

الإسلام والرياضة

تأليف:
سامي سعيد إسماعيل



الإسلام والرياضيات

تأليف وتحريج الأحاديث

الباحث / سامي سعيد إسماعيل

كتاب الإسلام والرياضيات

تأليف: سامي سعيد إسماعيل البرعي

الطبعة الأولى: نوفمبر 2021

دار العلوم للنشر والتوزيع

هاتف: 01061160988 - 01144764000

الموقع الإلكتروني: www.dareloloom.com

البريد الإلكتروني: daralaloom@hotmail.com

Facebook: dareloloom

X:@dareloloom

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف

رقم الإيداع: 2021/23222

الترقيم الدولي: 978-977-380-712-2

بسم الله الرحمن الرحيم

وبه نستعين

الإسلام والرياضة

مقدمة:

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستهديه ونستغفره ، وننعواز بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا ، من يهديه الله فلا مضل له ومن يضل فلا هادي له ، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبده ورسوله صلى الله عليه وعلى آله وصحبه ومن اتبع سنته واهتدى بهديه إلى يوم الدين .

أما بعد

إن لأمة الإسلام تميزاً عن باقى الأمم فى كل نواحى الحياة فهى الأمة الخاتمة التى تؤمن بالله وحده ونبيها خاتم النبىين والمرسلين الذى لا نبى بعده ، ودستورها القرآن الكريم الذى لا يأتى به باطل من بين يديه ولا من خلفه فقال تعالى " لَا يَأْتِيهِ الْبَاطِلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلَا مِنْ خَلْفِهِ^١ تَنْزِيلٌ مِّنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ ".^١

وهي الأمة الحاملة لمشعل الهدایة للعالمين ، وتبليغ رسالة الله إلى الأمم والشعوب إلى يوم القيمة ؛ يقول الله تعالى فى حقها: " كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرَجْتُ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَيُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ^٢ وَلَوْ أَمَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَّهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ".^٢ لذا جبها الله بصفة الاستمرار والدوام إلى يوم القيمة، وحفظها الله من الهلاك والاندثار إلى أن تقوم الساعة.

وتتميز أمة الإسلام بالوسطية السمحاء قال تعالى: " وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونُ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا... ".^٣

¹ سورة فصلت الآية 42.

² سورة آل عمران الآية 110.

³ سورة البقرة الآية 143.

وهذه الوسطية التى تميز بها أمة الإسلام هى التى حفظتها وميزتها من دون الأمم ،
وجعلتها قادرة على تبليغ رسالة ربها إلى كل الأمم إلى يوم القيمة.

ورسولها محمد صلى الله عليه وسلم مثلاً حيا ، وقدوة حسنة للبشرية كلها لا المسلمين فقط ، فقد كان صلى الله عليه وسلم يصلى ويطيل الصلاة حتى تدور قدماه ويخشى وتدمع عيناه ، وهو قوى في الحق لا تأخذه لومة لائم ، وي jihad في سبيل الله حتى كسرت رباعيته ، ويمارس الرياضات المختلفة في عصره .

ومع ذلك تجده صلى الله عليه وسلم يبشع ويبيسم في وجه من قابله ويقول " تبسمك في وجه أخيك صدقة " ⁴.

ويداعب ويمارح أهله وأصحابه ، ولكن لا يقول إلا حقا ، والصحابة الكرام " قالوا: يا رسول الله ! إنك تداعبنا ؟ ! قال: إنني لا أقول إلا حقا " ⁵.
ويقول للعجز يداعبها " يا أم فلان إن الجنة لا يدخلها عجوز " ⁶.
ويحذر الذين يضحكون الناس بالكذب ويقول لهم " ويل للذى يحدث بالحديث ليضحك منه القوم فيكذب ويل له ويل له " ⁷.

وكان يستعيد من الهم والحزن " اللهم أنى أعوذ بك من الهم والحزن " ⁸.
ولقد اهتم الإسلام بتربية القلوب والأبدان معاً ، ولم يهتم بجانب ويدع آخر ، أو يهتم بجانب على حساب الآخر ، بل هناك توازن دقيق بين الروح والجسد ، والدنيا والآخرة ، حتى إن عدد كلمات الدنيا والآخرة في القرآن متساويان فقد ذكرت 115 مرة، ليضيفا إلى إعجاز القرآن إعجازاً عددياً ، ولن ينتهي إعجاز القرآن إلى يوم القيمة .

وبين الجهاد والجد والترويح عن القلوب واللعب والمرح اهتم الإسلام بالرياضيات اهتماماً كبيراً ، فهى تجمع الأمرين معاً ، وقد وازن الإسلام بين هذه وتلك توازناً كاملاً ، لا يطغى طرف على آخر ، لذا كان هناك تواافق وتناسق بين الأمور كلها وهى الوسطية الطبيعية التي فطر الله الناس عليها ، واختارها الإسلام منهجاً وسلوكاً .

⁴ عن أبي ذر الغفارى ورواه الترمذى وابن حبان فى صحيحه(529)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الترمذى(1956)، وقال شعيب الأرناؤوط فى تخريج صحيح ابن حبان صحيح(529).

⁵ عن أبي هريرة ورواه الترمذى وأحمد(8481)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الترمذى(1990)، وقال الهيثمى فى مجمع الزوائد إسناده حسن(9/20).

⁶ عن الحسن البصري ورواه الترمذى فى الشمائل المحمدية(241)، وقال الألبانى صحيح فى السلسلة الصحيحة(2987).

⁷ عن معاوية بن حيدة القشيرى، ورواه أبو داود(4990)، والترمذى(2315)، والنمسانى فى السنن الكبرى(11126)، وأحمد(20046).

⁸ عن أبي سعيد الخدري، ورواه أبو داود(1555)، وضعفه الألبانى فى ضعيف أبي داود(1555).

والرياضة تحتل مكانةً سامية في الإسلام ، واهتم بها الرسول صلى الله عليه وسلم والصحابة والتابعين من بعدهم حتى قامت على أكتافهم حضارة سادت الدنيا وأضاء نورها ظلمات الجهل والتخلف في العالم من حولهم .

وفي هذا البحث لم أتطرق للتعريف بالرياضة لغةً واصطلاحاً ، لأنها قد تأخذ جانب كبير من الشرح والتعريف والتطويع ، ولكن لها تعريف عام للباحثين وال العامة على أنها ممارسة للألعاب الرياضية والترويح عن النفس والعقل وسيظهر هذا في تناولى للبحث . وأظهرت جانب من جوانب حضارة الإسلام المتميزة بالخيرية والوسطية في مراحلها المختلفة من عهد النبوة وعهد الخلفاء الراشدين ثم عهد الدول الإسلامية المختلفة حتى بداية العصر الحديث .

ففي الباب الأول تناولت الرياضة في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم وكيف مارس كافة أنواع الرياضة في عصره وكشفت جانب مضيء من حياة النبوة والصحابة الكرام ، قد تغيب عن شبابنا الحالى عامة وشبابنا الرياضى خاصة ، ولكن لن تغيب عن الباحثين في هذا المجال ، وكيف كانت الرياضة جزء لا يتجزء من حياتهم اليومية .

ثم استكملت في الباب الثاني الرياضة في الحضارة الإسلامية وكيف مع اتساع رقعة الدولة الإسلامية اتسعت أنواع الرياضة وكثرت وتنوعت في بلاد الدولة الإسلامية ، فقد كانت لدولة الإسلام عادات وتقاليد مختلفة باختلاف البلاد التي دخلها الإسلام وخاصة الدول الغير عربية والتي فتحها المسلمين ، فقد كانت رقعتها تمتد من حدود الصين شرقاً إلى بلاد المغرب غرباً ، ودخلت حضارات مختلفة تحت ظل الإسلام كالحضارة الفارسية والرومية والهندية ، ومعها دولها المختلفة في العادات والتقاليد والرياضات ، وفي ظل هذا الاتساع مورست كثيرة من الرياضات وقد تكون متشابهة في طريقة اللعبة والإسلوب ممارستها ، لكنها مختلفة الأسماء والألفاظ طبقاً للمكان والزمان التي مورست فيه .

وتناولت في الباب الثالث أحكام الحلال والحرام في الرياضة عامة وبعض الألعاب خاصة والمنتشرة الأن وفيه تناولت أقوال العلماء الأجلاء في بيان أحكام الإسلام في مختلف الألعاب وكيف نظر الإسلام إليها نظرة عدل ورحمة لأن من أسس مقاصد الشريعة الحفاظ على الدين والنفس والمال والعرض والعقل .

فبعد اتساع رقعة الإسلام ودخول دول مختلفة في رقعة الإسلام ، كانت تمارس رياضات محرمة ، فحرمها إسلامنا الحنيف ، وهذب باقي الرياضات لتمارس داخل رحمة الإسلام ووسطيتها.

وفي الباب الرابع تناولت مساهمات العرب في المسابقات الدولية واقتصرت على الدورة الأولمبية العالمية ودورة الألعاب الأولمبية العربية لما لها من أهمية رياضية للعالم أجمع ، ولم أستطيع حصر مساهمات المسلمين في هذه الألعاب لصعوبته بالنسبة لي فهو يحتاج إلى جهد جماعي لحصر مساهمات المسلمين في كل دولة ، وليقم به أحد الرياضيين المسلمين في كل دولة سواء كانت إسلامية أو غير إسلامية ليقوم بحصرها ثم تجمع مع اللجنة المشكلة لحصر هذا الجهد الإسلامي وتتابع بعد ذلك وتنشر ليعرف العالم الحديث مدى مساهمة المسلمين في المسابقات المختلفة سواء كانت دولية أو إقليمية.

وتناولت في الباب الخامس موضوع الرياضة الترويحية وكيف هي جزء لا يتجزء من الرياضة مثلها مثل الرياضة البدنية ، لأن الإنسان يتكون من جسد وروح وكل منها رياضته التي يجب للرياضي الإهتمام بها ، ولا تطغى إداهما على الآخر ، بل يجب أن يكون هناك توازن بين احتياج الروح والجسد ، وهل تعتبر الرياضة نشاطاً تربوياً أم نشاطاً ترويحياً؟ . وفي الخاتمة أردت أن أقول أننا يجب أن نتأسى بالنبي صلى الله عليه وسلم وأصحابه الكرام ونعيد مجد هذه الحضارة الرائدة التي قامت على العلم والأخلاق والقيم الروحية العالية في كل نواحي الحياة وخاصة الرياضة.

ثم تحدثت في الباب السادس عن الأخلاق وأهميتها في حياة الرياضي واحتياج العالم كله للخلق الإسلامي ، ورئيشه للرياضي المسلم الحق والذى يحمل خلق الإسلام على عاتقه وداخل نفسه ، وكيف هي موجودة ومتصلة في ديننا ولكن تحتاج إلى إزالة الرماد عن جواهرها وإستخراج اللؤلؤ من بحارها ، وفي حالة تطبيقها ستكون الرياضة عنصرها الإساسي الأخلاق ، في الممارسة وال التربية والتدريب بل والتشجيع أيضا.

ثم في الباب السابع والأخير تناولت معجزة الله في خلق جسم الرياضي وما يحدث في جسمه أثناء ممارسته الرياضة وكيف يتم شفاءه من الجروح والكسور بإذن الله ، وقد يقول البعض أن هذا ليس جزء من الموضوع ولكنني أردت أن أركز فيه عن معجزة الخالق سبحانه وتعالى ، وكيف لا تتناول كتبنا في مجال الطب والتشريح هذه الموضوعات بشيء من الإيمان ولا تتركها للعلم المجرد بعيد عن الإيمان وعظمة الخالق.

وأسأل الله عز وجل أن يتقبله مني خالصاً لوجه سبحانه وتعالى، وأن يجعله إضافة للمكتبات العربية والإسلامية للاستفادة به ، وأن يجعله لى عملاً متقبلاً ينفع به إلى يوم القيمة. فإنه إذا مات ابن آدم لا ينفعه إلا ثلات كما أخبر الرسول صلى الله عليه وسلم "إذا مات الإنسان انقطع عنْه عملُه إلَّا مِنْ ثَلَاثَةِ: إلَّا مِنْ صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ، أَوْ عِلْمٍ يُنْتَقَعُ بِهِ، أَوْ وَلَدٍ صَالِحٍ يَدْعُو لَهِ" ⁹.

فما وجدتم من خير فمن توفيق الله سبحانه وتعالى، وما وجدتم من خطأ فمن نفسي وسهوها من غير عمد ، وأسأل الله العفو والمغفرة بإذنه " لَا يُكَافِرُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۖ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ تَسْبِينَا أَوْ أَخْطَلْنَا رَبَّنَا وَلَا تُحِيلْنَا عَلَيْنَا إِنْ تَحِيلْنَا عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۖ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۖ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ " [البقرة الآية: 286].

وأرجوا أن يساعدنى إخوانى القراء فى تصحيح الأخطاء التى وقعت فيه عن غير قصد ، وجزاهم الله عنى خيراً ولهم جزيل شكرى وعرفانى لمشاركتهم لى.

سامي سعيد إسماعيل البر عى
selboraei@yahoo.com

القاهرة فى 19 رجب 1427
الموافق الأحد 12-8-2006.

تمت المراجعة فى 20 ذو الحجة 1440 هـ
الموافق الأربعاء 21-8-2019م.

⁹ عن أبي هريرة، ورواه البخاري في الأدب المفرد(38)، ومسلم في صحيحه(1631) واللقط له، وابن حبان في صحيحه(3016)، وقل الألباني صحيح في صحيح الجامع(793).

البَابُ الْأَوَّلُ

الرِّياضَةُ

فِي عَهْدِ

الرَّسُولِ وَالصَّحَابَةِ

لم تكن الرياضة في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم للتسلية وضياع الوقت ولكن كان لها هدف وغاية.

والهدف هو قول الله سبحانه في كتابه العزيز " وَأَعْدُوا لَهُم مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ " ¹⁰ وهو الاستعداد الدائم للجهاد والمرابطة في سبيل الله، الدعوة والهداية ونشر دين الله، والدفاع عنه بالنفس والمال، وتحمل تبعات الجهاد والمرابطة في سبيل الله. والغاية هي رضاء الله عز وجل وتحقيق العبودية لله وحده وتنفيذ أوامره لسعادة الدنيا والآخرة.

كما قال الله سبحانه وتعالى " قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعاً ۖ بَعْضُكُمْ لِيَعْضُّ عَدُوّ ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِنْيَ هُدًى فَمَنْ اتَّبَعَ هُدًى يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى (123) وَمَنْ أَعْرَضَ عَنِ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَخْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى " ¹¹، قوله سبحانه وتعالى " وَمَا أَمْرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الَّذِينَ حُنَفَاءٌ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقِيمَةِ " ¹².

لذا ربي رسول الله صلى الله عليه وسلم جيلاً من الرجال الأفذاذ المجاهدين حملوا راية الجهاد والدعوة حتى انتشر الإسلام في مشارق الأرض ومغاربها .

ولكن لانفهم من ذلك أن حياتهم كانت كلها جداً صارماً وجهاد متواصل وعبادة دائمة ، بل كانت هناك أوقات للهو المباح والترفيه الذي لا يضر ، وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم رغم طول صلاته وخشوعه وبكته ، وزهده وجهاده ، يبتسم وبيش ويمزح ويلاعب ويدافع ولا يقول إلا حقا ، وكان الصحابة رضوان الله عليهم أجمعين على دربه وسنته يقتدون به صلى الله عليه وسلم فتراهم يمزحون ويضحكون ويتردرون لأن هذه طبيعتهم البشرية .

ولذلك لم يكن على المسلمين أن يكون كل كلامهم ذكرا وكل صمتهم فكرا ، وكل نظرهم عبرا ، وكل سماعهم قرآن ، وكل فراغهم في المسجد ، وإنما اعترف بهم وبفطرتهم وغرائزهم التي خلقهم الله عليها ، بل فطر خلقه سبحانه كلهم عليها ، وقد خلقهم سبحانه يفرحون ويمزحون ويضحكون ويلعبون ، كما خلقهم يأكلون ويشربون ، وكما جعل منهم أنبياء ورسل ، جعل فيهم كفارا وفساقا.

¹⁰ سورة الأنفال الآية 60 .

¹¹ سورة طه الآية 124 ، 123 .

¹² سورة البينة الآية 5 .

و في عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم كان هناك رياضات كثيرة منها ما أقره الرسول صلى الله عليه وسلم قوله عملاً لما فيه من نفع للمسلمين في حياتهم وتربيتهم لهم على الجد والجهاد ، ومنها ما نهى عنه الرسول صلى الله عليه وسلم لما فيه من لهو باطل ومضيعة للوقت والمال كما قال الله سبحانه وتعالى " وَمَا آتَكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا ۝ وَاتَّقُوا اللَّهَ۝ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ " ¹³

(فقد ربط الرسول صلى الله عليه وسلم بين بعض المناشط الرياضية وبين الجهاد لإدراكه أهمية الإعداد البدني والمهاري في المعارك الإسلامية التي تخاض بقصد الجهاد في سبيل الله ، فقد أكد أشد التأكيد على تلك الرياضات التي تخدم أهداف الجهاد ومقوماته كالرمي بالقوس والنبل ، وركوب الخيل ، وأوضح ثواب ذلك للمسلم ، بل أوضح كذلك عقاب من يترك هذه الرياضات وما تؤول إليه أحواله إن فعل ، ورسول الله صلى الله عليه وسلم لا ينطق عن الهوى .

وبذلك ربط الرسول صلى الله عليه وسلم بين الرياضة وأهداف الدولة ، ولم نعرف في تاريخ المجتمعات البشرية عبر العصور المختلفة أن التربية البدنية والرياضية قد نجحت وازدهرت بمعزل عن أهداف مجتمعها ، وهكذا نجحت الرياضة في عصر الرسول ونالت هذه المكانة المرموقة بين سائر النظم الاجتماعية وأنماط الثقافة في الدولة الإسلامية الأولى) ¹⁴ .

الرسول القدوة:

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم القدوة الحسنة والأسوة الطيبة والمثال العلی للMuslimین ، فكان صلى الله عليه وسلم رشيق القوام متین البنیان يمارس الرياضة ویحضر عليها ، كما وصفه على بن أبي طالب رضي الله عنه فقال: لم يكن بالطويل الممغط (البائن الطويل) ، ولا بالقصير المتردد ، وكان ربعة من القوم (معتدل القامة) ، ولم يكن بالجعد القبط ، ولا بالسیط ، كان جعداً رجلاً ولم يكن بالمطعم (الفاحش السمنة) ، ولا بالملائم (كثير اللحم) ، كان في الوجه تدویر أبيض مشبا بالحمرة أدعج العينين أهدب الأسفار جلیل المشاش والكتد أجرد ذو

الحضر الآية 7 .
¹³ الرياضة النبوية د/ أمين أنور الخولي .
¹⁴

مسربة ، شلن الكفين والقدمين (غليظ) وإذا مشى تقلع كأنما يمشى في صبب (يميل في المشى إلى الأمام).¹⁵

وكما وصفه القاضي عياض فقال: كان عظيم الصدر، عظيم المنكبين ، ضخم العظام ، عبل العضدين والذراعين والأسافل ، رحب الكفين والقدمين ، ربعة القد ، ليس بالطويل البائن ، ولا بالقصير المتردد صلى الله عليه وسلم.¹⁶

فكان كامل الأوصاف والخلاقة ، وكيف لا وهو رسول رب العالمين ، وخاتم النبيين وسيد الأولين والآخرين ، اتصف خلقه بالجمال ، واتصفت أخلاقه بالكمال ، كما وصفته زوجته السيدة عائشة رضي الله عنها " كان خلقه القرآن ".¹⁷

كان رياضياً ، يمارسها ويأمر أصحابه بها ، ويحضر عليها فقال صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف ، وفي كل خير "¹⁸ فانعكس ذلك على بيته وقوامه وجهاده وجده في كل المواقف ، فقد مشى 100 ميل من المدينة إلى بدر الكبرى ، ومشى أكثر من ذلك بكثير في غزوة تبوك ، فقد كان يتناوب الركوب والمشي مع اثنين من أصحابه ، وكان يحرق الخندق ويحمل التراب مع أصحابه دون تمييز عنهم ، وعندما اعترضتهم صخرة ضخمة لم يستطعوا تقطيعها وإزاحتها ، تصدى لها صلى الله عليه وسلم وضربها بمعوله ثلاثة فقتلتها ، وركب الخيل والجمال وحارب بالسيف والرمح ورمي بالنبال ، بل سباح في الماء ، وسابق بالخيل والجري ، وصارع ومارس اللياقة البدنية واهتم بها صلى الله عليه وسلم .

¹⁵ رواه الترمذى فى سننه وقال حسن غريب ليس إسناده بمتصل وقال بن عبد البر أحسن شيئاً فى وصفه صلى الله عليه وسلم فى الاستذكار (7/337)، وقال الألبانى ضعيف فى ضعيف الترمذى (3638).

¹⁶ كتاب الشفاء للقاضى عياض .

¹⁷ عن عائشة رضي الله عنها والحديث متافق عليه أخرجه البخارى فى الأدب المفرد وقال الألبانى صحيح فى الأدب المفرد (234)، ومسلم فى صحيحه (748).

¹⁸ عن أبي هريرة ورواه مسلم فى صحيحه (2664)، وصححه والألبانى صحيحه فى صحيح ابن ماجه (3379)، وحسنه فى صحيح الجامع (6650).

فمن الرياضة التي مارسها وأمر بها الرسول صلى الله عليه وسلم ،

1. رياضة المبارزة بالسيف:

السيف كان هو السلاح الفردي عند العرب والمسلمين ، وهو سلاح الفارس والراجل على السواء وهو سلاح يعتمد عليه الفرد في حياته العادمة وفي قتاله ، وهو معه أينما ذهب ، ومن نعومة أظافره يتعلم كيف يستعمله وكيف يحمله وكيف يقوم بحقه ، لذا كان أحسن آلاتهم وأكثرها ذكرًا في أشعارهم وأقربها إلى قلوبهم ولها أسماء كثيرة ، بل سجلوا تاريخها منذ صنعت .

وكانوا من أمهر الناس استخداماً لها (وكانوا لتمكنهم من استخدامه وأفهتم له يقولون عن السيف : إنه يغنى عن غيره ، ولا يغنى عنه غيره ، ويعمل به عمل السلاح كله ، فكانوا يطعنون به كالرمح ويضربون به كالعمود ويقطعون به كالسكين و يجعلونه سوطاً ومقرعة ، ويتذذونه جمالاً ووجاهة في الملا ، وأنيساً في الوحدة ورفيقاً للسائل .

وكان العرب يجيدون استعماله ركباناً ومشاة وقعوداً وجثياً وعلى الركب - وقد ورد ذكر ذلك في قتال القادسية - وهو أسلوب دفاعي في المبارزة ، غير أنه مربك جداً لمن لم يألفه ويعجز عن مواجهته ، فهو يمكن صاحبه من إصابة خصمه من أسفل بينما يعجز المبارز الواقف أن يصيب المبارز الجاثي ، مثل هذا الإسلوب في المبارزة نلحظه في يومنا هذا بين المبارزين بالعصى في لعب التحطيب المشهور في صعيد مصر وريفها

19.)

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم في السيف يحضر عليه ويشيد به " لاتمنوا لقاء العدو ولكن إذا لقيتموه فاتبتوه واعلموا أن الجنة تحت ظلال السيف " 20.

وقال صلى الله عليه وسلم " السيف أردية المجاهدين " 21.

وعن يزيد بن شجرة موقوفاً " السيف مفاتيح الجنة " 22.

وقال صلى الله عليه وسلم " من سل سيفه في سبيل الله فقد بايع الله " 23.

¹⁹ الطريق إلى المدائن. / أ/ أحمد عادل.

²⁰ عن عبد الله بن أبي الأوفى والحديث متفق عليه وأخرجه البخاري في صحيحه (3024)، ومسلم في صحيحه (1742).

²¹ عن أبي أيوب ورواه дилиمى فى مسند الفردوس (3555)، والمحاملى فى أماله عن زيد بن ثابت (461)، والألبانى فى ضعيف الجامع (3375) والسلسلة الضعيفة (3739).

²² عن يزيد بن شجرة، وقال الحافظ البيهى فى مجمع الزوائد رواه الطبرانى عن طريقين رجال أحدهما رجال صحيح (5/297)، وقل الألبانى روى بطريقتين أحدهما صحيحة فى السلسلة الصحيحة (6/374).

عن كعب بن مالك رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: إن المؤمن

يجاهد بسيفه ولسانه.²⁴

عن علي رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: إن الله يباهی بالمتقد
سيفه في سبيل الله ملائكته وهم يصلون عليه مadam متقده.²⁵

وكان العرب يعتقدون أن السيف إذا سل من غمده دون أن يضر به أورث الجبن.
وكان صلى الله عليه وسلم يأمر أن يتداول السيف في غمده حتى لا يصيب أحداً فيؤديه.
وعن جابر رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى أن يتعاطى السيف
مسؤولاً.²⁶

وفي رواية "إذا سل أحدكم السيف فليغمده ثم يعطيه أخيه".²⁷
وكان لا يحب أن يغالي الصحابة في أثمان السيوف في تجارتها فعن عبد الله بن بسر
رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال "لا تغالوا في أثمان السيوف فإنها
مامورة".²⁸

وللسيف حق، وهو أن من حمله وأخذه يقاتل به العدو ولا ينهزم ولا يفر، ويقاتل به حتى
ينكسر أو ينحني.

عن الزبير رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "من يأخذ هذا السيف
بحقه؟ قيل وما حقه؟ قال: لا يقتل به مسلماً ولا يفر به عن كافر".²⁹

وفي حديث آخر "أنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَخَذَ سِيفًا يَوْمَ أُحُدٍ فَقَالَ: مَنْ يَأْخُذُ
مِنِّي هَذَا؟ فَبَسَطُوا أَيْدِيهِمْ، كُلُّ إِنْسَانٍ مِنْهُمْ يَقُولُ: أَنَا، أَنَا، قَالَ: فَمَنْ يَأْخُذُهُ بِحَقِّهِ؟ قَالَ
فَأَحْجَمَ الْقَوْمُ. فَقَالَ سِمَاكُ بْنُ خَرَشَةَ أَبُو دُجَانَةَ: أَنَا أَخُذُهُ بِحَقِّهِ، قَالَ: فَأَخُذَهُ فَلَقَّ بِهِ هَامَ
الْمُشْرِكِينَ".³⁰

وكان الزبير بن العوام أول من سل سيفاً في سبيل الله وكان ذلك في مكة قبل الهجرة ،
عن عروة قال: أول سيف سل في الإسلام بمكة سيف الزبير، بلغه أن النبي صلى الله عليه

²³ عن أبي هريرة ورواه ابن مardonio في كنز العمال(4/280)، وضعفه الألباني في ضعيف الجامع(5631).

²⁴ كنز العمال عن الطبراني(4/357).

²⁵ كنز العمال عن الطبراني (4/338).

²⁶ عن جابر بن عبد الله قال الألباني صحيح في صحيح الترمذى (2163) وأبو داود (2588) والجامع (6819).

²⁷ عن أبي بكرة ورواه أحمد (20445)، والحاكم والطبراني بسندهما جيد وبن حجر بسندهما جيد في فتح البارى (28/13)، وقال المهمي في مجمع الزوائد رجالة ثقافت (7/294)، وحسن الألباني في السلسلة الصحيحة (7/1700).

²⁸ قال المتقى الهندي في كنز العمال رواه الديلمي (4/339).

²⁹ رواه الطبرى في تاريخ الأمم وممالك (195/2).

³⁰ رواه أنس بن مالك وأخرجه مسلم في صحيحه (2470).

وسلم قتل فسل سيفه وقال: لا ألقى أحدا إلا قتلته فبلغ ذلك النبي صلى الله عليه وسلم فأخذ سيفه فمسحه ودعاه.³¹

وكانت المبارزة بالسيوف من أحب رياضات العرب والمسلمين يتبارى فيها الشجعان ويتباهون بها ، ومن مواقف المبارزة المشهورة في تاريخ المسلمين ، مبارزة يوم بدر الكبرى .

فقد روى علي رضي الله عنه لما كان يوم بدر تقدم عتبة بن ربيعة وتبعه ابنه وأخوه فنادى من بيارز فانتدب له شباب من الأنصار فقال من من أنتم فأخبروهم فقالوا لا حاجة لنا فيكم إنما أردنا بني عمنا فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم قم يا حمزة قم يا علي قم يا عبيدة بن الحارث فأقبل حمزة إلى عتبة وأقبلت إلى شيبة واجتلت بين عبيدة والوليد ضربتان فأثخن كل واحد منهما صاحبه ثم ملنا على الوليد فقتلناه واحتمنا عبيدة.³²

و(أنَّ عَلَيَّ بَارِزَ يَوْمَ الْخَنْدَقِ عَمْرُو بْنَ عَبْدِ وَدَ) ³³، ومبرزة علي رضي الله عنه لعمرو بن عبد ود يوم الخندق مروية في كتب السيرة وقال ابن إسحاق مختصاراً: إن عمرو بن عبد ود خرج فنادى: هل من مبارز؟ فقام علي رضي الله عنه – وهو مقنع بالحديد – فقال: أنا له يا نبى الله ، فقال: " انه عمرو إجلس" ، ونادى عمرو : ألا رجل – يؤنبهم – ويقول - : أين جناتكم التي تزعمون أنه من قتل منكم دخلها ، أفلأ تبرزون لى رجلاً ، فقام علي ، فقال أنا له يا رسول الله ، فقال النبي " إجلس إنه عمرو" ، ثم نادى الثالثة وقال ينشد شعراً ولقد بحث من النساء بجمعكم هل من مبارز؟ فقام علي فقال: يا رسول الله أنا له ، فقال " إنه عمرو" ، فقال: وإن كان عمروأ ، فأذن له النبي صلى الله عليه وسلم ، فمشى إليه علي حتى أتاه وهو ينشد شعراً رداً على شعر عمرو : لا تعجلن فقد أتاك مجيب صوتك غير عاجز ، فقال له عمرو : من أنت ، قال أنا علي ، فقال : ابن عبد مناف؟ فقال : أنا بن أبي طالب ، فقال غيرك يابن أخي ، من أعمامك من هو أسن منك ، فإني أكره أن أهريق دمك ، فقال له علي رضي الله عنه : ولكن والله لا أكره أن أهريق دمك ، فغضب ونزل فسل سيفه كأنه شعلة نار ثم أقبل نحو علي مغضباً ، وذكر أنه كان على فرسه ، فقال له علي: كيف أقاتلك وأنت على فرسك ولكن إنزل معى ، فنزل عن

³¹ رواه الطبراني وقال الهيثمي في مجمع الزوائد إسناده منقطع (9/154)، والمتفق الهندي في كنز العمال (36623).
³² قال ابن الملقن إسناده حسن أو صحيح في تحفة المحتاج (2/508)، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود (2665)، وقال الشوكاني في نيل الأوطار رجالة ثقات (8/86).
³³ قال ابن حجر العسقلاني منقطع ووصله الحاكم (4/1440).

فرسه ثم أقبل نحو عليٍ ، وذكر الواقدي (عن جابر رضي الله عنه: فدنى أحدهما من صاحبه وثارت بينهما غيرة فما نراهما ، فسمينا التكبير تحتها ، فعرفنا أن علياً قتلها ، فانكشف أصحابه الذين في الخندق هاربين).³⁴

وكان العرب يسمون أسيافهم ويلقبونها بأحب الأسماء إليهم ويسجلونها في كتبهم وأشعارهم ، ومن أهم ما سجل من تاريخ أسياف العرب سيف عمرو بن معد يكرب الزبيدي (الصمصامة) ، وكان سيفاً مميزاً .³⁵

ولقد كان لرسول الله صلى الله عليه وسلم عدة أسياف ولها أسماء ، مثل ما ذكره الطبرى في تاريخه ، فقد روى بأنه كان لرسول الله من سلاح بنى قيقاع ثلاثة أسياف: سيفاً قليعاً وسيفاً يدعى البثار وسيفاً يدعى الحتف ، وقيل أنه عندما قدم إلى المدينة كان معه سيفان يقال لأحدهما العصب وشهد به بدرأً ، وسيفه ذو الفقار غنمه في يوم بدر.

وقال الصالحي الشامي عن أسياف رسول الله وأسماءها قال (في عدد سيفوه وهي أحد عشر سيفاً: وروى ابن سعد عن عبد المجيد بن سهل قال: قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم المدينة في الهجرة بسيف كان لأبي قثم (مأثور) يعني أباه .

الثاني: ذو الفقار بكسر الفاء يقال بفتحها كان في وسطها مثل الفرات غنمه يوم بدر- وكانت للقاضي ابن منبه السهمي- وكان لا يكاد يفارقها في حربه ، وكان قائمته وقبضته وذوابته وبكراته ونصله من فضة.

وروى ابن سعد والترمذى وحسنه عن ابن عباس رضي الله تعالى عنهم أن رسول الله صلى الله عليه وسلم غنم سيفه ذا الفقار يوم بدر.

الثالث والرابع والخامس: أصحابهم من سلاح بنى قيقاع

وروى ابن سعد عن مروان بن أبي سعيد بن المعلى قال: أصاب رسول الله صلى الله عليه وسلم من سلاح بنى قيقاع ثلاثة أسياف: قلعيّة: بفتح القاف واللام ثم عين مهملة نسبة إلى مرج القلعة بالبادية ، وسيف يدعى البثار، والبثار القاطع ، وسيف يدعى الحتف: بالحاء المهملة ثم تاء مثنية فوقية ثم فاء

روى ابن سعد عن مجاهد وزياد بن أبي مريم قالا: كان سيف رسول الله صلى الله عليه وسلم الحتف له قرن.

³⁴ المغازى للقاضى الواقدى.

³⁵ سجل قصته في تاريخ الأمم والممالك للطبرى 3/ 264 وفتح البلدان للبلاذرى 142.

السادس والسابع : أصابهما من صنم لطيء .

وروى ابن سعد عن مروان بن أبي سعيد بن المعلى قال: كان عند رسول الله صلى الله عليه وسلم سيف يدعى المخزن ، وسيف يدعى رسوبا أصابهما من الفلس ، بضم الفاء ، وسكون اللام: صنم لطيء.

الثامن: العصب: بفتح العين المهملة ، وسكون الضاد المعجمة ، أرسل إليه به سعد بن عبادة رضي الله تعالى عنه عند توجيهه إلى بدر.

وروى أبو الحسن بن الضحاك عن أبي بكر بن أبي خيثمة أنه قال في تاريخه: يقال أنه صلى الله عليه وسلم قدم المدينة ، ومعه سيفان يقال لأحد هما العصب شهد به بدرًا.

الحادي عشر: القصيبي بالقاف ، والضاد المعجمة: أصابه من سلاح بني قينقاع.

العاشر: الصّمّاصمة: كانت لعمرو بن معد يكرب الزّبيدي، فوهبها خالد بن سعيد بن العاص بن أمية بن عبد شمس بن عبد مناف بن قصي استعمله صلى الله عليه وسلم وكانت مشهورة عند العرب.

الحادي عشر: اللّحيف ³⁶).

2. رياضة الرمي بالسهام :

وهي أهم رياضات في الإسلام والتي عنى بها رسول الله صلى الله عليه وسلم وأمر بها أصحابه الكرام ، لما لها من أهمية قصوى في حياة الأمة ، ولما يتمتع بها أصحابها من مكانة عالية في وسط أقرانه ، فكان سيدنا سعد ابن أبي وقاص رضي الله عنه من أشهر الرماه وكان رضي الله عنه لا يخطئ في رمي ، وذكر ابن إسحاق في المغازى من حديث سعد أنه رمى يوم أحد دون رسول الله صلى الله عليه وسلم قال سعد: ولقد رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم ينالنى السهم ويقول له " أرم فدك أبي وأمى " حتى أنه لينالنى السهم ما له من نصل فأرمى به.³⁷

³⁶كتاب سبل الهدى والرشاد للصالحي الشامي(7/363).

³⁷السيرة النبوية لأبن هشام المجلد الرابع - غزوة أحد.

وكان الذى يتفوق فى الرمى يشار اليه بالبنان ويرفع ذكره بين الناس ، فعن علي رضى الله عنه قال " ما رأيت النبى صلى الله عليه وسلم يفدى رجلاً بعد سعد سمعته يقول " أرم فداك أبي وأمى " ³⁸ .

فقد كان سعد ابن أبي وقاص من أمهر الرماه ، ولذلك دعى له رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال " اللهم سدد رميته وأجب دعوته " ³⁹ ، فكان لا يرد له دعاء ولا يخيب له سهم. وكذلك كان الزبير بن العوام كان راميا فارسا شديد المراس رضى الله عنه فقد روى عنه أنه قال: جمع لي رسول الله صلى الله عليه وسلم أبويه مرتين: يوم أحد ، ويوم قريطة ، فقال " أرم فداك أبي وأمى " ⁴⁰ .

كذلك أبو طلحة كان راميا ماهرا شهد له النبى صلى الله عليه وسلم فقد " كان أبو طلحة يتترس مع النبى صلى الله عليه وسلم بترس واحد ، وكان أبو طلحة حسان الرَّمِي ، فكان إذا رمى تشرف النبى صلى الله عليه وسلم ، فينظر إلى موضع نيله " ⁴¹ .

