



الرياضة في السنة النبوية الشريفة (دراسة تاريخية)

(1) ا. د : محمد عبدالعظيم شمس

(2) الباحث : عوض محمد ضيف أبو محمود

الملخص

بعد جمع المعلومات من مصادرها السليمة، لتوضيح كيف ساهمت الرياضة في دعم الإسلام كإحدى علومه النظرية والعملية في بداية مهده ليدعمها هو الآن في تتوجه المتحضر عبر التاريخ القديم وتاريخنا المعاصر، وتهدف الدراسة إلي إظهار ما ذكره رسول الله صلي الله عليه وسلم من الأنشطة الرياضية، من خلال، ما أقره صلي الله عليه وسلم منها ومارسه بذاته الشريفة ضمن أحاديثه الصحيحة، وترجع أهمية الدراسة التي تبين الرياضة في السنة النبوية؛ لتأخذ مكانتها اللائقة في المجتمع الإسلامي المعاصر لتسهم بمعطياتها التربوية والبدنية والثقافية في النهوض بشباب الأمة، كما تسهم الدراسة في زيادة وتعميق الفهم والوعي الإسلامي الرياضي، واعتمدت خطة تقسيم الدراسة علي فصول ومنها إلي مباحث ثم إلي مطالب، أما إجراءات الدراسة فسيتم استخدام المنهج التاريخي لأنه يناسب طبيعة البحث؛ ومن أدوات ووسائل جمع البيانات، مصادر ثانوية: من المراجع الإسلامية والرياضية والدراسات السابقة. واستنتج الباحثان أن رسول الله صلي الله عليه وسلم مارس مسابقات العدو والرمي؛ واستخدم المشي مسافات طويلة لنشر الدعوة، وأوصي صلي الله عليه وسلم بتعلم السباحة والاهتمام بالصحة البدنية والنظافة الشخصية. ويصي الباحثان بالاهتمام بالأنشطة الرياضية وخاصة الرمي والركض والمشي التي مارسها رسول الله صلي الله عليه وسلم بذاته الشريفة، لما لها من أثر إيجابي في تقوية جسم الفرد والسعي للتداوي واجب.

الكلمات الرئيسية

الإسلام؛ الرياضة؛ السنة النبوية

١. أستاذ ورئيس قسم أصول التربية الرياضية والترويح، كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات.
٢. باحث بقسم أصول كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات.





مقدمة و مشكلة البحث

شملت السنة النبوية؛ جميع مجالات الحياة دون إهمال أيّ منها، وقال تعالى { مَا فَرَطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ } (سورة الأنعام، الآية: ٣٨)؛ فزخرت بالكثير من النماذج الرياضية الرائعة التي استغلت قوتها وشهرتها في الدفاع عن معاني الحق، العدل، الحرية، والسلام، والذي اعتبر التربية الرياضية احد علوم الاسلام الأساسية التي تتعاون في الوصول إلي غايته المنشودة، فجعلت السنة من الرياضة وسيلة من أعظم وسائل ترقية النفس البشرية، وحفظ الحرمات، وصيانة الدين، والحفاظ علي الأرض والمال، ونشر العلوم، والسلام، وتبادل الثقافات وغير ذلك، ذكر دا" مسعد عويس": (الرياضة تحقق أهدافها من خلال نشر قيم الإسلام والمحبة والتفائل والتفاهم وتضييق الفجوات الحضارية بين الشعوب) (٢٣: ٤٩). وقد ربط كثير من الباحثين في هذا المجال بعد دراسات علمية محكمة، تبين حركة النهضة والتطور العلمي الذي شهدته الدول الإسلامية في عصرها الذهبي، وتطور وانتشار ساحات الرياضة والاهتمام بالأنشطة البدنية في ربوع الدولة الممتدة في أوساط العالم، والتي أظهرت خدمة الرياضة للإسلام عبر التاريخ علي المستوي المحلي و الدولي، وقد حاول الباحثان بعد جمع المعلومات من مصادرها السليمة، توضيح كيف ساهمت الرياضة في دعم الإسلام كإحدى علومه النظرية والعملية في بداية مهده ومنذ نشأته ليدعمها هو الآن في تتوجه المتحضر عبر التاريخ القديم وتاريخنا المعاصر، ونظرا لما ألت إليه طبيعة عمل الباحث كخطيب بمدرية أوقاف البحيرة وما تعلمه في بكالوريوس التربية الرياضية، كان عليه ان يدرس العلاقة العلمية و العملية المترابطة بين الرياضة والدين، وأنه غاية اعتبر الرياضة احدي وسائله الأساسية التي تمد سواعدها للدين دوما ودون تخاذل، وأفضل ما نستدل به بعد كتاب الله ما رواه " مسلم " -رحمه الله -عن الرسول الكريم صلي الله عليه وسلم قال: (المؤمن القوي خير واحب إلي الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير) (٧ : ٢٦٦٤)، وفيما ذكر في الدراسات المرتبطة ذكر "حسين جاسم" فيها استهدف الباحث تعريف الألعاب و المناشط الرياضية الترويحية معتمدا علي المعاجم اللغوية وكتب الفقه، كما جمع بينها وبين الأحكام المتعلقة بها من أقوال الفقهاء علي اختلاف مذاهبهم وآرائهم، ودراسة " محمد شريف" والذي استهدف الدارس فيها الأحاديث الواردة في "لغة الجسد في السنة النبوية"، وتظهر مدي اهتمام الرسول صلي الله عليه وسلم ومدي استخدامه لها ومدي معرفة الصحابة بها، ومن أهم النتائج وجود عدد "١٣٤" من الأحاديث النبوية التي استخدم فيها الرسول صلي الله عليه وسلم لغة الجسد.





