة بدنية عالية لانها كانت مطلبا لمطاردة الحيوانات السريعة (1).

(1) احمد سوسة ؛ العرب واليهود في التاريخ : (بغداد ، دار الحرية للطباعة ، 1972) . ص 121 .

(1) حسن ناجي محمود الربيعي التربية البدنية والرياضة فلسفة وتاريخا " بغداد ، دار الكتب والوثائق الطبعة الاولى لسنة 2014 ص

احتلت المصارعة عند العرب مكانة لاهميتها في الحروب والمعارك وتعد مكملة للفروسية فاذا اصيب الفرس بسهام العدو اضطر الابطال لاشتباك بالايدي لذلك يجب على الفارس ان تكون لياقته البدنية عالية وذا جسد قوي وتظهر اهمية المصارعة ودورها الكبير في حسم الانتصار في مثل هذه المعارك وعرف العرب انواع اخرى للمصارعة منها (الشغرية) وهي لي الخصم بالرجل في محاولة لطرحة ارضا" (والظهارية) هي ان يصرع انسان انسانا" اخر وطرحة ارضا" على ظهره ، اما الفروسية فقد كان لها اثر في حياة العرب حيث اكدت على القيم التي كان يحرص عليها الابطال باقتدارهم على استيعاب المفاهيم السائدة والتزامهم بالحرص على انمائها بما يحقق لها الاستمرار وتشخيص المواضيع التي يمكن ان تشكل البعد الانساني لانها كانت تركز على المفهوم التاريخي للبطل التي نسجته القيم الاصلية للفروسية العربية وكان الفرسان يحملون شعار البطولة ويدركون عناصر الفروسية بما يحملونه من اعباء ازاء مهماتهم القتالية او الموكله بهم وكان كل فارس يحمل لونا من الوان تلك البطولة المجسدة بالرؤيا التي تتوفر فيها عناصر المروءة والعفة والحمية والوفاء وكل الاهداف الانسانية فكان الفارس هو الذي يقارع الاعداء ويدافع عن القبيلة ويحمي شرفها ويدفع الاذى عن المستجير والظلم عن كل انسان لذلك تمتع بلياقة بدنية عالية وقوة في جسمه والشجاعة كانت جزءا لا يتجزء من المجتمع الذي منحه الصفه ووهبه المسؤولية وجعله قادرا" على تحملها ، ولهذه الاهمية فان كتب الادب العربي وخاصة الشعر منها لا تخلو من وصف الفرسان وخيولهم فهناك الكثير من الشعراء الذين تغنوا بالفرس والفروسية وكانوا ابطالا" بها كامرؤ القيس وعنتر ابن شداد والشنفرى وإضافة الى الالعاب السابقة هناك العاب اخرى مارسها العرب كسباق الابل الذي عرفوه قبل ان يعرفوا الخيل ورفع الانتقال والمقارعة بالسيف ورمي السهام.

3-4:المبحث (الرابع)

فلسفة التربية البدنية والرياضة عند العرب المسلمين

تعد التربية العربية الاسلامية جزءا من التربية العالمية التي تتمثل بمجموعة من المفاهيم والاسس العقائدية والفكرية والخلقية والسلوكية والروحية والجسدية والمترابطة فيما بينها في اطار فكري واحد غير قابل للتجزئة مستندة في مبادئها واخلاقيها وقيمها الى القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة بتربية الانسان من خلالها تربية كاملة متوازنة من جميع الجوانب العقلية والبدنية دون تفضيل واحد على الاخر ويعد نزول القرآن الكريم والتبشير بالرسالة السماوية حدا فاصلا في تاريخ العرب وتطورهم الفكري فقد اكد على اهمية العلم وتحصيله والاستزادة بالمعرفة وحث الناس على اعمال العقل لدراسة واقعه وتحسين احوال البشر من خلال التأمل في ظواهر الطبيعة والتفكير بها وحدد هيكلا فكريا جديدا صارت فيه معارف العرب وخبراتهم السابقة وصفاتهم ومزاياهم من شجاعة وكرم ووفاء وعفة وكرامة مادة اولية في بناء الهيكل الجديد فاول الايات القرآنية اكدت على اهمية الانسان عند الله سبحانه وتعالى ودوره في الحياة كقوله تعالى ((اقرأ بأسم ربك الذي خلق خلق الانسان من علق اقرأ وربك الاكرم الذي علم بالقلم علم الانسان ما لم يعلم)) .واستقطاب الفروسية لاهتمام عرب الجزيرة في جاهليتهم سواء في جانب الاعداد للقتال ، او تنظيم المسابقات للترويج كمظهر اجتماعي ، لم يحل دون عنايتهم "بالمصارعة والسباحة والتسابق ركضا . وقد تفننوا في ذلك وجعلوا لكل واحد منه شروطا وتقاليد تدل على عنايتهم به وبراعتهم في اتقانه " (1) .