وتسمى السهام أيضاً النبل والشاب ، وكان السهم العربى من أجود السهام فى زمانه ، فقد روى البلاذرى عن أبيه عن جده قال " حضرت الفادسية وأنا مجوسى ، فلما رمتنا العرب بالنبل جعلنا نقول دوك ، نعنى مغازل ، فما زالت بنا تلك المغازل حتى أزالت أمرنا ، ولقد كان الرجل منا يرمى عن القوس (الناوکية) - وهى السهام الفارسية - فما يزيد سهمها على أن يتعلق بثوب أحدهم ، ولقد كانت النبلة من نبالهم تهتك الدرع الحصينة والجوشن المضاعف مما علينا " ⁴² .

وكان لرسول الله صلى الله عليه وسلم قسى وسهام متعددة فقد روى صاحب كتاب الهدى والرشاد للصالحى الشامى قال (في قسيه صلى الله عليه وسلم وهي ست:- الأولى: الرواء.

الثانية: شوط: بشين معجمة مفتوحة ثم واو ساكنة ثم حاء مهملة وكانت تدعى البيضاء.

الثالثة: الصفراء- من نبع كسرت يوم أحد فأخذها قتادة بن النعمان.

³⁸ الحديث متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(4055) و(3831)، ومسلم فى صحيحه(2411).

³⁹ رواه الحاكم وقال هذا حديث صحيح على شرط مسلم ولم يخرجاه(92/3)، وقال الألبانى فى تخریج مشكاة المصايب إسناده ضعيف (6069).

⁴⁰ رواه بن عبد البر فى الاستيعاب وقال ثابت(91/2)، ورواية عبد الله بن الزبير رواها البخارى فى صحيحه(3720)، وقال أحمد شاكر إسناده صحيح فى مسند أحمد(3/17).

⁴¹ عن أنس بن مالك والحديث متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(2902)، ومسلم فى صحيحه(1811).

⁴² فتوح البلدان للبلاذرى 318.

روى ابن سعد عن مروان بن أبي سعيد المعلى ، وأبو الحسن بن الصحاح عن أبي بكر أحمد بن أبي خيثمة قالا: أصاب رسول الله صلى الله عليه وسلم ثلاثة من سلاحبني قينقاع.

الرابعة: السّداس: ذكرها جماعة وأسقطها غيرهم من السيف.

روى الطبراني عن ابن عباس رضي الله تعالى عنهم قال: كان لرسول الله صلى الله عليه وسلم قوس يسمى السّداس.
الخامسة: الزّوراء.

السادسة: الكتم لانخفاض صوتها إذا رمى عنها ، كسرت يوم أحد، فأخذها قتادة بن النعمان).⁴³

وكان الرسول صلى الله عليه وسلم يختار أفضل أدوات الحرب ويدرب المسلمين عليها فقد روى عن علي رضي الله عنه قال " كانت بيد النبي صلى الله عليه وسلم قوس عربية ، فرأى رجل بيده قوس فارسية ، فقال ما هذه ؟ ألقها عليك بهذه وأشباهها ورماح القنا ، فإنما يزيد الله لكم بها في الدين ، ويمكن لكم في البلاد ".⁴⁴

فأمر النبي صلى الله عليه وسلم الرجل بإختيار الأفضل والأصلح لمهمة القتال والجهاد في وقتها وهي القوس العربية لأنها الأسرع في الوصول إلى العدو والأطول مسافة والأكثر تأثيرا ، وكذلك دله النبي صلى الله عليه وسلم على رماح القنا وهي السلاح الثاني في المعركة ، فقد كانت الأسلحة الرئيسية في المعارك هي السيف والنبل والرمح في ذلك الزمان .

وكان للسهام سوق في المسجد حيث يجتمع الناس فيه يتداولونها بالبيع والشراء والتجارة. وحرصا منه صلى الله عليه وسلم من أن يصاب أحد من أثر نصل السهام ، أمر بالإمساك بنصلها حتى لا تؤذى أحدا ، فقد مر رجل في المسجد ومعه سهام فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم " أمسك بنصلها ".⁴⁵

وعن سلمة بن الأكوع قال " مرّ النبي صلى الله عليه وسلم على نفر من أسلم ينتضلون بالسوق ، فقال: ارموا يابنى إسماعيل فإن أباكم كان راميا ، ارموا وأنا مع بنى فلان ،

⁴³كتاب الهدى والرشاد للصالحي الشامي (7/362).

⁴⁴رواه ابن ماجه وقال الذهبي فيه عبد الله بن بسر ذكر من جرحه في ميزان الإعتدال (396/2)، وقال الألباني ضعيف في ضعيف ابن ماجه (562).

⁴⁵عن جابر والحديث متفق عليه ورواه البخاري في صحيحه (451) ومسلم في صحيحه (2614).

قال: فأنمسك أحد الفريقين بأيديهم ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: مالكم لا ترمون ؟ قالوا: كيف نرمي وأنت معهم ؟ فقال: ارموا وأنا معكم كلكم ".⁴⁶

ومعنى ينتضلون أى يترامون والنضال هو الترامى للسبق ونضل فلان فلانا: أى غلبه. أنظر كيف كان رد فعل رسول الله صلى الله عليه وسلم حين كان يمشى فى السوق ولم يفته صلى الله عليه وسلم هذا الموقف من الصحابة بل أمرهم ، وليس هم فقط ، بل المسلمين من بعدهم إلى يوم القيمة ، وحثهم على أهم رياضة فى التربية الجهادية إلا وهى الرماية ، وانظر كيف كان هم الصحابة وفعلهم من التدريب على رياضات القتال بل والتسابق فيها حتى وهم فى السوق حيث البيع والشراء والجداول والصخب ، واستثمرروا وجود بعض الوقت الضائع فى السوق ليستفيدوا منه فى الاستعداد للجهاد والتدريب على القتال.

ومن عقبة بن عامر قال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول " وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ، ألا إن القوة الرمى ، ألا إن القوة الرمى ".⁴⁷

وعنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " من عُلم الرمى ثم تركه فليس منا ".⁴⁸ ومعنى قوله صلى الله عليه وسلم ليس منا (أى أثم إثماً شديداً ، لأن ترك العناية بذلك يدل على ترك العناية بأمر الجهاد ، وترك العناية بالجهاد يدل على ترك العناية بالدين لكونه سببه وبه قام).⁴⁹

وقال صلى الله عليه وسلم " من تعلم الرمى ثم نسيه فهو نعمة جدتها ".⁵⁰ وعن عمر رضي الله عنه قال (أرموا فإن الرمى عدة وجلادة).⁵¹ وعن أبي سعيد قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " تعلموا الرمى والقرآن وخير ساعات المؤمن حين يذكر الله عز وجل ".⁵²

⁴⁶ رواه البخارى فى صحيحه(2899) وابن حبان فى صحيحه(4693).

⁴⁷ رواه مسلم فى صحيحه(1917) ، وابن حبان فى صحيحه(4709) ، وقال الألبانى صحيح فى صحيح أبي داود(2514).

⁴⁸ عن عقبة بن نافع رواه مسلم فى صحيحه(1919) ، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الجامع(6395).

⁴⁹ نيل الأوطار للشوكانى (8/96).

⁵⁰ عن أبي هريرة رواه البزار(9095) ، والطبرانى فى الصغير(543) ، وقال الألبانى صحيح لغيرة فى صحيح الترغيب(1294).

⁵¹ رواه ابن أبي شيبة فى مصنفه والمقى الهندى فى كنز العمال فى فضل الرمى المجلد الرابع(11369).

⁵² رواه الديلمى والمقى الهندى فى كنز العمال فى آداب الجهاد المجلد الرابع/الفصل الثانى(10871) .

وروى ابن عبد الله الأنصاري عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " علموا أبناءكم السباحة والرمادية ، ونعم لهو المؤمنة في بيتها المغزل ، وإذا دعاك أبيوك فأجب أمك " .⁵³

وعن أبي حدرد وأبي هريرة قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " تمعددوا واحشوشنا وانتضلوا وامشو حفاة " .⁵⁴

ومعنى تمعددوا أي تشبهوا بمعد بن عدنان في تقشفهم وخشونة عيشهم ، وانتضلوا أي تعلموا الرمي بالسهام .

وروى عن عمر رضي الله عنه أنه قال (علموا أولادكم العوم والرمادية ومروههم فليثروا على الخيل وثباً ، ورروهم ما يجمل من الشعر) .⁵⁵

وكتب عمر رضي الله عنه إلى الشام فقال (علموا أولادكم السباحة والرمي والفروسية) .⁵⁶

لأن الرمي وألعاب الرمادية هي المحك الرئيسي والنتيجة المنتظرة من التدريب على القتال ، لأن المطلوب هو تحقيق التفوق على العدو وهزيمته وذلك بتسديد الرمي والاصابة .

ولم يحث النبي صلى الله عليه وسلم على الرمي فقط بل حث على صناعتها وتخير الأحسن منها فقال صلى الله عليه وسلم " إن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة نفر الجنة: صانعه الذي يحتسب في صنعته الخير ، والذى يجهز به في سبيل الله ، والذى يرمى به في سبيل الله " .⁵⁷

وفي رواية أخرى " إن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة : صانعه يحتسب في صنعته الخير ، والرامي به ، ومنبله ، " .⁵⁸

⁵³ أخرجه السيوطي في الجامع الصغير وقال رواه ابن مندة في المعرفة وأبو موسى في الزيل والديلمي في مسند الفردوس وقال سنه ضعيف ولكن له شواهد (2/95)، وقال الألباني ضعيف في سلسلة الضعيف (3876)، وقال ضعيف في ضعيف الجامع (3726).

⁵⁴ رواه الطبراني في الكبير والبغوى والسيوطى وقال العراقى كلامها ضعيف في تخريج الإحياء (1/352)، وقال الهيثمى ضعيف في مجمع الزوائد (5/139)، وقال السخاوى له شواهد في المقاصد الحسنة (195).

⁵⁵ الكامل في اللغة والأدب لل McBride (1/211) .

⁵⁶ رواه المناوى في فيض القيرى والمتقى الهندى في كنز العمال كتاب القراب فى فضل الرمي المجلد الرابع.

⁵⁷ عن عقبة بن عامر ورواه مسلم في صحيحه (1919)، وأبو داود (2513)، وابن ماجه (2814)، وأحمد في مسنه (17337).

⁵⁸ عن عقبة بن عامر، ورواه مسلم في صحيحه (1919) وقال الألباني في تخريج مشكاة المصابيح إسناده مضطرب (3795) وقال ضعيف في ضعيف أبي داود (2513)، والحديث روى بطرق مختلفة وقال الألباني في رواية منها ضعيف في ضعيف الجامع (1732)، قال الترمذى فى روايته حسن صحيح، وقال شعيب الأرناؤوط فى مسند أحمد حسن بمجموع طرقه وشواهده (17300).

أى ليس فقط الرامى بل الصانع له والذى يقوم على تجهيزه من إحضار الخامات وإعداد الآلات وكل من دخل فى صناعتها ، حتى عمال النقل والتداول ما دام يحتسب أجرها عند الله مع استحضار النية لأن الأعمال بالنيات كما قال الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم فى الحديث الجامع عن عمر بن الخطاب " إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله فهجرته إلى الله ورسوله ومن كانت هجرته إلى دنيا يصيبها أو إمرأة ينكحها فهجرته إلى ما هاجر إليه رفعت الأقلام وجفت الصحف " .⁵⁹

و كذلك تخير الأحسن من أدوات الرماية والأفضل لتحقيق الغاية منها وهو الوصول للهدف من أول مرة بل وتحقيق الإصابة من أول رمية لأن العدو لن ينتظر منك الرمية الثانية .

وعلى هذا الهدى النبوى الشريف رسم رسول الله صلى الله عليه وسلم الطريق للMuslimين على طول عصورهم وإلى يوم الدين ، طريق الأخذ بالقوة وبالأسباب التى تؤدى إلى النصر على عدوهم ، والتمكين لهم فى الأرض ، والدفاع عن أنفسهم وديارهم وأوطانهم . وإن لم يطيعوا أمر ربهم ويطبقوا قول رسولهم ، ستدعى عليهم الأمم ويطمع فىهم عدو همتصدقًا لقول نبينا صلى الله عليه وسلم " يوشك الأمم أن تداعى (تداعى) عليكم كما تداعى (تداعى) الأكلة إلى قصعتها . فقال قائل: ومن قلة نحن يومئذ؟ قال: بل أنتم يومئذ كثير، ولكنكم غثاء كغثاء السبيل ، ولينزع عن الله من صدور عدوك المهابة منكم ، وليقذفن الله في قلوبكم الوهن . فقال قائل: يا رسول الله ! وما الوهن؟ قال: حب الدنيا وكراهية الموت " .⁶⁰

وتدعى أى تنادى كل أمة على الأخرى لتأخذ نصيتها كما ينادى الجائين بعضهم على بعض لتناول الطعام من إناء واحد، فما زال هناك بقية من الكعكة الكبيرة وهى كل الوطن العربى ، أو ما يسمونه الشرق الأوسط الكبير أو الجديد.

⁵⁹ الحديث متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(1)(54) وللهظ له، ومسلم فى صحيحه(1907) بخلاف يسير.

⁶⁰ عن ثوبان مولى رسول الله صلى الله عليه وسلم، وصححة الألبانى فى صحيح أبو داود(4297) ومشكاة المصايح(5298) والسلسلة الصحيحة(958).

وقد ورد في الترغيب في الرمي أحاديث أخرى كثيرة ، منها ما رواه أبو هريرة " تعلموا الرمي فإن ما بين الهدفين روضة من رياض الجنة " .⁶¹

وروى سعيد بن منصور في سنته عن خالد بن زيد قال: كنت رجلاً راماً وكان عقبة بن عامر الجهنوي يمر بي فيقول: يا خالد اخرج بنا نرمي ، فلما كان ذات يوم أبطأته عنه ، فقال: هل إحدثك حديثاً سمعته من رسول الله صلى الله عليه وسلم سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول " إن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة الجنة (وفي رواية أخرى ثلاثة نفر): صانعه يحتسب في صنعته الخير ، والرامي به ، ومنبله ، ارموا واركبوا ، وإن ترموا أحبت إلى من أن تركبوا ، وليس من اللهو إلا ثلاثة: تأديب الرجل فرسه ، وملاءعته أهله ، ورميه بقوسه ونبله ، ومن ترك الرمي بعد ما علمه رغبة عنه فإنها نعمة تركها وفي رواية أو قال كفرها".⁶²

ومن أبي نجيح السلمي (عمرو بن عبسة السلمي) : قال حاصلت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم قصر الطائف ، فسمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول " من بلغ بسهم في سبيل الله فهو له درجة في الجنة ، بلغت يومئذ ستة عشر سهما ".⁶³ وفي رواية عن أنس " من اتخذ قوساً في بيته نفى الله عنه الفقر أربعين سنة ".⁶⁴ وكان يخطب في الحرب وهو متكم على قوسه. وكان يعجبه أن يكون الرجل راماً فارساً سابحاً.⁶⁵

(وروى ابن عدي عن ابن عباس رضي الله تعالى عنهمما قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يخطب قائماً على قوسه.

وروى أبو بكر الشافعي عن سعد القرطمي رحمه الله تعالى أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يخطب الناس في الحرب إذا خطب ، وهو متكم على قوسه).⁶⁶ ومن حديث أبي رافع " حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمي ".⁶⁷

⁶¹ رواه الديلمي في الفردوس(2245)، وقال ابن حجر العسقلاني في تلخيص الحبير(4/1525)، والشوكاني في نيل الأوطار(8/247) إسناده ضعيف مع انقطاع.

⁶² رواه مسلم في صحيحه(1919)، وأبو داود، وقال شعيب الأرناؤوطى في تخريج المسند حسن بطرقه وشهاده(17335)، وقال الألباني ضعيف في ضعيف أبي داود(2513).

⁶³ قال الألباني صحيح في صحيح النسائي(3143)، وقال شعيب الأرناؤوطى في تخريج المسند إسناده صحيح على شرط مسلم (17022).

⁶⁴ قال المتقى الهندي في كنز العمال(المجلد الرابع الفصل الثاني)(4/354) رواه الخطيب والشيرازى في الألقاب.

⁶⁵ عن ابن عباس رواه ابن عساكر وذكره المتقى الهندي في كنز العمال(المجلد الرابع الفصل الثاني في آداب الجهاد)، وقال الصالحي الشامي في سبل الهدى والرشاد رواه ابن عدي عن ابن عباس(7/362) في الجزء الأول من الحديث.

⁶⁶ سبل الهدى والرشاد للصالحي الشامي(7/362).

وعن أبي الدرداء قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من مشى بين الغرضين
كان له بكل خطوة حسنة " ⁶⁸.

حتى من مشى بين الغرضين أى الهدفين كان بكل خطوة يخطوها حسنة ، وهى روضة
من رياض الجنة ، بل وجبت محبة رسول الله صلى الله عليه وسلم له.

وقد يكون الساعى بين الهدفين ليس الرامى نفسه بل العامل الذى يقوم بإحضار أدوات
الرمى وثبت الأغراض وإحصاء عدد الإصابات وغيرها ، فيكون له نصيب من الخير
والثواب ، وقد يكون له ثواب أكثر من الرامى ، إذا كان لا يستطيع الرامى لمرض أو
لغيره ، ولكن بنيته فى الرمى والمشاركة فيه.

والرمى فى زمننا هذا لا يكون بالسهام والنبل بل بأشياء كثيرة أخرى مثل كل الأسلحة
التي تستخدم للرمى ودقة الإصابة مثل المسدسات والبنادق والرشاشات والمدافع
والصواريخ وغيرها. كذلك استخدام وسائل وصول الأهداف أو دقة الإصابة مثل أجهزة
القياس وتحديد الأهداف ، وكل ما يستحدث فى هذا المجال على مر الأجيال.

وتشتمل الآن وسائل كثيرة للتدريب على الرمى ودقة الإصابة مثل التدريب الجاف
(وهو مصطلح عسكري المقصود منه هو التدريب على الرمى نظرياً بدون إطلاق نار
) ، ثم التدريب العملى على إطلاق النار فى ميادين رماية خاصة مجهزة لذلك ، وكل
سلاح له ميدان خاص به قد لا يتناسب مع الآخر ، فالذى يستخدم مع الأسلحة الخفيفة
لا يتناسب مع المدافع أو الدبابات .. وهكذا.

وتشتمل الآن وسائل حديثة فى غاية الدقة والتقدم التكنولوجى حيث تستخدم الحاسوبات
الآلية فى التدريب على الرمى وتسمى هذه الوسائل الحديثة (مقلادات الرماية) والتى
تدرىب الرامى على حسن استخدامه للسلاح والرماية به ودقة الإصابة ، وكذلك المعايشة
الحقيقية لحقيقة الرمى من صوت الطلقة أو الجو المحيط به مما يوفر كثيرا من الجهد
والمال والذخيرة.

بل وتشتمل كذلك فى تدريب الرامى على المعارك فى أجواها الحقيقية والمواجهة مع
العدو واستخدام المناورات والتكتيكات الحديثة وتسمى هذه الطريقة (سيناريوهات

⁶⁷ رواه البيهقي فى السنن الكبرى وقال ضعيف(10/15)، وضعفه الألبانى فى ضعيف الجامع(2732)، وابن حجر فى تلخيص
الحبير(1527/4)، وقال السخاوى ضعيف وله طرق(الأجوبة المرضية(3/1098)).

⁶⁸ رواه الطبرانى كما فى الترغيب والترهيب للمنذري(180/2)، وضعفه الهيثمى فى مجمع الزوائد(272/5)، وقال الألبانى ضعيف
فى ضعيف الترغيب(822).

المعارك) وتوفر هذه الطرق الجهد والمال وتحافظ على عدم سرعة استهلاك السلاح وتوفيره للاستخدام الحقيقي في المعارك ، حتى إذا انتقل التدريب من الحاسيب إلى أرض المعركة الحقيقي كان سهلاً على المتدرب تحقيق ما تدرّب عليه في الحاسوب وأجاد في المعركة الحقيقة .

وما أعظم ثواب الرامي في سبيل الله وأجره فقد روى عن النبي صلى الله عليه وسلم أحاديث كثيرة تعظم ثواب الرمي وتحث عليه .

فعن عمر بن عبسة قال : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول " من رمى بسهم في سبيل الله فهو عدل محرر ".⁶⁹

ومعنى فهو عدل محرر أي محرر أو منجي من عذاب الله الواقع على أعداء الدين أو ثواب من اعتق عبادا في سبيل الله .

وعن كعب بن مرة " من بلغ العدو بسهم رفعه الله به درجة ، قال ابن النحام: يارسول الله ما الدرجة ؟ قال: أما إنها ليست بعتبة أملك ، ولكن ما بين الدرجتين مائة عام ".⁷⁰

وعنه قال " من رمى بسهم في سبيل الله كان كمن اعتق رقبة " .⁷¹

ومن عمرو بن عبسة السلمي " من رمى بسهم في سبيل الله بلغ العدو أخطأ أو أصاب كان له كعدل رقبة ".⁷²

وعن أبي نجيح السلمي " من رمى بسهم كان له نورا يوم القيمة ".⁷³
أي أدى ماعليك وأطلق سهمك ، وسواء أصاب السهم أم لم يصب فقد أصبت الأجر كله إن شاء الله لأن الإصابة من الله والقتل من الله ، فلقد قال سبحانه وتعالى " فَلَمْ تَقْتُلُوهُمْ وَلَكُنَّ اللَّهَ قَاتِلُهُمْ وَمَا رَمِيتَ إِذْ رَمِيتَ وَلَكُنَّ اللَّهَ رَمَى وَلِيَنِي الْمُؤْمِنُينَ مِنْهُ بَلَاءٌ حَسَنًا إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلَيْهِ ".⁷⁴

وعن مجاهد: رأيت ابن عمر يشتد بين الغرضين ويقول أنا بها أنا بها (إنى بها).⁷⁵

⁶⁹ رواه الترمذى(1638)، وابن ماجه مختصرًا(2812)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح النسائى(3143).

⁷⁰ صححه الألبانى فى صحيح النسائى(3144)، والترمذى(1634)، وأحمد(18091).

⁷¹ أخرجه ابن حبان فى صحيحه(4614)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الترغيب(1288).

⁷² قال الألبانى صحيح فى صحيح النسائى(3145)، والترمذى(1638)، وابن ماجه مختصرًا(2812)، وأحمد(17020) بالختلاف يسيراً.

⁷³ سورة الأنفال الآية 17.

⁷⁴ قال بن حجر العسقلانى إسناده حسن فى تلخيص الحبير(4/1527)، وقال الهيثمى فى مجمع الزوائد رجاله ثقات(5/272).

وعن بن عمر أن رسول الله صلى الله عليه وسلم افقد رجلا فقال أين فلان؟ فقال قائل : ذهب يلعب فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ليس الرمي بلعب ، الرمي خير مالهوم به ".⁷⁶

وقال صلى الله عليه وسلم " سُتُّفْتَحُ عَلَيْكُمْ أَرْضُونَ، وَيَكْفِيْكُمُ اللَّهُ ، فَلَا يَعْجِزُ أَحَدُكُمْ أَنْ يَلْهُو بِأَسْهُمِهِ ".⁷⁷

وعن عمر رضي الله عنه أنه كتب إلى أهل الشام فقال: علموا أولادكم السباحة والرمي والفروسية .⁷⁸

وكتب عمر إلى أبي موسى الأشعري: إذا لهوتم فلهوا بالرمي وإذا تحدثتم فتحدثوا بالفرايض .⁷⁹

حتى ايمان الرماة ليس لها كفارة تكريماً من رسول الله صلى الله عليه وسلم لهم فقد روى الطبراني في فضل الرمي من حديث معاوية بن حيرة قال: قال صلى الله عليه وسلم: " أيمان الرماة لغو لا حث ولا كفارة ".⁸⁰

وهناك رواية أخرى للحسن البصري " أيمان الرماة لغو لا كفارة لها ولا عقوبة ".⁸¹ وقال بن حجر في تفسير الآية " لَا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغُو فِي أَيْمَانِكُمْ وَلَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا كَسَبْتُمْ فَلُوْبُكُمْ ۝ وَاللَّهُ عَفُورٌ خَلِيمٌ ".⁸²

ويؤيده ما أخرجه الطبراني .. الحديث.. مرفوعا ، وقال وهذا لا يثبت لأنهم كانوا لا يعتمدون مراسيل الحسن ونقل عن أبي قلابة لا والله وبلى والله لغة من لغات العرب لا يراد لها اليمين وهي من صلة الكلام .⁸³

النهي والتحريم من استخدام الحيوانات والطيور للرمي

⁷⁶ رواه الديلمی فی الفردوس كما فی کنز العمال(11377)، وقال الألبانی فی السلسلة الضعیفة ضعیف(4167).

⁷⁷ عن عقبة بن عامر ورواه مسلم فی صحيحه(1918)، وابن حبان فی صحيحه(4697).

⁷⁸ رواه الإمام المناوى فی فيض القیر شرح الجامع الصغیر ، والمتقى الهندی فی کنز العمال وذکرہ من کتاب القراب فی فضل الرمي.

⁷⁹ عن سعید بن المسیب ورواه البیهقی والحاکم وصححه(4/333)، وقال الألبانی فیه محمد بن سلیم صدوق فیه لین فی إرواء الغلیل(107).

⁸⁰ قال الألبانی باطل فی السلسلة الضعیفة(283)، وقال الحافظ الهیثی رواه الطبرانی ورجاله ثقات إلا أن شیخ الطبرانی یوسف بن یعقوب الثقی لم أجد من وثقه ولا جرحا(4/188).

⁸¹ رواه الطبرانی فی الصغیر مرفوعا(1151)، وقال بن حجر وهذا لا يثبت لأنهم كانوا لا يعتمدون مراسيل الحسن فی فتح الباری (11/556)، وقال ابن کثیر مرسل فی تفسیر القرآن(1/392).

⁸² سورۃ البقرة الآیة 225.

⁸³ فتح الباری فی تفسیر البخاری لابن حجر العسقلانی(556/11).

ويجب أن تكون أدوات الرمي ليس فيها أغراض أو أهداف حية للتدريب عليها فمن رحمة الإسلام أن نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم أن تستخدم أهداف حية من الحيوانات أو الطيور لتكون أهدافاً يتدرّب عليها الرماة للتسلية أو للتدريب.

فَعَنْ سَعِيدِ بْنِ جِبِيرٍ قَالَ "مَرَّ ابْنُ عُمَرَ بِقَبْيَانٍ مِنْ قَرْيَشٍ قُدْ نَصَبُوا طَيْرًا، وَهُمْ يَرْمُونَهُ، وَقَدْ جَعَلُوا لِصَاحِبِ الطَّيْرِ كُلَّ خَاطِئٍ مِنْ نَبِلِهِمْ، فَمَمَّا رَأَوْا ابْنَ عُمَرَ تَفَرَّقُوا، فَقَالَ ابْنُ عُمَرَ: مَنْ فَعَلَ هَذَا لَعْنَ اللَّهِ، مَنْ فَعَلَ هَذَا؟ إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَعَنَ مَنْ اتَّخَذَ شَيْئًا فِيهِ الرُّوحُ غَرَضًا".⁸⁴

والغرض هو المنصوب للرمي أي هدف الرمي والروح تشمل كل شيء حتى تسرى في بدن روح سواء كان إنساناً أو حيواناً أو طيوراً.

وَعَنْ أَبْنَى عَبَّاسَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ "لَا تَتَخَذُوا شَيْئًا فِي هَذِهِ الرُّوحِ غَرْبَةً" .⁸⁵
وَعَنْ أَنَّسٍ "أَنَّهُ دَخَلَ دَارَ الْحُكْمَ بْنَ أَيُوبَ فَإِذَا قَوْمٌ قَدْ نَصَبُوا دَجَاجَةً يَرْمُونُهَا، فَقَالَ: نَهِيٌّ
رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ تُصَبِّرَ الْبَهَائِمَ" .⁸⁶

والمعنى ان تحبس لترمى حتى الموت ، وأى قسوة فى القلوب وهى ترى روحًا ليس لها
حول ولا قوة وقد نصبت ليرمى عليها الرماة سهامهم ورماحهم وطلقاتهم ، وقد تجرح
وتنظر تنزف حتى الموت البطىء ، وأى روح غليظة وهى تتسلى بموت الكائنات من
حولها وهى تمرح ، إنها والله لتعارض مع أصول إسلامنا الحنيف الرحيم ورسول
الرحمة صلى الله عليه وسلم .

فقال تعالى "إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا" : 87

وقال رسول الرحمة "الراحمن يرحمهم الرحمن تبارك وتعالى أرحموا من في الأرض يرحمكم من في السماء" ⁸⁸

⁸⁴ رواه مسلم(1958)، وأحمد والنسائي و قال الألباني صحيح(النسائي) (4453)، وقال أحمد شاكر في مسند أحمد إسناده صحيح(8/7).

⁸⁵ رواه مسلم في صحيحه (1957)، والنمساني وابن ماجه والسيوطى وصححه وقال أحمد شاكر إسناده صحيح في مسند أحمد (58/5) وقال الألبانى صحيح في صحيح ((ابن ماجه (2597) والنمساني (4455)).

¹⁸⁶ وفق الابناني صحيح في صحيح ((ابن ماجه 2597) والنسائي 4455)).

⁸⁶ الحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه (5513)، ومسلم في صحيحه (1956).
⁸⁷ سورة النساء الآية 29.

⁸⁸ عن عبد الله بن عمرو بن العاص رواه أحمد (6494)، وقال الألباني صحيح في صحيح ((الجامع (3522) وأبو داود (4941))، والمتذمّر (1924) ، مشكّلة المصاين (4897)) .

لذى كان هذا النهى للتحريم ، أى حرام على أى رامى سواء كان للتدريب أو للتسليه أن يستخدم أى حيوان أو طائر فيه روح ، وهذا من رحمة الله على الخلق وهى رسالة الإسلام دين الرحمة والسلام.

وقال صلى الله عليه وسلم " من لا يرحم لا يرحم ".⁸⁹

وهناك تحريم آخر يستهدف أيضا بعض الكائنات الحية من الحيوانات والطيور وهو استخدامها فى التحرش والمصارعة فيما بينها كالتحرش بين الديوك ، وهى الاكثر شهرة ، وهناك تحريش ومصارعة بين كثير من الحيوانات مثل الكلاب وغيرها ، فكثيرا من الحيوانات والطيور إذا أثارها الإنسان وحرش بينها تتصارع وتتقاتل ، وكثير منها يتقاتل حتى الموت والإنسان يتلهى ويتفرج عليها وهى تتذبذب وتتنزف حتى الموت وهو يضحك ويتسلى .

فعن ابن عباس قال " نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن التحرش بين البهائم ".⁹⁰ وفي القاموس: التحرش هو الإغراء بين القوم أو الكلاب أو بمعنى الإغراء بين البهائم لتصارع .

وقال الشوكانى (وظاهر الحديث أن الإغراء بين ما عدا الكلاب من البهائم يقال له تحريش ووجه النهى أنه إيلام للحيوانات وإتاعب لها بدون فائدة بل مجرد عبث).⁹¹ وهناك باب آخر إن شاء الله سنتكلم فيه عنها بالتفصيل، فى باب الألعاب التى حرمتها الله ورسوله.

3- رياضة التدريب بالحراب أو الرماح واللعب بها:

والرماح أو الحراب كانت من أدوات الحرب عند العرب والمسلمين ، وهى من سلاح الفرسان والمشاة على السواء ، ويعد الطعن بالرماح أحد أنواع الفروسية الأربع (الكر والفر بالخيل، والرمى بالقوس ، والمطاعنة بالرماح ، والمداورة بالسيوف) ، فمن

⁸⁹ عن أبي هريرة والحديث متفق عليه، ورواه البخارى فى صحيحه(5997)، ومسلم فى صحيحه(2318).

⁹⁰ رواه أبو داود والترمذى والبيهقى وقال مرسلا فى السنن الكبرى عن مجاهد(10/22)، وقال النووي فى المجموع شرح المذهب إسناده صحيح ولكن فيه أبو يحيى القنات فى توثيقه خلاف وروى له مسلم فى صحيحه، وضعفه الألبانى فى ضعيف(أبو داود 2562) والترمذى (1708).

⁹¹ بيل الأوتار للشوكانى(99).

استكملها فقد استكمل الفروسية ، وشأن كل أدوات الحرب يحتاج استعمال الرمح إلى تعليم ومران مستمر.

وكان المسلمون يتدرّبون على استخدام الرماح ، إما في الصيد ، أو بإعداد حلقة من حديد تسمى (الوترة) يتمرنون على الطعن داخلها حتى حزقوا الطعن بها.

والرمح في عرف العرب هو ما قارب أربعة أزرع ، أما ما قصر منه فيسمى بالحربة ، ومعنى الحربة في اللغة (هي النيزك والمزراق والمطرد والعترة) وكلها أسماء لشيء واحد وهي الفصار من الرماح ، وهي أشبه بالعصا)⁹²

وكانوا يستخدمون الرماح الطويلة مع الفرسان عادة وأحياناً مع المشاة والرماح القصيرة مع الرجال عادة والفرسان أحياناً.

وكانت الرماح الخطية هي أشهر أنواع الرماح عند العرب وأجودها ، ودائماً ما كان العرب في الجاهلية وبعد الإسلام ما يتغرون بالرماح الخطية في أشعارهم.

وسميت الرماح الخطية بهذا الاسم نسبة إلى المنطقة التي تصنع بها هذه الرماح وهي الخط ، والخط هي الاسم القديم لمدينة القطيف التي تقع شرق المملكة العربية السعودية ، ويقال أنها كانت اسم عاصمة إقليم البحرين.

وكانت الحراب من أدوات الحرب والقتال في زمن النبي صلى الله عليه وسلم والصحابة ، وكان لها رجالها المعروضون بدقة الإصابة ، والقدرة على اللعب بها ، وكان الأحباش أمهر الرجال بالقتال واللعب بها في العرب وكانت تقام لهم حلقات للسمر واستعراض قدرتهم على استخدامها في اللعب والقتال .

والأحباش هم قوم من الحبشة " أثيوبيا " قدموا إلى بلاد العرب إما مقاتلون أو أرقاء ، ومعظمهم من الأرقاء الذين كانوا يباعون في سوق الرقيق في ذلك الوقت ، وقد أخذ بعضهم حريته وكانوا حلفاء للعائلات من القبائل العربية في مكة وغيرها .

وأشهر ما عرف منهم في السيرة الصحابي الجليل بلال بن رباح رضي الله عنه ، ووحشى وكان أمهرهم في استخدام الرمح ، وكان عبداً لإبى سفيان بن حرب قبل إسلامه ، ولما جاءت غزوة أحد ، كان في صفوف المشركين ، ووعدت زوجة أبى سفيان هند بنت عتبة - وقد قتل أبوها وأخوها في بدر - وحشى بالحرية إذا قتل حمزة بن عبد المطلب عم رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وكان حمزة رضي الله عنه " أسد الله " لا يستطيع

⁹² فقه اللغة للتعالى ، لسان العرب لابن المنظور الأفريقي ، مختار الصحاح لأبى بكر الرازى .

أحد مجاباته في الحرب فاختباً وحشى عنه حتى تحيى لحظة كان فيها حمزة رضي الله عنه ملتقاً بظهره فظهر وحشى من خلفه فرمى بالحربة في ظهره فوق شهيداً رضي الله عنه.

ولما دخل الرسول صلى الله عليه وسلم المدينة فرح أهل المدينة بمقام الرسول صلى الله عليه وسلم ومعهم الأحباش ، فخرج الرجال والنساء ينشدون فرحاً لقادمه صلى الله عليه وسلم عليهم.

وعبر أهل الحبشة بفرحتهم باللعب بالحراب والتى كانوا يجربونها دون أنشيد أهل المدينة ، وقد أذن الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم للأحباش باللعب فى المسجد بحرابهم ، بل أذن للسيدة عائشة بمشاهدتهم وهو يقول لهم " دونكم يا بنى أرفة ".⁹³

(قال السندي بنو أرفة هو لقب للحبشة وقيل اسم جنس لهم وقيل اسم جدهم الأكبر) ، وتزوى فتقول " لقد رأيت النبي صلى الله عليه وسلم يسترني بردائه وأنا انظر إلى الحبشة يلعبون في المسجد حتى أكون أنا التي أسمأه ، فأقدروا قدر الجارية الحديثة السن الحريصة على الله ".⁹⁴

وفي رواية أخرى عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها قالت..... وكان يوم عيد يلعب السودان بالدرب والحراب فلما سالت رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " تشتئين تنظرین " قالت: نعم ، فأقامنى وراءه ، خذى على خده ، وهو يقول " دونكم يا بنى أرفة حتى إذا مللت قال " حسبك " ؟ قلت نعم ، قال " فأذهبى ".⁹⁵

وعن أنس رضي الله عنه قال " لما قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم المدينة لعبت الحبشة لقادمه بحرابهم فرحاً بذلك ".⁹⁶

وفي موطن آخر أذن رسول الله صلى الله عليه وسلم للأحباش أن يلعبوا بالحراب في المسجد روى أبو هريرة رضي الله عنه قال " بينما الحبشة يلعبون عند النبي صلى الله عليه وسلم بحرابهم دخل عمر فأهوى إلى الحصباء فحصبهم بها ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: دعهم يا عمر ".⁹⁷

وفي رواية للبخاري " في المسجد " .

