

اسلام و مسئله تربیت بدنی

ج- در جنبه اجتماعی

ورزش در این جنبه نیز میتواند اهداف و مقاصد ارزنده و فوق العاده‌ای را تعقیب کند که اهم آنها عبارتند از:

۱- در جنبه برخوردها:

هدفها در این زمینه میتوانند عبارت باشند از:

- رعایت عدالت و انصاف در برخوردها
- داشتن تفاهم و رعایت اصل احترام و تحکیم روابط سازنده
- توجه به انضباط و اصول مورد قبول در مناسبات و ارتباطات .
- حرکت در مسیر و بر اساس قانون و در چهار چوب ضوابط و رعایت حقوق و حدود .
- خواستاری برای دیگران همه آن چیزی را که برای خود می‌طلبد
- تمرین برای توسعه روحیه ادب و احترام با دیگران

۲- در جنبه اخلاق:

- ورزش میتواند هدفهای زیر را تعقیب کند:
- گسترش و تمرین برادری، برابری، انسانیت
- تفاهم، صفا و اخلاص
- مهرورزی و رفت‌وآمد با دیگران و توصیه به حق و به صبر و کوشش به هدایت و ارشاد .





— تمرین و عادت برای صداقت ، امانت ، عدالت
مروت

— تجربه و تمرین برای گذشت ، احسان ، ایثار
— تمرین همکاری ، تعاون ، همیاری ، همراهی
اندیشیده

— تشبه به نیکان ، همدلی ، همراهی و همیاری
با آنان با تکیه به حق و عدل و قسط

— تمرین پرهیز از زورگوئی ، حسادت
خودپسندی ، خودخواهی ، کینه و حسد
خودرایی و استبداد

— پذیرش هشدارها ، انتقادهای و تذکرات سازنده
و مفید .

۳- در جنبه مسئولیت و تعهد :

ورزش میتواند این اهداف را تعقیب کند :

— شناخت مسئولیت و تعهد و سعی در انجام
هرچه بهتر تکالیف و مسئولیتها

— پذیرش مسئولیت و قبول تعهد با آگاهی از
شرایط و امکانات جسمی ، ذهنی ، روانی

— تمرین مسئولیت و کوشش به وفاداری آن در
تمام مراحل تا آنجا که ورزش پیشروی دارد .

— سازگاری اندیشیده در راه انجام آن با در نظر
داشتن ضوابط درست و استوار

— رعایت مسئولیت با توجه به ضوابط و قوانین و
انجام تعهد با در نظر داشتن حضور پروردگار

— جلب و جذب همراه و همکاری صالح برای
انجام خدمت و مسئولیت

— و بالاخره تمرین برای اهتمام در انجام
وظیفه و امور حیات جمعی و احساس تعهد نسبت
به هموعان

۴- در ایجاد عادات خوب :

ورزش در این زمینه میتواند اهداف زیر را
تعقیب کند :

— زندگی با جمع همفکران و تشکیل و سازماندهی
و تعاون و تعاضد اجتماعی

— کوشش و تلاش که رمز داشتن حیات توام با
نشاط است .

— سحر خیزی و آمادگی به کار و تلاش از ساعات
نخستین بامداد که در شادابی انسان موثر است .

— دقت در عمل و رعایت اصول انضباطی
تیز یابیها و انجام دادن کارها در موقع دقیق

— مراقبت در رفتار که دست از پا خطا نکند و
از اصول و ضوابط تخطی ننماید .

— رعایت نظم و ترتیب در کارها با توجه
به اصول سالم انضباطی .

— وقت شناسی و موقع شناسی و انجام هر کار
در زمان و شرایط مناسب آن .

— توسعه روحیه عدالت خواهی و مساوات و
طرد تبعیض و جور .

— تمرین حمایت از هر چه که آن را حق
میشناسد و پذیرش حق اگرچه به زبان او باشد .

— کوشش به شور و مشورت در امور و تبادل
رأی و نظر و درک و تفاهم .

— تقبیح تجاوز ، ستمگری ، ستمکشی ، سرکوب
متجاوز .

هـ - در جنبه اقتصادی

و بالاخره ورزش در جنبه اقتصادی نیز میتواند اهداف گوناگون را تعقیب کند که اهم آنها عبارتند از :

- تمرین تلاش و فعالیت برای نجات تن از تنبلی ها و حضور در عرصه حیات اجتماعی و حضور در صحنه .

- ورزشی و مهارت اعضاء و تقویت عضلانی و سلطه ارادی بر اعضای بدن .

- تمرین برای کسب قابلیت های شغلی و کارآئی

لازم و حتی کسب مهارت های شغلی و حرفه ای
- یافتن اعتماد به نفس برای تن دادن به کار و مسئولیت .