(1) اسعد اطلس ؛ الحياة الاجتماعية في القرنين الثالث والرابع . مقال منشور في مجلة المجمع العلمي العراقي ،المجلد الثاني:(بغداد ، شركة النشر والطباعة العراقية ، 1952) . ص 279 .

لقد توحدت القبائل العربية التي كانت متنازعة وتسودها الحروب تحت راية الاسلام لأول مرة ووضعت مبادئ اجتماعية كان لها الاثر في نمو التقاليد والنظم الاسلامية التي كان اهمها الاخاء والعدل والمساواة والرحمة بين جميع البشر بغض النظر عن الاختلافات في الجنس واللون والعاطفة ولقد اسهمت هذه المبادئ في تدعيم الوحدة الروحية وتقوية اواصر المودة والألفة بين المسلمين في مختلف البقاع الاسلامية كما واثرت في حركة التربية والتعليم التي انتشرت من خلال ارسال المعلمين والقضاة الى الامصار للقيام بتعليم الناس ونتيجة للتوسع الذي ادى الى اتصال الحضارة الاسلامية بالحضارات العريقة كالاغريقية والرومانية فقد تأثر العرب والمسلمون بها بصورة مباشرة او غير مباشرة فترجمت كتب الكيمياء والطب والفلسفة والفلك والاداب والفنون وعلوم الشعوب الاخرى فظهرت المدارس التربوية التي تستند الى الاسس الفكرية كالمدرسة الصوفية ومدرسة الفلسفة وتميزت المؤسسات التعليمية بانها كانت مرتكزا تعليميا وثقافيا مفتوحا يقدم اليه الناس من جميع انحاء العالم الاسلامي للتزود بالعلم والمعرفة . فكان الغلام يتمرن على اعمال ابائه ليسلك طريقهم في كسب العيش وتحصيل اللباس واتخاذ المسكن وليقتدر على مدافعة الاعداء ومنازلة الوحوش . ويتعرف منها على اساليب الدفاع وطرق الاغارة على الاعداء وفنون الاعمال والصناعات ، ومن اشهر هذه الفنون والصناعات الصيد والرمي والقنص واعداد الات الحرب وعمل الانية ودبغ الجلود وغزل الصوف وحياسة الملابس وتربية الماشية " (1) .

ان ذلك التقدم الذي احرزته التربية الاسلامية تراجع بعد ضعف الدولة والغزو الصليبي والمغولي والافتتال بين الحكام والذي ادى الى تراجع الحركة الثقافية والفكرية وعدم الاستقرار السياسي والاجتماعي والاقتصادي الذي ادى دوره الى انحطاط دور العلم والمعرفة .