الأهمية العلمية والتطبيقية للدراسة:

وترجع أهمية الدراسة التي تبين الرياضة في السنة النبوية؛ لتأخذ مكانتها اللائقة في المجتمع الإسلامي المعاصر لتسهم بمعطياتها التربوية والبدنية والثقافية في النهوض بشباب الأمة، وتتشكل في مجتمعاتنا بنفس الزي الذي ارتادته في المجتمعات الغربية لتنهض بها وتجعلها الرائدة، كما تسهم الدراسة في زيادة وتعميق الفهم والوعي الإسلامي الرياضي.

أهداف الدراسة:

- يهدف البحث إلي إظهار ما ذكره رسول الله صلي الله عليه وسلم من الأنشطة الرياضية، وذلك من خلال:
- ١- إظهار ما اقر به رسول الله صلي الله عليه وسلم من الأنشطة الرياضية التي مارسها صحابته ضمن أحاديثه الشرفية وأوصي به.
 - ٢- ذكر ما مارسه رسول الله من الأنشطة الرياضية بذاته الشريفة.

فروض الدراسة:

وافترض فيها الباحثان ما يلي:

- ١- ما الذي اقر به رسول الله صلي الله عليه وسلم من الأنشطة الرياضية التي مارسها صحابته ضمن أحاديثه الشرفية وأوصي بممارسته صلي الله عليه وسلم ؟
- ٢- ما الذي مارسه رسول الله صلي الله عليه وسلم من الأنشطة الرياضية بذاته الشريفة ؟

إجراءات الدراسة :

سيتم استخدام المنهج التاريخي لأنه يناسب طبيعة البحث؛ ومن أدوات ووسائل جمع البيانات، مصادر ثانوية: من المراجع الإسلامية والرياضية والدراسات السابقة.

الرياضة في السنة النبوية الشريفة

لقد حفلت سنة رسول الله صلي الله عليه وسلم وسيرته العطرة الشريفة بالكثير من المواقف والوقائع والأحداث والأقوال التي شملت جميع مجالات الحياة دون إهمال أي منها والتي تشهد بمكانة الرياضة والنشاط البدني في السنة الشريفة، منها ما تطابقت مصطلحاته ومفاهيمه النبوية بنفس المصطلحات الرياضية المعاصرة مثل الرمي والسباقات والمبارزة ومنها ما وافق المعني والأداء ولكن اختلف في المصطلح المعبر عنها مثل الإسعافات والتشريح الوصفي والنظافة الشخصية والتي انحصرت في وصاياه صلي الله عليه وسلم بالاهتمام بالبدن والتداوي والطهارة؛ مثل: عن أبي برزة





الأسلمي، رضي الله عنه، قال: "مسلم" -رحمه الله- قال رسول الله: (لا تزول قدماً عبد يوم القيامة حتى يسأل عن: عمره فيم أفناه، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه) (١٣: ٢٤١٧)، وقد اعتمد الباحثان علي الصحيح من الأحاديث، وقام باستخراجها من مصادرها الأصلية.

الفصل الأول: القوي كما ذكر في السنة النبوية الشريفة

الإنسان مسؤول عن جسده وعن قوته وصحته، أمام الله يوم القيامة لذلك فُرض عليه المحافظة علي صحته وقوته والا يعرضها للمهالك، وعليه ان ينميها ويعمل علي تحسينها لقول "الترمذي" -رحمه الله- أيضا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهُ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ آخِرٌ أَحْرَصُ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ» (٧ : ٢٦٦٤)، وذكرت أحاديث كثيرة في سنة النبي عن النشاطات الرياضية وأهميتها في مباشرة الحياة اليومية، وإيماننا بالدور الذي تلعبه التربية الرياضية في حياتنا فاصبح التقدم في المحيط الرياضي دليل علي نهضة الأمم ورفيها، ذكر دا"سمير عمر" (وأخرون) قال، (أول ما يفعله الطفل عندما يقف علي قدميه هو المشي وعندما يشتد نموه يبدأ في الجري والقفز ورمي الأشياء يمينا ويسارا أي ان بطبيعته يمارس الرياضة) (٢٤: ١٣).

المبحث الأول: الرمي

يعد الرمي من العاب القوي الشهيرة والقديم منذ عرف الإنسان البدائي الكر والفر والصيد والدفاع، والاهتمام واضحاً في العصر الإسلامي فمن اشهر الأحاديث التي رويت عن ممارسة رسول الله صلي الله عليه وسلم الرمي ما رواه البخار عند "ابن حجر" - رحمه الله - في الشرح " صحيح البخاري" قال (حدثنا عبد الله بن مسلمة، حدثنا حاتم بن إسماعيل، عن يزيد بن أبي عبيد، قال: سمعت سلمة بن الأكوع رضي الله عنه، قال: مر النبي صلي الله عليه وسلم على نفر من أسلم ينتضلون، فقال النبي صلي الله عليه وسلم: «ارموا بني إسماعيل، فإن أباكم كان رامياً ارموا، وأنا مع بني فلان» قال: فأمسك أحد الفريقين بأيديهم. فقال رسول الله صلي الله عليه وسلم. «ما لكم لا ترمون؟»، قالوا: كيف نرمي وأنت معهم؟ قال النبي صلي الله عليه وسلم: «ارموا فأنا معكم كلكم» (٣ : ٢٨٩٩)، يقول الكريم صلي الله عليه وسلم وهو على المنبر {وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة} "ألا ان القوة الرمي ثلاثاً " ولأبي داود وابن حبان من وجه آخر عن عقبة بن عامر رفعه إن الله "يدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة صانعه يحتسب في صنعه الخير والرامي به ومنبله فارموا واركبوا وأن ترموا أحب إلي من أن تركبوا"، وفيه "ومن ترك الرمي بعد علمه رغبة عنه فإنها نعمة كفرها". و من