- شناخت استعدادها و میزان توان ذهنی

بدنی برای حیازت مشاغل گوناگون

- دستیابی به روح احترام به کار و وظیفه و تعهد

محتوای ورزش اسلامی

اما اینکه محتوای ورزش در اسلام شامل چه

د - در جنبه فرهنگی :

ورزش در جنبه فرهنگی نیز میتواند اهداف بسیاری را تعقیب کند که برخی از آنها بدین قرارند :
- شناخت و آگاهی از افکار و اندیشه های گوناگون و ارزیابی و گزینش بهترین .

- شناخت شیوه ها و روشها و سعی در تکامل آنها
- آشنائی با آداب و رسوم ، شعائر و مناسک و تشریفات مختلف .

- توسعه بینشها و جهان بینی ها از راه برخورد با فلسفه ها و افکار گوناگون

- زمینه سازی برای ابلاغ پیام مکتب در حین برخوردها

- زمینه سازی برای رشد و هدایت انسان ها و تبادل آگاهی ها ، فنون و مهارت ها .

- شناخت ذوق ها ، هنرها ، ابداعات ، شیوه های عملی و مناسب حیات

- آشنائی با زبانهای گوناگون ، ادبیات مختلف ارزشها و ارزیابی و نقد آنها .

- جدت دادن هنر به آنچه که ارزشمند و بیدار کننده است و قرار دادن آن در مسیر احیاء نه تخدیر .

- نشر موارث ارزشمند فرهنگی و یا انتقال آن در طریق حق و صواب .

- انتقال و تبادل تجارب ارزشمند فرهنگی جوامع و داشتن روابط فکری سالم

- امر بمعروف و نهی از منکر و انتقال و القاء ارزشهای دینی و عقیدتی

و بالاخره تقویت مبانی فکری ، فلسفی اعتقادی و ...



۵- ورزشهای دیگری را میتوان مطرح کرد که در آن علاوه بر جنبه‌های بدنی تفریح و تفنن هم مطرح باشد البته بدان شرط که در تعارض با ارزشهای اسلامی نباشد.

۶- کوه‌نوردی، پیرش، وزنه برداری، مسابقه دو، دوچرخه سواری، کشتی، والیبال، بسکتبال فوتبال هم میتوانند با حفظ شئون و شرایطی در ردیف ورزشهای اسلامی قرار گیرند و بخشی از این محتوا را تشکیل دهند.

۷- بخشی دیگر از محتوای ورزش میتواند شامل مواردی باشد که در آن پرورش ذهن بصورت مستقل، و یا همراه با فعالیت های بدنی مطرح است و نیز در این زمینه ارزشهای هشیار کننده معنویت برانگیز، که معمولاً همراه با سیر در آفاق و انفس است.

۸- برخی دیگر از مباحث در زمینه مباحثی است که در آن مسئله اخلاق، عاطفه، طرز برخورد ها شیوه معاشرت شیوه تحمل، اصول انضباطی مسئولیت و تعهد مطرح است.

۹- بخشی از محتوای تربیت بدنی در زمینه اموری است که در آن مسئله مهارت ها آموخته‌های شغلی، دادن آگاهی‌های مورد نظر در این زمینه قابل ذکر است.

۱۰- بالاخره قسمتی از محتوا میتواند در رابطه با سبک زندگی، مسائل اجتماعی، شیوه نظارت اجتماعی ارشاد و هدایت و ...

و در راس همه برنامه‌ها توجه به نکات زیر است:
- خدای در همه احوال مورد نظر و حضورش در خاطر و در صحنه‌ها باشد.

- تعالیم و ضوابط اسلامی مورد توجه قرار گیرد
- عمل‌ها لغو و بیهوده نباشند.

قسمتهایی است پاسخ این است که محتوا باید با توجه با اهداف مطرح گردد. ماهدوفا را با رعایت اختصار برشمریم و طبیعی است که با توجه به موارد مذکور باید برای ورزش برنامه‌ریزی کرد در عین حال:

۱- بخشی از فعالیت ورزشی، باید در طریق رشد و پرورش تن برای تمرین دفاع و موفقیت در امور رزمی باشد. در چنین صورتی تیراندازی سواری، دویدن، شنا... بخشی از محتوای تربیت رانشکیل میدهد و اسلام هم آن را مورد توجه قرار داده است.

در سخنی از رسول خدا (ص) آمده است که مسابقه با حیوانات سم دار بهترین سرگرمی مومن است و یا در سخنی دیگر آمده است که خیرالیهوالمومن السباحه و در این جامسئله شنا مطرح است. کلاً بحث مربوط به تیراندازی و مسابقه سواری جزء حقوق فرزندان نیز ذکر شده است.

۲- بخشی دیگر از محتوای تربیت بدنی میتواند شامل فنون نظامی، قدم زدن، دویدن، حرکت های نظامی یا اصولاً در قالب نظام جمع باشد که خود تمرین رزمی دیگری است.