لقد ركزت الدولة الاسلامية على هدفين اساسيين للتربية هما : -

- 1-الهدف الديني : ويتمثل بالاستناد الى القرآن الكريم كمصدر للمعرفة والى الاحاديث النبوية الشريفة والتي هدفها تكوين انسان متكامل له القدرة على نشر التعاليم والمبادئ الدينية لدى الناشئة للعمل ليوم الاخرة .
- 2-الهدف الدنيوي : اكد على اهمية تزويد المسلم بالعلوم والمعارف وتوجيهه نحو تأمين معيشته عن طريق اكتساب المال بالطرق المشروعة . وقد سعت التربية البدنية الاسلامية بالتوفيق بين هذين المبدأين وتحقيق الانسجام بينهما منطلقين من مقولة الامام علي (عليه السلام) اعلم لندياك كانك تعيش ابدا واعمل لأخرتك كانك تموت غدا) اكد الاسلام على اهمية اللعب للأطفال واجازة فعلى الالباء والمربين مراعاة ذلك فيعطوا لصغارهم الفرصة للعب والترؤيح عن انفسهم باللعب التي تتاسبهم وتلائمهم بحيث يمكن من خلالها تحديد الفوائد المرجوة منها والتي اهمها :-

- 1-ازالة التوتر النفسي وادخال المتعة والتنوع في حياة الطفل .
- 2-يستكشف الطفل نفسه وللعالم المحيط به وتعلم اشياء جديدة من خلال اللعب ويستطيع من خلاله حل مشاكله .
- 3-يستطيع الطفل التعبير الكافي عن حياته الواقعية من خلال اللعب .
- 4-ممارسة الطفل للعب والتمارين البدنية عن طريق الالعب الحركية يدرّب عضلاته ويقوي جسمه ويزيد لديه الرغبة في التعلم لان اللعب بالنسبة له مشوق .
- 5-من خلال اللعب واستخدام الطفل لجميع حواسه يزيد قدرة على التركيز وزيادة الفهم .
- 6-القضاء على الملل والروتين من خلال قضاء اوقات الفراغ في اللعب .

(1) عبد الله عبد الدايم ؛ التربية عبر التاريخ ، ط2 : (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1975) . ص 136 .

ان الهدف الاساسي من التربية في الاسلام هو تكوين الفرد الصحيح بدنيا وجسميا والذي يستطيع القيام بدوره وتنفيذ مهامه ، فالرسول الكريم يقول (المؤمن القوي خير واحب الى الله من المؤمن الضعيف) . مارس العرب والمسلمين الوانا متعددة من النشاط البدني والرياضي لادراكهم حقيقة العلاقة ما بين الجسم والعقل فعملوا على اكتساب اللياقة البدنية التي تساعدهم في الحروب وكسب الصحة والترويح فقد مارس الرسول بعض ضروبها كالمصارعة التي كانت تتطلب لياقة بدنية عالية لدورها في حسم المعارك كما وشارك في سباقات الركض والخيل والابل وهذه الالعب هي من ضروب الفروسية العربية الاصيلة التي مارسها الرسول وصحابته . ويجب الابتعاد عن الخمول والكسل وكل مايلحق الاذى بالانسان المسلم او يحط من قدره ومكانته ، ففي ذلك رفعة للمسلم وللإسلام . وفي هذا وردت العديد من الآيات القرآنية في سور مختلفة ، منها بسم الله الرحمن الرحيم "لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم " (1) و " ولقد كرّمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر ورزقناهم من الطيبات وفضلناهم على كثير مما خلقنا تفضيلا " (1) . و"اعدوا لهم ما استطعتم من قوة " (2). و " ان الله يحب الذين يقاتلون في سبيله صفاً كأنهم بنيان مرصوص " (3) صدق الله العظيم . وجاءت احاديث الرسول محمد (صلى الله عليه وسلم) وافعاله ، وهو الاسوة الحسنة لأمته ، جاءت ترجمة وتطبيقاً حياً لنصوص القرآن ، لاسيما وانه (صلى الله عليه وسلم) كان معروفاً منذ الجاهلية بقوة البدن وصحته وبالشجاعة في المنازلة والفروسية ، واستمر كذلك حتى وفاته . ولا ريب في ان احتماله للمصاعب والاذى والمتاعب التي واجهته خلال مراحل تبليغه رسالة الاسلام وتغلبه عليها والذي اثار حيرة اعدائه ودهشة اصحابه انما يعود في جزء منه الى ذلك الاعداد البدني السليم الذي كان يتمتع به .