وجه آخر عن عقبة رفعه "من علم الرمي ثم تركه فليس منا (ورواه بن ماجه بلفظ "فقد عصاني") أو فقد عصى فقد عصي الله ورسوله, من هنا يأتي فضل ممارسة الرمي, وجزاء مستخدميه عند الله تعالى. يقول "الأصبهاني"-رحمه الله -، عن فضل الرمي قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " لَيْسَ هُوَ إِلَّا ثَلَاثٌ: تَأْدِيبُ الرَّجُلِ فَرَسَهُ، وَرَمْيُهُ بِقَوْسِهِ وَنَبْلِهِ، وَمَلَاعِبَتُهُ أَهْلَهُ، وَمَنْ تَرَكَ الرَّمْيَ بَعْدَمَا عَلِمَهُ رَغْبَةً عَنْهُ فَإِنَّهَا نِعْمَةٌ تَرَكَهَا " أَوْ قَالَ: «كَفَّرَ بِهَا» وَقَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ تَرَكَ الرَّمْيَ بَعْدَمَا عَلِمَهُ كَانَتْ نِعْمَةً أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِ فَتَرَكَهَا» (١٧: ٢٥), بيان من رسول الله عن ان الرمي فمن تركه فقد ترك شيء من الضرورة, وان ممارسته لا تعد لعبا أو لهوا بل تمرينا يثاب عليه المسلم.

المبحث الثاني: الركض والمشي

المطلب الأول: الركض

الركض من الرياضات البدنية القديمة التي ظهرت مع ظهور الإنسان فاستخدمها في الفر والكر، والهرب من المفترسات وفي الحصول علي الصيد، وقتال الأعداء وغيره, كما اعتبرت رياضة هامة في عالمنا الحديث ضمن الألعاب الأولمبية, ومارسها رسول الله صلي الله عليه وسلم وحث ممارستها لما لها من اثر ترفيهي وتقويتا البدن, يقول "الأصبهاني"-رحمه الله تعالى- عن النبي صلي الله عليه وسلم, في السباق الذي أجراه مع السيدة عائشة وهو من دعاها إليه : (أَخْبَرَنَا مُحَمَّدُ بْنُ أَحْمَدَ بْنِ حَمْدَانَ، أَنَا الْحَسَنُ بْنُ سُفْيَانَ، نَا الْمُسَيْبُ بْنُ وَاضِحٍ، نَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ مُحَمَّدٍ الْفَزَارِيُّ، عَنْ هِشَامِ بْنِ عُرْوَةَ، أَخْبَرَنِي أَبُو سَلَمَةَ، قَالَ: أَخْبَرْتَنِي عَائِشَةُ، أَنَّهَا كَانَتْ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي سَفَرٍ، فَقَالَ لِأَصْحَابِهِ: «تَقَدَّمُوا»، فَتَقَدَّمُوا، فَقَالَ لِي: «تَعَالَى أَسَابِقُكَ»، فَسَابِقْتُهُ فَسَبَقْتُهُ. فَلَمَّا كَانَ بَعْدُ، خَرَجْتُ مَعَهُ فِي سَفَرٍ، فَقَالَ لِأَصْحَابِهِ: «تَقَدَّمُوا»، فَتَقَدَّمُوا، فَقَالَ: «تَعَالَى أَسَابِقُكَ»، وَنَسِيتُ الَّذِي كَانَ وَقَدْ حَمَلْتُ اللَّحْمَ، فَقُلْتُ: وَكَيْفَ أَسَابِقُكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَأَنَا عَلَى هَذِهِ الْحَالَةِ؟ قَالَ: «لَتَفْعَلَنَّ»، فَسَابِقْتُهُ فَسَبَقْتَنِي وَقَالَ: «هَذِهِ بَيْتُكَ السَّبِقَةِ» (١٧: ٢٠), ممارسها هنا رسول الله صلي الله عليه وسلم من اجل الترفيه.

وقد ذكر "ابن حجر"-رحمه الله- في شرح صحيح البخاري, عن أنواع الركض التي امر بها الرسول صلي الله عليه وسلم وأصحابه, عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: (قدم رسول الله صلي الله عليه وسلم وأصحابه, فقال المشركون: إنه يقدم عليكم وقد وهنهم حمى يثرب, فأمرهم النبي صلي الله عليه وسلم «أن يرملوا الأشواط الثلاثة، وأن يمشوا ما بين الركنين، ولم يمنعه أن يأمرهم أن يرملوا الأشواط كلها إلا الإبقاء عليهم» وهو الجري مرة إلى الغاية والمراد به هنا الطواف حول الكعبة, ونقل





عن مجاهد والشافعي كراهته ويؤخذ منه جواز إظهار القوة بالعدة والسلاح ونحو ذلك للكفار إرهاباً لهم ولا يعد ذلك من الرياء المذموم وفيه جواز المعاريض بالفعل. وهذا من اهم ما روي عن رسول الله صلي الله عليه وسلم في استخدام الرياضة عن قصد وإظهار القوة البدنية لأصحابه أمام المشركين (٤ : ٤٧٧).