۳- حرکت های موزون و طبیعی اعضاء در محیط های باز که در سلامت و رشد انسان موثرند بخشی دیگر از محتوای ما را تشکیل میدند و معمولاً در قالب حرکت های نرمشی خوانده میشوند.

۴- میتوان نوع دیگری از ورزش را مطرح کرد که در آن شیوه های بازسازی تن و رفع نواقص و عیوب مطرح باشد و ما نام آن را ورزش های خاص برای افرادی خاص میشناسیم و ورزش معلولان و جانبازان هم در این قالب میتوانند قرار گیرند.

مردم قهرمانی را ثابت و محقق کرده‌اند، زمام را به دست گرفته، از سطح این جامعه آلوده و نفس خود بالاتر رفته، نه در عالم سرگردانی و گبحی فرو می روند و نه در گل و لجنها غرق



شده‌اند. پرجمی را بدست گرفته‌اند که عده‌ای از زنان و مردان پاک به‌کردش جمع شده جامعه مسلمان را با دستهای پاک و ناآلوده خویش می‌سازند: " همانگونه که از ابتدا آفریدیم به حال نخستش باز می‌گردانیم ". (۱) " سنت و آئین همیشگی خدائی است از ابتدای خلقت تاکنون بر همین منوال بر پیشینیان گذشته است، هیچ تغییر و تبدیلی در سنت و روش خدا نخواهی یافت ". (۲)

یک جامعه اسلامی برای تربیت اسلامی ضروری است .

همه مردم قهرمان نیستند که در منحلایهای اجتماعی به پاکی زندگی کنند، همه فوق العاده نیستند که در میان مردم پست با روحی بلند و جانی ارجمند بد سر برند . فرد عادی - در هنگام تربیت فردی - احتیاج به جامعه‌ای دارد که نگاه او باشد، و ایمان به فضائل مورد اعتقاد خود را در قلبش پابرجا سازد . نیازمند به وجود سرمشق با صلاحیت و شایسته‌ای است

تا او را از محیط انفرادی خود به رفتار عملی در زندگانی خویش آشنا ساخته به آنچه هدایت هدایش کند .

از خصوصیات و صفات و نشانه‌های نخستین جامعه اسلامی اینست که جامعه‌ای آزاد و پاک است آزادی در مفهوم اسلام دارای معنایی سخت عمیق و همه جانبه است . آزادی از هر قیدی که زندگی و فعالیت فرد با جماعت را مقید کند . آزادی از تمام ارشهای دروغین و تقلبی و سدها و موانعی که بشریت را از رفعت و پیشرفت و رشد باز دارد . آزادی تا سطح انسانیت ، بدون از دست دادن فیودشایان انسانی ، آزادی و حریتی پاک نه آلوده به افسار کسبختی‌های حیوانی .

هنگامیکه انسان از هر بندگی جز بندگی به حق برای خدا آزاد می‌شود احساس می‌کند دارای نیروئی سهمگین ، فعال ، منشاء اثر و پیشرو است ، به هیچ چیزی جز حق پای بند نیست و در مقابل هیچ چیزی سر بندگی فرود نمی‌آورد جز امری که از جانب آفریدگارش صادر شده که آنهم همیشه حق می‌باشد . چون از هر قیدی آزاد باشد ، بر روی زمین چنان آئین و نظامی ایجاد می‌کند که با اطاعت از امر خدا پر از آزادی بوده ، راه و روش خدا را در آن تحقق بخشد . در آن جامعه اسلامی ، که تمام پیوندهای اجتماعی با پیوند الهی به هم مربوط است ، مردم بینیکی و تقوا و پرهیزکاری کمک می‌کنند نه به گناه و تجاوز کاری . یکدیگر را بدکارهای نیکی و شایسته امر می‌کنند ، از کارهای بد و تباهیها باز می‌دارند و به خدا ایمان می‌آورند ، با یکدیگر برای ایجاد محیطی همکاری می‌کنند که نسلهای در حال رشد ، در پرتو عقیده و ایمان پاک از تمام آلودگیها و آزاد از هر قیدی ، تربیت شوند .

در این جامعه زمامدار و ملت با یکدیگر همکاری می‌کنند تا روش خدائی استوار سازنده و پایدار کننده بشریت اجرا گردد ، روش و آئین همه جانبه‌ای که هم شامل فرد است هم اجتماع و هم اقتصاد و جامعه و جنگ و صلح و مقررات و قوانین .

هر فردی برای تشکیل جامعه شایان انسانی ، با برادر خود همکاری می‌کند . زن و مرد به هم کمک می‌کنند تا نسل‌های پاک و با صلاحیتی تحویل جامعه دهند .