⁹³ الحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(949)، ومسلم في صحيحه(892).

⁹⁴ رواه البخاري في صحيحه (5236) والنسائي (1594)، وقال الألباني صحيح في غاية المرام (385).

⁹⁵ الحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه (2906)، ومسلم في صحيحه (892).

⁹⁶ رواه أحمد في مسنده (12649)، وأبو داود وقال الألباني صحيح في (أبو داود) (4923) ومشكاة المصايب (5906)).

⁹⁷ الحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه (2901)، و صحيح مسلم (893).

وتأمل رواية البخارى " فى المسجد " ليعلم المسلمين الآن أن المسجد ليس للعبادة فقط ولكن كان شريان الحياة لل المسلمين فقد كان للعبادة والتعليم والمعاملات والسياسة والرياضة وحتى بعض الترفيه الحال كلاعب الأحجام بالحراب فى المسجد والمسلمون ينظرون إليهم ، وتصحيف لهم عمر رضى الله عنه وأرضاه عن مهام المسجد ، وقال النووي فى شرحه لصحيف مسلم: إن المسجد موضوع لأمر المسلمين ، فما كان من أعمال يجمع منفعة الدين وأهله جاز فيه

وإنها لسماحة كريمة من رسول الإسلام أن يقر مثل هذا اللعب فى مسجده المكرم ، ليجمع فيه بين الدين والدنيا ، ول يكن ملتقى المسلمين فى جدهم حين يجدون ، وفي لهم حين يلهمون ، على أن هذا ليس لهواً فقط ، بل هو لهواً ورياضة وتدريب ، وقد قال العلماء تعقباً على هذا الحديث : إن المسجد موضوع لأمر جماعة المسلمين ، فما كان من أعمال الأعمال يجمع منفعة الدين وأهله جاز فيه ، فلينظر مسلمو العصور المتأخرة كيف أفقرت مساجدهم من معانى الحياة والقوة وبقيت فى كثير من حالاتها مقراً للعاطلين.

وعن ابن عمر رضى الله عنهم أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " جعل رزقى تحت ظل رمحى ، وجعل الذلة والصغرى على من خالفة أمرى ".⁹⁸

وقد وردت روایات تقید استخدام المشاه للرمح وقوفاً وجثياً على الركب ، شأن استعمال السيف ، (وخطب عمرو بن العاص جنوده يوم اليرموك فقال: غضوا الأبصار ، واجثوا على الركب وأشرعوا الرماح ، فإذا حملوا عليكم ، فامهلوهم حتى إذا ركبوا أطراف الأسنة فثبوا في وجوههم وثبة الأسد).⁹⁹

وقد ثبت أن الرسول صلى الله عليه وسلم طعن بالحربة وهي الرمح القصير ، فقد روى ابن القيم في كتابه الفروسيه (أنه لما كان يوم أحد أسندا رسول الله صلى الله عليه وسلم إلى الجبل أدركه أبي بن خلف وهو يقول : أين محمد ؟ لانجوت إن نجا . قال ابن إسحاق : وكان أبي بن خلف يلقى رسول الله صلى الله عليه وسلم بمكة فيقول : يا محمد إن عندي العود (فرساً له) أعلفه كل يوم فرقا من ذرة أقتلتك عليها ، فيقول الرسول صلى الله عليه وسلم " بل أنا أقتلك إن شاء الله " ، قال موسى بن عقبة ، قال سعيد بن المسيب :

⁹⁸ وراه البخارى معلقاً بصيغة التضييف قبل حديث(2914)، وأحمد(5667)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الجامع(2831).

⁹⁹ عبقرية خالد للعقاد(167).

فَلَمَّا أَدْرَكَ أَبِي رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اعْتَرَضَ لَهُ رَجُالٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ فَأَمْرَهُمْ
رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَخَلُوا طَرِيقَهُ وَاسْتَقْبَلَهُ مَصْبُعُ بْنُ عَمِيرٍ أَخُو بْنِ عَبْدِ
الْدَّارِ وَبَقِيَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِنَفْسِهِ فَقُتِلَ مَصْبُعُ بْنُ عَمِيرٍ ، وَأَبْصَرَ رَسُولُ
اللَّهِ تَرْقُوَةَ أَبِي بَنْ خَلْفَ مِنْ فَرْجِهِ بَيْنَ سَابِغَةِ الدَّرَعِ وَالْبَيْضَةِ فَطَعَنَهُ بِحَرْبَتِهِ فَوَقَعَ عَنْ
فَرْسِهِ وَلَمْ يَخْرُجْ مِنْ طَعْنَتِهِ دَمٌ فَكَسَرَ ضَلْعًا مِّنْ أَصْلَاعِهِ ، فَلَمَّا رَجَعَ إِلَى قُرَيْشٍ وَقَدْ

خَدَشَهُ فِي عَنْقِهِ خَدْشًاً غَيْرَ كَبِيرٍ فَاحْتَقَنَ الدَّمُ ، قَالَ: قُتْلَنِي وَاللَّهُ مُحَمَّدٌ¹⁰⁰ .

وَكَانَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَمْسَةُ رَمَاحٍ ، وَهِيَ الْمُثْوَى وَالْمُثْنَى ، وَرَمَاحٌ صَغِيرٌ
أَحَدُهَا النَّبْعَةُ ، وَآخِرُ أَكْبَرُ مِنْهَا تُسَمَّى الْبَيْضَاءُ ، وَالثَّالِثُ صَغِيرٌ يُشَبِّهُ الْعَصَاءَ وَيُسَمَّى
الْعَنْزَةُ ، وَكَانَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَوَكَّلُ عَلَيْهَا إِذَا مَشَ فِي الْأَعْيَادِ ، وَغَرَزَهَا فِي
الْأَرْضِ أَمَامَهُ إِذَا صَلَّى وَاتَّخَذَهَا سُنْتَرَةً.

4- رياضة العدو و المشي

إِنَّ مِنَ الْرِّيَاضَاتِ الْمُحِبَّةَ إِلَى النَّفْسِ ، وَالَّتِي تَدْخُلُ الْبَهْجَةَ إِلَى النُّفُوسِ وَالْأَرْوَاحِ ، وَهِيَ
أَيْضًا مِنَ أَهْمَ الرِّيَاضَاتِ الَّتِي تَسْاعِدُ عَلَى بَنَاءِ جَسْمِ الْإِنْسَانِ وَتَقوِيهِ ، وَتَعِينُ عَلَى تَحْمِلِ
تَبْعَاتِ الْقَتْالِ مِنْ مَشْقَةٍ وَجَهْدٍ أَلَا هِيَ رِياضَةُ الْعُدُوِّ وَالْجَرِيِّ .

وَهِيَ أَهْمَ رِياضَةُ بَلْ وَأَوْلَى فِي الْرِّيَاضَاتِ كُلِّهَا لِمَا لَهَا مِنْ أَهْمَمَيْةٍ كَبِيرَةٌ ، وَرِيَادَةُ عَلَى
كُلِّ الْرِّيَاضَاتِ فَكُلُّ رِياضَةٍ مِّنَ الْرِّيَاضَاتِ يَدْخُلُ الْعُدُوَّ فِي تَكْوِينِهَا ، أَوْ يَكُونُ جَزْءًا مِّنْهَا
، فَكُلُّ الْرِّيَاضَاتِ تَبْدِأُ أَوْلًا بِالْجَرِيِّ وَالْإِحْمَاءِ "الْتَّسْخِينَ" لِتَلَيِّنِ الْعَضُلَاتِ وَتَهْيَئَهَا إِلَى
الْتَّدْرِيْبِ بَدْوَنَ أَنْ يَحْدُثَ أَيْ مَتَاعِبَ مِنْ شَدٍّ أَوْ تَمْرِقَ عَضْلَى أَوْ إِرْهَاقٍ أَوْ تَعْبٍ سَرِيعٍ ،
لَذَا كَانَتْ رِياضَةُ الْعُدُوِّ أَهْمَ رِياضَةً وَأَمَّ الرِّيَاضَاتِ كُلِّهَا.

وَلَمَّا كَانَتْ رِياضَةُ الْعُدُوِّ لَهَا كُلُّ هَذِهِ الْأَهْمَمَيْةِ عَنِّي بِهَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَشَدَّ
عَنْيَةً وَمَارَسَهَا بِنَفْسِهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَأَمَرَ الصَّحَابَةَ بِمَارَسَتِهَا وَدَعَمَ إِهْمَالَهَا لِمَا
لَهَا مِنْ أَهْمَمَيْةٍ كَبِيرَةٍ فِي إِعْدَادِ الْفَرْدِ الْمُسْلِمِ الْمُجَاهِدِ ، الَّذِي يَتَحَمَّلُ مَشَاقَ الْقَتْالِ وَتَبَعَّاهُ.

¹⁰⁰ قال الحاكم هذا حديث صحيح على شرط الشيخين ولم يخرجاه في المستدرك (المجلد الثاني كتاب التقسيم)، وقال السيوطي صحيح الإسناد ولكنه غريب في لباب النقول (138).

لذا كان الصحابة رضي الله عنهم يتسابقون على الأقدام ، وقد رروا أن علياً رضي الله عنه كان عداءً سريع العدو.

فقد روت عائشة رضي الله عنها أنها كانت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سفرٍ وهي جاريةٌ (قالت : لم أحمل اللحم ولم أبدُنْ) فقال لأصحابه: تقدّموا فتقدّموا ثم قال: تعالى أسابُكُ فسابقُه فسبقُه على رجليٍ فلما كان بعده (وفي روايةٍ فسكت عنى حتى إذا حملت اللحم وبذنتُ ونسيتُ) خرجت معه في سفرٍ فقال لأصحابه تقدّموا فتقدّموا ثم قال: تعالى أسابُكُ ونسيتُ الذي كان وقد حملت اللحم فقلتُ كيف أسابُكُ يا رسول الله وأنا على هذا الحال ؟ فقال: لَتَقْعُلَنَّ فسابقُه فسبقُني فجعل يضحك وقال: هذه بتلك السبقة.¹⁰¹ وهذا الحديث يروى في الفقه في أبواب كثيرة منها باب المسابقة وباب اللهو مع الزوجة وباب جواز مسابقة الرجال النساء ولكن اشترطوا أن تكون من محارمه وليس في ذلك ما يتنافي مع الورقار أو علو الشرف أو العلم أو كبر السن.

وهذا الحديث الجميل يدل على أهمية الجري والمسابقة فيه للرجال والنساء كلهم على السواء ، وإلا لما سبق الرسول صلى الله عليه وسلم عائشة رضي الله عنها وأرضاها ، وفيه جواز الجري والمسابقة للتدريب والمرأحة عن النفوس ، وفيه إرضاء الرجل زوجته والترويح عنها وإدخال السرور على قلبها ، وفيه وجواز ممارسة الرياضة للنساء مع ضرورة تنفيذ الأحكام الشرعية في ممارسة النساء الرياضة.

فلم تكن الحياة كلها جد وإقتضاب وعبس ، بل فيها من الترويح عن النفس بالحلال وعدم الإسراف في اللعب ، وكذلك اللعب بما يعود على البدن والروح بالفائدة .

لأن المسلم حمل رسالة عظيمة وكلف بتأديتها كما أمره الله ورسوله قال الله تعالى " وَلَتَكُنْ مِنْكُمْ أَمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَايُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ".¹⁰²

وقال سبحانه أيضاً " كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرَجْتُ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَايُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آمَنَ أَهْلُ الْكِتَابَ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ".¹⁰³

¹⁰¹ رواه أحمد (26277)، والنسائي (8944)، وقال الألباني أسناده صحيح رجاله كلهم ثقات رجال الشيخين في إرواء الغليل (5/327)، وصحح على شرط الشيخين في السلسلة الصحيحة (1/254)، وقال صحيح في صحيح أبي داود (2578).

¹⁰² سورة آل عمران الآية 104.

¹⁰³ سورة آل عمران الآية 110.

وعن سلمة بن الأكوع قال " بينما نحن نسير ، وكان رجل من الأنصار لا يسبق شدّا فجعل يقول: ألا مسابق إلى المدينة؟ هل من مسابق ، فقلت: أما ثُكْرَم كريما ، ولا تهاب شريفا؟ قال لا: إلا أن يكون رسول الله صلى الله عليه وسلم ، قال: قلت يا رسول الله بأبى أنت وأمى ذرنى فلأسباق الرجل ، قال: إن شئت ، قال فسبقه إلى المدينة " ¹⁰⁴

فالتنافس بين الأفراد مطلوب للحث على الجد والعزمية وعدم اللهو لما هو باطل ، وخاصة في رياضة الجري ، والتنافس فيها من الرياضات المحببة ولا تحتاج إلى زمن أو مكان كبير للتنافس فأى مسافة ولو كانت قصيرة تصلح لها ، حتى كان التنافس الحالى ومسابقات الجري تبدأ من مسافة 100 متر فقط ، فالرسول والصحابة كانوا يمشون وإن لم تكن في نياتهم المسابقة والعدو ولكن تزكية روح التنافس والتربية الجهادية ، والتزويج عن النفس ، وإدخال البهجة والسرور على أصحابه ، والتي رباهم عليها رسول الله صلى الله عليه وسلم وحثّهم فيها على التنافس ، وفيهم رسول الله يدّلهم عليه ويشرع لهم ما فيه الخير لهم ولأمّتهم إلى يوم الدين ، ولما كان في القوم رجل لا يسباق أحدا إلا عليه ، وحثّ فيهم روح الندية والتنافس الخير ولكن دون حقد أو حسد لأنّ فيهما الهلة والدمار للمجتمع الإسلامي وذهب روح التنافس في الخير والتربية الجادة ، لأنّ الرسول صلى الله عليه وسلم قال " لا حسد إلا في إثنين ، رجل آتاه الله مالا فسلطه على هلكته في الحق ، ورجل آتاه الله الحكمة فهو يقضى بها و يعلمها للناس " ¹⁰⁵

ولذا لم يمانع رسول الله صلى الله عليه وسلم هذا التنافس ووافق عليه صلى الله عليه وسلم.

وفي الحديث جواز المنافسة والمسابقة بين الرجلين أو بين المتنافسين ، وسوف نتعرض للمسابقة وآدابها وما هو الحلال فيها والحرام بالتفصيل إن شاء الله لاحقا.

وكان سلمة بن الأكوع أسرع المسلمين في زمن رسول الله صلى الله عليه وسلم وكان على رضى الله عنه عداء لا يسبق في سباق الأقدام.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم في سلمة يوم خير " خير فرساننا اليوم أبو قتادة وخير رجالتنا اليوم سلمة " ¹⁰⁶

¹⁰⁴ مختصرأ من صحيح مسلم(1807)، وأخرجه ابن حبان في صحيحه(7173)، وقال الألباني حسن في إرواء الغليل(5/332).

¹⁰⁵ متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(73)، ومسلم في صحيحه(816).

¹⁰⁶ رواه مسلم في صحيحه(1807) والطبراني في الكبير باب السين(7).

ولسلمة بن الأكوع موافق كثيرة في السيرة تدل على سرعته الفائقة في الجري والمشي الطويل.

ويروى المحاملي عن ابن عمر ، أن عمر بن الخطاب سابق الزبير بن العوام ، فسبقه الزبير ، فقال: سبقتك ورب الكعبة ، ثم إن عمر سابقه مرة أخرى فسبقه عمر فقال: سبقتك ورب الكعبة .¹⁰⁷

ولقد مارس الرسول صلى الله عليه وسلم رياضة المشي الطويل ، فقبل الهجرة ذهب الرسول صلى الله عليه وسلم إلى الطائف ماشياً (والطائف على ارتفاع حوالي 6000 قدم فوق سطح البحر) ، ومشي هذه المسافة بين الجبال العالية والهضاب الواسعة والوديان الضيقة ، في سبيل دعوته ، وفي غزوة بدر الكبرى لم يكن مع المسلمين إلا فرسين وسبعين بعيرا ، والمسافة بين بدر والمدينة حوالي 150 ميلا ، فكان كل ثلاثة يتناوبون على بعير واحد ، أى مشى كل واحد منهم 100 ميل وركب 50 ميلاً و منهم رسول الله صلى الله عليه وسلم والذى تساوى معهم ولم يتميز عنهم وهو فى سن الرابعة والخمسون .

وبرزت أهمية تعلم العدو والسير الطويل في هذه الغزوة ، واستطاع المسلمون بقيادة الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم الانتصار الساحق على الكافرين وتحقيق النصر المبين في أول مواجهة بين جيش المسلمين والكافرين .

وفعل الرسول صلى الله عليه وسلم نفس الأمر في غزوة تبوك حيث كان الثلاثة يتناوبون على بعير واحد ، بل كانوا يتركون البعير يمشي منفرداً قسمة معهم وراحة له من عناء السفر .

وعن أبي سعيد قال : حج النبي صلى الله عليه وسلم وأصحابه مشاه من المدينة إلى مكة ، وقال " اربطوا أوساطكم بأردتكم وعليكم بالهرولة ".¹⁰⁸ ، وهى مشية أولى العزم والهمة العالية .

وعن جابر بن عبد الله الأنصاري أنه شكا ناس النبي صلى الله عليه وسلم من التعب فدعا لهم وقال " عليكم بالنسلان " (أى الإسراع في المشي) ، فانتسلنا فوجدناه أخف علينا.¹⁰⁹

¹⁰⁷ رواه المتقى الهندي في كنز العمال في باب اللهو المباح(40681)، (15/224).
¹⁰⁸ رواه ابن ماجه والحاكم في المستدرك وقال صحيح الإسناد، وقال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع(746)، وفي لفظ " ومشي خلط الهرولة " ضعفه الألباني في ضعيف (الجامع(746)، وابن ماجه(601))، والسلسلة الضعيفة (2734).

فيما جاء من قول عبد الله بن الحارث : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يصف عبد الله وعبد الله وكثيراً بنى العباس ثم يقول : من سبق إلى فله كذا وكذا ، قال فيتسابقون إليه ، فيقعون على ظهره وصدره فيقبلهم ويلزمهم .¹¹⁰

وفي مسند أحمد وصف أبو هريرة مشية رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال " وما رأيت أحداً أسرع في مشيته من رسول الله صلى الله عليه وسلم كأنما الأرض تطوى له ، إنما نجهد أنفسنا وإنه لغير مكترث " .¹¹¹

وكما وصفها عليّ رضي الله عنه فقال " كان إذا مشى تقلع " .¹¹²
وهي مشية أولى العزم والهمة والشجاعة وهي أعدل المشيّات وأرواحها للأعضاء وأبعدها من مشية الهوج (الطيش) لأن بها وقاراً من غير تكبر ولا تماوت لأنه صلى الله عليه وسلم كأنما ينحط من صبب وكأنما الأرض تطوى له .

وفي رواية لعلي رضي الله عنه قال " إذا مشى تكفاً تكفيأ كأنما ينحط من صبب لم أر قبله ولا بعده صلى الله عليه وسلم " .¹¹³

وفي رواية لهند بن أبي هالة " يخطو تكفاً ويمشي هونا ، ذريع المشية ، إذا مشى كأنما ينحط من صبب " .¹¹⁴

وعن النزل بن سبرة قال : كتب إلينا عمر بن الخطاب ثلاثة تعلموا المشى حفاة واحتفوا وشمروا الأزر وتعلموا الرمي .¹¹⁵

5- رياضة المصارعة

¹⁰⁹ رواه الطبراني في الأوسط (103/8) ، وقال الألباني صحيح على شرط مسلم في السلسلة الصحيحة (834/1) .
¹¹⁰ رواه أحمد وقال البيهقي في مجمع الزوائد إسناده حسن (9/20) ، وفي رواية لأحمد فيلزمهم ويقبلهم ورواية يقبلهم ويلزمهم قال فيهما البيهقي حديث حسن ، وقال الألباني فيها (يقبلهم ويلزمهم) ضعيف في السلسلة الضعيفة (6547) ، وأحمد شاكر فيها ضعيف في مسند أحمد (3/248) .

¹¹¹ قال أحمد شاكر صحيح في مسند أحمد (16/248) ، وقال الألباني صحيح في منكاة المصابح (5732) .
¹¹² قال الألباني صحيح في إصلاح المساجد ، وفي رواية للترمذى من حديث طويل لوصف النبي صلى الله عليه وسلم (.. إذا مشى تقلع كأنما يمشي في صبب ..) ، وقال حديث حسن غريب ليس بمتصل وقال فيه الألباني ضعيف في ضعيف الترمذى (3638) .
¹¹³ قال البغوى صحيح في شرح السنة (6/376) ، وقال أحمد شاكر صحيح في مسند أحمد ، وقال الألباني صحيح في صحيح الترمذى (3637) .

¹¹⁴ رواه الطبراني في الكبير (22/155) (414) ، وابن حبان في الثقات (2/145) ، وقال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (4470) .
وقال البيهقي في دلائل النبوة له شاهد تشهد له بالصحة (1/286) .

¹¹⁵ رواه بكر بن بكار في جزئه (11) ، والمتقى الهندي في كنز العمال (المجلد الرابع - فصل في الرمي) (11372) .

كان العرب قبل الإسلام يتنافسون في المصارعة وكانت تقام في الأسواق الكبيرة مثل سوق عكاظ حلقات أو حلبات للمصارعة لإظهار القوة والمقامرة عليها ، وكان هناك مصارعين أشداء مشهورين يخاف بأسمهم وقوتهم ، ولا يغلبهم أحد .

وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يمارس رياضة المصارعة ويحث عليها ويشاهدها.

وقد ورد أنه صارع عدد من المشهورين بقوة بأسمهم وشدة مراسمهم وصلابة أجسامهم ، كركانة وأبي الأسود الجنحى وأبي جهل ، فكانت الغبة لرسول الله صلى الله عليه وسلم عليهم ، حتى كان ذلك سببا في إسلام بعضهم.¹¹⁶

ومن أمثل المصارعين الأقوياء عمرو بن عبد ود ، والذى قتله على رضى الله عنه وأرضاه في غزوة الأحزاب وكانت بشري للمسلمين بالنصر على عدوهم في هذه المعركة بعد مصراع أقوى رجل فيهم وأشدتهم بأسا في زمانه ، والتى كانت العرب تتحدث فيه عن قوته وصرعه .

وكذلك ركانة بن يزيد وكان مصارعا قويا لا يغلب ، وقد أدرك الإسلام وأسلم رضى الله عنه ، وكانت قصة إسلامه وإيمانه بصدق الرسول صلى الله عليه وسلم حين هزم النبي صلى الله عليه وسلم، ولم يكن الرسول صلى الله عليه وسلم بالعملاق أو الضخم صلى الله عليه وسلم ولكن كان وسطا، وكان ركانة قوى البناء ومصارعا لم يهزم من قبل ، ولما صارع النبي صلى الله عليه وسلم صرעהه النبي صلى الله عليه وسلم أكثر من مرة ، فادرك حينها أنه أمام رجل آخر من البشر مؤيد من الله عز وجل ، فصفع قلبه إلى الإيمان وأسلم.

وعن سعيد بن جبير قال " كان رسول الله صلى 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 تسبعني ؟ قال : شاة من غنمى ، فصارعه فصرعه ، فأخذ الشاة فقال ركانة : هل لك في العودة ؟ ففعل ذلك مراراً ، فقال يا محمد ما وضع جنبي أحد إلى الأرض وما أنت بالذى تصارعني ، فأسلم ورد النبي صلى الله عليه وسلم عليه غنمته.¹¹⁷

¹¹⁶الرياضة في الإسلام - محمد إبراهيم شقرة - مكتبة التوفيق - عمان - 1983.

¹¹⁷رواه أبو داود مرسل إسناده صحيح(377)، والبيهقي موصولا ضعيفا ومرسل جيد في السنن(10/18)، وقال الألباني مرسل صحيح في إرواء الغليل(329/5)، وفي رواية لابن كثير قال إسناده جيد في إرشاد الفقيه(86/2).

و عن محمد بن علي بن ر堪ة " أَن رُكَانَةَ صَارَعَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَصَرَعَهُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " ¹¹⁸.

ورياضة المصارعة من الرياضات العنيفة التي تمنح لاعبها القوة والشجاعة والباس والتحمل وكذلك الدفاع عن النفس لذا اهتم بها رسول الله صلى الله عليه وسلم وأمر بها ، ولقد مر بنا كيف مارسها صلى الله عليه وسلم بنفسه عندما صارع ركانة بن يزيد ، وقصة ركانة مروية في كثير من كتب الحديث بروايات مختلفة ولكنها تثبت أن النبي صلى الله عليه وسلم صارع ركانة وبسببيها أسلم ركانة ، وكانت قبل الهجرة.

وفي رسالة المصارعة إلى المصارعة للإمام السيوطي (وكان يشاهد المصارعة ويشجع لاعبيها ، فقد روى أبو هريرة قال : كان الحسن والحسين يتصارعان بين يدي النبي صلى الله عليه وسلم ، فكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول هن يا حسن ؟ فقال " إن جبريل عليه السلام يقول : هن يا حسين ، وعن جعفر بن أبيه أن الحسن والحسين كانا يتصارعان فطلع على رضي الله عنه على رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو يقول : وبها الحسن فقال على : يا رسول الله على الحسين ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم إن جبريل عليه السلام يقول وبها الحسين .

وهناك رواية أخرى عن مصارعة الحسن والحسين وهما يتصارعان بين يدي رسول الله وكانت فاطمة بنته صلى الله عليه وسلم حاضرة ، ومعنى هذه الروايات أن الحسن والحسين رضى الله عنهم كانوا يتصارعان كثيراً بين يدي رسول الله) ¹¹⁹.

فأفاد روى أبو هريرة كان الحسن والحسين يصطربان بين يدي رسول الله صلى الله عليه وسلم فكان رسول الله يقول هي (بالفتح وتشديد الياء المكسورة أسم فعل لأمر معنى أسرع فيما أنت فيه) حسن فقلت فاطمة لم تقول هي حسن ، قال : إن جبريل يقول هي الحسين " ¹²⁰.

وفي رواية أخرى روى علامة بن أبي ذر عن على رضي الله عنه من حديث طويل قال: آخر رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الحسن والحسين فجعل رسول الله يقول يا حسن

¹¹⁸ رواه أبو داود والترمذى وقال حديث غريب، وقال بن حجر مرسل فى الإصابة(3/512)، وقال ابن تيمية حسن عند أبي داود فى إقتناء الصراط المستقيم(1/280) وضعفه الألبانى فى ضعيف(أبى داود 4078) والترمذى (1784)).

¹¹⁹ رسالة المصارعة فى المصارعة للسيوطى.

¹²⁰ رواه بن عدى وقال وفيه عمر بن أبى خليفة لا يوافقه أحد عليه فى كتابه الكامل فى الضعفاء(6/34).

مرتين ، فقالت فاطمة : يارسول الله الحسين أصغر منه وأضعف ركنا منه ، فقال لها رسول الله ألا ترضين أن أقول أنا هي ياحسن ويقول جبريل هي ياحسين.¹²¹

وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يتنقى من الغلمان من يصلح للقتال ويصارع بينهم ويحيى الصارع ، فروى سمرة بن جندب قال كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعرض غلمان الأنصار في كل عام فيلحق من أدرك منهم ، قال: وعرضت عاماً فألحق غلاماً وردي ، فقلت: يارسول الله لقد أحقته وردي لو صار عته لصرعته ، فصار عته فصرعته فألحقني.¹²²

وكان عمر بن الخطاب مصارعاً قوياً يهابه الناس ، ويرى أنه كان بالسوق شاباً قوياً يتحدث الناس عن قوته في المصارعة وذكروا ذلك أمام عمر فلتقياً في السوق وبدت بينهما مصارعة حامية ، حتى صرعه رضي الله عنه.

وكان على رضي الله عنه يمارس المصارعة كذلك ، وقد ثابر على تدريب الحسن والحسين على المصارعة ، وكانا يتصارعان أمام رسول الله صلى الله عليه وسلم كما ذكرنا .

فروى على بن أبي ربيعة قال: صارع على رضي الله عنه رجلاً فصرعه ، فقال الرجل على ثبنك الله يا أمير المؤمنين قال على صدرك.¹²³

وكان معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنه مصارعاً قوياً شهد له النبي صلى الله عليه وسلم .

فعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: جاء أعرابي إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال قم ياماً معاوية فصارعه ، فصارعه معاوية ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: أن معاوية لا يصارع أحداً إلا صرعه معاوية.¹²⁴

وكان خالد بن الوليد رضي الله عنه مصارعاً قوياً لا يشق له غبار ، و Mohammad بن الحنفية كان مصارعاً قوياً فقد كان معظم الصحابة رضي الله عنهم مصارعين يحبون المصارعة ويمارسونها فيما بينهم ويشاهدونها في حلباتهم ، لحبهم لرياضة المصارعة

¹²¹ رواه ابن عساكر في ترجمة الإمام الحسين ص 169. وذكره المتقى الهندي في كتابه كنز العمال المجلد الخامس ص 108، والسيوطى في الخصائص الكبرى ج 2 ص 265.

¹²² قال الهيثمى روى مرسلاً ورجاله ثقات في المجمع(24/5)، والذهبى في المذهب وقال إسناده جيد(3528/7)، وقال الحاكم في المستدرك حديث صحيح الإسناد ولم يخرجه(19/2).

¹²³ رواه ابن عساكر في ترجمة الأمام على وذكره المتقى الهندي في كنز العمال(المجلد 13 فضائل على).

¹²⁴ رواه الديلمى وذكره المتقى الهندي في كنز العمال(المجلد 13 فضل الصحابة)، ورواه مرفوعاً في رياضة الأبدان لأبي نعيم(2).

ولتشوّهم للجهاد في سبيل الله للدفاع عن الدين ونشر الدعوة ، والرسول يحثّهم على هذا ويشعّهم ويصارع بينهم ليشدّ أزرّهم ويقوّى عضدهم وينمى روح الأخوة و التنافس بينهم على حب و ليس على بغض و كراهية كما نرى في تنافسات الألعاب كلها عامة والمصارعة خاصة.

(والإسلام لا يعارض شيئاً يعود على الإنسان منه فائدة مهما قلت ، ولهذا فإن المصارعة من المباحثات التي لا يرى الإسلام بها أساسا ، حيث أن المصارعة تكون في إظهار القوة بالتغلب على الخصم وطرحه على الأرض ، والتحايل في صد هجمات العدو وعدم تمكينه من النيل منه ، وكل ذلك تم بمهارة وفن لا بالضرب واللكم ، فالإسلام إذن يقر المصارعة التي تحترم آدمية الإنسان مهما كان الخصم ، وهذا النوع من المهارة هو الذي مارسه الرسول صلى الله عليه وسلم ، وكان بذلك هو المشجع عليها فصارع بنفسه ورأه الصحابة فكان قد وفوا بذلك)¹²⁵.

(ولكن المصارعة التي نشاهدها الآن مليئة بالوحشية والفوضى والخروج على حدود المصارعة المعقولة ، إذ أن المصارعين في المباريات التي نشاهدها يعمل كل واحد منها إلى اختلاس الفرصة ليضرب من يناظره ضربات غير مشروعة ويعمل بعضهم إلى الضرب المبرح والكلمات القاتلة ، وهذا كلّه خروج عن معنى المصارعة .

فالإسلام يحتوى المصارعة التي تحتوى على فن التغلب على الخصم والمهارة في الإفلات منه وعدم التورط في الوحشية - وهذا ما يدعو إليه الإسلام – لأن الإسلام يحترم آدمية الإنسان ويوقره بحكم أنه خليفة الله في الأرض)¹²⁶.

6- رياضة ركوب الخيل والجمال

الخيل هي أهم شيء في حياة العربي ثم تليها في الأهمية الإبل ، وهمأ عماد الحياة في الصحراء لكل سكانها فهي التي تحمل عنهم وتنقل بهم وتزود بهم وعنهم في الحروب والقتال وتسد جوعتهم وتسقيهم من ألبانها وينسجون من أشعارها وأوبارها ويلتحفون بجلدها فهي لهم كالحياة ، ومن دونها لا يكون لهم بقاء في صحرائهم ، ولهذا ذكرهم ربهم

¹²⁵ محاضرة الترويج في المجتمع المسلم - محمد السيد الوكيل - الرياسة العامة لرعاية الشباب - جدة 1983 م

¹²⁶ محاضرة الترويج في ضوء النصوص الشرعية - مناع خليل القطان - الرياسة العامة لرعاية الشباب - جدة 1983 م .

بهذه النعم عليهم فقال سبحانه وتعالى " وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ (5) وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرْيَحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ (6) وَتَحْمِلُ أَنْقَالَكُمْ إِلَى بَلْدٍ لَمْ تَكُونُوا بِالْغَيْرِ إِلَّا يُشْقَى الْأَنْفُسُ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرَءُوفٌ رَّحِيمٌ (7) وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةٌ وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ " ¹²⁷.

واختص القرآن الخيل بالذكر فقال تعالى " وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ " ¹²⁸.

وقال تعالى في الإبل " أَفَلَا يَتَظَرُّونَ إِلَى الْإِبْلِ كَيْفَ خُلِقَ " ¹²⁹.

وقال تعالى " وَالْعَادِيَاتِ ضَبْحًا (1) فَالْمُورِيَاتِ قَذْحًا (2) فَالْمُغَيْرَاتِ صُبْحًا (3) فَأَثْرَنَ بِهِ نَقْعًا (4) فَوَسَطْنَ بِهِ جَمْعًا " ¹³⁰. ومعنى ضبحا وهو الصوت الذي يسمع من الخيل حين تدعو. ¹³¹

(ومن عجيب الأمور أن هذه الآيات قد جمعت خواص سلاح الفرسان التي تميز بها حتى عصرنا هذا ، إذ تقرر الآيات أن العadiات تتميز بخفة الحركة والسرعة (و العadiات) ، وبالضجيج والصوت التي تحدثه (ضبها) ، (فالموريات قدحها) يعني إصطكاك حوافرها بالصخر فتقدح منه الشرر ، وتقرر صلاحيتها للعمل النهاري ، (فالمغيرات صبها) يعني الإغارة أول النهار وقت الصبح ، وإثارتها للغبار الذي يماثل اليوم قذائف الدخان (فأثرن به نقاها) ، واستخدامها في فتح الثغرات في صفوف العدو ودق الإسفين في دفاعاته (فوسلطن به جماعا) ، وإيراد القرآن لهذه الصفات والمعانى كأنما يقصد به الإشارة إلى جوهر السلاح وصفاته وواجباته لا الوقوف عند شكله ، فيما كانت تقوم به الخيل قديما وحتى مطلع القرن العشرين تقوم به اليوم الدبابات والمدرعات ذات العجل ذات الجندي ونصف الجندي ، وقد تقوم به غدا مركبات أخرى يبتكرها الإنسان ، وكلها عadiات). ¹³².

واهتم العرب بالخيل وغنوا بها في أشعارهم وأغانيهم وامتلا الشعري العربي بوصف الخيل والتفاخر بها فقال أمرؤ القيس في معلقه الشهير يصف حصانه

¹²⁷ سورة النحل الآيات 5-8.

¹²⁸ سورة الأفال الآية 60.

¹²⁹ سورة الغاشية الآية 17.

¹³⁰ سورة العاديات الآيات 1-5.

¹³¹ تقسيم ابن كثير- سورة العاديات.

¹³² الطريق إلى المدائن لأحمد عادل(ص68).

مكر مفر مقبل مدبر معا

كجلود صخر حطه السيل من على
(وكان الرجل يؤثر فرسه على نفسه وأهله وولده فيبيت طاوياً ويشع فرسه).¹³³

(ولذلك وقفوا على أحوالها وأوصافها المحمودة والمذمومة مالم يقف عليه غيرهم ، وعلموا من عللها وأمراضها وأدوائتها وعلاجها مالم يعلمه سواهم ووصفوا مشيتها وعدوها وألوانها وسموها بأسماء ناسبت أحوالها ، وامتدحوها وبالغوا في رعايتها وحفظ أنسابها ، وقد كتب هشام بن الكلبي كتاباً في نسب الخيل وأخبارها في الجاهلية والإسلام

، مما يشعرنا بقيمة الفرس عند العربي وحرصه على تسجيل نسبة لتقدير أصالته).¹³⁴

(وكانوا إذا ساروا إلى الحرب ركبوا الجمال وقادوا الخيل ليريحوها - كما يحدث الآن بالنسبة للدبابات ، فإنها تحمل على عربات حتى ميدان القتال حيث تنزل لقتالن- فإذا

اقرب العرب من عدوهم أو أرادوا الغارة نزلوا عن الإبل وركبوا الخيل).¹³⁵

واهتم الرسول صلى الله عليه وسلم بالخيل اهتماماً كبيراً لما لها من دور كبير في حياة المسلمين وجهادهم ، فقد كانت القوة العسكرية الأولى في معاركهم بل كانت القوة الضاربة في الجيش ، فالذى يمتلك في جيشه أكبر عدد من الخيل المدرية كانت له الغلبة على عدوه ، وقد ذكرها الله عز وجل في عداد القوة والعدة فقال سبحانه " وَأَعْدُوا لَهُم مَا أَسْتَطَعْتُم مِّنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رَبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَذُوَّ اللَّهِ وَعَذُوَّكُمْ " .¹³⁶

وعن جابر بن عبد الله : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " الخيل معقود في نواصيها الخير والثقل إلى يوم القيمة ، وأهلها معاونون عليها ، فامسحوا بنواصيها ، وادعوا لها بالبركة ، وقلدوها ، ولا تقلدوها الأوتار ".¹³⁷

ومن حديث أبي وهب الجشمي قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ارتبطوا بالخيل وامسحوا بنواصيها وأكفالها وقلدوها ، ولا تقلدوها الأوتار ".¹³⁸

وقال مكحول : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " أكرموا الخيل وجللوها ".¹³⁹

وعن ابن عمر قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيمة ".¹⁴⁰

¹³³ بلوغ الأرب في معرفة أحوال العرب (2 / 82).