اوصى المربون المسلمين على عدم ارهاق البدن من اجل العلم وطالبوا باعطاء فترة راحة من خلال ممارسة التمارين والالعب الرياضية لكي يستعيد العقل نشاطه ويتمكن من استيعاب العلوم مجددا ومن التمارين التي يمارسونها المشي ولعب الكرة والسباحة والرمي .

ان التربية البدنية والرياضة ظاهرة اجتماعية اخذت نصيباً من تعاليم الشريعة الاسلامية وكانت جزء من العملية التربوية المهمة للجانب العسكري والصحي والاجتماعي لذلك اباح الاسلام ممارستها شريطة تأدية الواجبات الدينية اولاً" وان خير مثلاً على ذلك هو تشجيع الرسول الكريم على الرياضة حديثه (صلى الله عليه واله وسلم) الذي يقول فيه (الهو والعبو فاني اكره ان يرى في دينكم غلظة) .

في رياضة المشي حث الرسول الناس على مزاولتها في الخلاء لفوائدها البدنية وكان المسلمون يتسابقون فيما بينهم على الاقدام في الهواء الطلق وزاولها الرسول ايضاً ، اما المصارعة والتي تعد من اهم الالعب الرياضية التي اكد عليها الاسلام كانها رياضة بدنية عنيفة تمنح الفرد القوة والشجاعة وتعلمه كيفية الدفاع عن نفسه فكان الرسول الكريم بما يملكه من قوة جسدية يمارس المصارعة مع المسلمين ويصرعهم فصارع اركان ابن زيد وقال الرسول في حديثه الشريف بخصوص المصارعة (ليس الشديد في الصرعة وانما الشديد من يملك نفسه عند الغضب) .

اما رياضة الفروسية فقد ذكرها القرآن الكريم في قوله تعالى ((واعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم)) . وكذلك اقسام به الخلق سبحانه وتعالى عندما قال ((والعاديات ضبحا فالموريات

(1) سورة التين ، الآية 4 .

(1) سورة الإسراء ، الآية 70 .

(2) سورة الأنفال ، الآية 60 .

(3) سورة الصف ، الآية 4 .

قدحا فالمغيرات صباحا فآثرن به نفعا فوسطن به جمعا)) . فاتخذ المسلمون الخيل للتدريب واعجبوا واعتنوا بها فمسابقة الخيل تشمل التعليم والتمرين والتدريب والتحصين على الفروسية والشجاعة فنظمها الاسلام وارتنى بها وحولها من كونها اداة من اداوات الاختلاف الى نوع من انواع البطولة والمنافسة الشريفة فتصاعد الاهتمام بها واصبحت ظاهرة من ظواهر الحضارة الاسلامية فشغفت اوربا بالفروسية العربية وضربت الامثال بها كما احب العرب رياضة الرمي ووضعوا لها اصولا" وقواعد وشرحوا كيفية الاطلاق وطريقة مسك القوس واماكن وضع الاصابع ووضعوا شروطا" عند الوقوف والجلوس وبينوا اسرار الرمي واركانه واصوله ومارس الرسول الكريم الرمي وحث المسلمين على ممارسته حيث قال في الحديث الشريف (ارموا يا بني اسماعيل ان اباكم كان راميا) . وقال لهم (واعدوا لهم ما استطعتم من قوة الا ان القوة الرمي) . فلقد برز كثير من العرب المسلمين في هذه الرياضة وبرعوا فيها واثبتوا جدارة فائقة في التمارين والحروب وضرب بهم المثل فالرامي الماهر هو من يجيد اركان الرمي الاربعة وهي السرعة والشدة في الرمي والاصابة والاحراز وهناك العاب كثيرة مارسها العرب ونقلوها الى البلدان المفتوحة والصيد والشطرنج وسباق الابل والطعن والمبارزة بالسيوف وكذلك نقل العرب العابا من البلاد المفتوحة كلعبة البندق .