در این جامعه ، هم حکومت ، اسلامی است ، هم ملت و هم اقتصاد و هم اجتماع و هم خانواده و هم مدرسه و فرهنگ و هم روزنامه و مجله و هم رادیو و هم هنر . . .

در چنین جامعه ای طبیعتاً زن و مرد مسلمان خواهند بود . . . (۳) تنها مفاهیم اسلامی بسر همه حکمفرما است .

همه مردم چنین جامعه‌ای برای همکاری و سرپرستی اقتصادی و اجتماعی و فکری و روحی بین افراد خود بد با می‌خیزند و اقدام می‌کنند . (۴)

جامعه بر پایه پاکی و درستی استوار است . . . پاکی و درستی دو جانبه‌ای که هم از جانب

زامداران اعمال می‌کردد و هم از جانب ملت . هم بین پسر جوان و هم دختر جوان، بین زن و شوهر و والدین و فرزند ، بین کارگر و کارفرما ، رئیس و مرئوس . پاکی و درستی که هم در رفتار ظاهر وجود دارد و هم در نیت باطنی و بالاخره پاکی کار و فکر و درک .

جامعه‌بر آنچنان ارزشهای انسانی نهاده شده است که واقعیات و تولیدهای مادی رانه مهمل و بیهوده می‌گذارد و نه بیش از حقیقتان بدانها توجه می‌کند و در مقابل ، واقعیات روحی بشر را هم نادیده نمی‌گیرد ، واقعیات روحی که وسیله حقیقی ترقی و تمدن و والا ساختن انسان است از نظر این ارزشهای انسانی مهمی نیستند .

جامعهای که همه قدرتهای سازنده مردم را در راه سازندگی و آبادانی و خیر به حرکت در می‌آورد نه برای اعمال در راه شر و فساد .



این جامعه در برابر شر ایستادگی کرده نمی‌گذارد در زمین جریان یابد در مقابل نابکارها ، تباهیها و زشتکاریها مقاومت کرده از رواجشان جلوگیری به عمل می‌آورد . این جامعه موازین و سنجشهای عادلانه‌ای برای کوشش و پاداش مردم تعیین می‌کند نه اینکه

به حرف آنان را از ایمان آوردن به فضایل و اعتقادیه کارکردن در راه خیر بفریبید و هیچ ملاک و سنجشی برای دیدن نتیجه اعمال و ایمان خود به دست مردم ندهد .

این مزایا همه بدینجهت است که پایه این اجتماع ایمان به خدا است و تنها از روشا و برای ساختن آن استمداد شده است نه از روشهای دیگری .

در چنین جامعه ای است که "انسان صالح" درست می شود . با کمترین جهد صالحترین فرد در این جامعه تربیت می شود .

البته این بدان معنایست که در چنین جامعه ای پسران و دختران خود را مطابق با هوا و هوسهای خود رها کنیم ، آنانرا بدین فکر متکی سازیم که جامعه همه چیز را برایشان درست خواهد کرد و با برخورد طبیعی و خود به خودی افراد با یکدیگر ، بر پایه فضیلت تربیت می شوند . خیر هرگز چنین مقصودی نداریم ! هر گیاهی مستقلاً " احتیاج به عنایت خاصی دارد تا درمحل رشد خود به جنبش درآمده رشد و نموش کامل شود . آنچه که جامعه را جامعه صالح و شایسته ای می کند جو و آب و هوائیست که باین رشد و نمو کمک میکند نه گردباد سوزانی که گیاه را بسوزاند ، درخت را از ریشه بکند یا آنرا کج کند یا شاخه ها و خوشه های درخت و گیاه را پایمال کند .

چمنزار طبیعی نونهالان ، خانواده است . پدر و مادر در یک آشیانه پاک گرد آمده اند . عنایت و توجه خاص اسلام را نسبت به خانواده و به پدر و مادر به عنوان دوفرد مسلمان قبلاً " گفتیم .

در اینجا اضافه میکنیم که پایه اجتماع اسلامی خانواده با فضیلت است ، با توجه به وادار ساختن هدفها و وسائل در یکدیگر ، خانواده خود ، کودک شیر خوار اجتماع است . هم پایه گذار جامعه درست و هم تربیت کننده فرزندان خود است .

آنگاه می توانیم روش تربیت اسلامی را با تمام جوانب و اطرافش تحقق بخشیم که فرد مسلمان خانواده مسلمان و اجتماع اسلامی یافت شود . در اینموقع میتوانیم توقع میوه های گوارائی از این بذری که کاشته ایم داشته باشیم .

۱- الانبیاء / ۱۰۴

۲- الاحزاب / ۶۲

۳- نگاه کنید به فصل " حین نکون مسلمین " در کتاب " معرکه التقلید "

۴- در اینباره به کتاب " عدالت اجتماعی در اسلام " مراجعه کنید ، به تفصیل بحث شده است