¹³⁴ الطريق إلى المدائن لأحمد عادل كمال (ص 72).

¹³⁵ بلوغ الأرب في معرفة أحوال العرب (2 / 76).

¹³⁶ سورة الأنفال الآية 60.

¹³⁷ رواه أحمد (14833) ، والطبراني في الأوسط (8982) ، وقال الألباني صحيح في صحيح الترغيب (1249).

¹³⁸ رواه أبو داود والنسائي وقال الألباني حسن في صحيح أبي داود (2553) ، وفي رواية النسائي قال ضعيف (3567).

¹³⁹ رواه أبو داود في المراسيل (364).

وعن عروة بن أبي الجعد البارقي أن رسول الله قال " الخيل معقود في نواصيها الخير إلى يوم القيمة والأجر والمغنم " ¹⁴¹.

وكان الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم يقيم لها السباقات ويحضرها بنفسه صلى الله عليه وسلم بل ويراهن عليها ، ويعطى السابق ويكافأه ، لتنظر الخيل مستعدة دائمًا للقتال. عن ابن عمر قال " سابق رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الخيل فأرسلت التي ضمُرت منها وأمدها الحفباء إلى ثنية الوداع ، والتي لم تضمُر أمدها ثنية الوداع إلى مسجد بنى زريق وإن عبد الله كان فيمن سابق " ¹⁴².

والمسافة بين الحفباء إلى ثنية الوداع ستة أميال أو سبعة ومن ثنية الوداع إلى المسجد ميل.

والخيل الضامرة هي التي تم تجهيزها للجهاد فهي الأسرع والأكثر مرونة وخفة حركة. (وتضمير الخيل كانت تتم عن طريق تجويح الخيل عدة أيام لاتعيش إلا على السوائل فقط ، حتى إذا خمس بطنها جلوه بالجلال - وهو ما يشد على وسط الدابة - وشدوه على بطنه ثم أخذوا يقدمون له الغذاء يزدلونه قليلاً قليلاً حتى يظل خصره دقيقاً ولا يفلطح كرشه ، وقد ساعد هذا على تخفيف اللحم والشحم فجعل خيل العرب أسرع عدوا وأخف حركة من سواها) ¹⁴³.

ولذا سابق الرسول صلى الله عليه وسلم بين الخيل الضامرة مسافة أكبر من التي لم تضمِر بعد .

وقال الله سبحانه وتعالى " وَأَدْنَ في النَّاسِ بِالْحَجَّ يَأْتُوكَ رَجَالًا وَعَلَى كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجَّ عَمِيقٍ " ¹⁴⁴.

وعن ابن عمر " أن النبي صلى الله عليه وسلم سبق بين الخيل وراهن " ¹⁴⁵.

وفى لفظ " سبق بين الخيل وأعطى السابق " ¹⁴⁶.

وعن ابن عمر " أن النبي صلى الله عليه وسلم سبق بين الخيل وفضل القرح فى الغاية " ¹⁴⁷.

متفق عليه، رواه البخارى فى صحيحه(2849)، ومسلم فى صحيحه(1871).

متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(2852)، ومسلم فى صحيحه(1873).

رواه الجماعة والطبرانى فى الكبير وقال الألبانى صحيح فى (صحيح أبي داود(2575) والنسائى(3586)).

الطريق إلى المداهن لأحمد عادل(ص 73).

سورة الحج الآية 27.

رواه أحمد و قال الهيثم رواه أحمد بإسنادين و رجال أحدهما ثقات فى مجمع الزوائد(5/266).

الحديث متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(7336)، ومسلم فى صحيحه(1870)، وأحمد فى مسنده(5656).

ولفظ الفُرّح معناه جمع قارح وهو من كمل سنّه.

وَعَنْ أَبِي عُمَرِ الشِّيَّبَانِيِّ عَنْ رَجُلٍ مِّنَ الْأَنْصَارِ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "الْخَيْلُ ثَلَاثَةٌ" : فَرَسٌ يَرْبَطُهُ الرَّجُلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمَنْهُ أَجْرٌ وَرَكْوَبَهُ أَجْرٌ وَعَارِيَتِهِ أَجْرٌ وَعَلْفُهُ أَجْرٌ ، وَفَرَسٌ يَغْالِقُ فِيهِ الرَّجُلُ وَيَرَاهُنَّ فَمَنْهُ وَزْرٌ وَعَلْفُهُ وَزْرٌ وَرَكْوَبُهُ وَزْرٌ ، وَفَرَسٌ لِلْبَطْنَةِ فَعُسِّيَ أَنْ يَكُونَ سَدَادًا مِّنَ الْفَقْرِ إِنْ شَاءَ اللَّهُ " 148 .

عن أنس " وقيل له : أكنتم تراهنون على عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم ، أكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يراهن ؟ قال نعم والله راهن على فرس يقال له سبحة ، فسبق الناس فبهش لذلك وأعجبه " .¹⁵⁰

ولفظ بهش أى هش وفرح ، وفي رواية أخرى فهش لذلك.

(ولم يكن اهتمام الرسول بالخيول فقط بل اهتم بالإبل كذلك وهى من دعائم الجهاد فكانت تحمل الأثقال وتنقل المؤن والجنود حتى كانت الإبل تحمل ما بين 700 إلى 1000 رطل وتسيير بها أكثر من ثلاثة أيام متواصلة بسرعة تصل إلى مابين 50 إلى 60 كم ، وقد أعتبر اليوم هو وحدة قياس المسافات 44,352 كم ، حتى يرى أن خالد بن الوليد قطع المسافة بين الأنبار وعين التمر في العراق حوالي 130 كم في ثلاثة أيام فقط ، وقطع المسافة ما بين الفراض بشمال العراق إلى مكة (حوالي 1550 كم) في أسبوعين ولكن بالخيول ، وعاد المثنى من المدينة إلى الحيرة (حوالي 1100 كم) في عشرة أيام بالخيول

¹⁴⁷ رواه أحمد وأبو داود، وقال الهيثمي رواه أحمد بن سعيد ورجال أحدهما ثقلا في المجمع (266/5)، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود (2577)، وقال أحمد شاكر في مسنده أحاديث صحيح (9/180).

¹⁴⁸ رواه أحمد وقال الشوكاني في نيل الأوطار له شاهد(241/8) ، وقال الألباني صحيح في إرواء الغليل(339/5).

¹⁴⁹ الحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه (2371)، ومسلم في صحيحه (897) نحوه.

¹⁵⁰ إبراهيم الطبراني وقال المحدثي رحال أ Ahmad ثقات في مجمع الزوائد (266/5)، وقال ابن القيم في الفروضية إسناده حميد (165)، وقال الألباني حديث حسن في إرواء الغليل (5/338).

أيضاً ، حيث كانت الخيل العربية تصل سرعتها إلى 100 بل 110 كم في اليوم وهي تعتبر أسرع خيل في العالم حتى الآن).¹⁵¹

وقال أبو الحسن : أجرى رسول الله صلى الله عليه وسلم للخيل وسبق بينهما فجاء فرس له أدهم سابقا ، فجثا رسول الله صلى الله عليه وسلم على ركبته وقال " ما هو إلا بحر ". وفي رواية أخرى : أن الرسول صلى الله عليه وسلم أجرى الخيل يوما فجاء فرس له أدهم سابقا وأشرف على الناس فقالوا : الأدهم الأدهم ، وجثا رسول الله صلى الله عليه وسلم على ركبتيه ومر به وقد انتشر ذنبه وكان معقودا فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إنه لبحر ".

وقال بعض العلماء أنه لم يستفزه سبق فرسه ولكنه أراد إظهار حب الخيل وتعظيم شأنها.

عن أنس رضي الله عنه قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم أحسن الناس ، وأشجع الناس ، ولقد فزع أهل المدينة ليلة ، فخرجوا نحو الصوت ، فاستقبلهم النبي صلى الله عليه وسلم وقد استبرأ الخبر ، وهو على فرس لأبي طلحة عري ، وفي عنقه السيف ، وهو يقول: لم تراعوا ، لم تراعوا ، ثم قال: وجدناه بحرا. أو قال: إنه لبحر.¹⁵²

عن جابر بن عبد الله قال : لا ألم أبدا ينتهي عند خصلتين ، عند إجرائه فرسه ، وعند قتاله ، وذلك أني رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم أجرى فرسه سبق ، فقال : إنه لبحر ورأيته يوما يضرب بسيفه في سبيل الله فقال: خذها وأنا ابن العواتك انتمى إلى جداته من بنى سليم.¹⁵³

وروى الواقدي قال: أجرى رسول الله صلى الله عليه وسلم الخيل فسبقت على رسول الله.

وعنه أيضا قال سبق أبو سيد الساعدي على فرس رسول الله صلى الله عليه وسلم (لزار بكسر اللام) فأعطاه حلة يمانية .

وكان جملة أفراسه صلى الله عليه وسلم سبعة متقد عليها جمعها ابن جماعة في بيت فقال:

¹⁵¹ الطريق إلى المذاق لأحمد عادل(ص72).

¹⁵² منقى عليه رواه البخاري في صحيحه(2908)، ومسلم في صحيحه(2307).

¹⁵³ رواه المتفق الهندي في كنز العمال المجلد الثالث(9017)، وقال الألباني إسناده رجاله ثقات غير إسحاق بن زيد لم يذكر ابن أبي حاتم فيه تجريحا ولا تعديلا - السلسلة الصحيحة(97/4)

والخيل سكب لحيف ظرب * لزاز مرتجز وردها أسوار.¹⁵⁴

وروى الخلتي: أن رسول الله أمر بإجراء الخيل وسبقها ثلاث أعداق من ثلاثة نحالت ، أعطى السابق عذقا ، وأعطى المصلى (الثاني) عذقا وأعطى الثالث عذقا ، وذلك رطبا .

وروى يعقوب بن زيد بن طلحة عن أبيه قال: سبق رسول الله صلى الله عليه وسلم الخيل اثنتا عشرة (أوقية) فسبق فرس لأبي بكر رضي الله عنه ، فأخذ أربعينية وثمانين درهما.

وعن أنس قال " كانت لرسول الله صلى الله عليه وسلم ناقة تسمى العصباء ، وكانت لا تسبق ، فجاء أعرابي على قعود له فسبقها فاشتند ذلك على المسلمين ، وقالوا سبقت العصباء فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : إن حقاً على الله أن لا يرفع شيئاً من الدنيا إلا وضعه ".¹⁵⁵

وكان الرسول ينتهز كل فرصة ممكنة لسباق بين الخيل سواء كان ذلك داخل المدينة وال المسلمين لم يتهيئوا للحرب ، أم كان والمسلمون راجعون من الغزو .

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يسباق بين الخيل في المدينة وفي انتصافه من مغازيه ".¹⁵⁶

وقال عمر رضي الله عنه لا يركب الخيل السبق إلا أربابها ، وله رضي الله عنه قول مأثور (لن تخور قوى ما دام صاحبها ينزع وينزو) أى أن قوة الفرد ولباقيه لن تضعف ما زال يداوم على التدريب على الوثب فوق ظهور الخيل والثبات عليها .

وكتب عمر إلى أهل الشام: علموا أولادكم السباحة والرمي والغروسيه.¹⁵⁷

وقال عمر بن الخطاب رضي الله عنه " علموا أولادكم العوم والرمادية ومرورهم فليثبوا على الخيل وثبا ، ورروهم ما يجمل من الشعر ".¹⁵⁸

ومن هذه الأحداث نرى أهمية رياضة ركوب الخيل والإبل في حياة المسلمين الأوائل وكيف اهتم بها رسول الله صلى الله عليه وسلم وعنى بها عناية كبيرة حيث كانت من

¹⁵⁴ فيض القدير في شرح الجامع الصغير للإمام المناوى المجلد الخامس(6856).

¹⁵⁵ رواه البخارى(5601)، وأحمد والنسائي وقال الألبانى صحيح فى صحيح النسائي(3590).

¹⁵⁶ جامع الأصول لإبن الأثير .

¹⁵⁷ الإمام المناوى فى فيض القدير شرح الجامع الصغير، والمتقى الهندى فى كتابه كنز العمال المجلد الرابع القراب فى فضل الرمي(11386).

¹⁵⁸ الكامل للمبرد 126/1 .

عدة القتال الأساسية وأنها من أهم عوامل نصرة المسلمين وتحقيق الفتوحات الكبرى ، ودانت لهم الأرض من حدود الصين شرقاً إلى المحيط الأطلسي غرباً في عهد الخلفاء الراشدين.

واليآن ما هو البديل المناسب لهذه الرياضة الهاامة في عصرنا الحالى ؟ والإجابة متعددة الجوانب وواسعة المدى فمنها تعلم ركوب السيارات والموتوسيكلات والدراجات بكل أنواعها.

ويتدرج التعليم بدرجة الاستيعاب ، فيبدأ التعليم للأولاد في سن المدارس الابتدائية بالدراجات الصغيرة أو مع يتناسب مع سنه وطوله ودرجة استيعابه ، ثم في الرحلة التعليمية التالية وهي المتوسطة أو الإعدادية يتعلم الدراجات السريعة ، وفي المرحلة التالية وهي الثانوية يتعلم ركوب الموتوسيكلات ، وفي المرحلة الأخيرة ولتكن الجامعية يتعلم ركوب السيارات بأنواعها ويتقنتها ، لأن في هذا السن يكون إدراكه أكبر واستيعابه أعمق ودرجة تهوره أقل عن المرحلة السابقة ، لأن تعليم قيادة السيارات تكون له درجة كبيرة من الخطورة عليه وعلى الآخرين .

وليس الدراجات والسيارات فقط التي يجب على الشباب المسلم تعلمها ، بل هناك أنواع أخرى لها أهميتها ، مثل كل ما يسير على الأرض ، ما يسبح على الماء ، وما يطير في الهواء ، وكثير منها قد يكون فرض عين على كل مسلم ، والآخر يكون فرض كفاية على كل قادر ، مثل التدريب على قيادة الدبابات والمدرعات والمركبات القتالية في الأرض ، واللنشات والسفن في البحار ، والطائرات المدنية وال Herb في السماء ، وغيرها لكل من يركب ويتطلب مهارة وتدريب ، وهي كلها من الرياضيات المطلوبة في حياة الأمة ولنهضتها ودفاعها عن نفسها ضد أعدائها .

وتكون فرض عين على جنود الجيش النظمي المنقطع للتدريب والعمل داخل وحدات الجيش ، وفرض كفاية على المتطوعين لفترة داخل الجيش ، والذين اكتسبوا الخبرة اللازمة لقيادة الأنواع المختلفة من المعدات أثناء فترة خدمتهم داخل وحدات الجيوش النظمية ، وكل هذه الرياضيات والأعمال مطلوبة للأمة وعدم القيام بها يأثم الجميع .

(والمقصود بفرض عين هو أنه واجب إن لم يقم به المسلم يكون آثما، مثل الصلاة والصيام ، أما فرض الكفاية فهو واجب إذا قام به عدد من المسلمين سقط الإثم عن الباقين مثل رد السلام)¹⁵⁹.

ولقد ذكرنا أن هذه الرياضات ممكناً ممارستها بطرق نظرية سهلة لكل الأعمار وهي طرق المحاكاة أو التقليد ، فكل رياضة من الرياضات لها محاكاة يستطيع المتدرب أن يتلقنها على المحاكاة أولاً قبل التدريب العملي مما يسهل عليه التدريب ويوفر الجهد والمال والنفس ، وعند العمل أو الاستعمال الفعلى فى ميادين القتال يكون سهلاً على المستخدم أداء عمله بسهولة ويسراً ، وهذه المحاكاة تكون إما على أجهزة الحاسوبات مثل الألعاب والمسابقات الحربية ، أو على أجهزة تكون مثل الواقع فى الحجم والشكل وتمثل الوسط الكامل الذى سوف يلاقيه المتدرب فى أرض الواقع ، مثل عمل المؤثرات الصوتية والأشكال المرئية من خلال هذه الأدوات والمعدات التى تحاكي الواقع تماماً ، وهى الآن منتشرة وكل يوم فى تطور كبير وسريع بفضل ومنة الله عز وجل ثم بجهد الإنسان الذى علمه ربه ما لم يعلم .

7- رياضة الصيد

وهي أيضاً من الرياضات المحببة ، ومن اللهو المباح ، وهى رياضة تجمع معها رياضات كثيرة مثل العدو ، والرمى بالثبل والرماح ، والضرب بالسيف ، وركوب الخيل ، بل واستخدام الحيوانات المدربة على الصيد مثل الصقور والكلاب .

ورياضة الصيد تكسب ممارسها لياقة عالية وقوه بدنية وقدره باللغة على التركيز . فالصيد كالحرب يحتاج إلى ذكاء وصبر وعزيمة ، فهو ضرب من ضروب الرياضة والرزق ، ومتعة من متع النفس ، ولو من ألوان الحرب ، وفي أيام السلم يزاوله الملوك وكبار القوم ، كما يزاوله أرباب البطالة والغنى ، وفي صيد البر والبحر متعة مما يدفع الملل عن الخصم كأنه فى ساحة الحرب .

والصيد ليس بمطلق ، بمعنى ألا يجوز الجور فى الصيد والتلذذ بالقتل ، والعبث بالصيد بالقتل دون المنفعة بالأكل أو الانتفاع بها ، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من

¹⁵⁹ نصر فريد واصل مفتى جمهورية مصر العربية الأسبق.

قتل عصفوراً عبثاً عج إلى الله يوم القيمة ، يقول يارب إن فلانا قتلنى عبثا ولم يقتلنى

منفعة " 160 .

وفي حديث آخر يقول النبي صلى الله عليه وسلم " ما من إنسان يقتل عصفوراً فما فوقها بغير حقها إلا سأله الله عنها يوم القيمة ، قيل: يارسول الله ، وما حقها ؟ قال أن يذبحها فيأكلها ، ولا يقطع رأسها فيرمى به " 161 .

وقال صلى الله عليه مسلم " من قتل عصفوراً في غير شيء إلا بحقه (وفي رواية بغير حقه) سأله الله عز وجل عنه يوم القيمة " 162 .

بل والقسوة في التعامل مع الحيوان والطير في الذبح فقد نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن ذلك ، وأمر بالرحمة حتى في الذبح بألا يذبح الحيوان أو الطير أمام الآخر ، ويريحه قبل ذبحه ، ويطعمه ويسقيه بل ألا يشد رجليه بقسوة فتجرح قدميه.

فعن شداد بن أوس قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إن الله كتب الإحسان على كل شيء ، فإذا قلتم فأحسنوا القتلة ، وإذا ذبحتم فأحسنوا الذبحة ، ولivid أحدكم شفرته ، وليرح ذبيحته " 163 .

وروى ابن عمر أن النبي صلى الله عليه وسلم أمر أن تحد الشفار ، وأن توارى عن البهائم وقال " إذا ذبح أحدكم فليجهز " 164 .

وقال الإمام المناوى (يسرع بقطع جميع الحلقوم والمرئ بسرعة ليكون أوجى وأسهل ، فنبه على أنه يندب للذابح إسراع القطع بقوة وتحلل ذهابا وإيابا ، وأن يتحرى أسهل الطرق وأخفها إيالاما وأسرعها إزهاقا ويرفق بالبهيمة ما أمكنه فلا يصرعها ولا يجرها للذبح بعنف ويد السكين ويحرم الذبح باللة لا تقطع إلا بشدة تحامل الذابح) 165 .

160 عن الشريد بن سويد رواه النسائي (4446) وابن حبان في صحيحه (5894) وأحمد (470) ، وقال الشوكاني روى من طرق قد صلح اللائمة بعضها في سيل الجرار (4/380) ، وقال الألبانى ضعيف في (ضعيف الترغيب (680) وضعيف النسائي (4458)).

161 عن عبد الله بن عمرو بن العاص رواه النسائي (4349) والحاكم وقال: صحيح الإسناد (7574) ، وقال الذهبي إسناده جيد في المذهب (3614/7) ، وقال الألبانى حسن في صحيح الترغيب (2266).

162 رواه أحمد في الروايتين وقال أحمد شاكر صحيح الإسناد في مسند أحمد (11/159) ، والرواية الأخرى قال الألبانى ضعيف في ضعيف الجامع (5750).

163 رواه مسلم (38) والجامع (1824) ، وقال الألبانى صحيح في صحيح (الترمذى (1409) والنسائي (4426) وأبى داود (2815) وابن ماجه (2585) وغایة المرام).

164 رواه ابن ماجه وقال السيوطى حسن في الجامع الصغير (614) ، وقال الألبانى صحيح في صحيح الترغيب (1091) وضعيف في ضعيف (بن ماجه (624) الجامع (494) وغایة المرام (39)) ، ثم عاد وصححهم في السلسلة الصحيحة (360/7).

165 فيض القدير في شرح الجامع الصغير (الجزء الأول 614).

وعن ابن عباس أن رجلاً أضجع شاة وهو يحد شرفته ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم :
أتريد أن تميتها موتات ؟ هلا أحذدت شرفتك قبل أن تضجعها ؟ ¹⁶⁶

وروى الوضين بن عطاء أن جزاراً فتح باباً على شاة ليذبحها فانفلت منه حتى جاءت
النبي صلى الله عليه وسلم فاتبعها فأخذها يسحبها برجلها فقال لها النبي صلى الله عليه
وسلم أصبري لأمر الله وأنت يا جزار فسقها سوقاً رفياً¹⁶⁷

وعن قرة بن إياس المزن أن رجلاً قال يا رسول الله ، إني لأذبح الشاة وأنا أرحمها ، أو
قال : إني لأرحم الشاة أن أذبحها ، فقال : " والشاة إن رحمتها رحمة الله ، والشاة إن
رحمتها رحمة الله ".¹⁶⁸

وعن عبد الله بن عباس وأبو هريرة " نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن شريطة
الشيطان . زاد في رواية : وهى التى تذبح فيقطع الجلد ولا تفرى الأوداج ثم تترك حتى
تموت .¹⁶⁹

ورأى عمر رجلاً يسحب شاة برجلها ليذبحها ، فقال له : ويلك قدتها إلى الموت قوداً
جميلاً .¹⁷⁰

وأمر ألا يقطع من البهيمة وهي حية فقد كان أهل الجاهلية قبل الإسلام وكذلك من
يشاكلهم في كل زمان ومكان يحبون أسنمة الإبل وهي حية ، ويقطعون أليات الغنم وكان
في ذلك تعذيب للحيوان .

ونهى النبي صلى الله عليه وسلم عن التعذيب للحيوان ، فقد روى أبو الواقد اللثي فقال " قدم النبي صلى الله عليه وسلم المدينة وهم يجرون أسنمة الإبل ويقطعون أليات الغنم فقال ما قطع من البهيمة وهي حية فهو ميتة " .¹⁷¹
والصيد نوعان ، صيد البر وصيد البحر .

وصيد البحر أحله الله مطلقاً دون قيد ، قال الله سبحانه وتعالى " أحل لكم صيد البحر
وطعامه مئاناً لكم وللسيارة ".¹⁷²

¹⁶⁶ رواه الحاكم وقال صحيح على شرط البخاري (المجلد 4 كتاب الأضاحى) وقال الألبانى صحيح (فى سلسلة الصحيحه 7/359) وصحىح الترغيب (1090)، وغاية المرام (40)).

¹⁶⁷ رواه عبد الرزاق في المصنف (8609)، والمذنرى في الترغيب والترهيب وقال الألبانى ضعيف في ضعيف الترغيب (682).

¹⁶⁸ رواه الطبراني (23/19) وابن أبي شيبة (25870)، وأحمد قال شعيب الأرناؤوطى في تخريج المسند إسناده صحيح (15592).

¹⁶⁹ رواه البيهقي في السنن الكبرى (18545)، قال الألبانى ضعيف في ضعيف أبي داود (2826)، وضعيف في رواة الغليل (2513).

¹⁷⁰ رواه عبد الرزاق في مصنفه (8605).

¹⁷¹ رواه ابن ماجه مطولاً (3216)، والترمذى وقال الألبانى صحيح في صحيح الترمذى (1480)، وصحىح الترغيب (1480).

¹⁷² سورة المائدة الآية 96.

أما صيد البر فله أحكام كثيرة منها ما يتعلق بالصائد مثل أن يكون مسلماً أو من أهل الكتاب أو من هو في حكم أهل الكتاب ، ومنها ألا يكون المسلم مُحرِما ، قال الله تعالى " .. عَيْرَ مُحِلِّي الصَّيْدِ وَأَنْتُمْ حُرُمٌ " .¹⁷³

وقال سبحانه تعالى " .. أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْتُلُوا الصَّيْدِ وَأَنْتُمْ حُرُمٌ .. " .¹⁷⁴

وقال سبحانه تعالى " .. وَحُرُمٌ عَلَيْكُمْ صَيْدُ الْبَرِّ مَا دُمْتُمْ حُرُمًا " .¹⁷⁵

وكذلك التسمية وذكر الله عند إرسال الكلب أو إطلاق السهم أو نحوه ، كما أمر الله سبحانه وتعالى " وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ " .¹⁷⁶

أما ما يتعلق بالمصيد فيجب التذكرة بالذبح ، أما لو كان بالآلية مثل السهم أو الرمح أو البندقية وما شابهها ، أو بواسطة الكلاب المدربة أو الصقور وما شابهها ، فإن أدركه وبه حياة فيحله بالذبح أما إذا لم يدركه ومات من نفسه فلا إثم عليه .

ففقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إذا أرسلت كلبك فاذكر اسم الله عليه ، فإذا أمسك عليك فأدركته حيا فاذبحه " .¹⁷⁷

وقال تعالى " يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أَحْلَى لَهُمْ قُلْ أَحْلَى لَكُمُ الطَّيْبَاتُ لَا وَمَا عَلِمْتُمْ مِنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تَعْلَمُوْهُنَّ مِمَّا عَلَمَكُمُ اللَّهُ فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكْنَ عَلَيْكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ " .¹⁷⁸

وأريد أن أركز هنا على بعض الأحكام الهامة بالصيد بالآلية وهي كما ذكرها العلماء فقالوا : والصيد بالآلية يشترط فيه أمران: أن ينفذ في الجسد بحيث يكون قتلها بالنفذ بالثقل لا بالخدش ، أى يجب أن يقتل الحيوان بألة الصيد ولا تخشه أو تجرحه فلا يموت منها.

وقد سأله عدي بن حاتم النبي صلى الله عليه وسلم فقال : إني أرمى بالمعراض الصيد فأصبه ، قال: " إذا رميت بالمعراض فخرق - أى نفذ في الجسد - فكل ، وما أصاب بعرضه فلا تأكل " .¹⁷⁹

¹⁷³ سورة المائدة الآية 1.

¹⁷⁴ سورة المائدة الآية 95.

¹⁷⁵ سورة المائدة الآية 96.

¹⁷⁶ سورة المائدة الآية 4.

¹⁷⁷ عن عدي بن حاتم ورواه مسلم في صحيحه(1929)، والبيهقي في السنن وقال الألباني صحيح في صحيح الجامع(36) وغاية المرام(48).

¹⁷⁸ سورة المائدة الآية 4.

¹⁷⁹ رواه البخاري في صحيحه(5477)، وصححه الألباني في صحيح الترمذى(1465).

وقد دل الحديث على أن المعتبر هو الخرق وأن كان القتل بمثقل ، أى يكون سبب القتل هي دخول الله الصيد في جسد الحيوان فتسبب قتله سواء كانت طلقة من طلقات بنادق ومسدسات الصيد المتعددة أو كان سهم أو الحراب أو الرماح أو السيف أو غيرها من أدوات الصيد.

أما ما رواه الشیخان من حديث عدی بن حاتم : " ولا تأكل من البندقة إلا ما ذکیت " ¹⁸⁰ وما رواه البخاری من قول ابن عمر في المقتولة بالبندقة : تلك الموقوذة " ¹⁸¹ فالبندقة هنا هي التي تتخذ من طین فیبیس فیرمی بها ، وهی ما كانت تستخدم في الماضي قبل اختراع البنادق الحديثة فھی شيء غير البندقة تماما . ومثل البندقة ما صید بھصی الخذف ، فقد نھی النبی صلی الله علیه وسلم عن الخذف – الرمی بھصا ونحوها- وقال " انھا لا تصید صیدا ولا تتكأ عدوا ، لكنھا تكسر السن وتفقا العین " ¹⁸²

والحديث الشامل عن عدی بن حاتم : قال سألت النبی صلی الله علیه وسلم عن المعارض فقال " إذا أصبت بھدھ فکل فإذا أصبت بھرھ فقتل فإنه وقید فلا تأكل ، فقلت أرسل كلبی ؟ قال : إذا أرسلت كلبک (في رواية كلبک المعلم) وسمیت فکل ، قلت: فإن أكل ؟ قال فلا تأكل فإنه لم يمسك عليك ، إنما أمسك على نفسه ، قلت: أرسل كلبی فأجد كلبا آخر ؟ قال فلا تأكل فإنك سميتك على كلبک ولم تسم على الآخر " ¹⁸³

وعن ابن عباس رضی الله عنھما قال: نھی رسول الله من كل ذی ناب من السباع وكل ذی مخلب من الطیر. ¹⁸⁴

وعن علی رضی الله عنه : أن رسول الله صلی الله علیه وسلم نھی عن أكل لحوم الحمر الأنسیة: ¹⁸⁵ وكان ذلك يوم خیر.

وروى عن جابر بن عبد الله قال : حرم رسول الله صلی الله علیه وسلم يوم خیر عن الحمر الأنسیة ولحوم البغال. ¹⁸⁶

¹⁸⁰ الحديث متفق عليه رواه البخاری في صحيحه(5475)، ومسلم في صحيحه(1929).

¹⁸¹ رواه البخاری في صحيحه(الجزء الرابع/كتاب الزبائح/باب صید المعارض) قبل حديث(5159).

¹⁸² عن عبد الله بن مغفل رواه مسلم في صحيحه(1954)، وابن ماجه وقال الألبانی صحيح في صحيح ابن ماجه(2629).

¹⁸³ متفق عليه رواه البخاری في صحيحه(5476) ومسلم في صحيحه(1929).

¹⁸⁴ رواه مسلم في صحيحه(1934)، وابن حبان في صحيحه(5280).

¹⁸⁵ متفق عليه رواه البخاری في صحيحه(4216)، ومسلم في صحيحه(1407).

¹⁸⁶ رواه أحمد وقال شعیب في تخریج المسند إسناده حسن(14463)، والترمذی وقال الألبانی صحيح في صحيح الترمذی(1478).

وروى عن جابر بن عبد الله : أن رسول الله نهى يوم خbir عن لحوم الحمر الأهلية ،
وأذن في لحوم الخيل.¹⁸⁷

وكل هذه الروايات عن نهى الرسول الكريم عن أكل كل ذي ناب وكل ذي ظفر من الطير الجوارح ، تدل على آية من آيات صدق النبي صلى الله عليه وسلم ، فقد أثبت العلم الحديث صدق هذه الأحاديث عن النبي صلى الله عليه وسلم ، فهذه الأنواع من الحيوانات والطيور تتغذى على الحيوانات والطيور الحية والميتة ، أى على اللحوم ، وهذه اللحوم بها نسبة عالية من حمض البوليك في الدم ، فإذا أكلها الإنسان أصبح بأمراض ، منها زيادة حمض البوليك في الدم مما يؤدي إلى إصابة الإنسان بالقرص الحاد وإلتهاب المفاصل ، والحصوات في المسالك البولية وخاصة الكلى ، حتى لو تغذت الحيوانات العشبية مثل البقر والجاموس والغنم والماعز وغيرها وكذلك الطيور العشبية غير ذى مخلب مثل الدجاج والبط والأوز وغيرها على مخلفات الحيوانات ودمها ، وإن اختلط بالحبوب فإنه يسبب هذا المرض أيضاً ، بل اكتشف العلماء قريباً مرض جنون البقر وهو مرض ناتج عن أكل الحيوانات العشبية طعام مخلوط بالفضلات والبقايا الحيوانية التي لا يأكلها الإنسان مع الدم والحبوب ، أو مخلفات الحيوانات النافقة مع بعض الحبوب.

واحتمالات انتقاله من الحيوانات العشبية المصابة إلى الإنسان قائمة ، وكل ذلك تصدق بأمر الله سبحانه وتعالى ولأحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم حيث ذكر الله سبحانه وتعالى حيث قال " وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَى (3) إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَى ".¹⁸⁸ وهناك أحكام أخرى كثيرة في الصيد وحله وحرامه ذكرها العلماء في كتب الفقه ، ليس مجالها هنا منعاً للإطالة.

وأدوات الصيد وإن اختلفت من الأمس عن اليوم ، فبالأمس كانت بسيطة وقليلة الفتاك ولا تصطاد إلا العدد القليل أو الواحدة فقط ، ولا يصطاد الصائد لسلسلة القتل بل للأكل وسد رمق الجوع حتى الذي يمرح ويتسلى كان دائماً ما يطعم صيده القراء وغيرهم ، أما أدوات الصيد اليوم فهي أكبر فتكاً وأكثر قتلاً وأصبح الجور فيها أسهل ، فاستخدام البنادق الحديثة والسريعة في الصيد البري ، واستخدام الشباك العملاقة ذات الثقوب

¹⁸⁷ متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(5524)، ومسلم في صحيحه(5520).

¹⁸⁸ سورة النجم الآية 4،3

الضيقه أو المتفجرات أو الكيماويات فى الصيد البحري ، أو الشباك الكبيرة التى تنصب على الشواطئ بمساحات واسعة لصيد الطيور المهاجرة ، أو استخدام البنادق الخرطوش التى يمكنها فى الخرطوش الواحد صيد أكثر من طائر فى الصيد الجوى ، أصبح من الجور المحرم ، ففيه قتل جماعى الصيد ، بل فى أكثر الأحيان لا يأكل الصياد ما يصيده ، ولقد رأيت أحد صيادين الأسماء اصطاد نوعا من الأسماك لا يحب أكله وهو القرموط وكان كبير الحجم ، فخاط بالحبل فمه وربطه فى المركب حتى انتهى من الصيد ، وكان قد مرت ساعات وهو يصطاد ولا يبالى ، وعندما أراد أن يرحل فك أسره وأطلق سراحه بعد أن مزق الحبل فم القرموط ، وأطنه مات بعدها لأنه تركه بلا حرارك ، أى جور وأى قسوة فيمن يصطاد مالا يأكل ثم يترك ما صاده يتذنب ويعانى من ألم الصيد وهو لا يدرى ولا يبالى أو يعلم ويتسلى ، فكل شيء خلقه الله له لغته وإحساسه ، فقال تعالى " تُسَيِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَيِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لَا تَفْهَمُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا " ¹⁸⁹.

وأدى الصيد الجائر إلى اختفاء وانقراض أنواع كثيرة من الحيوانات والطيور والحشرات اختفاء كاملا من الكرة الأرضية كما حدث فى كثير من الأنواع البرية والبحرية والجوية .

والذى أريد أن أركز عليه هو أهمية رياضة الصيد ، وهى إن كانت من اللهو المباح إلا إنها من الرياضات الكاملة التى يستخدم فيها الإنسان كل طاقاته وحواسه ، ويدرب نفسه على بذل الجهد والتحمل والصبر والحذر والذكاء ، إن التزم فيها بأحكام الشريعة الغراء.

8- رياضة السباحة

وهي رياضة كانت تمارس على عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم والصحابة ، ورغم أن الجزيرة العربية لم يكن بها أنهار ولا بحيرات ، والمدن الساحلية لم يكن بها كثافة سكانية كبيرة ، ولكن حد عليها النبي صلى الله عليه وسلم والصحابة لأنها من كمال تعليم الرياضة ، وتمام تكوين الفرد المسلم القوى.

¹⁸⁹ سورة الإسراء الآية 44.