3-5: المبحث (الخامس)

الصلاة والرياضة وفوائدهما

من المعروف للفرد المسلم ان الصلاة التي يؤديها يوميا" تتضمن اقوال وافعال خاصة بالبدن وهي ذات صلة بين العبد وربيه ولمن اقامها في اوقاتها واستمر عليها واحسن ادائها وخشوعه فيها حصل على الاجر والثواب والفضل والاكرام من الله سبحانه وتعالى نحن نعلم ان للصلاة منافع وفوائد كثيرة حددها الله سبحانه وتعالى لا نريد الخوض في تفاصيلها لانها لاتقف عند حد معين لكن الله جعل من ادائها فوائد تعود بالنفع العام على من يؤديها ويلتزم بواجباتها في الدنيا والاخرة وان للبدن نسبة من هذه المنفعة التي انعم الله بها بدن المؤمن رغم انها واجب فرض عليه تأديته خمس مرات يوميا فالؤمنون يؤدون صلاتهم اليومية وان القسم الكبير منهم لا يعرفون ان مايقومون به هي تمارين بدنية مستمرة تشمل جميع اجزاء الجسم وفي كل حركة يقوم بادائها تشترك مجموعة من العضلات والمفاصل والاربطة والاورار في تادية الحركة والتي تكون نتيجتها تقويتها وتنشيطها ان الحركات البدنية التي تؤدى اثناء الصلاة يوميا" وخاصة للملتزمين بها ويفوق مجموع تكرارها مجموع الحركات التي يؤديها ممارسة التمارين البدنية اذ ما افترضنا انه يمارس تلك التمارين بشكل يومي واذا جمعت فان معدلها يعادل تمارين لثلاث مرات في الاسبوع ينصح الاطباء مرضاهم احيانا" بعدم ممارسة الالعب والتمارين الرياضية وخاصة مرضى القلب وكبار السن لكن الملاحظ ان هؤلاء المرضى ان كانوا مسلمين يستطيعون القيام بتلك التمارين من خلال الصلاة دون ان يكون هناك اي خطر يداهم اجسامهم واعضائهم ويعود سبب ذلك للحركات التي تؤدى في الصلاة هي حركات خفيفة وهادئة تؤدى ببطء وتؤدى الصلاة من قبل جميع الناس ومختلف اعمارهم والاجناس فهي مفيدة للاطفال في مراحل نموهم الاولى لان الصلاة تعد من اكثر الانشطة البدنية امانا" وبعدا للفرد عما قد تسببه ممارسته للتمارين والالعب الرياضية والتي قد تعرضه للارهاق والاصابة كما ان ادائها لا يحتاج الى استشارة طبية كما هو الحال بالنسبة للمرضى وكبار السن فهي اذن تعد افضل رياضة يمكن ان يمارسها الانسان لانها تتناسب الجميع وفرض واجب اساسه هو العبادة وللصلاة فوائد تربوية يكتسب من يؤديها صفات خلقية واجتماعية فهي تعود الانسان على النظام والالتزام بالمواعيد والحفاظ عليها والدقة في العمل والصدق والاخلاص في اداء الواجب والشعور بالآخرين كما وتتسم بالنواحي العقلية والنفسية وكل ذلك نلاحظه يتجسد في القيم والمثل العليا للتربية البدنية والرياضية وهنا نلاحظ ان اداء التمارين البدنية قد دمجت بحركة اجزاء الجسم

اثناء العبادة واطباء اليوم في العالم الغربي ينصحون مرضاهم وغيرهم بممارسة الرياضة وتمارينها البدنية للتعويض عن الحركة فقدوها نتيجة كسلهم والتي فيها حفظ للصحة والوقاية من الامراض وتشوهات الجسم لذلك اتجهوا الى تحديد مواعيد معينة لممارسة انشطتهم البدنية والرياضية من اجل تحريك اجسامهم واجهزتهم الداخلية لتقوم بعملها بشكل تام متناسين فضل الصلاة في ذلك . **والى جانب القوة اهتم الاسلام بصحة البدن واعتبر ممارسة الرياضة احدى وسائلها . ولأن الاسلام لم يكن دين عبادة فقط نراه يتناول الكثير من المفردات الحياتية للانسان ومنها الترويح عن البدن والنفس ، حيث يقول الله سبحانه وتعالى في كتابه الكريم ، بسم الله الرحمن الرحيم " وابتغ فيما اتاك الله الدار الآخرة ولا تنس نصيبك من الدنيا "(1) صدق الله العظيم ، ويقول الرسول (صلى الله عليه وسلم) (ان لبدنك عليك حقاً) ، وهي دعوة صريحة وواضحة لاعطاء البدن ما يستحق من الراحة والترويح**