المطلب الثاني: المشي

المشي إحدى أساسيات التنقل في حياة البادية، وقد استخدمه المعاصرين كرياضة تقام لها المسابقات، فالمشي احدي الرياضات الهامة في رياضة اللعاب القوي حيث يتطلب لأدائها متسابقين ذوي قدرات جسمية وفسولوجية ونفسية عالية، فقال دا" سلام" (وأخرون) (مسافة سباقات المشي الأولمبية ٢٠، ٥٠ كيلو متر، ونظرا لان سباقات المشي أطول سباقات اللعاب القوي علي الإطلاق، فهي تتطلب بالدرجة الأولى عمل أجهزة الجسم الحيوية وخاصة القلب والرئتين بكفاءة عالية) (٢٢ : ٣٠٨)، كان من أعظم ما ذكرت السيرة عن جهود رسول الله صلي الله عليه وسلم في نشر الدعوة الإسلامية رحلته إلى الطائف ماشياً علي قدميه ما يزيد عن خمسين ميلا لدعوتهم إلي الإسلام بعدما لاقى مرار الجحود والكفر من أهل مكة، ذكر ذلك "الغزالي"-رحمه الله- في كتابه "فقه السيرة" فكتب، (مشي رسول الله صلي الله عليه وسلم إلى الطائف حيث تقطن ثقيف، وهي تبعد عن مكة نحو الخمسين ميلا، سارها محمد صلي الله عليه وسلم على قدميه جيئة وذهابا، فلما انتهى إليها قصد إلى نفر من رجالها، الذين ينتهي إليهم أمرها، ثم كلمهم في الإسلام، ودعاهم إلى الله، فردوه- جميعا- رداً منكرا، وأغلظوا له الجواب، ومكث عشرة أيام، يتردد على منازلهم دون جدوى) (٣ : ١٧٦٤). والمشي إلي المساجد له أجره عند الله وثواب المشقة في المشي لأداء تكاليف الصلاة، مما ذكره " احمد"-رحمه الله- في مسنده عن رسول الله صلي الله عليه وسلم قال - حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، سَمِعْتُ الْعَلَاءَ، يُحَدِّثُ عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، أَنَّهُ قَالَ: " أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَرْفَعُ اللَّهُ بِهِ الدَّرَجَاتِ، وَيَمْحُو بِهِ الْخَطَايَا؟ كَثْرَةُ الْخَطَى إِلَى الْمَسَاجِدِ، وَانْتِظَارُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الصَّلَاةِ، وَإِسْبَاحُ الْوُضُوءِ عَلَى الْمَكَارِهِ " (١١ : ٣٧٥).

الفصل الثاني : السباحة و المنازلات كما ذكرت في السنة النبوية الشريفة

السباحة والمنازلات لها مكانة كبيرة في السنة النبوية كنوع من المهارات الهامة لنجات المسلم من الغرق أو الموت، ففي حياة المسلم فان لم يكن النبي قام بفعلها مباشرة كالمصارعة مع "ركانة" مثلا، فقد أوصي بها مثل السباحة، ومع ان النبي صلي الله عليه وسلم لم يسبح إلا في أبيار، لأنه لم يعرض يوما علي شواطئ البحار أو الأنهار إلا انه أوصي بتعلم السباحة لأهميتها الكبرى.





المبحث الأول: السباحة

لم يحفل أهل الجزيرة العربية بممارسات كثيرة من الأنشطة الرياضية المائية وخاصة أهل مكة والمدينة وبقاع نشاط الدعوة في عهده صلي الله عليه وسلم وخاصة لانهم كانوا يبتعدون مسافات طويلة عن شواطئ الجور والأنهار، ومع ذلك وصي رسول الله صلي الله عليه وسلم بتعلم السباحة، ذكرة د "تهاني عبدالسلام" عن رسول الله صلي الله عليه وسلم قال، "حق الولد على الوالد ان يعلمه الكتابة والسباحة والرماية والا يرزقه إلا طيبا (٢٥ : ١٤)، فبين هنا النبي الكريم صلي الله عليه وسلم كم ان السباحة بمنزلة كبيرة مع الكتابة والطعام الحلال، فتعلمه امر هام له جزاء حسن، ولكن أمره بتعلمها ينم علي أهميتها الكبرى، ولقد ذكرت دا"عبدالسلام" في مرجعها السابق، عن عمر ابن الخطاب الذي قال، علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل. وفي فيض القدير ل"المناعي" -رحمه الله- قال عن السباحة التي أوصي بها عمر بن الخطاب "عَلِّمُوا أَبْنَاءَكُمْ السِّبَاخَةَ وَالرِّمِيَّ وَالْمَرْأَةَ الْمَغْزَلَ، عن ابن عمر"، (١٠ : ٥٤٧٧) وقال "المناعي" -رحمه الله- في شرحه. ("علموا أبناءكم السباحة" بالكسر العوم لأنه منجاة من الهلاك وقيل لأبي هاشم الصوفي: فيم كنت؟ قال: في تعليم ما لا ينسى وليس شيء من الحيوان عنه غنى. قيل: ما هو؟ قال: السباحة. وقال عبدالملك للشعبي: علم ولدي العوم فإنهم يجدون من يكتب عنهم ولا يجدون من يسبح عنهم وقد غرقت سفينة فيها جماعة من قريش فلم يعطب ممن كان يسبح إلا واحدا ولم ينج ممن كان لا يسبح إلا واحدا) (١٠ : ٣٢٧).