وقال رسولنا صلی الله علیه وسلم " كل شئ ليس من ذکر الله فهو لهو أو سهو إلا أربع خصال : مشی الرجل بين الغرضين (للرمی) ، وتأدیبه فرسه ، وملاءبة أهله ، وتعلیمه السباحة ".¹⁹⁰

وقال صلی الله علیه وسلم " خیر لهو المؤمن السباحة ".¹⁹¹
وذكر السیوطی أن رسول صلی الله علیه وسلم تعلم السباحة ، فقال عن الزھری لما بلغ ست سنین خرجت به أمه إلى أخواله بنی عدی ابن النجار بالمدینة تزورهم ومعه أم ایمن ، فنزلت بدار النابغة ، فأقامت به عندھم شهرا ، فكان صلی الله علیه وسلم يذكر أموراً كانت في مقامه ذلك ونظر إلى الدار فقال هنا نزلت بي أمى وأحسنت العوم في بئر بنی عدی بن النجار ".¹⁹²

وروى السیوطی ما يشير إلى ممارسة أبی بکر رضی الله عنھ السباحة ، فقال حدثنا البغوى عن أبی مليکة قال دخل رسول الله صلی الله علیه وسلم وأصحابه غدیرا فقال " یسبح کل رجل إلى صاحبه فسبح کل رجل منهم إلى صاحبه ، فسبح الرسول صلی الله علیه وسلم إلى أبی بکر واعتنقه وقال لوکنت متذکراً خلیلاً لاتخذت أباً بکر خلیلاً ولكنه صاحبی ".¹⁹³

وفی روایة أخرى (حتی بقی أبی بکر والمصطفی صلی الله علیه وسلم فسبح الرسول صلی الله علیه وسلم الى أبی بکر واعتنقه).¹⁹⁴

وروى السیوطی في كتابه أيضاً عن ابن عباس رضی الله عنھ قال : نزل رسول الله صلی الله علیه وسلم بالجھفة فدخل في غدیر ، ومعه أبی بکر وعمر یتمالقان- أی یغوصان- ، فأھوی عثمان رضی الله عنھم أجمعین ناحیة رسول الله صلی الله علیه وسلم فاعتنقه رسول الله صلی الله علیه وسلم وقال " هذا أخی ومعی ".¹⁹⁵

190 عن جابر بن عبد الله رواه الطبراني(193/1785)، والنسائی في السنن(8940)، وقال الهیثمی رجال صحیح خلا عبد الوهاب بن بخت وهو ثقة في مجمع الزوائد(5/272)، وصححه الألبانی في غایة المرام(389) وقال صحیح في صحیح الجامع(4534).

191 عن ابن عباس، أخرجه بن عدی في الكامل للضعفاء(2/152)، وقال الألبانی موضوع في ضعیف الجامع(2922) والسلسلة الضعیفة(1381) وفيه زيادة وخير لهو المرأة المغزل.

192 الباحة في فضل السباحة للسیوطی.

193 الباحة في فضل السباحة للسیوطی وقال مرسلاً عن ابن عباس وفي آخره أنا إلى صاحبی أنا إلى صاحبی، وقال آخر جه الطبراني في الكبير وابن شاهین في السنة من وجه آخر موصولاً عن ابن عباس في تاريخ الخلفاء(7/22).

194 رواه الإمام المناوى في فیض التدیر وقال رواه البغوى وابن منده في معرفة الصحابة، وأبی موسى في الذیل، وكذا أبی نعیم (عن بکر بن الریبع الأنصاری)، وقال السخاوى سنه ضعیف ولكن له شواهد.

195 المتنقی الهندي في کنز العمال(المجلد 13- تتمة فضائل ذی التورین(36212)) وقال رواه ابن عساکر، وأبی نعیم في فضائل الخلفاء الأربعة وغيرهم.

ويذكر الإمام المھورى أن مسجد غدیر على بعد ثلاثة أمیال من الجھة یسره ، وهى غدیر فیھ عین ، ویبین الغدیر والعنین مسجد النبی صلی الله علیھ وسلم.

وكان صلی الله علیھ وسلم یعجّب أن يكون الرجل سابحا راميا.¹⁹⁶

وروى البیھقی من حديث أبی رافع " حق الولد على الوالد أن یعلمه الكتابة والسباحة والرمی".¹⁹⁷

وأمر الرسول الکريم الاباء بتعليم أبنائهم السباحة واتقانها ، واعتبرها حقا من حقوق الأبناء على الاباء وواجب نھو الأبناء من الاباء.

فروى بکر بن عبد الله الأنصاری عن رسول الله صلی الله علیھ وسلم قال " علموا أبناءکم السباحة والرمایة ، ونعم لهو المؤمنة فی بيتها المغزل ، وإذا دعاک أبوک فأجب أمک ".¹⁹⁸

وقال الإمام المناوی فی شرحه علموا أبناءکم السباحة (العوم لأنھ منجاة من الھلاک وقيل لأبی هاشم الصوفی: فیم كنت ؟ قال : فی تعلیم مالا ینسی وليس شيء من الحیوان عنه غنی ، قیل ماهو ؟ قال السباحة ، وقال عبد الملاک للشعبی: علم ولدی العوم فانهم یجدون من یكتب عنهم ولا یجدون من یسبح عنهم وقد غرفت سفینة فیھا جماعة من قریش فلم یعطب من كان یسبح إلا واحد ولم ینج من كان لا یسبح إلا واحد).¹⁹⁹

اما عمر فكان من أكثر الخلفاء الراشدين اهتماماً بالسباحة ، وكان یحث علیھا ، وقال ابن عمر رضی الله عنھما کنا نکون بالخليج من البحر بالجھة فتنفاس - یغیب رأسی ، وأغیب رأسه وعمر ینظر إلينا فما یعیب ذلك علینا ونھن محرومون.²⁰⁰

بل كان عمر یتباری بنفسه وینزل الماء وهو محرم مع ابن عباس ، قال ابن عباس رضی الله عنھما: ربما قال لى عمر بن الخطاب رضی الله عنھ: تعال أباقیك فی الماء أینا أطول نفساً ونھن محرومون.²⁰¹

¹⁹⁶السیوطی فی الباحۃ فی فضل السباحة وقال رواه الحافظ أبو یعقوب القراب فی كتاب فضل الرمی عن سلیمان التمیمی .

¹⁹⁷رواہ البیھقی فی شعب الإیمان ، وقال فیه عیسی بن ابراهیم یروی مالا ینتابع علیه(6/2900) ، وقال ابن حجر إسناده ضعیف فی تلخیص الحبیر وقال الشوکانی ضعیف فی نیل الأوطار(8/247) ، والسلخانی وقال ضعیف وله طرق فی الأجویة المرضیة(3/1098).

¹⁹⁸قال السخانی أخرجه ابن مندة فی معرفة الصحابة ، والدیلمی مرفوعا وسندھ ضعیف ولكن له شواهد فی المقاصد الحسنة(708) ، وقال الإمام العجلونی فی کشف الخفاء سندھ ضعیف ولكن له شواهد(1762) وقال الألبانی ضعیف فی ضعیف الجامع(3726).

¹⁹⁹فضیل القدیر شرح الجامع الصغیر .

²⁰⁰رواہ ابن أبي شیبة فی مصنفه(4/104).

²⁰¹رواہ البیھقی فی حجۃ النبی ، وقال ابن کثیر إسناده صحيح فی مسند الفاروق(1/305) ، وقال الألبانی صحيح فی إرواء الغلیل(1021) وصحيح فی حجۃ النبی(26).

وفي هذا الحديث وسابقه دليل على أن الصحابة كانت تمارس رياضة الغوص في الماء والمسابقة على طول المكث في الماء مع السباحة بينما وجد الماء في البحر الأحمر أو أغادير المياة التي كانت تتكون بفعل المطر الغزير في المناطق المنخفضة.
وكتب عمر بن الخطاب إلى أبي عبيدة بن الجراح رضي الله عنهم : أن علموا غلمانكم العوم ومقاتليكم الرمي.²⁰²

عن مكحول أن عمر بن الخطاب كتب إلى أهل الشام أن علموا أولادكم السباحة والرمي والفروسية.²⁰³

وعن مجاهد قال مكان باب من الصلاة تعجز عنه الناس إلا وتكلفه عبد الله بن الزبير وقد جاء سيل طبق البيت فحال بين الناس وبين الطواف فجعل ابن الزبير يطوف سباحة.²⁰⁴

وذكر الإمام المناوى (قال ابن سعد في الطبقات : كان أسيد بن حضير يكتب بالعربية في الجاهلية وكانت الكتابة في العرب قليلة ويسعى العوم والرمي ، وكان يسمى من كانت هذه الخصال فيه في الجاهلية وأول الإسلام الكامل ، وكانت قد اجتمعت في أسيد وفي سعد بن عبادة ورافع بن خديج (وهم من الأنصار) ، وأمر بعض الكبراء معلمه أن يعلمه السباحة قبل الكتابة وعلل بأن الكتاب يصاب ولا يصاب السباح).²⁰⁵

لذا لم يمر وقت طويلاً بعد وفاة الرسول صلى الله عليه وسلم حتى بنى المسلمون أسطولاً بحرياً وغزوا البحر في عهد معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنه وفتحوا صقلية وكل جزر البحر المتوسط وكان لهم اليد الطولى في البحار بفضل تعلمهم السباحة واتباع هدى رسول الله صلى الله عليه وسلم .

وُدُفِنَ أبو أيوب الأنصاري رضي الله عنه تحت أسوار مدينة القسطنطينية (اسطنبول) وقد قارب عمره فوق الثمانين ، في عهد معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنه ، فقد كان في أسطول المسلمين الفاتح .

²⁰² رواه أحمد والترمذى (2103)، والنمساني في السنن (6351)، وابن ماجه (2737)، وابن حبان (6036)، والمتقدى الهندي في كنز العمال (45952)، وقال أحمد شاكر إسناده صحيح في مسند أحمد (1/164)، وقال ابن كثير قد روى من طرق عده في مسند الفاروق (1/378).

²⁰³ المتقدى الهندي قال روى في القراب في فضائل الرمي (11386) وفي فيض القدير للمناوي (الجزء الرابع).

²⁰⁴ آخرجه ابن عساكر في تاريخه والسيوطى في الباحة في فضل السباحة.

²⁰⁵ فيض القدير شرح الجامع الصغير.

ولكن الآن أشدت الحرج في ارتياح الشواطئ وحمامات السباحة بسبب كشف العورات والاختلاط في هذه الأماكن ، وفي مقدورنا أن نمارس هذه الرياضة بدون أن نقع في المحرمات من النظر إلى العورات أو الاختلاط ، وذلك بجعل أمكنة خاصة للنساء لا يدخلها الرجال ، كما بدأت الآن بفضل الله وجهود رجال الدعوة إلى الله بعض الأندية في جعل أيام خاصة للنساء تتعلم فيه النساء السباحة بمعزل عن الرجال وبمدربات للسباحة. وينع فيها الاختلاط أو العري الفاضح والذى قد تكشف فيه العورات المغلظة.

9- رياضة رفع الأثقال

من الرياضات المهمة التي كانت قبل الإسلام وعنى بها الإسلام واهتم بها ، ومارسها رسول الله صلى الله عليه وسلم وحث المسلمين عليها ، ومارسها الصحابة والتابعين ، فهى لعبة عربية إسلامية ، وكانت تسمى رباعاً ، فقد ذكر ابن القيم أن شيل الأثقال عمل مباح كالمسارعة ومسابقة الأقدام (الجري) ، فقد مر رسول الله صلى الله عليه وسلم على قوم يرבעون حجراً (يرفعون حجراً) ليعرفوا الأشد منهم فلم ينكر عليهم ذلك.²⁰⁶ فعن أنس قال مر النبي الرسول صلى الله عليه وسلم بقوم يرבעون حجراً فقال ما هذا ؟ قالوا يا رسول هذا حجر كنا نسميه حجر الأشداء ، فقال " ألا أدلّكم على أشدكم ، أملّكم لنفسه عند الغضب ".²⁰⁷

وفي رواية عن أنس قال : مر النبي صلى الله عليه وسلم بقوم يرفعون حجراً فقال ما يصنع هؤلاء فقالوا يرفعون حجراً يرددون الشدة فقال النبي صلى الله عليه وسلم ألا أدلّكم على ما هو أشد منه أو كلمة نحوها الذي يملك نفسه عند الغضب ".²⁰⁸ وعن أنس: أن النبي صلى الله عليه وسلم مر بقوم يضطربون فقال: "ما هذا؟". قالوا: يا رسول الله فلان الصرير، ما يصارع أحداً إلا صرّعه، فقال رسول الله صلى الله عليه

²⁰⁶ الفروسيّة لابن القيم.

²⁰⁷ رواه الطبراني في الكبير في مكارم الأخلاق(37)، والسيوطى في الجامع الصغير وقال حسن، وقال الألبانى ضعيف في السلسلة الضعيفة (3360) وضعيف الجامع(2162)).

²⁰⁸ المتنقى الهندي في كنز العمال، وقال الهيثي في مجمع الزوائد فيه شعيب بن سنان وعمرانقطان وتهما ابن حبان وضعفهما غيره وبقية رجال ثقات(8/71)، وقال الألبانى إسناده حسن في سلسلة الصحيحه(7/869).

وسلم: " أَفَلَا أَدْلَكُمْ عَلَىٰ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ؟ رَجُلٌ ظَلَمَهُ رَجُلٌ ، فَكَظَمَ غَيْظَهُ ، فَغَلَبَهُ وَغَلَبَ شَيْطَانَهُ وَغَلَبَ شَيْطَانَ صَاحِبِهِ " ²⁰⁹.

وَعَنْ عَامِرَ بْنِ سَعْدٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَرَّ بِنَاسٍ يَتَحَادُونَ مِهْرَاسًا ، فَقَالَ: " أَتَحْسِبُونَ الشَّدَّةَ فِي حَمْلِ الْحَجَرَةِ؟ إِنَّمَا الشَّدَّةُ أَنْ يَمْتَلَّ الرَّجُلُ غَيْظًا ثُمَّ يَغْلِبَهُ " ²¹⁰.

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " فَمَا تَعْدُونَ الصُّرَعَةَ فِيهِمْ؟ " ، قَالَ: قَلَّا: الَّذِي لَا يَصْرِعُهُ الرَّجُلُ ، قَالَ: " لَيْسَ بِذَلِكَ ؛ وَلَكِنَّهُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عَنْ الْغَضَبِ " ²¹¹.

وَعَنْ عَلَيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ مَرَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَىٰ قَوْمًا يَرْفَعُونَ حِجَرًا فَقَالَ: إِنَّ أَشَدَّكُمْ أَمْلَكُمْ عَنْ الْغَضَبِ وَأَحَلَّكُمْ مِنْ عَفَا بَعْدَ الْقَدْرَةِ ²¹².

وَمِنْ أَبْنَاءِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا بَعْدَمَا ذَهَبَ بَصَرُهُ بَقِيَّهُ يَجْرُونَ حِجَرًا فَقَالَ مَا شَأْنَكُمْ قَالَ يَرْفَعُونَ حِجَرًا يَنْظَرُونَ أَيْمَانَ أَقْوَىٰ فَقَالَ أَبْنَاءُ عَبَّاسٍ عَمَالُ اللَّهِ أَقْوَىٰ مِنْ هُؤُلَاءِ ²¹³. وَكَانَ الصَّحَابَيْانَ جَابِرُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ وَعُمَارُ بْنُ يَاسِرَ مِنْ حَامِلِيِ الْأَقْلَالِ الْأَقْوَيَاءِ وَكَانَ يَحْمِلُ كُلَّ وَاحِدٍ مِنْهُمُ الْحَجَرِيْنَ عَنْدَ بَنَاءِ الْمَسْجِدِ وَحْفَرَ الْخَنْدَقِ .

(وَهَكُذا أَقْرَرَ الرَّسُولُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ هَذَا التَّبَارِيَ الشَّرِيفَ فِي الْرَّبِعِ ، وَهِيَ رِيَاضَةٌ قَدِيمَةٌ وَلَمْ يَنْكِرْهَا فَهِيَ تَنْمِيَ الْقُوَّةَ وَبَعْضَ صَفَاتِ الْلَّيَاقَةِ الْبَدَنِيَّةِ ، وَلَكِنَّ الْأَمْرَ الَّذِي يَجِبُ أَنْ نَلْفَتِ النَّظَرُ إِلَيْهِ ، أَنْ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَدْ اسْتَفَادَ مِنَ الْمَنَاجِلِ التَّرَبُوِيِّيِّةِ الْخَصْبِ الَّذِي تَتَّبِعُهُ الرِّيَاضَةُ ، لِيَلْقَىَ الْحِكْمَةَ وَالْمَوْعِظَةَ وَيَهْدِيَ الْقُلُوبَ وَيَرْبِيَ النُّفُوسَ ²¹⁴).

وَيُذَكِّرُ أَبْنَاءُ عَبَّاسٍ كَثِيرًا عَنْ أَبْنَاءِ عَبَّاسٍ وَغَيْرِهِ فِي تَفْسِيرِهِ (إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرَتِ الْقُوَّةَ الْأَمِينَ) حِينَ سُأَلَهَا أَبُوهَا: " وَمَا عَلِمْتَ بِذَلِكَ؟ " ، قَالَتْ لَهُ: " رَفْعُ الصَّخْرَةِ الَّتِي لَا يَطِيقُ حَمْلَهَا عَشْرَةُ رِجَالٍ .

²⁰⁹ قال الهيثمي في مجمع الزوائد رواه البزار بأسناد جيد، فيه شعيب بن سنان وعمرانقطان وثقهما ابن حبان وضعفهما غيره وبقية رجاله رجال ثقات (71/8)، وقال الحافظ بن حجر إسناده جيد، والطبراني في مكارم الأخلاق (52).

²¹⁰ رواه البيهقي (8276)، قال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (89)، وضعيف في السلسلة الضعيفة (1702).

²¹¹ رواه مسلم في صحيحه (2608)، وابن حبان في صحيحه (2950).

²¹² قال العراقي في تخریج أحاديث الإحياء أخرجه ابن أبي الدنيا من حديث على بسند ضعيف والبيهقي في الشعب بالشطر الأول من رواية عبد الرحمن بن عجلان مرسلا بسند جيد للبزار، ورواه العسكري في الأمثال وهو حسن وقال الألباني ضعيف في السلسلة الضعيفة (7014).

²¹³ عن طاوس بن كيسان الكيلاني وقال الألباني ضعيف في ارواء الغليل (5/333).

²¹⁴ الموسوعة التاريخية لتطور الحركات الرياضية في الحضارات القديمة والحديثة للأستاذ / محمد خير علي.

وروى ابن عساكر عن الحسن في بناء مسجد الرسول فجعلوا يبنون ورسول الله صلى الله عليه وسلم يعطيهم اللبن (الطوب اللبن) على مادونه ثوب وهو يقول " اللهم إن العيش عيش الآخرة فاغفر للأنصار والهاجرة ".²¹⁵

وفي رواية عن أنس " فكان النبي صلى الله عليه وسلم يبنيه وهم يناولونه والنبي يقول اللهم إن العيش..... ".²¹⁶

وفي رواية عن أم سلمة رضي الله عنها قالت " كان النبي يعطيهم اللبن يوم الخندق وقد اغبر شعر صدره ".²¹⁷

فكان النبي تارة يرفع الحجارة وتارة يبني بها الصحابة يناولونه صلى الله عليه وسلم ورضي الله عنهم أجمعين .

وكان الرسول يشارك في حمل الصخور والرمال أثناء حفر الخندق ، وعندما اعترضتهم صخرة عظيمة وعجزوا عن كسرها ، التجأوا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم لإزاحتها ، فقام إليها وضربها بقوة وفتتها بمعولة صلى الله عليه وسلم .

وقال أبو إسحاق: قال سمعت البراء قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم الأحزاب ينقل معنا التراب ولقد وارى التراب بياض بطنه وهو يقول: والله لو لا أنت ما اهتدينا ولا تصدقنا ولا صلينا ، فأنزلن سكينة علينا ، إن الألى قد أبو علينا قال : وربما قال إن الملا قد أبو علينا إذا أرادوا فتننا أبينا ويرفع بها صوته.²¹⁸

وقال أبو سعيد الخدري لكانى أنظر إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو يحرف في الخندق مع المسلمين ، والتراب على صدره وبين عكته ، وأنه ليقول :

اللهم لو لا أنت ما اهتدينا ولا تصدقنا ولا صلينا

فأنزلن سكينة علينا وثبت الأقدام إن لاقينا

إن الألى قد بغوا علينا وإن أرادوا فتننا أبينا

ويذكر أيضاً عن طاوس بن كيسانى اليمانى أنه قال :

اللهم أن العيش عيش الآخرة فاغفر للأنصار والهاجرة

²¹⁵المتفى الهندى فى كنز العمال عن ابن عساكر-المجلد الثالث عشر بباب فضائل الصحابة(37409).

²¹⁶متفق عليه رواه البخارى فى صحيحه(428)، وسلم فى صحيحه(524).

²¹⁷رواہ مسلم(2916)، أحمد(26482)، وقال ابن حجر في فتح الباري سنه صحيح(7/465).

²¹⁸متفق عليه ، رواه البخارى فى صحيحه(4104)، وسلم فى صحيحه(1803).

اللهم عن عصلا والقارة **فَهُمْ كَلْفُونَا نَنْقُلُ الْحَجَرَة** ²¹⁹

والصحابة رضوان الله عليهم يردون على نبيهم ويقولون:

نَحْنُ الَّذِينَ بَأْيَعُوا مُحَمَّداً عَلَى الْجَهَادِ مَا بَقِيَّا أَبْدَا

فقد روى أنس قال: خرج النبي صلى الله عليه وسلم غادة باردة إلى الخندق فإذا المهاجرون والأنصار يحفرون فلم يكن لهم عبيد يعملون ذلك لهم فلما رأى مابهم من النصب والجوع قال:

اللهم أَنْ يَعِيشَ عِيشَ الْآخِرَةِ فَاغْفِرْ لِلْأَنْصَارِ وَالْمَهَاجِرَةِ

فأجابوا:

نحوَنَّ الْذِي

نَحْنُ الَّذِينَ بَأْيَعُوا مُحَمَّداً عَلَى الْجَهَادِ مَا بَقِيَّا أَبْدَا²²⁰

10- رياضة اللعب بالكرة بأنواعها (بالقدم واليد والعصا)

ورياضى الكرة من الرياضات القديمة والتى كانت تستهوى الناس ويحبونها ويمارسها الصغار والكبار، فأى شىء مستدير سواء كان من الحجارة أو ثمار الفاكهة ولبها المستدير أو من صنعها الإنسان من جلود الحيوانات أو البناءات ، فكلها مستدير وتندرج على الأرض ، ومنها ما كان يلعب به بالأيدي أو بالأرجل أو بالعصى وغيرها ، وكل بلد أو أمة تدعى أنها هي من بدأ فيها لعب الكرة ، ولكن فى الحقيقة أن الإنسان على مر تاريخ سواء القديم والحديث قد مارس لعب الكرة بأشكالها المختلفة ، وكل على حسب بيته ومكانه.

وأنواع رياضة الكرة كثيرة وتنوعة منها ما يمارس بالقدم ككرة القدم الحديثة، ومنها ما يمارس باليد كالراكيبي وكرة السلة وكرة اليد وكرة الطائرة وغيرها، ومنها ما يمارس بالمضارب المختلفة ككرة المضرب سواء كانت في لعبة التنس أو البنج بونج أو الإسكواش وغيرها ، ومنها ما يمارس بالعصى ككرة البولو وهي تمارس على ظهور الخيل ، وكرة الجولف وهي تمارس على الأرض ، وغيرها من أنواع الكرات والتى تستحدث منها ألعاب كل زمان ومكان ، وهي كلها كرة مستديرة ومن أنواع مختلفة من

¹⁹ قال بن حجر في فتح الباري مرسل (7/456).
²⁰ متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه (2834)، وصحيف مسلم (1805) مختصرًا.

الأحجام والأنواع من مختلف الخامات فمنها الكرات اللينة ومنها الصلب ، ومنها ما بين بين ، وكلها كرات مستديرة .

والعرب مارسوا ألعاب الكرة كل على حسب مكانه وثقافته ، فالعرب كانوا قبائل متتاثرة في الجزيرة العربية ، منهم ما كان ثابت مثل المدن كمكة والمدينة ، ومنها ما كان متنقل يتبع الماء والكلأ.

وكانت تمارس في عهد النبي صلى الله عليه وسلم ، وشاهدها الرسول صلى الله عليه وسلم ولم ينهي عنها وينعها ، ولكن لم يرد عنه أن مارسها في حياته.

ومن أنواع الألعاب بالكرة عند العرب ويلعبها الصبيان لعبة تسمى **الحجّة** ، وهي كرة مستديرة مصنوعة من الخرق²²¹ ، وقد يدورون الخرق على حجر ويتقامون بها²²².

ولعبة السدو أو **الزّدو** أو المدحاة وهي درجة الجوز أو الحجارة المدوره في حفرة في الأرض.

الزدو لغة صبيانية في السدو .²²³

لعبة **المقثة** وهي لعبة خشبية مستديرة عريضة يلعب بها الصبيان ، ينصبون شيئاً ثم يجتثونه بها عن موضعه ، قال ابن دريد: هي شبيهة بالخرّارة.²²⁴ وهي تشبه ألعاب الجولف الآن.

(وقد روى الفاكهي: أن عمر بن الخطاب عندما قدم مكة فرأى (الكرك) تلعب ، فقال: لو لا أني رأيت رسول الله أفرك ما أفررتك .

والكرك أو الكرج هي أحد مسميات الكرة ، وكان صبيان مكة يلعبونها منذ الجاهلية. لهذا لما قدم رجل من أهل مكة إلى علي بن أبي طالب سأله: كيف تركتم قريشاً والناس بمكة.

قال له الرجل: تركنا فتيان قريش يلعبون بالكرة بين الصفا والمروة. يقول الحارث بن أبي رافع: كنت ألعب الحسن والحسين رضي الله عنهم بالدحو. قالوا: وما الدحو؟ قال: كنا نحفر أدحية كأدحية بيض النعام ، ونضع عليها كرة من الخشب ، وربما وضعنا جوزة ، ويمسك اللاعب بالمدحاه. وهي عصا من الخشب

²²¹للعب العرب - أحمد تيمور باشا - ص 44 مؤسسة هنداوى - طبعة 2012

²²²الألعاب الصبيان عند العرب - أحمد عيسى - ص 7 - مؤسسة هنداوى طبعة 2012

²²³فقة اللغة وسر العربية، الثعالبي، إحياء التراث العربي، 2002، رقم 149 لغة ص 18، ألعاب الصبيان عند العرب، أحمد عيسى، مؤسسة هنداوى، 2012، ص 10

²²⁴ألعاب الصبيان عند العرب - أحمد عيسى - ص 49 - مؤسسة هنداوى طبعة 2012

مجدوحة الطرف كالهلال بكلتا يديه وبهوي بها على الكرة ، فما أنت على شيء إلا أجتنته ، ثم نجري بعد ذلك وراءها فإذا ما اقتربنا من السارية رفعناها ، وإن سقطت الكرة في الأدحية عد ضاربها غالباً.

والدحو هي لعبة الجولف المعاصرة (225).

وهذه الألعاب يلعبها الصبية الصغار حتى إذا أصبحوا فتيان لعبوا بألعاب الحروب والقتال كالسيف والرمح والسهم ، ومارسوا الفروسية والمصارعة وغيرها كما ذكرنا سابقاً.

11- الألعاب الترويحية

لم تكن حياة الرسول ولا الصحابة الكرام كلها جد وتعب وجهاد متواصل ، بل كانت حياتهم ككل البشر ، فيها اللهو المباح ، والسرور والمرح ، وكان الرسول صلى الله عليه وسلم القدوة الحسنة يضحك مع أصحابه ويمازحهم ، ويسارعهم في الرياضات الترفيهية ، ترفيهاً عنهم وتليفاً بين قلوبهم وإدخالاً للسرور عليهم ، كما رأينا في أنواع الرياضات السابقة كيف كان الرسول يمارسها ويحث عليها ، تقوية لأبدانهم وترفيهاً عنهم واستعداد للقتال وتقوية للرباط.

ولقد نصت الأحاديث النبوية على ممارسة الألعاب الترويحية ولكن بشروط جمعها العلماء الأجلاء في كتب الفقه والحديث :

1- لا تشمل على محرم.

2- لا تلهي عن أداء الفرائض.

3- لا تشمل على ما يؤذى البدن و يؤدي إلى قتل النفس.

4- لا تشمل كل الأوقات وتلهي عما هو أولى .

5- لا تؤدي إلى تحزب وتناصر بين المسلمين .

وكان الرسول صلى الله عليه وسلم يرى اللعب المباح ولا يمنعه ، بل كان صلى الله عليه وسلم يشاهد كثيراً منه ويشارك فيه.

225 مقال رياضتنا التي لا نمارسها – تركي ناصر السديري – مجلة الجزيرة – العدد 11357 – 11/2/2003

فعن أنس رضى الله عنه قال " لما قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم المدينة لعبت الحبشة

لقومه بحرابهم فرحاً بذلك " ²²⁶

وكما فى حديث السيدة عائشة رضى الله عنها قالت " لقد رأيت النبي صلى الله عليه وسلم يسترنى بردائه وأنا أنظر إلى الحبشة يلعبون فى المسجد أكون أنا التى أسم ، فاقدرروا قدر الجارية الحديثة السن الحريصة على اللهو " ²²⁷

وفي رواية أخرى عن أم المؤمنين عائشة رضى الله عنها قالت دخل على رسول الله صلى الله عليه وسلم وعندى جاريتان تغ bian بعنة بعاث فاضجع على الفراش وحول وجهه ، ودخل أبو بكر فانتهنى وقال مزمارة الشيطان عند النبي صلى الله عليه وسلم فاقبل عليه النبي صلى الله عليه وسلم فقال دعهما فلما غفل غمزتهما فخرجتا ، وكان يوم عيد يلعب السودان بالدرب والحراب فما سألت رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " تشتاهين تنتظرين " قالت: نعم ، فأقامنى وراءه ، خدى على خده ، وهو يقول " دونكم يا بنى أرفة " حتى إذا مللت قال " حسبك " ؟ قلت نعم ، قال " فاذهبي " ²²⁸

وعن عروة بن عائشة قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم يومئذ يعنى يوم لعب الحبشة فى المسجد ونظرت عائشة إليهم " لتعلم يهود أن فى ديننا فسحة ، إنى أرسلت بحنيفية سمحه " ²²⁹

وعن عائشة " قالت كان رسول الله جالسا فسمعنا لغط وصوت الصبيان فقام رسول الله صلى الله عليه وسلم فإذا حبشية تزفن (ترقص) والصبيان حولها فقال يا عائشة تعالى فانظرى فجئت فوضعت ذقني على منكب رسول الله صلى الله عليه وسلم فجعلت أنظر إليها مابين المنكب إلى رأسه فقال لي أما شبعت فجعلت أقول لا لأنظر منزلتى عنده " ²³⁰

²²⁶ رواه أحمد وأبو داود ، وقال الألبانى صحيح فى صحيح أبي داود(4923) وقال شعيب الأرناؤوط فى تخریج المسند إسناده صحيح على شرط الشیخین(12649).

²²⁷ متفق عليه ، رواه البخارى فى صحيحه(5236) ، ومسلم فى صحيحه(892).

²²⁸ متفق عليه ، رواه البخارى فى صحيحه(949) ، ومسلم فى صحيحه(892).

²²⁹ رواه أحمد وقال شاكر فى عمدة القىاسير إسناده صحيح(1/348) ، وقال الألبانى إسناده حسن فى الشواهد فى السلسلة الصحيحة(1023) ، وفي رواية أخرى إسناده جيد فى السلسلة الصحيحة(4/443).

²³⁰ رواه النسائى(8957) والتزمى وقال المباركفورى فى تحفة الأحوزى قال أبو عيسى (التزمى) هذا حديث حسن صحيح غريب من هذا الوجه (3691) وقال الألبانى حسن فى (السلسلة الصحيحة(7/818) ومشكاة المصايب(5994)) صحيح فى صحيح التزمى .(3691)

وعن أنس قال: قدم النبي صلى الله عليه وسلم المدينة ولهم يومن يلعبون فيهما ، فقال: قد أبدلكما الله تعالى بهما خيراً منهما يوم الأضحى ويوم الفطر ".²³¹
 وكثير من الألعاب تزيل الهم وتدفع الغم وتروح عن القلب وتبعث على النشاط والحيوية.
 وحث الرسول صلى الله عليه وسلم على الألعاب التي تروح القلب وتكتسب المهارات
 العالية ، فهي تجمع ما بين الترويح عن القلوب ورفع اللياقة البدنية واكتساب المهارات الفعلية ،
 كذلك التدريب على الجهاد والإستعداد للقتال.

فعن عقبة ابن عامر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ألا إن الله سيفتح لكم الأرض وتكفون المؤنة ، فلا يعجزن أحدكم أن يلهمو بأسمه ".²³²
 كما أباح الرسول اللعب بالعرائس للأطفال والأولاد ، وكانت السيدة عائشة رضى الله عنها
 تلعب بالعرائس بمشهد من رسول الله صلى الله عليه وسلم ولا ينكر عليها ذلك ، فعن عائشة
 رضى الله عنها قالت " كنت ألعب بالبنات فلما دخل رسول الله صلى الله عليه وسلم وعندي
 الجواري فإذا دخل خرجن ، وإذا خرج دخلن ".²³³

وفي رواية أخرى " كنت ألعب بالبنات عند النبي صلى الله عليه وسلم ، وكان لي صواب
 يلعبن معي ، فكان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا دخل يتقمعن منه ، فيسربهن إلى فيلعبن
 معى ".²³⁴، أى كان النبي صلى الله عليه وسلم يدخل الجواري التي فى سن عائشة لتنجع معهن.
 وعن عائشة رضى الله عنها قالت قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم من غزوة تبوك (أو
 خير) وفي سهوتى ستر ، فهبت فكشفت ناحية الستر من بنات لى فقال: ما هذا يا عائشة ؟ قلت
 بناتى ، ورأى بينهن فرسا له جناحان ، فقال: ما هذا أرى فى وسطهن ؟ قلت: فرس ، قال : وما
 هذا الذى عليه ؟ قلت: جناحان ، قال: فرس له جناحان ؟ قلت: أما سمعت أن لسليمان خيلا لها
 أجنحة ، فضحك حتى بدت نواجهه ".²³⁵

رواه أبو داود والحاكم في المستدرك وقال صحيح على شرط مسلم ولم يخرجاه وقال ابن نيمية إسناده على شرط مسلم في إقتضاء الشرط المستقيم(1/485)، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود(1134) ومشكاة المصاييف(1384).

232 رواه مسلم في صحيحه(1918)، وقال الألباني حسن صحيح في صحيح الترمذى(3083) و صحيح الجامع(3613،2634).

233 متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(6130) ، ومسلم في صحيحه(2440).

234 متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(6130) ، ومسلم في صحيحه(2440).

235 رواه أحمد وأبو داود، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود(4932) و أداب الزفاف(203) ومشكاة المصاييف(3201)، وأحمد شاكر في مسند أحمد(14/264).

بل هناك حديث للسيدة عائشة رضي الله عنها يتحدث عن لعب الأرجوحة حيث قالت: قدمنا المدينة فنزلنا في بنى الحرج بن الخزرج فوالله إنى لعلى أرجوحة بين عذقين فجاءتني أمى فأنزلتني ولي جُمية.²³⁶

وهذا شأن الأطفال والأولاد في كل زمان ومكان لهم ألعابهم ولهم مرحهم يكتسبون الخبرة والتجارب بما يتناسب مع سنهم ومداركهم ، وتنشئهم نشأة اجتماعية سليمة وتطبيع الأولاد على لعب أدوار الكبار من خلال لعبهم ولهوهم.

وقد قال أبو الحسن المواردي ما نصه (وأما اللعب فليس يقصد بها المعاishi ، وإنما يقصد بها إلف البنات ل التربية الأولاد).²³⁷

وذكر إلى ما يشير إلى وجود سوق خاص بلعب الأطفال ، حيث يباع فيه هذه اللعب. وكذلك الألعاب المائية لها نصيب كبير في الترويح عن النفس وإزالة الهم ، والتدريب والتأهيل في الحياة العادلة والقتال ، وهناك أحاديث كثيرة وردت في فضل السباحة ذكرناها في رياضة السباحة.

²³⁶ رواه أحمد وأبو داود وقال الألباني حسن صحيح في صحيح أبي داود (4937).

²³⁷ الأحكام السلطانية للمواردي.

الباب الثاني

الرياضية
في عصر
الدول الإسلامية

في البداية أقصد بالدول الإسلامية هو عصر الدولة الأموية والدولة العباسية والدولة المملوكية والدولة العثمانية ، والممالك الإسلامية التي عاصرتهم ، مثل الدولة الأندلسية بملكها ، والدول الفاطمية والأيوبيّة ودول الممالك المغربية ، مثل دولة المرابطين والموحدين ، وغيرها من ممالك الإسلام التي كانت تدين للولاء ل الخليفة المسلمين ، حتى آخر الخلفاء المسلمين ، وهو الخليفة العثماني السلطان عبد الحميد الثاني والتي تأمرت عليه الدول الإستعمارية والصهيونية العالمية لاسقاطه عام 1918 ، ثم إلغاء الخلافة الإسلامية بالكلية كنظام حكم المسلمين عام 1924.

وهذه الفترة الطويلة في الحكم الإسلامي والتي حكم فيها المسلمين العالم أكثر من 1000 عام ، وكانت له السيادة معظم فتراته ، وترك فيها المسلمون أكبر الأثر في حضارة العالم وثقافته ، وصيغ العالم بثقافة المسلمين الراقية والتي كان يحكمها في كل فتراتها القرآن الكريم والسنّة النبوية المطهرة لخاتم الأنبياء والرسلين المصطفى صلى الله عليه وسلم .