يقول الدكتور (فارس عازوري) الاختصاصي في الامراض العصبية والمفاصل عن فوائد الصلاة (ان الصلاة عند المسلمين وما تحتيه من الركوع والسجود تقوي عضلات الظهر وتلين حركات فقرات السلسلة الظهرية وخصوصاً" اذ قام الانسان بالصلاة بسن مبكرة ويترتب على ذلك منفعة من الامراض التي تنتج عن ضعف العضلات التي تجاور العمود الفقري والتي ينشأ من ضعفها بعض من الامراض العصبية وتسبب الالام الشديدة والتشنج في العضلات) (2).

ان الصلاة ذو فائدة عظيمة لمن يؤديها من خلال حركاتها المختلفة واتخاذ الاوضاع القويمة اثناء تاديتها والانتقال بها من ركن الى اخر فحركاتها تعد رياضة غريزية يجني ثمارها المصلي الذي يؤديها تقرباً لمرضاة الله سبحانه وتعالى وان الاشتراك في تأدية مراسيم الصلاة هي رياضة يومية ذات طعم خاص فهي تحفظ للانسان لياقته البدنية وتصفى ذهنه فهي تعتبر رياضه الايمان والدواء من ادوية الرحمن فالصلاة هي احد الاركان الاساسية في الاسلام فيها شفاء لمل اقامها ورفيسة لشتى الامراض لمن اهملها فالجسم يحتاج الى حركة يومية لا يمكن ان يجدها الا في الصلاة ان حركات الصلاة والمشي الى المساجد لغرض ادائها هي رياضة لصحتهم ولذلك يجب على الشخص المسن عدم ترك الصلاة او الذهاب سيرا الى المسجد دون عذر شرعي فيستسلم للخمول والكسل وكثرة تناول الطعام وتدخين السموم من السجائر والاراكيل والتي تؤدي الى قتل الخلايا وتسرع بشيخوخة الانسان والاسراع في موته ، فالتغذية المثالية للدماغ في الدم والتي تتكرر اثناء حالة السجود ينتج عنها تقليل نسبة الاصابة بالخرف (مرض الزهايمر) وهو فقدان الذاكرة عند كبار السن حيث يشعرون باضطرابات في الذاكرة والسلوك وتردي بالعواطف والوجدان ووضائف الاعضاء وقوة الارادة فان التروية الممترة للدماغ تمنع حدوث ذلك .

ان الصلاة اليومية الواجب هي سبعة عشر ركعة تجعل الانسان ملتوما بادائها الحركي لجسمه طيلة حياته ان التزم بها تكون سبب في تقوية عضلاته وعظامه وجعلها سليمة ، ونلاحظ ان اغلب المجتمعات الملتزمة بها لا يوجد تقوس في ظهورهم تقريبا الذي يحدث مع تقدم العمر وهذا ما يتميز به المسلمون الملتزمون بتعاليم الدين صحيا وبدنيا ، كما واطهرت البحوث والدراسات العلمية الحديثة ان اداء الصلاة في مواعيدها تتوافق تماما مع اوقات النشاط الفسيولوجي للجسم مما يجعلها وكانها هي القائد الذي يضبط الايقاع على الجسم كله والترهل انما يميز حركات الصلاة انها بعيدة عن اجهاد البدن وهي حكمه ربانية لها فوائد صحية والدينية الاتية :

(1) سورة القصص ، الآية 77 .

(2) حسن ناجي محمود الربيعي التربية البدنية والرياضة فلسفة وتاريخا (بغداد دار الكتب والوثائق الطبعة الاولى لسنة 2014 ص 243.