المبحث الثاني: المصارعة و المبارزات

المطلب الأول: المصارعة

مع استخدام الإنسان القديم لوسائل الحماية التي صنعها من الطبيعة، قد اختلط مع استخدامها مهارات جسمانية باليد الخالية لاعتماده علي البدن في اغلب الأحوال، فالمصارعة هي نزال فردي بين خصمين مستخدمين اليدين والجزع والقدين في حركات الهجوم والدفاع متبعين قانون اللعبة وكشفت الآثار علي مر التاريخ علي ممارسة الشعوب القديمة لرياضة المصارعة منهم الإغريق والرومان والفراعنة التي كتب عنهم دا" خضر" (وأخرون)، قال (تدل النقوش الهيروغليفية بجدران معابد بني حسن بالقرب من المنيا وتاريخها إلي ٤٠٠٠ ق.م ان الفراعنة هم أول من مارسوا فنون اللكم بغرض إعداد الشباب كجنود أقوىاء للدفاع عن الوطن) (٢٠ : ١)، ومما روي عن رسول الله صلي الله عليه وسلم عندما مارس المصارعة؛ وانها من أنواع الرياضة التي اتخذها رسول الله صلي الله عليه وسلم كنوع من الإعلان والشهرة للدين الجديد بين سكان نجد، قال "الشوكاني" -رحمه الله- في كتابه "نيل الأوطار": حديث عائشة عن سعيد بن جبير قال «كان رسول الله صلي الله عليه وسلم بالبطحاء،





فأتى عليه يزيد بن ركانة أو ركانة بن يزيد ومعه عير له، فقال له: يا محمد هل لك أن تصارعني؟ فقال: "ما تسبقني؟" قال: شاة من غنمي، فصارعه فصرعه، فأخذ الشاة. فقال ركانة: هل لك في العودة؟ ففعل ذلك مرارا، فقال: يا محمد ما وضع جنبي أحد إلى الأرض وما أنت بالذي تصرعني، فأسلم ورد النبي صلي الله عليه وسلم غنمه» (١٢ : ١٠٢).

وقال "الشوكاني" -رحمه الله- عن عبد الله بن الحارث قال: «صارع النبي صلي الله عليه وسلم أبا ركانة في الجاهلية، وكان شديدا فقال: شاة بشاة، فصرعه النبي صلي الله عليه وسلم فقال: عاودني في أخرى، فصرعه النبي صلي الله عليه وسلم فقال: عاودني، فصرعه النبي صلي الله عليه وسلم الثالثة. فقال أبو ركانة: ماذا أقول لأهلي؟ شاة أكلها الذئب، وشاة نشرت، فما أقول في الثالثة؟ فقال النبي صلي الله عليه وسلم "ما كنا لنجمع عليك أن نصرعك فنغرمك، خذ غنمك" هكذا وقع فيه أبو ركانة، والصواب ركانة، وفي الحديثين دليل على مشروعية المصارعة والمسابقة على الأرجل، وأن مثل ذلك لا ينافي الوقار والشرف والعلم والفضل وعلو السن فإنه صلي الله عليه وسلم لم يتزوج عائشة إلا بعد الخمسين من عمره. ولا فرق بين الخلاء والملا لما في حديث سلمة. قوله: (أن ركانة صارع النبي صلي الله عليه وسلم فيه دليل على جواز المصارعة بين المسلم والكافر وهكذا بين المسلمين، ولا سيما إذا كان مطلوبا لا طالبا، وكان يرجو حصول خصلة من خصال الخير بذلك أو كسر سورة كبر متكبر أو وضع مترفع بإظهار الغلب له، وكما روي من مصارعته صلي الله عليه وسلم ركانة روي أنه تصارع هو وأبو جهل قال الحافظ عبد الغني: ما روي من مصارعة النبي صلي الله عليه وسلم أبا جهل لا أصل له. وحديث ركانة أمثل ما روي في مصارعة النبي صلي الله عليه وسلم (١٢ : ١٠٤).

وذكر "الأصبهاني" -رحمه الله- فيه نا الْقَاضِي أَبُو أَحْمَدَ الْعَسَّالُ، نا أَبُو الْقَاسِمِ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ أَحْمَدَ بْنِ سَعِيدِ الْجَصَّاصِ، قَالَ: نا مُحَمَّدُ بْنُ مُعَاوِيَةَ الزِّيَادِيُّ، قَالَ: نا سَعِيدُ بْنُ أَوْسِ الْأَنْصَارِيِّ، قَالَ: نا عِمْرَانُ بْنُ حُدَيْرٍ، عَنِ النَّزَّالِ بْنِ عَمَّارٍ، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، قَالَ: جَاءَ أَعْرَابِيٌّ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِيُصَارِعَهُ فَقَالَ: «فَمَ يَا مُعَاوِيَةَ، فَصَارِعُهُ». فَقَامَ مُعَاوِيَةُ فَصَارِعَهُ فَصَرَعَهُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَمَّا عَلِمْتُمْ أَنَّ مُعَاوِيَةَ لَا يُصَارِعُ أَحَدًا إِلَّا صَرَعَهُ مُعَاوِيَةَ» وَيُقَالُ لِلْمَرْءِ مِنْهُ: الصَّرَعَةُ (١٨ : ١٧).

المطلب الثاني: السلاح والمبارزة

عمل الإنسان البدائي علي استخدام ما يمكنه من الطبيعة لخدمة حياته والحرس علي بقائه، فاستخدم الأخشاب والجلود والأحجار، وبدا الاهتمام بالأسلحة وتعلم استخدامها وانتقال المهارات





عبر الأجيال، وتطورت عبر العصر الفرعوني والفرس والإغريق والرومان وفي العصور الوسطى والعصر الحديث لمبارزة احدي الأنشطة الرياضية التي لها أهداف عقلية وبدنية ونفسية واجتماعية تحكمها قوانينها الخاصة، ذكر دا" حجاج" و دا" الطنبولي" قالا (ان المبارزة الحديثة كنوع من الرياضة البدنية قد انبثقت وتولدت عن المبارزة القديمة بعد ان مرت بعدة تطورات وصلت بها إلي الوضع الحالي) (١٩ : ٢٧)، ومن أدوات المبارزة السيف روي "البخاري" -رحمه الله- عن الرسول صلي الله عليه وسلم من السيوف كم الأجر المعد لمن يجيدون المبارزة بها، عنه قال: كتب إليه عبد الله بن أبي أوفى رضي الله عنهما: أن رسول الله صلي الله عليه وسلم قال: «واعلموا أن الجنة تحت ظلال السيوف» (٣ : ٢٨١٨).