وهذه الفترة التي ساد المسلمين فيه العالم ، تميزت بالثراء الواسع في الثقافة والحضارة ، والتقديم الاقتصادي والاجتماعي والعلمى والرياضي أيضاً ، وكل مظاهر الحياة الراقية في العبادات والأخلاق والمعاملات ، تصدقما لقول ربهم وحاليهم " فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَىي فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى " .²³⁸

ولقد خسر العالم المتحضر ، عندما خسر المسلمون ميدان الحياة وتركت الحياة المعاصرة في قبضة الحضارة المادية والتي صبغت العالم بالمادة ونزع عنّها الروح ، وتركت العالم تتنازعه الأهواء والشهوات ، فوقع في براثن الانحطاط الأخلاقي والمادى ، وأصبح يتخبط في بحر الحياة بلا شاطئ ثم أصبح العالم يختضر ، ويموت منه عضو جديد كل يوم ، ولقد قال الله تعالى " وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْسِرَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى " .²³⁹

لقد خسر العالم بخسارة المسلمين ، والذين هبت عليهم عاصفة التغيير المادى ، فلم يستطعوا حماية أنفسهم بالدين القوي ، بل تركوا أنفسهم لعاصفة التغيير السريعة ، فتنازعهم الأئم ، وتداعوا إلى هذه الوليمة الدسمة فاقتسموها بينهم في نهم وبلا شفقة ، وذلك تصدقما لقول

.²³⁸ سورة طه الآية 123.

.²³⁹ سورة طه الآية 124.

نبيهم صلى الله عليه وسلم " يوشك الأمم أن تداعى عليكم كما تداعى الأكلة إلى قصعتها . فقال قائل: ومن قلة نحن يومئذ؟ قال: بل أنتم يومئذ كثير ، ولكنكم غثاء كغثاء السيل ، ولينز عن الله من صدور عدوك المهابة منكم ، وليقذن الله في قلوبكم الوهن . فقال قائل: يا رسول الله ! وما الوهن؟ قال: حب الدنيا وكراهية الموت".²⁴⁰

بدلاً من أن يكونوا هداة العالمين وحفظ العقيدة السمحنة والأخلاق السامية والمعاملات الحسنة ، أصيروا بما أصابهم وأصبحوا تابعين لكل مظاهر الحضارة المادية الجديدة بكل سلبياتها وآثارها السيئة بل والمدمرة على العالم كافة وال المسلمين خاصة أصحاب معلم الحضارة الناصعة الصالحة إلى يوم الدين ، وقد قال الله في حقهم " **الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِيْنَكُمْ وَأَتَمَّتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيَتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِيَنًا** ".²⁴¹

وإذا انتقلنا من عصر الرسول صلى الله عليه وسلم وعصر الصحابة الكرام رضى الله عنهم أجمعين ، وانتقلنا إلى عصر التابعين والدول الإسلامية عبر العصور ، والتى زاد فيها اتساع الرقعة الإسلامية اتساعاً كبيراً ، ودخل فى أحضانها أمم كثيرة ، ودخلت معهم ألعاب أخرى غير التى كانت فى عهد عصر الرسول والصحابة ، والتى كانت تغلب على ألعاب العرب قبل الإسلام وبعده ، ولكن الإسلام قبل منها ما يوافق الشرع ونهجه وترك ما نهى عنه الشرع ونهجه ، كلعب الصراع بين الكلاب والديكة والثيران وغيرها ، مما كان فى ثقافة هذه الأمم قبل الإسلام ، وارتقى الإسلام بهذه الأمم ، وسمى بها فى آفاق الأخلاق والقيم ، واستقامت الدنيا وصلح أمرها ، وسعد بها الإنسان والحيوان والجماد .

ولم تختلف الرياضة بعد العهد الأول ، فى اهتمامها بصحة الفرد للقيام بواجباته تجاه ربه بالعبادة ، بل بالقيام بواجباته تجاه عمارة الأرض بالحق والعدل ، فاهتمت كذلك ببناء الجسم وتنقيتها ، فأصبح للرياضة مدارس ومراكز متخصصة ، بل تفرغ المدربون للتدريب والرياضيون للرياضة ، وأصبح لهم أوقاف تدر لهم رواتب ويصرف عليها لتحقيق متطلبات الرياضة ، بل اقطع الخلفاء والولاة من بيت المال ما ينفق على هذه المدارس والمدربين لتحقيق الغاية من هذه الرياضات ، بل لقد كان هناك أوقات تقام فيها المباريات والمسابقات ويكرم فيها أبطالها وتوزع عليهم الجوائز والمنح والألقاب ويشهدها المترجين والمشجعين بل والأمراء

²⁴⁰ عن ثوبان مولى رسول الله صلى الله عليه وسلم ، أبو داود وصححه الألبانى فى صحيح أبو داود(4297) وصحح بمجموع طرقه فى السلسلة الصحيحة(958)، وقال صحيح فى تغريب مشكاة المصايب(5298).

²⁴¹ سورة المائدة الآية 3 .

والحكام وكل فئات الشعب في الساحات والمنشآت الرياضية المخصصة لذلك ، وفق أحكام قواعد ثابتة وعادلة .

ومحکمون يحكمون بين المتنافسين بالحق والعدل في جو من التنافس الشريف وبشكل آمن وعادل ، وتوسعت الرياضة واشتملت على رياضات أخرى لم يعهد لها العرب والمسلمون الأوائل سجلها التاريخ الإسلامي في صفحات من نور لينتفع بها المسلمين ، بل والعالم أجمع على مر التاريخ .

(الأمر الذي يدعونا إلى اعتبار الرياضة مؤسسة إسلامية وطيدة الأركان قوية البنية ، ولم تكن مجرد نشاط هامشى ، الغرض منه (قتل الفراغ) كما فعل أبناء طبقة الفراغ الأرستوقراطيون في تعاطيهم للرياضة في أوربا الغربية)²⁴².

أنواع من الرياضات التي مارسها المسلمون :-

هناك بعض الألعاب الرياضية مارسها المسلمون في البلاد الإسلامية بسميات تختلف طبقاً لطبيعة ولهجة البلاد المختلفة ولكن لها مسمى رئيسي واحد حصرها أ/ أمين أنور الخولي في كتابه الرياضة والحضارة الإسلامية بمجهود كبير غاص فيه في بحور المراجع الإسلامية كما عرفها بعض الأطباء والكتاب وال المسلمين وهي :-

المنازلات :-

- المنازة - المباطشة - الملاكمة - المصارعة - المثاقفة بالسيف - المثاقبة بالرماح (أبو علي الحسين بن سينا الملقب بالشيخ الرئيس : القانون في الطب - الجزء الأول - مؤسسة الحلبي القاهرة).
- الصراع - الشباك (أبو الحسن بن عباس - المجوسي : كامل الصناعة الطبية ، مؤسسة الحلبي القاهرة).
- المثاقفة بالشطب - لعب الرمح - الجريد - الملاكمة - المصادمة - الملاطمة (أبو الحسن علي بن أحمد بن هبل البغدادي : المختارات في الطب ، مطبعة جمعية دائرة المعارف العثمانية ، حيدر أباد).
- المشابكة بالأيدي - المسابقة بالعمود.

²⁴²الرياضة والحضارة الإسلامية د/ أمين أنور الخولي .

الفروسية والركوب :

- ركوب الخيل – ركوب الهجن (الجمال أو الإبل) والعماريات – ركوب العجل –
الركض بالخيول – استقطاف الخيول (أبو علي الحسين بن سينا الملقب بالشيخ الرئيس :
القانون في الطب – الجزء الأول – مؤسسة الحلبي القاهرة).

ألعاب الكرة :

- اللعب بالكرة الكبيرة – اللعب بالكرة الصغيرة – اللعب بالصو لجان – اللعب بالطابة –
اللعب بالطبطاب (أبو علي الحسين بن سينا الملقب بالشيخ الرئيس : القانون في الطب –
الجزء الأول – مؤسسة الحلبي القاهرة).
- اللعب بالأكراة (الكرة) – اللعب بالصو لجة (أبو الحسن بن عباس – المجموعى -: كامل
الصناعة الطبية ، مؤسسة الحلبي القاهرة).
- لعب الكرة راجلاً – لعب الكرة فارساً (أبو الحسن علي بن أحمد بن هبل البغدادى :
المختارات في الطب ، مطبعة جمعية دائرة المعارف العثمانية ، حيدر أباد).
- لعب الهرولة – الرحاة – الحكشة – الكجة (محمد مصطفى الهلاوى : الرياضة عند
المسلمين ، الفيصل ، العدد 135 ، مايو 1988 م).

رياضات الماء :

- السباحة – العموم
- ركوب الزوارق والسماريات .

رياضات القوة :

- إشالة الحجر
- شيل الحجر والأعمدة (أبو الحسن بن عباس – المجموعى -: كامل الصناعة الطبية ،
مؤسسة الحلبي القاهرة).
- جذب الشيء – إشالة المقيرات.
- الربع – شيل الأثقال – العلاج (المعالجة).

رياضات ألعاب القوى:

- سرعة المشي – الإحضار – الجري – الركض – العدو (أبو علي الحسين بن سينا
الملقب بالشيخ الرئيس : القانون في الطب – الجزء الأول – مؤسسة الحلبي القاهرة).

- العدو فى الميدان – الطفر – المشى (أبو الحسن بن عباس – المجوسى -: كامل الصناعة الطبية ، مؤسسة الحلبي القاهرة).
 - مسابقة الأقدام – المسابقة بالمقالات – السعي
- رياضات الجمباز والبراعات الحركية :**
- الزفن- القفز إلى الشيء ليتعلق به – الحجل على إحدى الرجلين – الخفق باليدين – الترجم في الأراجيح (أبو علي الحسين بن سينا الملقب بالشيخ الرئيس : القانون في الطب – الجزء الأول – مؤسسة الحلبي القاهرة).
 - الصعود والقعود في المراجيح – الرقص- الطفر والزج.
 - قفز الغزال – القفز إلى فوق – المراكزة والدوران – الترجم بالكجاوات.
- الرمادية :**
- النضال – الرمادية بالقوس والنبل – الرمي بالمزاريق – الرمي بالمسالى – رمي الحراب (أبو علي الحسين بن سينا الملقب بالشيخ الرئيس : القانون في الطب – الجزء الأول – مؤسسة الحلبي القاهرة).

هذه بعض الألعاب مع أسماءها المختلفة والتى كانت منتشرة في الأقطار الإسلامية ، وعلى اتساعها في مشارق الأرض وغاربها ، كثير منها مازال البعض يلعبها في أقطارهم ، وبنفس الأسماء ، بل منها ما سطى عليها الغرب ونسبها إلى نفسه وسماها إما بأسمائها العربية دون تغيير أو ادعى لها أسماء أخرى.

مما يدل أن الرياضة كانت من الأصول في السلوك وجزء من حياة المسلم اليومي ، وما كان ينفك أحدا من ممارسة الرياضة يومياً أو بانتظام في مدارسها المنتشرة في ربوع العالم الإسلامي في ذلك الوقت ، لأنه كما ذكرنا هي جزء لا يتجزأ من سلوك وخلق المسلم ، الذي يؤمن بأن المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف ، كما أخبره رسوله الكريم صلى الله عليه وسلم من حديث أبي هريرة فقال "المُؤْمِنُ القَوِيُّ، حَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الْضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ حَيْرٍ أَحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعْنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزْ" ²⁴³.

وكما علمهم رسول الله ، وسار عليه السلف الصالح ، وبها عز الإسلام وارتقت راياته فوق العالمين ، وأصبح المسلم سليم الجسم قوى العقيدة صحيح العبادة نافعاً لغيره ، فلما تخلى

²⁴³ سبق تحريره ص 14

المسلم عن دينه ، تخلى عن رياضته ترهل جسمه وضعفت قوته وأختل ميزان الحياة فى الأرض.

وهناك رياضات كانت تمارس على نطاق واسع بين الناس ، ورياضات أخرى لاتمارس إلا في أماكن خاصة مثل الساحات الواسعة أو المضمار أو الميادين ، ويمارسها المتخصصين أو الخاصة ، مثل الجنود والأمراء وغيرهم ، وببعضها كان يمارس في المناسبات الشعبية والأعياد الرسمية وفي أماكن تجمع الناس في الأسواق والحدائق والأندية وبجوار أماكن اللهو المباح ، ويمارسها عامة الشعب وخاصة ، غنيه وفقيره ، كبيره وصغيره على السواء.

ولعل من أهم الرياضات التي كانت تمارس بانتشار واسع هي الرياضات التي مارسها المسلمون منذ عهد النبي صلى الله عليه وسلم والصحابة، وظل عليها التابعين إلى الآن .

وهي على سبيل المثال لا الحصر:

رياضات الجري والسباق بأنواعها المختلفة، وأسمائها المتعددة ، لما لها من وقع طيب على القلب والترويح عن النفس.

رياضات المصارعة والمنازلة والتشابك كذلك بأسمائها وأنواعها المتعددة، لما لها من تنافس وحب إظهار روح التحدى والغلبة.

رياضات السباحة ولو في مساحات قليلة مثل العيون والأغادير، والبحيرات الصغيرة والتي تجتمع مع الأمطار الغزيرة أو المصبات الصغيرة، ناهيك عن المحيطات والبحار والأنهار، لما لها من حب في النفس وترويح عن القلب.

رياضات الرماية والصيد ، أو النشان على أي شيء يصلح لذلك ، وإن قلت في العصور المتأخرة من الحضارة الإسلامية نظراً للتضييق على اللعب بها والخوف منها وخاصة بعد قصرها على الجنود من الجيش والشرطة ، والتي كان لا يسمح بمارسها للعامة كما كان سابقاً إلا في أماكن خاصة ، وتحت إشراف خاص.

ورياضات أخرى مثل ألعاب القوة أو التحمل ، وكان أشهرها حمل الأشياء والأثقال والربيع ، وذلك كما عليه أحوال كثير من الناس حتى الآن.

وهناك ألعاب للترويح والتسلية البدنية والذهنية ، كانت منتشرة في بلاد المسلمين ، وما زالت تمارس حتى الآن مثل ألعاب الكرة واللعب بالحبل والمراجيح والشطرنج وغيرها .

ولكنى أحب أن أبين هنا بعض الألعاب التي مارسها المسلمون وانتشرت في معظم ربع العالم الإسلامي ، وخاصة في العصور الوسطى ، منذ العصر الأموي وانتشرت أكثر في العصر

العباسى والمملوکى ، ومارسها الملوك والسلطانين ، وظلت تمارس حتى يومنا الحالى ولكن بإسم مختلف وغرض مختلف عما كان عليه المسلمين الأوائل ، حيث كان المسلمين الأوائل يريدون بهذه اللعبة التدريب على القتال والإستعداد له من باب (وَأَعِدُّوا لَهُم مَا اسْتَطَعْتُمْ مِّنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ) ²⁴⁴ ، بل كان كل من له فرس يربطه في سبيل الله ويربيه ويدربه ، والخيل هي عدة الحرب الأساسية في زمانهم ، يدربونها على الكر والفر والسرعة وقوة التحمل ، وكانوا يلعبون عليها لعبة الكرة والصولجان وهي الآن تسمى لعبة البولو ، ولم تختلف قوانينها عما كان عليه المسلمين ، حيث كان الصولجان وهو عبارة عن مضرب خشبي طويل وكرة من الجلد المضغوط بحجم البرتقالة ، يتدافعها اللاعبون بمضاربهم وهم فوق الخيول لإدخالها المرمى ، وهو عبارة عن قائمين من الخشب بينهما مسافة ثابتة ، وعدد اللاعبين ما بين سبعة فأكثر ، ومن أشهر من مارسها من الملوك والسلطانين المسلمين هم الخليفة هارون الرشيد والناصر صلاح الدين والظاهر بيبرس ، وغيرهم .. وإذا تأملت في هذه الأسماء لعرفت كيف كانت لهذه اللعبة أهمية كبيرة في نفوس هؤلاء الفرسان العظام وكيف تحقق في زمنهم الفتوح والنصر والعزيمة لإسلام المسلمين.

وآخرى مثل سباق الخيول (لاحظ أن الخيول كانت لها مكانة عالية في النفوس) ، ولقد ذكرنا ذلك في زمن النبي صلى الله عليه وسلم ، وقلنا أن أول من نظم سباقاً للخيول ووضع لها قواعد حقةً وعادلةً لذلك هو رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وأمر عليّ رضي الله عنه بتنظيم السباق والتحكيم فيه ، وانتشرت بعد ذلك سباقات الخيول بنفس الطرق السابقة التي ذكرناها بين المسلمين وعلى مختلف العصور ، ووضعوا لها مضامير تقام فيها السباقات ، ومواقع ثابتة واحتفالات تقام لتكريم الفائزين.

ولم تقتصر السباقات على الخيول فقط بل امتدت لتشمل سباقات أخرى على درجة عالية من الأهمية لقتال والتربية العسكرية ، ألا وهي رياضة ومسابقات الرماية ، والتي استمرت إلى يومنا هذا ، وكان أشهرها الرماية بالقوس والسهم ، والرمي بالحراب والرماح ، ولما أمتد الزمن اقتصرت هذه الرياضة والمسابقات على الخاصة مثل الجنود والأمراء والسلطانين ، بعد أن كانت لكل المسلمين ، وبعد أن كنت في أي مكان يصلح ، أصبح لها أماكن خاصة وساحات معدة لذلك ومدارس ومدربون أكفاء متفرغون لها ، وما زالت قوانين المسلمين تطبق على هذه الالعاب حتى الآن.

²⁴⁴ سورة الأنفال الآية 60.

وكذلك ألعاب المصارعة بأنواعها ، وقد اختلفت ممارسة هذه الرياضة في بلد عن بلد ، وزمن عن زمن ، حيث كانت المصارعة تمارس في كثير من البلدان التي فتحها المسلمون مثل بلاد فارس وبلاد الروم ومصر والعراق وغيرها ، وقد أهتم بها المسلمون على مدار التاريخ ، وانتشرت بين العامة والخاصة ومارسها معظم الناس من الأمراء والسلطانين والجنود وال العامة ، حيث لاتحتاج إلى مكان كبير أو ساحات واسعة ، بل في أضيق الحدود ، وقد كتب عنها الكتاب المسلمون منهم علماء الفقه والمحدثون مثل الإمام جلال الدين السيوطي في كتابه المصارعة في المصارعة أو العلماء كما في كتاب القانون في الطب للعالم الطبيب الفيلسوف أبو علي الحسين بن علي بن سينا (والملقب بالشيخ الرئيس) ، أو أبو نعيم في كتابه رياضة الأبدان غيرهم من العلماء والفقهاء .

ورياضات اللعب بالسيف ، والسيف كما ذكرنا كان من عدة المسلم وسلاحه الشخصي الأساسي ، لا يفارقه أبدا ، وكان من شدة اهتمامهم به أن جعلوا له أسماء متعددة ، وبرعوا في صناعته واستخدامه ، وظل هو السلاح الأساسي لفترات طويلة ، وظلت تقام له الحلبات للتدريب والمسابقات في المبارزة ومهارة الاستخدام على طول فترات التاريخ الإسلامي .

ومن الألعاب الملازمة للمبارزة لعبة استخدام الجريد بأنواعها المختلفة ، وأنواع أخرى من العصى أو ما يطلق عليه بالدبوس (الشوم) كما يطلق عليه في مصر ، وذلك حفاظاً على أرواح اللاعبين وعدم إصابتهم أثناء اللعب أو المبارزة ، وهذه الألعاب تمارس في ساحات أرضية أو من فوق أظهر الخيل ، وظلت هذه اللعبة تمارس في كثير من الأقطار الإسلامية حتى حصرنا هذا وخاصة في مصر ولبنان وغيرها .

ثم أخيراً اللعب بالكرة وهي اللعبة التي تهم قطاعاً كبيراً من المهتمين بها في العالم الإسلامي والعالمي ، وهذه اللعبة كانت منتشرةً بين بلدان العالم الإسلامي ، وعلى أشكال مختلفة طبقاً لطبيعة كل بلد من هذه البلدان .

وكان لها أسماء مختلفة كما ذكرنا سابقاً ، مثل الأكرة والطابة ، ولكن منها ما أوردها ابن منظور صاحب كتاب لسان العرب في كتابه نثار الأزهار وأطائب أوقات الأصائل والأسحار) والدبوق كرة شعرية ترمى في الهواء ، ثم يتلقاها الغلام ضارباً لها تارة بصدر قدمه وتارة بالصفح الأيمن من ساقه اليمنى ، راداً إياها إلى العلو على الدوام) .

ولقد عرف العرب والمسلمون أشكالاً كثيرة من الكرات منها ما كان يصنع من الخرق، ومنها ما كان يصنع من مادة تشبه المطاط الطبيعي، ومنها ما كان يكتسي بالجلود والفراء مثل

فراء الأرانب وغيرها ، وقد أثبتت الاستاذ إبراهيم الفحام في كتابه ألعاب الكرة عند العرب (أن الكرة مورست في أقطار شتى وتحت أسماء مختلفة وأشكال متعددة ، بل أثبتت أن كرات المضرب بأنواعها مارسها المسلمون قبل الوريبيون ، وأن كلمة راكيت Racket بالإنجليزية أو كلمة Raquette بالفرنسية ومعناها كرة المضرب إنما هي مشتقة من الكلمة العربية (راحة) أي راحة اليد ، وما زالت تطلق كلمة الراحة في بعض اللهجات العربية على الأداة الخشبية التي تشبه مضرب الكرة والتي يستعين بها من يخرب العيش في نقل الأرغفة .

حتى لعبه التنس قد تطورت من لعبة الطبطاب العربية ، بل إن بعضهم يرى أن كلمة تنس نفسها تنسب إلى مدينة تنس المصرية القريبة من بحيرة المنزلة في شمال الدلتا ، ويؤكدون أن منسوجات تنس التي قد اشتهرت من قديم كانت تدخل في صناعة كرات التنس) .

بل ورياضة الهوكي كذلك من ألعاب المسلمين القديمة كما ذكرها الاستاذ إبراهيم الفحام حيث ذكر أن رياضة الحكشة والتي تشبه إلى حد بعيد رياضة الهوكي العالمية الآن ، ما هي إلا رياضة مورست في أرياف مصر ، وكانت تصنع من أفرع النخل الجافة (العرجون القديم) بعد هذبها فتشبه إلى حد بعيد مضرب الهوكي أو الجولف ، أما الكرة فكانت من ثمر الدوم ، بل إن لعبة الحكشة نفسها تطورت عن رياضة مصرية قديمة وهي الكجة وأنها تتطورت بعد ذلك إسماً وموضوعاً إلى ما يطلق عليه الآن الهوكي في العصر الحديث .

بل ذكر الاستاذ محمد مصطفى الهلالي في مقال له في مجلة الفيصل العدد 135 لعام 1988 أن أصل الهوكي كان في العراق وأن اسمها كان الهولة ، وهي عبارة عن كرة من الخرق الملفوفة بالقماش ، تخاطب بابرة بلدية ، وكان منها أحجام مختلفة وكان فريقها يتكون من 11 لاعباً إلى 20 لاعباً في الفريق الواحد وكان الفريقان يلعبان أمام بعضهما البعض بقصد إحراز هدف أو أكثر حسبما يتفق عليه في مرمى المنافسين وهو مرمى بدائي يعتمد على تحديده بالعصى أو الحجارة أو ما شابه ذلك .

وكان المسلمون في أقطار شتى يبرعون في الرياضات الحركية أو الأكروبات أو الجمباز ، ويمارسونه من باب البراعة في ركوب الخيل بل وأداء الحركات البارعة من فوق ظهورها ، كال الوقوف فوق ظهرها وهي مسرعة أو الالتفاف من تحت بطنه أو الانتقال من فرس إلى آخر والحصان مسرعاً وهكذا فيما يتلقى بالمهارة الحركية في ركوب الخيل .

ومورست هذه الرياضات في كل العصور الإسلامية ، لأنها كانت مرتبطة بالخيل ، وارتباطهم بها في كل حياتهم كما ذكرنا سالفاً .

وقد جاء ذكر (الجمباز) على أنه سراويل خفيفة يرتديها الرياضيون ، فربما كان هذا أصل الكلمة الجمباز ، كما ذكر الأستاذ مصطفى كامل علوى في كتابه "عروبة مصر" أن القبائل الموجودة بصعيد مصر والتي تنسب أصولها إلى عرب الحجاز ، كانوا يتميزون ببراعتهم الحركية الفائقة من فوق ظهور الخيل ، ومنهم قبيلة الجمازين ومفردها جماز ، فربما كان الجمباز تحويراً لاسمهم .

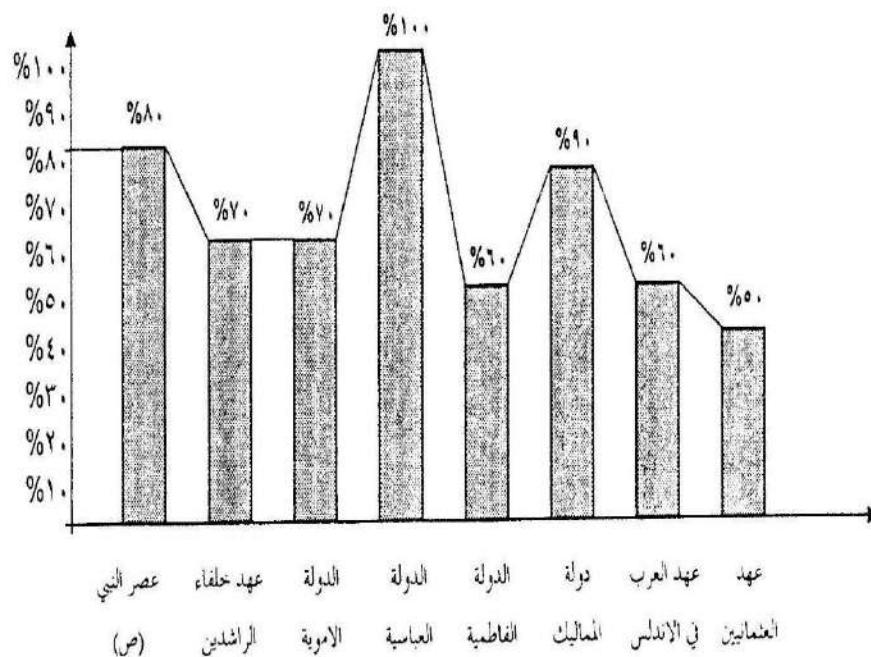
وأيا كان سعي علماءنا وكتابنا في إثبات حقيقة نسبة كثير من الألعاب العالمية إلى المسلمين والتي تمارس الآن على نطاق عالمي أو دخلت في الألعاب الأولمبية الحديثة أو غيرها من البطولات الدولية ، وأن كثيراً من هذه الألعاب مارسها المسلمون بأسمائها الحالية أو المشابهة لها في الإسم أو المعنى ، فهذا جهد يشكون عليه ، وإحقاق للحق ورجوعه إلى أهله ، ولكن الأهم منه هو إحياء الروح الرياضية وعودتها إلى نفوس المسلمين وشحذ الهمم لممارستها وتصحح النيات في أدائها وتمسكم بروح البطولة في تطبيقها ، والمنافسة الشريفة على حقيقتها ، وممارستها في جل أوقات حياتهم ، وغرس روح البطولة والعزمية وعلو الهمة والجد في الطلب ، وترك الدعة وحب الراحة ، والتنافس في الخير ، واستعادة المجد القديم ورجوع الحضارة الإسلامية خفافة فوق العالمين لأنها حضارة الخير والسلام ، ليست فقط للبشرية ولكن للأرض جميعاً حيواناتها وطيورها وجميع الكائنات بل وجمادها أيضاً .

كما قال تعالى "كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أَخْرَجْتُ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَيْتُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ

وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ" ²⁴⁵.

²⁴⁵ سورة آل عمران الآية 110

مستوى تطور الحركات الرياضية في الحضارة الإسلامية



البَابُ الثَّالِثُ

الحلال والحرام

في

الرياضية

الحلال والحرام في الرياضة:

إن الأصل في الأشياء الإباحة والحل كما قرره الله سبحانه وتعالى ، إلا ما ورد فيه نص من الكتاب والسنة المطهرة الصحيحة للتحريم فقد قال الله تعالى " قُلْ مَنْ حَرَمَ زِيَّةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالْطَّيْبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ " ²⁴⁶ ، وقال سبحانه " وَقَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَا حَرَمَ عَلَيْكُمْ " ²⁴⁷ ، وقال سبحانه " وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مِنْهُ " ²⁴⁸ ، وقد فسر العلماء ذلك وقلوا ما كان الله سبحانه ليخلق هذه الأشياء ويسخرها للإنسان ويمن عليه بها ، ثم يحرمه منها بتحريمها عليه ، كيف وقد خلقها له ، وسخرها له ، وأنعم بها عليه ، وإنما حرم جزئيات منها لسبب وحكمة ، ومن هنا ضاقت دائرة المحرمات في شريعة الإسلام ضيقاً شديداً ، واتسعت دائرة الحلال اتساعاً بالغاً .

وذلك أن النصوص الصحيحة الصريحة التي جاءت بالتحريم قليلة جداً ، وما لم يجيء نص بحله أو حرمتها ، فهو باق على أصل الإباحة ، وفي دائرة العفو الإلهي .

وعن سلمان الفارسي: سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم عن السمن والجبن والفراء فقال " الحلال ما أحل الله في كتابه ، والحرام ما حرم الله في كتابه ، وما سكت عنه فهو مما عفا عنه " ²⁴⁹ .

وعن أبي الدرداء قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما أحل الله في كتابه فهو حلال وما حرم فهو حرام وما سكت عنه فهو عفو فاقبلاوا من الله عافيته ، فإن الله لم يكن لينسى شيئاً ، ثم تلا هذه الآية " وَمَا كَانَ رَبُّكَ نَسِيًّا " ²⁵⁰ .

وروى أبو ثعلبة الخشنى عن النبي المعلم صلى الله عليه وسلم قال " إن الله فرض فرائض فلا تضيئوها ، وحد حدوداً فلا تعتدوها ، وحرم أشياء فلا تنتهكوها ، وسكت عن أشياء رحمة بكم غير نسيان فلا تبحثوا عنها " ²⁵¹ .

²⁴⁶ سورة الأعراف الآية 32.

²⁴⁷ سورة الأنعام الآية 119.

²⁴⁸ سورة الجاثية الآية 13.

²⁴⁹ رواه الترمذى وابن ماجه (3367)، والطبرانى فى الكبير (6/250)(6124)، وقال ابن القىسى فى ذخيرة الحفاظ عن سليمان فيه ضييف وعن ابن عمر غير محفوظ وفيه ضعيف (3/259)، وقال الذهنى فى ميزان الإعتدال فيه سيف بن هارون ذكر من جرحة وروى مرسلا (2731)، وحسنه الألبانى فى صحيح (ابن ماجه) (2731) والترمذى (1726)).

²⁵⁰ سورة مريم الآية 64.

²⁵¹ رواه الدارقطنى (4/183) والبيهقى (20217)، والحاكم فى المستدرك (7114)، وقال ابن كثير فى تفسير القرآن صحيح (3/202)، وقال الألبانى فى إسناده انقطاع فى تحقيق رياض الصالحين (1841) وقال أحمد شاكر صحيح فى عدمة التفاسير (1/744).

ولا يقتصر الحلال والحرام على العبادات فقط ولكن يشمل العبادات والمعاملات أيضا ، ولكن في العبادات الأصل فيها التوفيق فلا يشرع منها إلا ما شرعه الله سبحانه وتعالى وأمر به أو فعله الرسول صلى الله عليه وسلم أو أمر به فقد قال تعالى " أَمْ لَهُمْ شُرَكَاءٌ شَرَّ عُوا لَهُم مِّنَ الدِّينِ مَا لَمْ يَأْذِنْ بِهِ اللَّهُ " ²⁵².

وقال تعالى " وَمَا آتَكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا " ²⁵³.

أما العادات فالأصل فيها العفو والإباحة ، فلا يحرم منها أو يحظر إلا ما حرمه الله سبحانه وتعالى وأمر به أو لم يفعله الرسول صلى الله عليه وسلم ونهى عنه فقال تعالى " قُلْ أَرَأَيْتُمْ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ لَكُمْ مِّنْ رِزْقٍ فَجَعَلْتُمْ مِّنْهُ حَرَامًا وَحَلَالًا قُلْ أَلَّا إِذَا أَذَنَ اللَّهُ مَمْلُوكٌ مَّا عَلَى اللَّهِ تَفْتَرُونَ " ²⁵⁴. فالأصل في الحلال والحرام ماجاء في كتاب الله أو سنة نبيه صلى الله عليه وسلم بنص في القرآن الكريم أو الأحاديث النبوية الصحيحة .

ومن المناسب هنا قبل الخوض في أحكام الحلال والحرام في الرياضة أن نهتم ببعض الأحكام الهامة مثل :

العورة عند الرجل والمرأة:

إن كل من شأنه أن يستثير الغرائز الهائجة ، والأفعال الفاضحة ، ويفتح منافذ الفتنة على الرجل أو المرأة ، ويغرى بالفاحشة ، أو العري ، أو كل ما يقرب إلى كل حرام ، أو ييسر سبيله ، ويمكن من فعله ، فإن الإسلام ينهى عنه ويحرمه ، سدا للذرية ورداً للمفسدة .

لذا منع الله سبحانه وتعالى أسباب الفتنة من مهدها فقال في تحريم الزنا " وَلَا تَقْرُبُوا الزَّنَاجَةَ إِنَّهُ كَانَ فَاحشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا " ²⁵⁵، فحرم كل ما يقرب إلى الزنا من وسائل ومقومات ، وسد الطرق الموصلة له مثل النظرة ، واللمسة ، والخلوة .

فقال تعالى في تحريم النظرة " قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَرْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَيْرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (30) وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَعْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبَدِّلْنَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلَيَضْرِبَنَّ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ " ²⁵⁶.

²⁵² سورة الشورى الآية 21

²⁵³ سورة الحشر الآية 7

²⁵⁴ سورة يونس الآية 59

²⁵⁵ سورة الإسراء الآية 32

وقال صلی الله علیه وسلم " لا ينظر الرجل إلى عورة الرجل ، ولا تنظر المرأة إلى عورة المرأة ، ولا يفضي الرجل إلى الرجل في التوب الواحد ، ولا المرأة إلى المرأة في التوب الواحد ".²⁵⁷

وعن علیٰ رضی الله عنہ قال قال صلی الله علیه وسلم " عورة الرجل على الرجل كعورة الرجل على المرأة ، وعورة المرأة على المرأة ، كعورة المرأة على الرجل ".²⁵⁸

وقال العلماء وما لا يجوز النظر اليه من العورات لا يجوز أن يمس باليد أو بجزء من البدن ، وكل ما ذكرنا تحريم من العورات – نظراً أو لمساً - مشروط بعدم الضرورة أو الحاجة ، فإذا وجدت كما في حالة الإسعاف أو العلاج فقد زالت الحرج ، وكل ما ذكرنا من جواز النظر مشروط بأمن الفتنة والشهوة ، فإن وجدت فقد زالت الإباحة سداً للذرية .

أولاً: عورة الرجل :

إن الله سبحانه وتعالى من حكمته أنه جعل للرجل مهمة الكد والتعب في إكتساب الرزق والسعى عليه ، والسير في الأرض لتعميرها ، وتسهيل سبل الحياة ، وكل ما يتبع ذلك من جهد ومشقة وتعب ، وتعريف نفسه للأخطار والمصاعب ، فحباه الله بجسم قوى ، وعضلات بارزة ، وخشونة وقوة تحمل للمصاعب والمهام الجسم ، لذا من رحمته للرجل بعد هذه التكاليف جعل له ما يتناسب مع أداء مهامه من كشف لأجزاء من جسده ، فقد قال الله سبحانه وتعالى " لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ".²⁵⁹

ولذا من فضل الله ورحمته جعل الله عورة الرجل تتناسب مع عمله الشاق في الحياة ، فهي ما بين السرة والركبة فقط ، وإن كان بعض الأنماة كابن حزم وبعض المالكية أن الفخذ ليس بعورة ، أى لا يجوز النظر إلى عورة الرجل من الرجال والنساء كافة ، أما إذا وقع بصر المرأة إلى عورة الرجل فجأة أو نظرة خاطفة أو العكس ، مما يقع أحياناً دون تعمد ، فإن الإسلام عفا عنها دون تكرار .

²⁵⁶ سورة النور الآية 30 .

²⁵⁷ عن أبي سعيد ، ورواه مسلم في صحيحه (338) وقال الألباني صحيح في صحيح الترمذى (2793) وغاية المرام (185).

²⁵⁸ قال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (3825) ، وضعيف في السلسلة الضعيفة (3923).

²⁵⁹ سورة البقرة الآية 286 .