- 1- تكسب الانسان الصفات الخلقية والاجتماعية كالنظام والتسامح والاخلاص والمحبة وهي صفات تتطابق مع المفاهيم التربوية للتربية البدنية والرياضية .
 - 2- تقوي عضلات البطن وتمنع تراكم الشحوم التي تؤدي الى البدانة وتمنع تشوهات الجسم وتزيد من رشاقته .
 - 3- تقل حالات الامساك من خلال حركاتها المتعددة وتزيد من حركة الامعاء ونشاطها .
 - 4- تقلل من الضغط على الدماغ عند الركوع والسجود دوما بما تحدته من ضغط على اصابع القدمين كآثر لحالة التدليك مما يشعر بالاسترخاء وان السجود الطويل والهواء يؤدي الى عودة ضغط الدم الى معدلاته الطبيعية فيتدفق الدم الى جميع انحاء الجسم بصورة طبيعية فيديم الاوعية الدموية المغذية لنسيج الدماغ مما يمكنه من انجاز وظائفه بشكل تام عندما يبلغ الانسان سن الشيخوخة .
 - 5- تساعد الصلاة مؤديها على تهدئة حالته النفسية وازالة التوتر بسبب عملية تغير الحركة المستمرة فيها ومن المعروف ان التغير الحركي يحدث استرخاء فسيولوجيا هاما في الجسم .
 - 6- ان السجود في الصلاة يؤدي الى حدوث عملية الزفير واخراج الهواء الاضطراري وهذا الزفير يؤدي بدوره الى خروج الهواء الراكد المليء بثاني اوكسيد الكربون من الرئتين ليستقبل هواء جديد مليء بالاوكسجين ليعتد الحيوية والنشاط للجسم .
 - 7- تساعد الصلاة على مرونة مفاصل الجسم وخاصة العمود الفقري ويحميها من الخشونة والتيبس وهو بمثابة تدليك لجميع عضلات الجسم كما انها تساعد على عودة الدم الى القلب فينشط الدورة الدموية .
 - 8- تشكل الصلاة للرياضيين اساء كبرى" للاعداد البدني العام وتسهم في عمليات التهيئة البدنية والنفسية للاعبين ليتقبلوا المزيد من الجهد خصوصا" قبل خوض المباريات والمنافسات .
 - 9- تعد الصلاة وسيلة تعويضية لما يسببه العمل المهني من تشوهات وعيوب في القوام البدني وتساعد على النمو المتزن لجميع اجزاء الجسم ووسيلة للراحة الايجابية والمحافظة على الصحة البدنية .
 - 10- تساعد الصلاة الانسان على التأقلم مع الحركات الفجائية التي قد يتعرض لها كما يحدث عندما يقف فجأة بعد جلوس طويل مما يؤدي في بعض الاحيان الى انخفاض الضغط واحيانا" الى الاغماء .
 - 11- تحفظ الصلاة صحة قلب الانسان من مخاطر الاصابة بنوبات الذبحة الصدرية التي تحدث نتيجة العوامل النفسية والتوتر والاجهاد اليومي .
 - 12- تقيد الصلاة المرأة الحامل وتعوضها عن التمارين الرياضية التي هي شبيهة بحركات الصلاة والتي ينصح بها الاطباء لتسهيل عملية الولادة .
 - 13- تكسب الصلاة المرأة بعد الولادة القوة لعضلات البطن والصدر والحوض ومن ثم العمود الفقري الذي يتأثر بالنشاط العضلي ويعيد مرونته .
- ان الصلاة هي خير رياضة للبدن الذي اوجب الله سبحانه وتعالى المحافظة عليه وان الصلاة هي خير معوض عن الحركات البدنية المفقودة والتي يمكن ان يمارسها الجميع بغض النظر عن العمر والجنس والزمن حيث ليس له تأثير سلبي على اي شخص بل له فوائد بدنية عظيمة انعم الله بها على البشر وما الفوائد السابقة التي تم ذكرها الا دليل على ذلك فلنؤدي صلاتنا وواجباتنا اتجاه الخالق سبحانه وتعالى ونشكره على نعمه ليعم الخير والمحبة والسلام بيل اطياف مجتمعنا العربي والاسلامي بعيدا" عن الطائفية والعنصرية