وأما واقع المبارزة نفسها؛ ففي غزوة الخندق في العام الخامس من الهجرة حيث حاصر المشركون رسول الله صلي الله عليه وسلم في المدينة، وكان النبي صلي الله عليه وسلم قد حفر خندقا حول المدينة من قبل لما علم بقدمهم، هذا ليعتبره حصنا شديدا يتحصنون به ممن ائتلفوا عليهم من الكفار، فقامت مبارزة عظيمة بين عمر ابن ود احد كبار المشركين ومعلمهم الحربي وبين علي ابن أبي طلب الذي لم يتعدى الثلاثين من عمره، فذكر فيها "البيهقي" -رحمه الله- قال فيها، قال: وخرج عمرو بن عبد ود فنأى: من يبارز؟ فقام علي رضي الله عنه، وهو مقنع في الحديد أظنه عمرا. فقال: أنا لها يا نبي الله، فقال: «إنه عمرو اجلس». ونأى عمرو: ألا رجل؟ وهو يؤنبهم ويقول: أين جنتكم التي تزعمون أنه من قتل منكم دخلها؟ أفلا تبرزون إلي رجلا؟ فقام علي فقال: أنا يا رسول الله، فقال: «اجلس»، ثم نادى الثالثة فقال: فقام علي فقال: يا رسول الله، أنا. فقال: «إنه عمرو» قال: وإن كان عمرا، فأذن له رسول الله صلي الله عليه وسلم ، فمشى إليه حتى أتاه وهو يقول: فقال له عمرو: ومن أنت؟ قال: أنا علي، قال: ابن عبد مناف؟ فقال: علي بن أبي طالب. فقال: غيرك يا ابن أخي، ومن أعمامك من هو أسن منك، فأنا أكره أن أريق دمك، فقال علي رضي الله عنه: لكني والله ما أكره أن أريق دمك، فغضب، فنزل وسل سيفه كأنه شعلة نار، ثم أقبل نحو علي مغضبا، واستقبله علي رضي الله عنه بدرقته فضربه، وعمرو في الدرقة فقداه، وأثبت فيها السيف، وأصاب رأسه فشجه، وضربه علي على حبل العاتق فسقط، وثار العجاج، وسمع رسول صلي الله عليه وسلم التكبير، فعرف أن عليا قد قتله، فتم علي رضي الله عنه: ثم أقبل علي رضي الله عنه نحو رسول الله صلي الله عليه وسلم ووجهه يتهلل، فقال عمر بن الخطاب رضي الله عنه: هلا استلبته درعه، فإنه ليس للعرب درع خير منها. فقال: ضربته فاتقاني بسواده، فاستحييت ابن عمي أن أستلبه، وخرجت خيوله منهزمة حتى اقتحمت من الخندق) (١٤ : ٤٣٥).





الفصل الثالث: الصحة البدنية كما ذكرت في السنة النبوية الشريفة

الصحة البدنية مصطلح حديث في عالم التربية الرياضية يدرس النظافة الشخصية والتشريح والإسعافات وغيرها والتي انحصرت معانيها الحديثة تلك في وصايا رسول الله بالطهارة والاستشفاء والاقتصاد في التغذية؛ فهي مع اختلاف المعنى إلا أنها تحمل نفس المفاهيم والدلائل والأهداف، مما يجعلها تندرج تحت الدراسات الرياضية، عرّفت هيئة الصحة العالمية عن مفهوم الصحة - كما ذكرته دا"مرفت رخا" (وأخرون) (الصحة علي أنها حالة السلامة والكفاية البدنية والعقلية والاجتماعية الكاملة وليست مجرد الخلو من المرض والعجز) (٢١ : ٧)، فكثير من أحاديث رسول الله صلي الله عليه وسلم تكون شاملة كثير من الحكم والمواعظ النافعة في مجال الصحة وغيرها، فقد روي "الهروي" عن رسول الله صلي الله عليه وسلم **غُتِمَ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ، وَصَحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَفِرَاغِكَ قَبْلَ شَغْلِكَ، وَشَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَغَنَّاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ** (٨ : ٣٢٣٩)، فاهتمام الدين الإسلامي كمؤسسة شاملة للعلوم بصحة الفرد والعناية به ليس بجديد، وصحة الفرد تعني الفرد هذا الخلية الأولى في بناء المجتمع، فاهتمام الإسلام بصحة فرد هو اهتمامه بالمجتمع والأمة كاملة.

المبحث الأول: الإصابات والإسعافات كما ذكرت في السنة النبوية الشريفة

الإصابات والإسعافات من المصطلحات الرياضية الحديثة والتي تعني في السنة النبوية الاستشفاء والسعي للتداوي، فمن وصاياه صلي الله عليه وسلم ان الله خلق لكل داء شفاء، ذكر "ابن حجر" -رحمه الله- عنه قال - حدثنا محمد بن المثنى، حدثنا أبو أحمد الزبيرى، حدثنا عمر بن سعيد بن أبي حسين، قال: حدثني عطاء بن أبي رباح، عن أبي هريرة رضي الله عنه، عن النبي صلي الله عليه وسلم قال: «**ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء**» (٣ : ٦٧٨)، وعن الحجامة التي أشاد بفاعليتها كثير من علماء الطب الحديث قال عنها الرسول الكريم ما ذكره "ابن حجر" -رحمه الله- قال، عن ابن عباس رضي الله عنهما، قال: (**"الشفاء في ثلاثة: شربة عسل، وشرطة محجم، وكية نار، وأنهى أمتي عن الكي"** رفع الحديث ورواه القمي، عن ليث، عن مجاهد، عن ابن عباس، عن النبي صلي الله عليه وسلم: «**في العسل والحجم**» (٣ : ٦٨٠)،... ومن اجل ما ذكره "ابن حجر" -رحمه الله- عن الرسول صلي الله عليه وسلم عن الطاعون ألا تدخل بلدا فيها طاعون وان كنت بها فلا تخرج منها، وهذا يناسب ما نحن به الآن من فيروسات منتشرة في عصرنا الحالي، فعنه قال، (حدثنا حفص بن عمر، حدثنا شعبة، قال: أخبرني حبيب أبي ثابت، قال: سمعت إبراهيم بن سعد، قال: سمعت أسامة بن زيد، يحدث سعدا، عن النبي صلي الله عليه وسلم أنه قال: «**إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا**