فعن جرير ابن عبد الله قال سأله رسول الله صلى الله عليه وسلم عن نظر الفجاءة فقال "

صرف بصرك ".²⁶⁰

أي لا تنظر مرة ثانية لأن الأولى إذا لم تكن بالاختيار فهو مغفو عنها ، فإن أدام النظر أتم

وعليه قوله تعالى: " قُلْ لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغْضُبُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ ".²⁶¹

وعن أبي سعيد الخدري قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " عورة الرجل مابين

سرته وركبته ".²⁶²

وفي رواية " ما بين سرته إلى ركبته ".²⁶³

وقال عمر (لا يرى الرجل عورة الرجل).²⁶⁴

وإذا وقع النظر فجأة من الرجل على عورة الرجل أو المرأة فيجب عليه أن يصرف نظره

ولا يتبعه .

فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم لعليّ رضي الله عنه " يا عليّ : لا تتبع النظرة النظرة

، فإنما لك الأولى وليس لك الآخرة ".²⁶⁵

وعن حذيفة بن اليمان قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " النظرة سهم من سهام

إبليس من تركها من مخافة الله أعطاه الله إيمانا يجد حلوته في قلبه ".²⁶⁶

وروى هذا الحديث في روايات عدة رواها حذيفة وعبد بن عمر وعبد الله بن مسعود ومنها

رواية ضعفها الألباني " النظرة سهم من سهام إبليس من تركها من مخافته أبدلت إيمانا يجد

حلوته في قلبه ".²⁶⁷

وفيها رواية " سهم مسموم " وفي أخرى " سهم من سهام إبليس مسمومة ".²⁶⁸

²⁶⁰ رواه مسلم في صحيحه(2159) وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود(2148) ورياض الصالحين للنووى(1625).

²⁶¹ عن المعمود شرح سنن أبي داود للأبادى-كتاب النكاح-باب ما يؤمر به من غض البصر.

²⁶² سورة التور الآية 30.

²⁶³ أخرجه ابن حجر العسقلاني في تلخيص الحبير وقال ضعيف(460/2)، وقال الشوكاني مسلسل بالضعفاء إلى عطاء في نيل الأوطار(52/2)، وقال ابن الملقن في خلاصة الدر المنير ضعيف(153/1).

²⁶⁴ رواه أبو أيوب أخرجه ابن حجر العسقلاني في تلخيص الحبير وقال ضعيف(460/2)، وقال الشوكاني فيه عبادة بن كثير وهو متروك في نيل الأوطار(52/2).

²⁶⁵ المتنقى الهندي في كتابه كنز العمال في باب ستر العورة.

²⁶⁶ رواه أبو داود والترمذى والحاكم وقال صحيح على شرط مسلم(2/194)، وقال الألبانى حسن في (صحيح أبي داود(2149) والترمذى(2777)).

²⁶⁷ رواه الطبرانى(10/214)، وقال الهيثمى فى مجمع الزوائد فيه عبد الله الوسطى وهو ضعيف (8/66)، وفي رواية قال عنها الذهنى فى ميزان الإعتدال فيه اسحاق بن عبد الواحد واه(1/194)، وفي روايه أخرى قال فيها الألبانى ضعيف جدا فى السلسلة الضعيفة(1065).

²⁶⁸ عن ابن مسعود ورواه الطبرانى فى الكبير ، وضعفه الهيثمى فى مجمع الزوائد (12946)، وقال الألبانى ضعيف جدا فى ضعيف الترغيب(1194).

²⁶⁹ هذه الرواية عن حذيفة ابن اليمان وقال الحاكم هذا حديث صحيح الأسناد ولم يخرجاه فى المستدرك على الصالحين(7875).

وغيرها من الروايات التي وردت في هذا المعنى وإن كانت في معظمها ضعيفة ، ولكن يقوى بعضها بعض.

ثانياً: عورة المرأة:

ذلك من حكمة الله سبحانه وتعالى في خلق المرأة ، أن جعلها ميسرة لما خلفت له ، فخلفها رقيقة المشاعر ، كثيرة العاطفة ، لينة البدن ، لا تتحمل الصعاب والمشاق مثل الرجل ، وذلك لما لها من وظيفة خاصة لا يقدر عليها الرجال وهي الولادة والحضانة وتربية الأولاد.

وهي شقيقة الرجل يكمل كل منهما الآخر ، فلها نفس المشاعر من الرغبة والشهوة مثل الرجل والإسلام لم يفرق بينها وبين الرجل في العبادات والمعاملات ، فقال تعالى " مَنْ عَمَلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْكِمَنَّ لَهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرًا هُمْ بِإِحْسَنٍ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ " ²⁷⁰.

ومن رحمة الله بها جعل لها من الأحكام ما يتناسب مع مهمتها في الحياة ، مثل عدم قضاء الصلاة في أثناء الدورة الشهرية ، وكثير من أحكام التيسير التي اختص الله بها المرأة عن الرجل لذا جعل الله عورتها أكبر من الرجل حفظاً وصيانة لها ، فجعل عورتها بالنسبة للرجل الأجنبي عنها جميع بدنها - مع اختلاف العلماء - في إباحة الوجه والكف بدون فتنة ، أما إذا كانت إمرأة مسلمة فيجوز لها كشف ما بين السرة والركبة - وللعلماء تفصيل عند المذاهب في هذا - ، أما إذا كانت غير مسلمة فهي مثل الرجل الأجنبي عنها فلا يجوز كشف ما بين السرة والركبة ، ويكون كل بدنها عورة ما عدا الوجه والكف.

وزينة المرأة كل ما يزينها ويجملها ، سواء كانت خلقة كالوجه والشعر ومحاسن الجسم ، أم مكتسبة كالثياب والحلق والأصابع ونحوها ، فلا يجوز للمرأة أن تظهر زينتها إلا لإثنا عشر صنفاً من الناس حددتهم سور النور ، فقال تعالى " وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبَدِّلْنَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلِيَضْرِبَنَّ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبَدِّلْنَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعْوَلَتَهُنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ بُعْوَلَتَهُنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ آبَاءَ بُعْوَلَتَهُنَّ أَوْ إِخْوَانَهُنَّ أَوْ بَنَى إِخْوَانَهُنَّ أَوْ بَنَى أَخْوَاتَهُنَّ أَوْ نِسَائَهُنَّ أَوْ مَا مَلَكْتُ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرَ أُولَى الْإِرْبَةِ مِنَ

الرجال أو الطفّل الذين لم يظهروا على عورات النساء ٌولَا يضرُّن بآرجلهن لِيُعْلَم مَا يُخْفِيَ مِن زينتهن ٌوَتُوَبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعاً أَيْهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ " 271

وهم أزواجهن ، وآباءهن ويدخل فيهم الأجداد من قبل الأب والأم ، وأباء أزواجهن ، وأبناءهن ومثل أبناء ذريتهم من الذكور والإناث ، وأبناء أزواجهن لأنها في منزلة أمهم ، وإخوانهن سواء أكانوا أشقاء أو من الأب أو من الأم ، وبنو إخوانهم ، وبنو أخواتهن ، ونساءهن أي النساء المتصلات بهن نسباً أو دينا .

أما المرأة الغير مسلمة فحرمتها مثل الرجل ، وما ملكت أيديهن – أي عبيدهن وجواريدهن – لأن الإسلام جعلهم كأعضاء في الأسرة ، وخصه بعض اللائمة بالإماء دون الذكور ، التابعون غير أولى الإربة من الرجال وهم الأجراء والأتباع الذين لا شهوة لهم في النساء لسبب بدني أو عقلي (المهم أن يتوافر هذان الوصفان : التبعية للبيت الذين يدخلون على نسائه ، وفقدان الشهوة الجنسية ، والأخير هو الطفل الذين لم يظهروا على عورات النساء ، وهم الصغار الذين لم يثير في نفوسهم الشعور الجنسي ، فإذا لوحظ عليهم ظهور هذا الشعور لم يبح للمرأة أن تبدى أمامهم زينتها الخفية ، ولا يرى منها إلا الوجه والكففين كالكبار ، وإن كانوا قبل البلوغ .

وعورتها بالنسبة للأصناف الإثنى عشر المذكورين في آية النور تتحدد فيما عدا مواضع الزينة الباطنة مثل الأذن والعنق والصدر والذراعين والساقيين ، فإن إبداء هذه الزينة لهؤلاء الأصناف قد أباحته الآية ، وما عدا ذلك مثل الظهر والبطن والسوأتين والفخذين ، فلا يجوز إبداؤه لإمرأة أو رجل إلا للزوج .

وهناك بعض الأحكام المتصلة بعورة المرأة كعدم المصادفة بين الرجال والنساء – في أغلب آراء العلماء- فعن عبد الله بن عمرو بن العاص أن النبي صلى الله عليه وسلم " كان لا يصافح النساء في البيعة " 272

وقال المناوى (كان لا يضع كفه في كف واحدة منه بل يباعيها بالكلام فقط قال الحافظ العراقي : هذا هو المعروف وزعم أنه كان يصافحهن بحائل لم يصح وإذا كان هو لم يفعل ذلك مع عصمه وانتقاء الريبة عنه فغيره أولى بذلك .

قال العراقي والظاهر أنه كان يمتنع منه لترحيمه عليه فإنه لم يعد جوازه من خصائصه خاصة وقد قالوا : يحرم من الأجنبي ولو في غير عورتها) 273 .

271 سورة النور الآية 31

272 رواه أحمد في مسنده وقال أحمد شاكر صحيح في مسنده (11/180) وقال الألباني حسن في السلسلة الصحيحة (530) وحسن في صحيح الجامع (4856)، وقال الهيثمي حسن في مجمع الزوائد (269/8) .

وعن أسماء بنت يزيد قالت " كان رسول الله صلى الله عليه وسلم لا يصافح النساء " ²⁷⁴
و كذلك التعامل مع الرجال فيجب على المرأة عدم التعامل - مع ، أو- أمام الرجال بميوعة
أو لحن في القول أو التمایل في المشى ، كما وضحها القرآن الكريم حيث قال تعالى " فَلَا
تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا " ²⁷⁵

أو وصف المرأة المرأة أمام الآخرين ، فقد روى ابن مسعود قال قال صلى الله عليه وسلم
" لا تباشر المرأة المرأة لتنعثها لزوجها كأنه ينظر إليها " ²⁷⁶

أو مزاحمة الرجال والإحتكاك بهم وعدم الحباء ، قال تعالى في وصف إبنتنا شعيب في
القرآن " وَلَمَّا وَرَدَ مَاءَ مَدْبِنَ وَجَدَ عَلَيْهِ أُمَّةً مِنَ النَّاسِ يَسْقُونَ وَوَجَدَ مِنْ دُونِهِمْ أُمَّرَاتٍ تَذُو دَانَ طَ قَالَ مَا حَطَبُكُمَا طَ قَالَتَا لَا نَسْقِي حَتَّى يُصْدِرَ الرِّعَاءُ طَ وَأَبْوُنَا شَيْخٌ كَبِيرٌ " ²⁷⁷
وقال تعالى " فَجَاءُهُنَّا إِحْدَاهُنَّا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ " ²⁷⁸

أو التبرج بالزينة والثياب والمعطور أثناء خروجها من منزلها لتنفت إليها الرجال مما يسبب
لها وللرجال الفتن والمشاكل ويطمع فيها العابثين وأصحاب الزمم المريضة والعقول الفارغة .
فقال الله تعالى " وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْ الْجَاهِلِيَّةَ الْأُولَى " ²⁷⁹

ولقد فسر العلماء هذه الآية فقال مجاهد كانت تخرج تمشي بين الرجال ، وقال قتادة كان
لهم مشية تكسر وتتغنج ، وقال مقاتل التبرج أنها تلقي الخمار على رأسها ولا تشده فلا يدارى
قلائدتها وقرطها وعنقها ويبدو ذلك كله منها.

وإن كانت هذه صورة من تبرج الجاهلية القديمة والتى وصفها العلماء فى زمنهم
كالإختلاط بالرجال والتكسر فى المشى وليس الخمار ونحوه على هيئة يبدو معها بعض محاسن
البدن وزينته وقد رمتنا جاهلية هذا العصر بألوان من التبرج الجديد يعد معها تبرج جاهلية
الأولى ضربا من الإلتزام والإحتشام.

²⁷³ فيض القدير في شرح الجامع الصغير للمناوي (186-5).

²⁷⁴ رواه الطبراني في الكبير (باب الألف- أسماء بنت يزيد).

²⁷⁵ الأحزاب الآية 32.

²⁷⁶ رواه أحمد، وأبو داود بلفظ كاتما، وقال أحمد شاكر إسناده حسن في مسند أحمد (5/244)، وحسن عند الألباني في صحيح أبي داود (2150).

²⁷⁷ سورة القصص الآية 23.

²⁷⁸ سورة القصص الآية 25.

²⁷⁹ سورة الأحزاب الآية 30.

قواعد الحلال والحرام في الرياضة:

ومن هذه القواعد السابق ذكرها عن عورة الرجل والمرأة يمكن أن تخضع الرياضة في هذا الميزان الدقيق لنعرف ما هو الحلال منه وما هو الحرام .

فالرياضة نوعان في مجلتها ، الألعاب البدنية والألعاب الذهنية .

أولها الألعاب البدنية : والتي تهتم ببناء الجسم وتربية العضلات وإصلاح وتنقية القوام ، وتقوم باكتساب المهارات الحركية وتنمية القدرات الجسمانية ، مثل ألعاب الكرة وألعاب القوى والسباحة والدفاع عن النفس بأنواعه من الكاراتيه والكونغ فو وغيره ، والمصارعة والجمباز وحمل الأثقال وغيرها ، وما يستجد في مستقبل الإنسان من ألعاب .

وهذه الرياضات حث عليها الإسلام ومارسها المسلمين ، بل ومارس كثير منها الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم والصحابة الكرام والتابعين وحتى عهد قريب منا ، ثم تركها المسلمين وتكاسلوا عنها ، كما تركوا وأهملوا كثيراً من أحكام شريعتهم و تعاليم دينهم ، ولن يعودوا أئمة الهدى وقادة الحضارة في العالم إلا بعودتهم إلى دينهم ، وتمسكهم بشريعتهم والعمل بها وبالجذ والجهاد والتدريب والاستعداد ، ويعودوا من جديد إلى اتخاذ الرياضة مرة أخرى منهاجاً لحياتهم وسلوكاً لطريقهم .

ومن هنا نقول أن كل الرياضات البدنية أحلها الإسلام ولم يمانعها ، ولكن بشروط الإسلام ومن أهمها :

1. الإلتزام بعدم ضياع وقت العبادات كالصلوة والصيام.
2. الإلتزام بعدم الإحتكاك الجسدي بدون حائل أو في ثوب واحد .
3. الإلتزام بعدم إظهار أو إبراز العورات في الرجل أو المرأة .
4. الإلتزام بالأخلاق الحميدة ، وعدم النظر إلى المحرمات وعدم فعل المنكرات .
5. الإلتزام بعدم المقامرة فيه ، وإن كان هناك مراهقات فيجب أن تكون على الشرع .
6. الإلتزام بعدم التعرض للحيوانات أو الطيور بالإيذاء أو القتل الغير مبرر.
7. الإلتزام بعدم المخاطرة الشديدة والتعريض للقتل أو الإيذاء الشديد .
8. الإلتزام بعدم الخداع والإحتيال على الناس وأكل أموالهم بالباطل.
9. الإلتزام بعدم الإستخفاف بكرامة الإنسان أو السخرية منه .
10. الإلتزام بعدم المبالغة في اللعب والإسراف فيه على حساب أمور أخرى أهم .

وهناك أشياء أخرى تعتبر مكملة للبنود السابقة وتعتبر من أهم واجبات المسلم مثل :

1. إستحضار النية الصالحة وهي كثيرة ذكر منها على سبيل التذكرة :

(أ) نية التقوى على أداء العبادات.

(ب) نية التقوى على أداء الطاعات بما يعود على النفس والمجتمع الذي يعيش فيه بالنفع والخير.

(ج) نية تربية وبناء الجسم لتحمل أعباء الحياة وكسب العيش.

(د) نية الترفيه عن النفس والتربيض بما ينفي عنها الملل والكسل.

(هـ) نية تألف القلوب وزيادة المحبة بينهم.

(و) نية إدخال السرور على إخوانه ونفسه.

(ز) نية المنافسة الشريفة لاكتساب الجسم القوة والجلد والتحمل للصعاب.

2. المشاركة الجماعية للألعاب لأن ذلك من شأنه تقوية روابط الأخوة والمحبة بين الأفراد.

3. التنافس الحميد مطلوب لتفعيل الألعاب ولكن دون نشر روح الحقد والحسد.

4. المشاهدة والتشجيع يجب أن تلتزم بروح الحياد والمحبة لكل من الطرفين المتنافسين ، لأن الغرض الأساسي من المشاهدة إدخال البهجة والترويح عن النفس وكذلك للتعلم وليس للبغض والغل والحسد والتلفظ بألفاظ جارحة عن الآداب العامة والتي تأباهما النفس السليمة.

5. عدم مشاركة الرجال النساء الأجانب الرياضة ، وغض البصر عنهن والعكس كذلك.

6. عدم الخلوة بين الرجل والمرأة.

والألعاب التي لم يجيزها الإسلام من الرياضات البدنية ، تلك التي تعتدى على وجه الإنسان مثل رياضة الملاكمة والتي تعتمد على إداء الآخر إداءا بالغا قد يؤدي به إلى الجراح البالغة أو العمى أو التلف الحاد أو المزمن في المخ فيسبب مرض الخلل الرعاعي والذى يصيب عادة لاعبى الملاكمة ، كما حدث مع اللاعب الفذ الملاكم محمد علي كلاي ، لأن هذه الرياضة تعتمد على ضرب الوجه بصفة رئيسية ، ول الحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم والتي نهى فيها

عن ضرب الوجه فقال " ولا تضرب الوجه ولا تقبع " ²⁸⁰.

وقد أفتى مجلس المجمع الفقهي الإسلامي لرابطة العالم الإسلامي في دورته العاشرة بمكة المكرمة في الفترة من 24 - 28 صفر 1408 هـ ، الموافق 17 - 21 أكتوبر 1987 م ، بعد

²⁸⁰ عن معاوية بن حيدرة القشيري ورواه أحمد(20022)، وأبو داود والطبراني في الأوسط (6/275)، وقال الواحداني في الصحيح المسند صحيح(1096،1129)، وقال الألباني حسن صحيح في صحيح أبي داود(2142) وحسن في إرواء الغليل(98/7).

النظر في موضوع الملاكمه والمصارعة الحرة ، هل هي رياضة بدنية جائزه ، وكذا في مصارعة الثيران ، هل تجوز في حكم الإسلام أم لا ؟ قال (إن الملاكمه المذكورة التي أصبحت تمارس فعلاً في البلاد الإسلامية ، والتى تقوم على إستباحة إيذاء كل من المتغلبين للأخر إيذاء بالغا في جسمه قد يصل إلى العمى أو التلف الحاد أو المزمن في المخ ، أو إلى الكسور البليغة ، أو إلى الموت دون مسئولية الضارب مع فرح الجمهور الوئيد للمنتصر ، وابتهاج بما حصل للأخر من أذى ، هو عمل محرم مرفوض كليا و جزئيا في حكم الإسلام لقوله تعالى " وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ")²⁸¹

وقوله تعالى " وَلَا تُقْتَلُوا أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا " .²⁸²

وقوله صلى الله عليه وسلم " لَا ضرر وَلَا ضرار " .²⁸³

وبناء على ذلك يقرر المجمع أن الملاكمه لا يجوز أن تسمى رياضة بدنية ، كما لا يجوز ممارستها ، لأن مفهوم الرياضة يقوم على أساس التمرن دون إيذاء أو ضرر ، ويجب أن تتحذف من برامج الرياضة المحلية ، ومن المشاركات فيها في المباريات العالمية كما يقرر المجلس عدم جواز عرضها في البرامج التلفازية ، كيلا تتعلم الناشئة هذا العمل السيئ وتحاول تقليده.

أما المصارعة الحرة التي يستبيح فيها كل من المصارعين إيذاء الآخر والضرر به ، فإن المجلس يرى فيها عملاً مشابهاً تماماً تماماً للملاكمه المذكورة ، إن اختفت الصورة ، لأن جميع المحاذير الشرعية التي أشير إليها في الملاكمه موجودة في المصارعة الحرة ، أما الأنواع الأخرى من المصارعة التي تمارس لمحض الرياضة البدنية ، ولا يستباح فيها الإيذاء فإنها جائزه شرعاً ولا يرى المجلس مانعاً منها .

(ولكن المصارعة التي نشاهدتها الآن مليئة بالوحشية والفوضى والخروج على حدود المصارعة المعقولة ، إذ أن المصارعين في المباريات التي نشاهدتها يعمل كل واحد منها إلى اختلاس الفرصة ليضرب من يناله ضربات غير مشروعة ويعمل بعضهم إلى الضرب المبرح واللكلمات القاتلة ، وهذا كله خروج عن معنى المصارعة ، فالإسلام يحتوى المصارعة التي تحتوى على فن التغلب على الخصم والمهارة في الإفلات منه وعدم التورط في الوحشية - وهذا

²⁸¹ سورة البقرة الآية 195 .

²⁸² سورة النساء الآية 29 .

²⁸³ روى عن أكثر من صحابي ، وقال الألباني في رواية ابن عباس قوى بالطرق في التعليقات الرضية (2/476)، وقال في رواية عباده بن الصامت صحيح في صحيح ابن ماجه (1909)، وقال صحيح في السلسلة الصحيحة (250).

ما يدعو إليه الإسلام – لأن الإسلام يحترم آدمية الإنسان ويوقره بحكم أنه خليفة الله في الأرض (284)

وكذلك لم يجز الألعاب التي تؤدي في الغالب إلى قتل الإنسان إلا للدفاع عن النفس كبعض الرياضات مثل الكاراتيه ، التايكوندو ، الكونغ فو ، أو غيرها ، إن كان الهدف منها أو الغاية فقط قتل الخصم أو إلحاق الضرر الشديد أو الأذى البالغ به فهو حرام ، فلا يجوز للمسلم قتل أخيه أو إلحاق الضرر أو الأذى بأخيه حيث حذرنا منه النبي الرحيم بالمؤمنين حيث قال صلى الله عليه وسلم " كل المسلم على المسلم حرام : دمه وماله وعرضه " 285

وقوله صلى الله عليه وسلم " إن الله يكره أذى المؤمنين " 286
وقوله صلى الله عليه وسلم " المسلم من سلم المسلمين من لسانه ويده والمؤمن من أمنه الناس على دمائهم وأموالهم " 287

هذا إن كان مسلم أو معاهد ، لأن من أهداف الشريعة الإسلامية كما ذكرنا الحفاظ على النفس . أما إن كان محارب للإسلام وال المسلمين فهذه من ألعاب القوة والقتال والرباط والتي أمر الله بها في قوله سبحانه " وَأَعْدُوا لَهُم مَا أُسْتَطَعْنَ مِنْ قُوَّةٍ " 288
وقول النبي صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " 289 .

أما إذا كان اللاعبون يرتدون الملابس الواقية والتي تمنع الأذى البالغ ولا يؤدى إلى القتل فلا مانع حينئذ من ممارستها لأنها من ألعاب الدفاع عن النفس المطلوبة لكل الأعمار الرجل والمرأة على حد سواء ، وهذا هو الواقع في ممارسة هذه الرياضات الآن ، أما في حالة الممارسة الحرة دون استخدام الملابس والأقنعة الواقية ، مثل المصارعة الحرة وما شابهها فتفع في دائرة المكرر أو المحرم إذا كانت نتائجها المتوقعة هو إما الموت أو إحداث العاهات المستديمة أو الضرر الشديد.

ولم يجز كذلك الألعاب التي تكشف العورة أو تجسمها أو تشفها من تحت الثياب بالنسبة للرجل أو المرأة على حد سواء ، أو التي يحتك فيها أجساد اللاعبون فيها وأجسامهم عارية إلا

²⁸⁴ الترويج في ضوء النصوص الشرعية - مناع خليل القطبان (محاضرة-الرياسة العامة لرعاية الشباب) - جدة 1983 م .

²⁸⁵ عن أبي هريرة والحديث متفق عليه ، رواه البخاري في صحيحه(6064) ، ومسلم في صحيحه(2564).

²⁸⁶ عن عكرمة بن خالد مولى ابن عباس و قال العراقي رواه ابن المبارك في الزهد مرسلا بإسناد جيد(2/243).

²⁸⁷ عن عبد الله بن عمرو، الحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(10)، ومسلم في صحيحه(40).

²⁸⁸ سورة الأنفال الآية 60.

²⁸⁹ سبق تخرجه ص 14.

من قطعة قماش بسيطة تستر العورة المغلظة للرجال مثل كمال الأجسام أو السباحة بصورتها الحالية من عرى وكشف للعورات من الرجال والنساء ، (العورة المغلظة هي القبل والدبر بالنسبة للرجل ، وبالنسبة للمرأة ما بين السرة والركبة ، والتي لا يجوز كشفها إلا للزوج فقط). وكل الألعاب الحاضرة والمستقبلة التي يتم فيها كشف العورة تكون محرمة ، وفي هذه الأيام يتم التقى في كشف العورات والعرى في معظم الألعاب بحجج إما التخفف من الثياب لتحقيق أرقام قياسية أو الموضة الجديدة للتباھي والخيال .

تحقيقاً لقول الله سبحانه وتعالى " وَرَبَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ وَكَانُوا

²⁹⁰ مُسْتَبْرِينَ " .

وقال سبحانه " وَرَبَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ فَهُمْ لَا يَهْتَدُونَ " .²⁹¹

وأتباعهم المسلمين بدون هدى فضلوا وأضلوا ، كما أخبر المقصود صلى الله عليه وسلم حيث قال " لتبعدن عن من كان قبلكم ، شبراً بشبر وذراعاً بذراع ، حتى لو دخلوا حجر ضب تبعتموه ، فلنا : يا رسول الله ، اليهود والنصارى ؟ قال : فمن " .²⁹²

وقد يظن القارئ أن الألعاب المذكورة سابقاً مثل السباحة وكمال الأجسام ومصارعة السومو وغيرها حرام مطلقاً ، لا ، ولكنها محرمة لما فيها من كشف العورات ، ومخالفة شرع الله ، أما إذا التزمت هذه الألعاب وغيرها بآداب الإسلام وشرعيه فلا بأس بها ، بل يشجعها ويحث عليها .

وهناك ألعاب يتسلى فيها الإنسان بقتل الحيوانات ، أو تعذيبها ، مثل رياضة مصارعة الثيران التي تبدأ بتعذيب الحيوان وإخانه بالجرح وتنتهي بقتل هذا الحيوان البري ، ورياضة مصارعة الديوك والكلاب والكباش وما شابهها ، والتي يتم فيها إما قتل أحدهما الآخر ، أو جرحه جرحاً بالغاً ، والإنسان يسعد ويتسلى بمنظر الدم والجرح والقتل .

(وأما مصارعة الثيران المعتادة في بعض بلاد العالم ، والتي تؤدي إلى قتل الثور ببراعة استخدام الإنسان المدرب للسلاح ، فهي أيضاً محرمة شرعاً في حكم الإسلام لأنها تؤدي إلى قتل الحيوان تعذيباً بما يغرس في جسمه من سهام ، وكثيراً ما يؤدي هذه المصارعة إلى أن يقتل الثور مصارعه ، وهذه المصارعة عمل وحشى يأباه الشّرّع الإسلامي الذي يقول رسوله صلى

²⁹⁰ سورة العنكبوت الآية 35.

²⁹¹ سورة النمل الآية 24 .

²⁹² عن أبي سعيد الخدري والحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(3456)، ومسلم في صحيحه(2669).

الله عليه وسلم في الحديث الصحيح "دخلت إمرأة النار في هرة حبستها ، فلا هي أطعمتها ، ولا هي تركتها تأكل من خشاش الأرض " ²⁹³.

إذا كان هذا الحبس للهرة يوجب دخول النار يوم القيمة فكيف بحال من يعذب الحيوان بالضرب حتى الموت ؟ ويقرر المجمع أيضا تحريم ما يقع في بعض البلاد من التحرش بين الحيوانات كالجمال والكباش والديكة وغيرها حتى يقتل أو يؤذى بعضها بعضا) ²⁹⁴.

ولقد ذكرنا في باب النهي عن إتخاذ الحيوانات والطيور أغراضا للرمي وكيف حرمت هذه الرياضة الغير إنسانية وغير رحيمة ، وكيف حرم أن يتسلى الإنسان بالقتل للحيوانات والطيور ولو بغرض التمرين أو الرماية .

ولكن لنا هنا وقفة ، سيقول البعض أن كل الألعاب يومئذ حرام ، ولقد ضيقتم واسعا ، نقول لهم لا ، بل أنتم قد ضيقتم واسعا ، ما يضركم لو التزتم بأحكام الإسلام في هديه وشرعته ، ومارستم ما شئتم في إطاره ، أليس فيه الصلاح والفلاح في الدنيا والأخرة ؟ ، وفي غيره الفساد والضلال .

" فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِّنْ هُدَىٰ فَمَنْ اتَّبَعَ هُدَىٰي فَلَا يَضُلُّ وَلَا يَشْقَى (123) وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَئِلَّا وَنَحْسِرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى " ²⁹⁵ .

والشق الثاني من أنواع الرياضة ، الألعاب الذهنية :-

والتي تعتمد على تنمية ذكاء الإنسان ومهاراته الفكرية من سرعة الإدراك ، والفهم السريع ، ورد الفعل ، وال التجاوب مع الأحداث ، وهذه الألعاب لها كذلك بعض القواعد العامة مثل :

1. عدم ضياع وقت العبادات.
2. عدم إستنفاد الوقت الكثير في مزاولة هذه الألعاب ولكن اجعل لها ساعة وساعة.
3. عدم المقامرة فيها ، وإن كان هناك مراهنات فيجب أن تكون على الشرع.
4. عدم التلفظ بألفاظ حرام والإلتزام بالأخلاق الحميدة ، وعدم فعل المنكرات.
5. عدم الخلوة بين الرجل والمرأة.
6. إستحضار النية الصالحة.
7. المشاهدة والتشجيع يجب أن تلتزم بروح الحياد والمحبة لكل من الطرفين المتنافسين.
8. عدم أكل أموال الناس بالباطل بالخداع والإحتيال .

²⁹³ عن أبي هريرة والحديث متافق عليه، رواه البخاري في صحيحه (3318) ومسلم في صحيحه (2242) باختلاف يسير.

²⁹⁴ مجلس المجمع الفقهي الإسلامي إستكمال للفتوى السابقة ص 75.

²⁹⁵ سورة طه الآية 123، 124.

9. عدم مزاولة السحر والشعوذة فإنها من الموبقات .

وهناك بعض الألعاب التي نهى عنها الإسلام والتي يعتمد فيها كما يقال على الحظ والنصيب ، مثل الكوتشنية والدمنو والطاولة (التردشير) أو ما شابه ذلك .

وهناك رياضات نهى عنها رسول الله صلى الله عليه وسلم بأحاديث ، وأخرى نهى عنها الصحابة الكرام بفهمهم الصحيح لكتاب الله وسنة نبيهم صلى الله عليه وسلم ، وبوعيهم السليم لمقاصد الشريعة ، واتبعهم فقهاء التابعين بعد ذلك حتى يومنا هذا .

فالقاعدة العامة في المباح من الألعاب الذهنية : هي التي تتمي المهارات الفكرية والعقلية للاعبين مالم يخالطها قمار أو الشروط التي وضخناها سابقاً ، وخاصة ضياع وقت العبادات أو قضاء معظم الوقت في اللعب بها مع ضياع من هو أهم منها ، ومثلها كألعاب الأجهزة الألكترونية والبلاي ستيشن والسيميلىتور (المحاكاة) أو ما يستجد من الألعاب الذهنية على مر الأجيال .

أما الألعاب الغير مباحة: وهي التي يدخل فيها الحظ والصدفة واليانصيب ، أو التي يدخلها قمار أو التي تشمل ضياع جل الوقت في اللهو والإستمتعاع دون قصائه في ما يفيد الفرد والجماعة أو التي تضييع وقت العبادات وتلهي عنه .

ومن أهم الألعاب التي أوضح الفقهاء حكمها ويمارسها كثير من الناس حتى الآن ، ألعاب الترد أو ما يسمى في عصرنا الطاولة أو الكوتشنية أو الدمنو ، وكذلك الشطرنج ، وإليك الكلام عنها بالتفصيل لما لهم من أهمية في قطاع كبير من المسلمين وفي كثير من البلدان .

اللعبة بالنرد أو التردشير (الطاولة):

فمن الرياضات التي نهى عنها الرسول صلى الله عليه وسلم لعبه بالنرد أو التردشير فقد ورد فيها أحاديث كثيرة تدل على تحريمها وعدم اللعب بها .

فعن بُريدة بن الحصيبي الأسلمي أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " من لعب بالنردشير

فكانما صبغ يده في لحم خنزير و دمه " ²⁹⁶ .

قال النووي هذا الحديث حجة الشافعى والجمهور فى تحريم اللعب بالنرد .²⁹⁷

²⁹⁶ رواه مسلم(2260) وقال الألبانى حسن (فى الأدب المفرد(959) وغاية المرام(396)) ، وهناك رواية أخرى " فكانما غمس يده " رواها أحمد ومسلم وأبوداود وابن ماجه وقال الألبانى صحيح فى صحيح(أبى داود)(4939) وابن ماجه(3046) والجامع(6528) والترغيب(3062)).

²⁹⁷ صحيح مسلم بشرح الإمام النووي(16/15).

وقال الشوكاني وسبب تحريمه أن وضعه ليد على أن أقضية للأمور كلها مقدرة بقضاء

الله وليس للكسب فيها مدخل ، ولهذا ينتظر اللاعب به ما يقضى له به .²⁹⁸

ودل تشبيه الرسول صلى الله عليه وسلم بقوله " فكأنما صبغ يده فى لحم خنزير ودمه "

على التحريم لأن التلوث بالنجاسات من المحرمات.

وعن أبي موسى الأشعري عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " من لعب بالنرد فقد عصى

الله ورسوله " وفي رواية " بالنردشیر ".²⁹⁹

وعن أبي موسى الأشعري عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " من لعب بالكعب فقد عصى

الله ورسوله ".³⁰⁰

وعن عبد الله بن عمرو بن العاص قال اللاعب بالفصين قماراً ؛ كأكل لحم الخنزير ،

واللاعب بهما غير قمار ، كالغامس يده في دم خنزير.³⁰¹

والكعب هي فصوص النرد ، وقال الشوكاني في نيل الأوطار: وقد كرها عامة الصحابة

، وروى أنه رخص فيها ابن مغفل وابن المسيب على غير قمار، ويبدو أنهم حملوا الحديث على

من لعب بقمار.³⁰²

وعن عليّ رضي الله عنه قال (لا نسلم على أصحاب النردشیر والشطرنج).³⁰³

وأن عبد الله بن عمر كان إذا وجد أحداً من أهله يلعب بالنرد ضربه وكسرها ".³⁰⁴

وقال الإمام مالك: (بهذه الأحاديث ذهب أكثر العلماء إلى كون اللعب بالنرد حراما ، وفي

المحل : وبتحريم النرد قالت الأئمة الأربعـة والجمهور ، وقال أبو إسحاق المرزوقي من

الشافعية يكره ولا يحرم ، وهناك أقوال لبعض الشافعية مخالف لهذا القول قد أوردها ابن حجر

المكي في كتابه الزواجر .³⁰⁵

وروى الإمام المناوى في حرمة اللعب بالنردشیر (لجهاده في إحياء سنة المجوس

المستكبرين على الله - وقد ذكر أن أول من وضعها هو سابور بن أزدشیر أول ملوك ساسان-

²⁹⁸ نيل الأوطار للإمام الشوكاني(8/107).

²⁹⁹ رواه أحمد(1952) وأبو داود وابن ماجه(3762)، وقال الألبانى حسن فى صحيح أبي داود(4938) (إرواء الغليل(2670) ومشكاة المصايب(4431)).

³⁰⁰ رواه أحمد(19501)، وأبو داود(4938)، وابن ماجه(3762)، وقال الشوكاني فى إسناده على بن زيد وهو ضعيف فى السيل الجرار(378/4).

³⁰¹ قال الألبانى صحيح موقوفا فى صحيح الأدب المفرد(963).

³⁰² نيل الأوطار للإمام الشوكاني (107/8).

³⁰³ رواه ابن عساكر والمتقى الهندى فى كنز العمال(المجلد 15-الشطرنج(40686)).

³⁰⁴ رواه نافع وقال الألبانى إسناده صحيح موقوفا فى صحيح الأدب المفرد(960).

³⁰⁵ الزواجر لابن حجر المكي(15/90).

³⁰⁶ الموطأ للإمام مالك رواية الإمام محمد بن الحسن(المجلد 3- أبواب السير- باب اللعب بالنرد).