ان الثقافة الرياضية جزءا من الثقافة العامة للمجتمع وليس هنالك من هو اقدر على نشرها بين شرائحه كافة من اولياء امورها ان اداء هذه المهمة يتوقف ايضا على كفاءة المعلم او المدرس وحجم ثقافتهم الخاصة الجوانب الرياضية وقدرتهم على اىصال ثقافتهم الرياضية والتعريف باهمية الرياضة في بناء الجسم جسديا وعقليا وتوصيل معارفهم الى عامة الناس بشكل يسهل فهمه واستيعابه الى جانب القدرة على اقناع الناي بصواب ما يقولونه لهم لتغيير كم المعلومات الخاطئة التي يتناقلونها ويرتبط بهذا الامر زيادة الوعي المجتمعي باهمية ممارسة الرياضة وفوائدها واجابياتها وكذلك سلبيات الانصراف عن ممارستها وليس من شك في ان زيادة الوعي تعني زيادة رقعة ممارسي الرياضة وهي حالة ايجابية لعموم المجتمع ان تحققت .

المصادر

القرآن الكريم

- أ. س . رابويرت ، ترجمة : احمد امين ؛ مبادئ الفلسفة : (بيروت ، دار الكتاب العربي ، 1969) .
- ماهر اسماعيل الجعفري وآخرون ؛ فلسفة التربية : (جامعة بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1993) .
- حسام ألولوسي ؛ الفلسفة والانسان : (بغداد ، مطبعة دار الحكمة ، 1990) .
- جون لويس ، ترجمة : انور عبد الملك ؛ مدخل الى الفلسفة . ط 3 : (بيروت ، دار الحقيقة للطباعة والنشر ، 1978) .
- علي حسين الجابري ؛ الحوار الفلسفي بين حضارات الشرق القديمة وحضارة اليونان : (بغداد ، دار افاق عربية للصحافة والنشر ، 1985)
- حسن ناجي محمود الربيعي ؛ التربية البدنية والرياضة . ط 1 : (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2014) .
- توفيق الطويل ؛ أسس الفلسفة . ط 3 : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1958) .
- حسام الالوسي ؛ مدخل الى الفلسفة . ط 1 : (بيروت ، المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، 2005) .
- جواهر لال نهرو ، نقلته الى العربية دار العلم للملايين ؛ من السجن الى الرئاسة . ط 1 : (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1959) .
- ول ديورانت ، ترجمة : زكي نجيب محمود ؛ قصة الحضارة . ج 3 - 4 : (القاهرة ، مطبعة لجنة التأليف والترجمة ، 1968) .
- خير الدين علي عويس وعصام الهلالي ؛ الاجتماع الرياضي . ط 1 . (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997) .
- محمد الهادي عفيفي ؛ في اصول التربية : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1975) .
- إبراهيم وزرماس و حسن الحياوي ؛ التربية الرياضية وجورها الفلسفية : (اريد ، دار الامل للنشر والتوزيع ، 1987) .
- مصطفى الرافي ؛ حضارة العرب في العصور الإسلامية الزاهرة . ط 1 : (بيروت ، دار الكتاب اللبناني ، 1960) .
- محمد كامل علوي ؛ الرياضة البدنية عند العرب : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ب.ت) .
- احمد سوسة ؛ العرب واليهود في التأريخ : (بغداد ، دار الحرية للطباعة ، 1972)

اسعد أطلس ؛ الحياة الاجتماعية في القرنين الثالث والرابع . مقال منشور في مجلة المجمع العلمي العراقي ،المجلد الثاني:(بغداد ، شركة النشر والطباعة العراقية ، 1952) .
عبد الله عبد الدايم ؛ التربية عبر التاريخ .ط2 : (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1975) .
أطروحة دكتوراه إسماعيل خليل إبراهيم (أسس فلسفة التربية الرياضية في العراق على ضوء الفهم الاجتماعي ،
(2007)