تدخلوها، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها» (٣ : ٥٧٢٨)، حفاظا علي النفس لا انتقال بين البلدان حتي لا تنتقل الأمراض.

المبحث الثاني: التربية الصحية كما ذكرت في السنة النبوية الشريفة المطلب الأول : النظافة البدنية

النظافة الشخصية تستهدف الفرد والمجتمع والحماية العامة من الأمراض والحد من نشر العدوي كما أنها تساعد علي العمل والإنتاج وتعكس الإحساس بالمسئولية، وعاملة علي الاستشفاء، فبنفس الأهداف أوصي رسول الله بالطهارة كمصطلح يعبر عن النظافة الشخصية والعامة، في شرح " ابن حجر" -رحمه الله -عند ذكر التطيب والتجمل وفوائده بما يعود علي المسلم من ورعاية مظهره كرسول الله صلي الله عليه وسلم ذكر "ابن حجر"-رحمه الله-، عن عائشة، قالت كان النبي صلي الله عليه وسلم «إذا اغتسل من الجنابة، دعا بشيء نحو الحلاب، فأخذ بكفه، فبدأ بشق رأسه الأيمن، ثم الأيسر، فقال بهما على وسط رأسه» إلي أن يقول: من سنن الرسول صلي الله عليه وسلم من التجمل والتطيب، عن سلمان الفارسي، قال: قال النبي صلي الله عليه وسلم: «لا يغتسل رجل يوم الجمعة، ويتطهر ما استطاع من طهر، ويدهن من دهنه، أو يمس من طيب بيته، ثم يخرج فلا يفرق بين اثنين، ثم يصلي ما كتب له، ثم ينصت إذا تكلم الإمام، إلا غفر له ما بينه وبين الجمعة الأخرى» (٤ : ٣٧٣).

المطلب الثاني: الصحة البدنية

الطعام المتوازن له أهميته البالغة للمحافظة علي صحة الإنسان، لذلك اثبت علماء الصحة ان سوء التغذية يسبب كثير من الأمراض منها ما أقرته دا"صفاء الخربوطلي" حيث قالت:(سوء التغذية يؤدي إلي فقد القوة وأكثر أمراض سوء التغذية انتشارا - من وجهة نظر علماء القوام - الكساح ولين العظام وضعف العضلات، كما ان التغذية الغير موجهة وكمية الغذاء الزائدة تؤدي إلي السمنة وترهل العضلات وكلها تؤدي إلي القوام الرديء) (١٦ : ٢٤)، ان سوء التغذية يسبب كثير من الأمراض، وإن الطعام المتوازن له أهميته البالغة للمحافظة علي صحة الإنسان، ذلك اجمع علماء الصحة "كما سبق"، وذكر "ابن كثير" -رحمه الله -وعن النبي (ﷺ) قال: "كلوا وتصدقوا والبسوا في غير إسراف ولا مخيلة" "رواه النسائي (٧٩/٥) وسنن ابن ماجة برقم (٣٦٠٥)" وقال الإمام أحمد: حدثنا أبو المغيرة، حدثنا سليمان بن سليم الكناني، حدثنا يحيى بن جابر الطائي سمعت المقدم بن معد يكرب الكندي قال: سمعت رسول الله صلي الله عليه وسلم يقول: "ما ملأ آدمي وعاء شرا من بطنه، حسب ابن آدم أكالات يقمن صلبه، فإن كان فاعلا لا محالة، فثلث طعام، وثلث شراب، وثلث لنفسه" "ورواه النسائي





والترمذي، - ورواه ابن ماجة في السنن برقم (٣٣٥٢) "هذا إسناد ضعيف ، عن أنس بن مالك قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن من السرف أن تأكل كل ما اشتهيت". ورواه الدار قطني في الأفراد، وقال: هذا حديث غريب تفرد به بقية." (٢ : ٤٠٦).

ونكر "ابن حجر"-رحمه الله- في شرح صحيح البخاري. عن أهمية المحافظة علي الصحة البدنية عند أداء فريضة الصوم، فليس علي المسلم ان يواصل الصوم حفاظا علي صحته وقوته البدنية ، حدثنا مسدد، قال: حدثني يحيى، عن شعبة، قال: حدثني قتادة، عن أنس رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم ، قال: «لا تواصلوا» قالوا: إنك تواصل، قال: «لست كأحد منكم إني أطمع، وأسقى، أو إني أبيت أطمع وأسقى» (٣ : ١٩٦١).

المستخلصات :

مما استخلصه الباحثان من تلك الدراسة:

- ١- مارس رسول الله صلى الله عليه وسلم سباقات العدو والرمي؛ واستخدم المشي مسافات طويلة لنشر الدعوة، وأوصي بتعلم السباحة والاهتمام بالصحة البدنية.
- ٢- تساعد النظافة الشخصية علي الإنتاج والعمل والاستذكار والوقاية من الأمراض؛ وأوصي صلى الله عليه وسلم بنظافة المأكل والملبس والمسكن، واستخدم رسول الله صلى الله عليه وسلم السواك والتطيب وكان يمتشط صلى الله عليه وسلم.
- ٣- العسل الأبيض فيه شفاء وغذاء، فنصح به النبي صلى الله عليه وسلم في الطب والتداوي، أوصي الحجامة.

التوصيات:

يوصي الباحثان:-

- الاهتمام بالأنشطة الرياضية وخاصة الرمي والركض والمشي التي مارسها رسول الله صلى الله عليه وسلم بذاته الشريفة، لما لها من اثر إيجابي في تقوية جسم الفرد.
- السعي للتداوي واجب للحفاظ علي الجسد معافي؛ ومرضات للرب، وتباعا لرسول الله صلى الله عليه وسلم.

المراجع :

١_ كتب الله تعالى. القرآن الكريم.





- ٢_ ابن كثير, أبو الفداء إسماعيل, (المحقق: سامي محمد سلامة), (١٩٩٩ م). التفسير العظيم لابن كثير, دار طيبة للنشر والتوزيع, مصر.
- ٣_ البخاري, محمد بن إسماعيل أبو عبدالله, (حققه, محمد فؤاد عبدالباقي), (١٤٢٢ هـ). صحيح البخاري, دار طوي البخاري.
- ٤_ العسقلاني, احمد بن علي بن حجر أبو الفضل, (١٣٧٩ هـ). فتح الباري شرح صحيح البخاري الإسلام, المعرفة, بيروت, لبنان.
- ٥_ الكويدلاوي, حسين جاسم. أحكام إلي: والترويح في الإسلام, رسالة ماجستير منشورة, دار الصحة, الكويت.
- ٦_ الشيخ. محمد شريف, (٢٠٠٦م). لغة الجسد في السنة النبوية دراسة موضوعية, كلية الدراسات العليا , رسالة ماجستير غير منشورة , الجامعة الأردنية .
- ٧_ البدر, عبد المحسن بن حمد بن عبدالمحسن, (١٩٧٠ م). الإمام مسلم وصحيحه, الجامعة الإسلامية, المدينة المنورة, السعودية .
- ٨_ الهروي, علي بن سلطان محمد, (٢٠٠٢م). مرقاة المفاتيح شرح مشكات المصابيح, دار الفكر, بيروت, لبنان.
- ٩- السقا, محمد الغزالي, (١٤٢٧ هـ). فقه السيرة, دار القلم, دمشق, سوريا.
- ١٠- المناوي, زين الدين محمد بن تاج العارفين, (١٣٥٦ هـ). فيض القدير شرح الجامع الصغير, المكتبة التجارية الكبرى, مصر.
- ١١_ الشيباني, أبو عبدالله احمد بن محمد بن حنبل (تحقيق, عادل رشد وآخرون), (٢٠٠١ م (مسند احمد بن حنبل, مؤسسة الرسالة.
- ١٢_ الشوكاني, محمد بن علي بن عبد الله (تحقيق, عصام الدين الصبابطي), (١٩٩٣م). نيل الأوطار, دار الحديث, مصر.
- ١٣_ الترمذي, محمد بن عيسى بن سورة بن موسى (تحقيق, بشاد عواد معروف), (١٩٨٨ م) سنن الترمذي, دار الغرب الإسلامي, بيروت , لبنان.
- ١٤_ البيهقي, احمد بن الحسين بن علي بن موسى, (١٩٨٨ م). دلائل النبوة, دار الكتب العلمية, جار الريان للتراث, بيروت, لبنان.





- ١٥_ البخاري, محمد إسماعيل أبو عبدالله (تحقيق, محمد فؤاد عبدالباقي), (١٤٢٢ هـ). _الجامع المسند الصحيح لمختصر أمور رسول الله صلي الله عليه وسلم = صحيح البخاري, دار طوق النجاة.
- ١٦_ الخربطي , صفاء صفاء الدين, (٢٠٠٦ م). اللبقة القوامية والتدليك , دار الحرية للطباعة والنشر , الإسكندرية , مصر.
- ١٧_ الأصبهاني, أبو نعيم احمد بن عبد الله بن احمد بن إسحاق (محقق, محمد فؤاد الحداد), (٤٠٨ هـ). رياضة الأبدان, دار العاصمة, الرياض, السعودية.
- ١٨_ الأصبهاني, أبو نعيم احمد بن عبد الله بن احمد بن إسحاق, (١٩٧٤م). حلية الأولياء وطبقات الأصفياء, دار الفكر العربي بيروت لبنان, دار السعادة مصر.
- ١٩- حجاج, حسين احمد, رمزي عبدالقادر الطنبولي, (٢٠٠٢ م). المبارزة سلاح الشيش تعلم مهارات -شرح بعض مواد القانون , رجب للكمبيوتر , مصر.
- ٢٠- خضر, عبدالفتاح (وآخرون), (٢٠٠٢م) . الملائمة, مصر.
- ٢١_ رخا, مرفت إبراهيم, (وآخرون), (٢٠٠٢ م). مدخل إلي تطبيقات مسابقات والرياضية, الإسكندرية, مصر.
- ٢٢_ سلام, سعيد علي حسن, (وآخرون), (٢٠٠٣ م) . نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار الجزء الثالث, مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية, الإسكندرية, مصر.
- ٢٣_ عويس, مسعد, (٢٠٠٦ م). المرصد العلمي للثقافة الرياضية , مركز دراسات وبحوث الشباب.
- ٢٤_ عمر, سمير عباس, (وآخرون), (٢٠٠٢ م). نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار الجزء الثاني, المجلد الأولي, مصر.
- ٢٥_ محمد, تهاني عبدالسلام, (٢٠٠٠م). الترويج في ضوء التربية الإسلامية, دار الفكر العربي, القاهرة.