وقال وقد اتفق السلف على حرمة اللعب به ، ونقل ابن قدامة عليه الإجماع ولا يخلو من نزاع ، قال الزمخشري: دخلت فى زمان الحادثة على شيخ يلعب بالنرد مع آخر يعرف بازدشir فقلت الأزدشir النردشir بئس المولى وبئس العشير).³⁰⁷

ألعاب الورق (الكتشينة) :

وهي ألعاب الورق التي تعتمد على الحظ والنصيب ، ويمارس فيها القمار بصورة واسعة بين اللاعبين ، وقد ورد فيها فتاوى عده من كبار العلماء فقال عنها الشيخ ابن باز رحمه الله : لا تجوز هاتان اللعبتان (البليوت والشطرنج- والبولت هى لعب الورق) وما شابههما لكونهما من آلات اللهو ، ولما فيهما من صد عن ذكر الله وعن الصلاة وإضاعة الوقت فى غير حق ، ولما يفضى اليه من الشحناه والعداوة ، هذا إذا كانت هذه اللعبة ليس فيها عوض ، أما إن كان فيها مال فإن التحريم يكون أشد لأنها بذلك تكون من أنواع القمار الذى لا شك فى تحريمها ولا خلاف فيه والله ولي التوفيق. 308

وجاء في حكم الكوتشنينة في فتاوى دار الإفتاء المصرية ، وما نصه: ونفي بأن ذلك من الميسر المحرم شرعاً سواء أكان بين أفراد العائلة بعضهم مع بعض ، أم بين غيرهم ، والقول بغير ذلك قول في الدين بغير علم أو التماساً لأعذار لا يقيم لها الشارع ميزاناً ، وإن كان للنفس من إستراحة في وقت الفراغ من العمل فيما أحله الله من العمل متسع فسيح ، وكم من الأعمال الرياضية من نفع الجسم والنفس ما لا يقام بهذه الألعاب وزن بجانبه ، والله يهدي من يشاء إلى صراط مستقيم .³⁰⁹

وقال بعض العلماء (ومن اللهو الذي يمارسه كثير من الناس: اللعب بالورق (الكوتشينة)
ويسأل الكثير عن حكمه ، ومما لا شك فيه: أن اللعب إن كان بمال ، بحيث يحتمل الكسب أو
الخسارة ، فهو قمار (ميسر) محرم بلا نزاع ، وأما إذا لعب لمجرد التسلية ، فقال البعض: إنه
حرام لأنه يقوم على الحظ والنحص ، فأشيبه النزد .

ولكن الواقع: أن في لعب الورق جانبين: جانباً للحظ ، وجانباً للنظر والمهارة ، فهو يشبه النرد من ناحية ، ويشبه الشطرنج من ناحية أخرى ، علي أننا قد ناقشنا قضية اعتماد النرد علي الحظ وحده ، وقلنا: إن هذا غير مسلم ، فهو يعتمد علي الحظ في جزء من اللعب ، ثم يعتمد علي

³⁰⁷ فيض القدير في شرح الجامع الصغير للمناوي (6/220)(9007).

³⁰⁸ فتاوى إسلامية جمع الشيخ محمد المسند (437/2).

³⁰⁹فتاوی دار الإفتاء المصرية ، صفحة 190.

التفكير بعد ذلك ، ولهذا أرى الاكتفاء بكراته ، إذا لم يبلغ حد الإسراف والانهك بحيث تضيع معه الواجبات الدينية والدنيوية.

لعبة الشطرنج :

قال الشوكاني (واختلف في الشطرنج فقال النووى مذهبنا أنه مكروه وليس بحرام ، وهو مروى عن جماعة من التابعين ، وقد قال مالك وأحمد هو حرام ، وقال مالك : هو شر من النرد وألهى ، وروى ابن كثير في إرشاده أن أول ظهور الشطرنج في زمان الصحابة ، قال وروى البيهقي من حديث جعفر بن محمد عن أبيه- جعفر بن محمد الباقر بن علي بن الحسين- أن علي رضي الله عنه قال في الشطرنج: هو من الميسر ، وقال ابن كثير: وهو منقطع جيد .³¹⁰

وعن محمد الباقر قال: قال علي رضي الله عنه أيضاً "النرد والشطرنج من الميسر" قال عنه ابن حجر منقطع ، وأخرج عنه عبد بن حميد أنه قال (الشطرنج ميسير العجم).³¹¹ وعنه أيضاً أخرج له ابن عساكر أنه قال (لا سلام على أصحاب النردشير والشطرنج).

وعن عمر بن عبد الله ، قال: قلت لقاسم بن محمد: أرأيت الشطرنج ميسير هي؟ فقال: كل ما ألهى عن ذكر الله ، وعن الصلاة ، فهو ميسر.³¹²

وروى عن ابن عباس وابن عمر وأبي موسى الأشعري وأبي سعيد وعائشة أنهم كرهوا ذلك ، وروى عن ابن عمر أنه شر من النرد كما قال مالك .³¹³

وحكى في ضوء النهار عن ابن عباس وأبي هريرة وابن سيرين وهشام بن عروة بن الزبير وسعيد بن المسيب وابن جبير أنهم أبا حوه.

وقد روى فيه أحاديث لم يصح فيها شيء كما قال ابن كثير والحافظ بن حجر (لم يثبت فيه حديث صحيح ولا حسن) وأحسن ماروى فيه ما تقدم عن علي رضي الله عنه ، وختم به الشوكاني وقال: ولا نزاع أنه نوع من اللهو الذي نهى الله عنه وأفل أحواله أنه من المشتبهات ، والمؤمنون وقّافون عند المشتبهات .³¹⁴

³¹⁰ ابن كثير في إرشاد الفقيه منقطع جيد وروى من وجه آخر (419/2)، وقال أحمد شاكر منقطع جيد في عمدة التفاسير (1/723).

³¹¹ قال البيهقي في السنن الكبرى منقطع جيد وروى من وجه آخر (419/2)، وقال الألباني لم أقف على إسناده في مشكاة المصايب (4436).

³¹² رواه السيوطي في حقيقة السنة والبدعة ص 195.

³¹³ قال الذهبي في المذهب أرى مسندًا نظيفاً إن كان جعفر ثقة (4224/8).

³¹⁴ نيل الأوطار للشوكاني (8/108).

وعن علي رضي الله عنه أنه مر على قوم يلعبون بالشطرنج فقال " ما هذه التماشيل التي أنتم لها عاكفون ، لأن يمس أحدكم جمراً حتى يطفأ خير له من أن يمسها " وفى رواية أخرى: ³¹⁵ وقلب الرقعة عليهم.

وعن عبد الله بن عباس أنه نهى عن الشطرنج ³¹⁶.

وعن ابن عمر أنه قال الشطرنج شر من النرد ³¹⁷.

وقال الحافظ المنذري : لم يثبت فى تحريمه حديث صحيح ولا حسن. ³¹⁸

وقال الشيخ السيد سايس (اختلف فيه الفقهاء ، فمنهم من حرمه ومنهم من كرهه ومنهم من أباحه ، فمن حرمه أبو حنيفة ومالك وأحمد .

وقال الشافعى وبعض التابعين يكره ولا يحرم ، فقد لعبه جماعة ومن لا يحصى من التابعين .

وروى عن أبو هريرة وسعيد بن المسيب وسعيد بن جبير إباحته ، واحتجوا بأن الأصل الإباحة ، ولم يرد بتحريمها نص ولا هى فى معنى المنصوص عليه ، فتبقى على الإباحة.

والذين أباحوه اشترطوا لإباحته الشروط الآتية:

1-أن لا يشغل عن واجب من واجبات الدين.

2-أن لا يخالطه قمار.

3-أن لا يصدر أثناء اللعب ما يخالف شرع الله ³¹⁹.

وقال ابن قدامة: " فأما الشطرنج فهو كالنرد فى التحريم ، إلا أن النرد أكد منه فى التحريم لورود النص فى تحريميه ، ولكن هذا فى معناه فيثبت فيه حكمه قياساً عليه " ³²⁰.

وقال صلى الله عليه وسلم " كل شئ ليس من ذكر الله فهو لهو أو سهو إلا أربع خصال:

مشى الرجل بين الغرضين (للرمى) ، وتأديبه فرسه ، وملاءبة أهله ، وتعليمه السباحة " ³²¹.

³¹⁵ قال المتقى الهندى فى كنز العمال رواه ابن أبي شيبة، وعبد بن حميد وابن أبي الدنيا فى ذم الملاهى وابن المنذر وابن أبي حاتم ، والزيادة أوردها ابن القيم وقال صحيح فى (الفروضية)(310) والسيوطى فى كتاب حقيقة السنة والبدعة(القامار والطاولة والشطرنج ص 193).

³¹⁶ ابن القيم فى الفروضية وقال صحيح(313).

³¹⁷ الم المصدر السابق.

³¹⁸السيوطى فى الجامع الصغير(المجلد السادس- تتمة باب حرف الميم- فى شرح الحديث(8209)

³¹⁹ فقه السنة للشيخ سيد سايس رحمة الله(14/124-125).

³²⁰ كتاب المغنى لإبن قدامة.

³²¹ سبق تحريره سايساً ص 57.

قال الشوكاني في شرح حديث فهو لهو أو سهو وفي رواية فهو باطل عن رواية للترمذى قال فيها حسن صحيح (قال الغزالى: قلنا قوله صلى الله عليه وسلم " فهو باطل" لا يدل على التحرير ، بل يدل على عدم الفائدة ، وهو جواب صحيح لأن ما لا فائدة فيه من قسم المباح).

وقال بعض العلماء الذين لم يحرموا للهو " اغْلُمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَزِيَّةٌ " .³²² ولكن لاحكم على جميع ما في يصدق عليه مسمى للهو لكونه لهوا بل الحكم بتحريم لهو خاص وهو لهو الحديث المنصوص عليه في القرآن " وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَسْتَرِي لَهُوَ الْحَدِيثُ لِيُضْلِلَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذُهَا هُرُواً أَوْ لِنَكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِمِّنُ " .³²³

قال معظم المفسرون عن لهو الحديث هو الغناء ().³²⁴

وخلاله قول العلماء الذي انتهي إليه البحث والنظر في الأقوال والأدلة ، هو الترجيح أن يكون الأصل في حكم الشطرنج هو الإباحة بالقيود والشروط التي ذكرها الشافعية والحنفية في كتبهم ، وهي:

- 1- لا يُلعب بقمار ، وإنما كان حراما ، بل من الكبائر باتفاق.
- 2- لا يلهي عن ذكر الله وعن الصلاة ، أو أي واجب ناجز من أمور الدين والدنيا ، فإن القرآن علل النهي عن الخمر والميسر بالصد عن ذكر الله وعن الصلاة فدل على وجوب مراعاة هذا الأمر.
- 3- أن يمتنع من سوء القول ورديء الكلام كالسب والشتم ، وكثرة الحلف الذي يحدث كثيرا بين اللاعبين.
- 4- لا يُلعب به على الطريق ، لما فيه من الإخلال بالمرودة ، وعدم رعاية حق الطريق.
- 5- لا يكثر منه بحيث يصل إلى درجة الإدمان الذي يشبهه - إلى حد ما- إدمان تناول المسكرات ، وغيرها من المخدرات.

وبعبارة أخرى موجزة: لا يؤدي إلى ترك واجب أو يستلزم فعل حرام ، أو يخرج به عن حدود الاعتدال إلى الإسراف والإدمان ، فإن الله لا يحب المسرفين.

ويسرني أن أختتم هنا بكلمة مشرقة للعلامة رشيد رضا قرأتها أخيرا في تفسير المنار ، قال رحمة الله: إن اللعب بالشطرنج إذا كان على مال دخل في عموم الميسر ، وكان محرا بالنص كما تقدم ، وإذا لم يكن كذلك فلا وجه للقول بتحريميه ، قياساً على الخمر والميسر ، إلا إذا تحقق

³²² سورة الحديد الآية 20 .

³²³ سورة لقمان الآية 6 .

³²⁴ نيل الأوطار للشوكاني (8/113).

فيه كونه رجساً من عمل الشيطان ، موقعاً في العداوة والبغضاء ، صاداً عن ذكر الله وعن الصلاة ، لأنَّ كَانَ هَذَا شَأْنٌ مِّن يَلْعَبُ بِهِ دَائِمًا أَوْ فِي الْغَالِبِ .

وَلَا سَبِيلٌ إِلَيْ إِثْبَاتِ هَذَا ، وَإِنَّا نَعْرِفُ مِنْ لَاعِبِي الشَّطْرُنْجِ مَنْ يَحْفَظُونَ عَلَيْ صَلَواتِهِمْ ، وَيَنْزَهُونَ أَنْفُسَهُمْ عَنِ الْلَّاجِجِ وَالْحَلْفِ الْبَاطِلِ ، وَأَمَّا الْغَفْلَةُ عَنِ اللَّهِ تَعَالَى فَلَيْسَتْ مِنْ لَوَازِمِ الشَّطْرُنْجِ وَحْدَهُ ، بَلْ كُلُّ لَعْبٍ وَكُلُّ عَمَلٍ فَهُوَ يَشْغُلُ صَاحِبَهُ فِي إِثْنَائِهِ عَنِ الذِّكْرِ وَالْفَكْرِ فِيمَا عَدَاهُ إِلَّا قَلِيلًا ، وَمِنْ ذَلِكَ مَا هُوَ مَبَاحٌ وَمَا هُوَ مَسْتَحِبٌ أَوْ وَاجِبٌ ، كَلْعَبُ الْخَيْلِ وَالسَّلَاحِ وَالْأَعْمَالِ الصَّنَاعِيَّةِ الَّتِي تَعُدُّ مِنْ فَرَوْضِ الْكَفَائِيَّاتِ وَمَا وَرَدَ النَّصُّ فِيهِ مِنِ الْلَّعْبِ: لَعْبُ الْحَبْشَةِ فِي مَسْجِدِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِحُضُرَتِهِ ، وَإِنَّمَا عَيْبُ الشَّطْرُنْجِ أَنَّهُ مِنْ أَشَدِ الْأَلْعَابِ إِغْرَاءً بِإِضَاعَةِ الْوَقْتِ الْطَّوِيلِ ، وَلَعْلَ الشَّافِعِيُّ كَرِهَ هَذَا ، وَنَحْمَدُ اللَّهَ الَّذِي عَافَانَا مِنِ الْلَّعْبِ بِهِ وَبِغَيْرِهِ ، كَمَا نَحْمَدُهُ حَمْدًا كَثِيرًا أَنْ عَافَانَا مِنِ الْجَرَأَةِ عَلَيِ التَّحْرِيمِ وَالتَّحْلِيلِ بِغَيْرِ حَجَةٍ وَلَا دَلِيلٍ.

لَعْبَةُ (الْدُّوْمِينُو):

وَمِثْلُ الْلَّعْبِ بِالْوَرْقِ يَكُونُ الْحُكْمُ فِي لَعْبَةِ (الْدُّوْمِينُو) الْمُعْرُوفَةِ ، فَفِيهَا شَبَهٌ مِّنَ النَّرْدِ يَقُومُ عَلَيْهِ الْحَظُّ ، وَشَبَهٌ بِالشَّطْرُنْجِ يَقُومُ عَلَيْهِ الْمَهَارَةُ فِي الْحَسَابِ وَإِعْمَالِ الْفَكْرِ . لَهُذَا يَكُونُ الْحُكْمُ عَلَيْهَا بِالْكُرَاهَةِ هُوَ الْأَقْرَبُ ، مَا لَمْ يَكُنْ الْلَّعْبُ عَلَيْهِ مَالٌ فَهُوَ قَمَارٌ مُحْرَمٌ بِلَا نِزَاعٍ ، أَوْ يَسْرُفُ فِيهَا حَتَّى تَشْغُلَ عَنْ وَاجِبٍ دِينِيٍّ أَوْ دُنْيَوِيٍّ ، فَتَحْرِمُ أَيْضًا ، فَهَذَا ضَابِطُ عَامٍ فِي كُلِّ لَهُوٍ وَلَعْبٍ .

وَلَمْ تَكُنْ لَعْبَةُ "الْدُّوْمِينُو" مُعْرُوفَةً قَدِيمًا ، وَقَدْ اخْتَلَفَ أَهْلُ الْعِلْمِ فِي حُكْمِهَا بِنَاءً عَلَى نَظَرِهِمْ إِلَى حَقِيقَتِهَا ، فَمَنْهُمْ مِنْ ذَهَبٍ إِلَى أَنَّهَا مُبَاحَةٌ ، مَا لَمْ تَقْتَرِنْ بِمُحْرَمٍ آخَرَ ، مِنْ مَيْسِرٍ وَنَحْوِهِ ، وَلَمْ تَشْغُلَ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ .

وَمِنْ أَهْلِ الْعِلْمِ مَنْ رَأَى أَنَّهَا تَقْوِيمٌ عَلَى الْحَظِّ فِي أَكْثَرِ شَأْنِهَا ، فِي ابْتِدَاءِ الْلَّعْبِ وَأَثْنَائِهِ ، مَعَ مَا فِيهَا مِنْ جَانِبِ الذِّكَاءِ وَالْمَهَارَةِ ، إِلَّا أَنَّ غَلْبَةَ جَانِبِ الْحَظِّ عَلَيْهَا جَعَلَنَا أَقْرَبَ شَبَهًا بِالنَّرْدِ الْقَائِمِ عَلَى الْحَظِّ ، وَلَذَا فَحُكْمُهَا حُكْمُ النَّرْدِ مِنِ التَّحْرِيمِ .

وَقَدْ سُئِلَ عُلَمَاءُ الْجُنَاحَةِ الدَّائِمَةِ لِلِّإِفْتَاءِ مَا حُكْمُ لَعْبِ الْوَرْقِ وَالْدُّوْمِينُو عِنْدَمَا يَكُونُ الْمَرْءُ مُؤْدِيًّا كَامِلَ الْحَقُوقِ وَالْوَاجِبَاتِ الَّتِي عَلَيْهِ ، وَعَدْمُ الْأَنْشَغَالِ بِهَا عَنِ أَمْوَالِ الْعِبَادَةِ ، وَإِنَّمَا مُجَرَّدُ تِسْلِيَّةٍ مَعَ الْأَهْلِ أَوْ الْأَصْدِقَاءِ؟ .

فأجابوا: يحرم اللعب بـ "الورقة" وبـ "الضومنة" ، ولو لمجرد التسلية مع الأهل والأصدقاء ، وليسغلو ذلك الوقت مما هو خير: كتلاوة القرآن ، ودراسة علم شرعى ، وإصلاح ذات البين ، ونحو ذلك مما يعود عليهم بالنفع ، وعلى الأمة بالخير.

أعضاء اللجنة الدائمة :- الشيخ عبد العزيز بن باز ، الشيخ عبد الرزاق عفيفي ، الشيخ عبد الله بن غديان ، الشيخ عبد الله بن قعود.

"فتاوی اللجنة الدائمة" (15/236 ، 237) ، وينظر : فتاوى اللجنة(207 ، 15/209).

الألعاب الألكترونية:

وهي ومن الألعاب التي شاعت في عصرنا الحالي ، نتيجة التقدم العلمي الهائل والمستمر ، وأصبح لها عشاقها ومحببيها ، ومنهم من أدمى عليها ولا يستطيع فراقها ، ولاسيما في عالم الأطفال ، وإن نافسهم فيها الكبار في كثير من الأحيان ، فشملت كل الأعمار والمستويات ، وأصبحت كاللوباء المنتشر من كل حدب وصوب.

وأصبح لها تفريعات تناسب كل المستويات الفكرية والعقلية وكما تناسب كل الأعمار.

ويمكن تقسيم هذه الألعاب إلى:

1 - ألعاب المغامرات.

2- ألعاب الإثارة والتشويق.

3- ألعاب القتال.

4- الألعاب الرياضية.

5- الألعاب الاستراتيجية والتخطيطية.

6- ألعاب الشدة والطاولة.

ويمكن حصرها في تقسيم آخر (ألعاب للتسلية والترفيه- ألعاب للتعليم - ألعاب للثقافة والتربيـة- ألعاب للتدريب - ألعاب المحاكاة)

وإجمالا لا مانع من استخدام هذه الوسائل الجديدة في تعليم الأطفال وتسليتهم ، وشغل بعض أوقاتهم ، ولكن بضوابط وشروط:

1- أن يكون لهذه الألعاب هدف تربوي يقصد لإفادة الطفل والارتقاء به عقليا أو دينيا أو خلقيا ، بحيث توسيع أفقه ، وتنمي معارفه ، وتعلمـه ما لم يكن يعلم.

كما تبني فيه الإيمان الذي يحس به يملاً جوانحه بمقتضى الفطرة ، ويربي فيه حب الله تعالى ومخافته بأسلوب لا تعقيد فيه ولا مبالغة تنشأ عنده عقداً نفسية وتغرس في نفسه فضائل البر والإحسان والرحمة بالخلق ، وصلة الأرحام ورعاية الأيتام ، والرفق بالحيوان وغيرها.

2- أن تكون المادة العلمية التي تقدم للطفل سليمة شرعاً ، بحيث لا تناقض العقيدة ، ولا تصادم الشريعة ، ولا تنافي القيم التي جاء بها الإسلام.

فلا تسخر من الأشياء التي تسخر من الغيبات ، أو التي تستخف بقضايا الحال والحرام ، أو التي تدعى إلى دين غير دين الإسلام.

كما يحذر من دس الأشياء التي تتسلل إلى عقل الطفل ، وتأثير في إدراكه من حيث لا يشعر ، مثل: عرض الخنزير على أنه حيوان مقرب ومحبب ، وبهذا يتصادم مع تحريم القرآن أكل لحمه ووصفه بأنه (رجس) كما قال تعالى: " قُل لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَن يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خَنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أَهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ عَيْرَ بَاعِغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ " ³²⁵

أو التي تمجد في الفأر ، وكأنه بطل يستطيع التغلب على القطة ، حيث هذا يخالف الواقع والحقيقة ، فإن الله جعل الفأر من الأطعمة الأساسية للقطط ، وهي تتفنن في طرق صيده والتربص به.

3- ألا تكون هذه الألعاب بالنسبة للطفل همه الأول وشغله الأكبر ، الذي يسيطر عليه ، ويستهلك وقته وجهده ، حتى يصل إلى حالة (الإدمان) وهي حالة مرضية تحتاج إلى علاج ، وكثيراً ما نرى الطفل يقبل على اللعب بها ، وينسي واجباته المدرسية ، والواجب على الأسرة أن تراقب الطفل ، وتحاول أن تتنوع له في العابه ، بحيث تجمع بين اللعب الذي يُقوى بدنـه ، واللعب الذي يغذي عقلـه ، واللعب الذي يبني إيمانـه ، واللعب الذي يقوم أخلاقـه ، واللعب الذي يرـوح نفسه ، وأن يعود الاعتدال والتوازن من عدم الإسراف في الأمور كلـها.

وعلى علماء ومفكرين ومبدعين العالم الإسلامي وهم والحمد لله كثـر أن يجتهدوا في إنتاج وابتكار شخصيات إسلامية تلائم منهجـنا ووسطـيتـنا ويوافقـ شـريـعتـنا وـعقـيدـتنا السـمـحةـ وـيـعـبرـ عنـ

³²⁵ سورة الأنعام الآية 145

هويتنا وثقافتنا السليمة لملئ هذا الفضاء الفسيح وغلق هذا الفيوض الكاسح من الألعاب الإلكترونية الفاسدة في العقيدة والأخلاق والمعاملات الغير إسلامية والغربيّة على طباعنا وأخلاقنا الإسلامية العالية ، لحماية أولادنا وفلذات أكبادنا من فقد هويتهم وفساد عقيدتهم .

مخاطر الألعاب الإلكترونية:

1- المخاطر الصحية: لقد حذر خبراء الصحة من أن تعود الأطفال على استخدام أجهزة الكمبيوتر ، والإدمان عليها في الدراسة واللعب ، ربما يعرضهم إلى مخاطر إصابات قد تنتهي إلى تعويقهم ، أبرزها التوحد وإصابات الرقبة والظهر والأطراف .

ومن ناحية أخرى ، كشف العلماء مؤخرًا عن أن الوميض المتقطع بسبب المستويات العالية والمتباعدة من الإضاءة في الرسوم المتحركة الموجودة في هذه الألعاب يتسبب في حدوث نوبات صرع لدى الأطفال ، كما يؤثر بشكل بالغ على قوة أبصরهم .

كما حذر العلماء من الاستخدام المتزايد للألعاب الكمبيوتر الاهتزازية من قبل الأطفال ، لاحتمال ارتباطه بالإصابة بـ (مرض ارتعاش الأذرع والأكتاف) كما طالب الباحثون بضرورة كتابة تحذيرات على مثل هذا النوع من الألعاب ، من نوع التحذيرات المكتوبة على علب السجائر ، وضرورة تفنين إنتاجها ، وتحديد نسب اهتزاز معينة ، خصوصا مع ارتفاع عدد الأطفال الذين يستخدمونها .

2- المخاطر السلوكية: ذكرت دراسة أمريكية حديثة أن ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية التي تعتمد على العنف: يمكن أن تزيد من الأفكار والسلوكيات العدوانية عندهم .

وأشارت الدراسة إلى أن هذه الألعاب قد تكون أكثر ضررًا من أفلام العنف التلفزيونية ، أو السينمائية لأنها تتصف بصفة التفاعلية بينها وبين الطفل ، وتتطلب من الطفل أن يتقمص الشخصية العدوانية ليلعبها .

نهى الإسلام عن القمار وحرمه ، وكل الألعاب التي يدخل فيها قمار فهي حرام بإجماع العلماء وعرفوا القمار بأنه كل مالا يخلو اللاعب فيه من ربح أو خسارة ، وهو الميسر الذي قرنه القرآن بالخمر والأنصاب والأزلام ، ولا يحل لمسلم أن يجعل من لعب القمار (الميسر) وسليته للهو والتسلية وتمضية أوقات الفراغ ، كما لا يحل له أن يتخذ منه وسيلة لإنفاق المال بحال من الأحوال ، قال تعالى " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ " ³²⁶.

وقال الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم " من قال لصاحبه تعال أقامرك فليصدق " ³²⁷.

أى إن مجرد الدعوة إلى المقامرة ذنب يوجب الكفارة بالصدق.

وللإسلام من وراء هذا التحريم الجازم حكمة بالغة ، وأهداف جليلة منها :-

- 1- إنه يريد من المسلم أن يتبع سنن الله في إكتساب المال ، وأن يطلب النتائج من مقدمتها ، و يأتي البيوت من أبوابها ، وينتظر المسببات من أسبابها.
- 2- والقمار ومنه (اليانصيب) يجعل الإنسان يعتمد على الحظ والصدفة والأمانى الفارغة ، لا على العمل والجد وإحترام الأسباب التي وضعها الله وأمر باتخاذها.
- 3- والإسلام يجعل لمال الإنسان حرمة فلا يجوز أخذه منه ، إلا عن طريق مبادلة شرعية أو عن طيب نفس منه بهبة أو صدقة ، أما أخذه بالقمار فهو من أكل المال بالباطل.
- 4- لا عجب بعد هذا ، أن يورث العداوة والبغضاء بين اللاعبين المقامرين ، وإن أظهروا بالأسنتم أنهم راضون ، فإنهم دائماً بين غالب ومحظوظ ، وغابن ومحظون ، والمغلوب إذا سكت ، سكت عن غيط وحنق ، غيط من خاب أمله ، وحنق من خسرت صفقة ، وإن خاصم فيما التزم بنفسه ، واقتصر فيه بعوضه.
- 5- والخيبة تدفع المغلوب إلى المعاودة عسى أن يعوض في الثانية ما خسر في الأولى ، والغالب تدفعه لذلة الغلبة إلى التكرار ، ويدعوه قليله إلى كثيره ، ولا يدعه حرصه ليقلع ، وعما قليل تكون الدائرة عليه ، وينتقل من نشوء الظفر إلى غم الإخفاق ، وهكذا دواليك

³²⁶ سورة المائدة الآية 90 .

³²⁷ عن أبي هريرة والحديث متافق عليه، رواه البخاري في صحيحه (4860)، ومسلم في صحيحه (1647).

ما يربط كليهما بمنضدة اللعب فلا يكادان يفارقانها ، وهذا هو السر في كارثة الإدمان من لاعبى الميسر.

6- من أجل ذلك كانت الهواية خطاً شديداً على المجتمع ، كما هي خطاً على الفرد ، إنها هواية تلتهم الوقت والجهد ، وتجعل من المقامرين أناساً عاطلين ، يأخذ من الحياة ولا يعطون ، ويستهلكون ولا ينتجون ، والمقامر مشغول دائماً بقماره عن واجبه نحو ربها ، وواجبه نحو أسرته وأمته.

7- ولا يستبعد على من عشق (المائدة الخضراء) -كما يسمونها- أن يبيع من أجلها دينه وعرضه ووطنه ، فإن صدقة هذه المائدة تتزعزع من الصدقة لأى شيء ، أو أى معنى آخر ، كما تغرس فيه حب المقامرة بكل شيء ، حتى بشرفه وعقيدته وقومه وأمته ، فى سبيل كسب موهوم.

وما أصدق القرآن حين علمنا أنهم من عمل الشيطان ، وقرنهمما بالأنصاب والأذلام وجعلهم رجساً واجب الإجتناب " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَذْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (90) إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقَعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبُعْضُاءُ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدُّكُمْ عَنِ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهُنَّ أَنْثُمُ مُنْتَهُونَ " 328

ما يجوز المسابقة عليه بعوض أو جائزة:

الرهان حرام في الإسلام إذا كان بين طرفين أو متسابقين وهناك أحاديث كثيرة تدل على حرمتها وهناك تفاصيل كثيرة للعلماء في بيان كيف يكون حراماً وكيف يكون حلاً وجائزاً ، فقد ساق الرسول وراهن ، وكان الصحابة يراهنون في عهد النبوة وبعدها ، ولكن المسابقة والرهان الجائز وليس الحرام تختلف كلياً عن الرهان والمسابقة الحرام كما في أحاديث الرسول الكريم. فعن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " لا سبق إلا في خف أو حافر أو نصل " 329.

وعن ابن عمر " أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَبَقَ بَيْنَ الْخَيْلِ وَرَاهِنَ " وفي لفظ " سبق بين الخيل وأعطي السابق " 330.

³²⁸ سورة المائدة الآية 90، 91.
³²⁹ رواه ابن حبان في صحيحه (4690)، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود (2574) و صحيح لجامع (7498).

وعن ابن عمر "أن النبى صلى الله عليه وسلم سبق بين الخيل وفضل القرح فى

الغاية".³³¹

ولفظ القرح معناه جمع قارح وهو من كمل سنه.

وعن أنس "وقيل له: أكنت تراهنون على عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم؟ أكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يراهن؟ قال: نعم والله راهن على فرس يقال له سبحة، فسبق الناس فهش لذلك وأعجبه".³³² ولفظ هش أى فرح وفي رواية فأبهش.

وعن أنس قال "كانت لرسول الله صلى الله عليه وسلم ناقة تسمى العضباء، وكانت لا تُسبق، فجاء أعرابى على قعود له فسبقها فاشتد ذلك على المسلمين، و قالوا سبقة العضباء فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إن حقاً على الله أن لا يرفع شيئاً من الدنيا إلا وضعه".³³³

وعن ابن عمر قال "سابق رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الخيل فأرسلت التي ضمرت منها وأمدها الحفباء إلى ثنية الوداع، والتي لم تضرم أمدها ثنية الوداع إلى مسجد بنى زريق وأن عبد الله كان ممن سبق بها".³³⁴

والمسافة بين الحفباء إلى ثنية الوداع ستة أميال أو سبعة ومن ثنية الوداع إلى المسجد ميل.

والسبق في اللغة هو ما يجعل للسابق من جعل (الجائزة).

وقال صاحب نيل الأوطار الإمام الشوكاني والحديث فيه دليل على جواز السباق على جعل فإن كان الجعل من غير المتسابقين كالإمام يجعله للسابق فهو جائز بلا خلاف.

وإن كان من إحدى المتسابقين جاز ذلك عند الجمهور كما حکاه الحافظ في الفتح وكذا إن كان معهما ثالث محل بشرط أن لا يخرج من عنده شيئاً ليخرج العقد عن صورة القمار وهو أن يخرج كل منهما سبقاً، فمن غالب أخذ السباقين فإن هذا وقع الإنفاق على منعه وهكذا وقع الإنفاق على جواز المسابقة بغير عوض.

³³⁰ رواه أحمد بإسنادين، وقال الحافظ الهيثمي ورجال أحدهما ثقات في المجمع(5/266)، وقال الشوكاني في نيل الأوطار له شاهد(8/239)، وقال الألباني بإسناده صحيح في (غاية المرام)(390) وإرواء الغليل(1507)).

³³¹ رواه أحمد وأبو داود وقال ابن الملقن بإسناده على شرط الصحيح في تحفة المحتاج(2/554)، وقال أحمد شاكر بإسناده صحيح في مسند أحمد(9/180)، وقال الألباني صحيح في صحيح أبي داود(2577).

³³² رواه أحمد والطبراني، وقال الهيثمي رجال أحمد ثقات في المجمع (5/266)، وقال ابن القيم بإسناده جيد في الفروضية(165)، وقال الألباني حسن في إرواء الغليل(338/5).

³³³ رواه البخاري في صحيحه(2872)، وقال الألباني صحيح في رواية لأبي داود(4802).

³³⁴ الحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(7336)، ومسلم في صحيحه(1870).

ورأى الأئمة الأربعة في ذلك:

الإمام أبو حنيفة أن عقد المسابقة على مال باطل ، والإمام مالك أيضاً أنه لا يجوز العوض من غير الإمام وإنه لا يصح بذل المال من جهتهما وإن دخل المحل ، والإمام أحمد بن حنبل أنه لا يجوز السبق على الفيلة ، وروى عن الإمام يحيى وأصحاب الشافعى أنه لا يجوز على الأقدام مع العوض.

وقال المباركفوري (إن حديث ابن عمر أن رسول الله صلى الله عليه وسلم سابق بين الخيل وراهن قال الحافظ: وقد أجمع العلماء على جواز المسابقة بغير عوض ، ولكن قصرها مالك والشافعى على الخف والنصل وخصه بعض العلماء بالخيل وأجازه عطاء فى كل شيء ، واتفقوا على جوازها بعوض بشرط أن تكون من غير المتسابقين كالأمام حيث لا يكون له معهم فرس ، وجوز الجمhour أن يكون من أحد الجانبين من المتسابقين ، وكذا إذا كان معهما ثالث محل بشرط أن يكون من عنده شيئاً ليخرج العقد عن صورة القمار ، وهو أن يخرج كل منهما سبقاً ، فمن غالب أخذ السباقين فاتفقوا على منعه ومنهم من شرط فى المحل أن يكون لا يتحقق السبق فى مجلس السبق)³³⁵

وذكر فى البحر أن شرط العقد خمسة:

الأول كون العوض معلوماً والثانى كون المسابقة معلومة الإبتداء والإنتهاء والثالث كون السباق معلوماً يعنى المقدار والرابع تعين المرتكبين الخامس إمكان سبق كل منهما فلو علم عجز أحدهما لم يصح.

وقال الإمام الشوكانى: ودل على مشروعية المسابقة وأنها ليست من العبث بل هي من الرياضة المحمودة الواسعة إلى تحصيل المقاصد فى الغزو والإنتفاع بها عند الحاجة وهى دائرة بين الإستحباب والإباحة بحسب ال باعث على ذلك .

وقال القرطبي : لا خلاف فى جواز المسابقة على الخيل وغيرها من الدواب وعلى الأقدام وكذا الرمى بالسهام واستعمال الأسلحة لما فى ذلك من التدرب على الجرى ، وفيه جواز تضمير الخيل وفيه مشروعية الإعلام بالإبتداء والإنتهاء عند المسابقة.

ولا يجوز الرهان فى حالة ما إذا كان من كل واحد ، على أنه إن سبق فله الرهان ، وإن سُبق فيغريم لصاحبه مثله لأن هذا من القمار المحرم".

³³⁵تحفة الأحوذى فى باب ما جاء فى الرهان والسباق للمباركفوري.

وقال بن قدامة في المغني : " وأجمع المسلمين على جواز المسابقة في الجملة ، والمسابقة بغير عوض فتجوز مطلقا ، وأما المسابقة بعوض فلا تجوز إلا بين الخيل والإبل والرمي لأنها الآت الحرب المأمور بتعلمها وإحكامها والتفوق فيها ".³³⁶

جواز المراهنة:

قال الشيخ السيد سابق في كتابه فقه السنة³³⁶

" المسابقة دون رهان جائزة بإجماع العلماء ، أما السابقة برهان فإنها في الصور الآتية:

1. يجوز أخذ المال في المسابقة إذا كان من الحاكم أو من غيره كأن يقول

للمتسابقين: من سبق منكم فله هذا القدر من المال.

2. أو أن يخرج أحد المتسابقين مالاً فيقول لصاحبه: إن سبقتني فهو لك ، وإن سبقتك فلا شيء لك على ، ولا شيء لك علىك.

3. إن كان المال من الإثنين المتسابقين أو من الجماعة المتسابقين ومعهم محل ، يأخذ هذا المال إن سبق ، ولا يغرم إن سبق.

ولا يجوز الرهان في حالة ما إذا كان من كل واحد ، على أنه إن سبق فله الرهان وإن سبق فيغرم لصاحبه مثله ، لأن هذا من باب القمار المحرم .

ما جاء في المحلل وأداب السبق:

إهتم المسلمون منذ عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم بآداب السبق والمناضلة بين الخيل والإبل التي كانت أدوات الحمل والتنقل والقتال في زمانهم ، لأن الغرض الأساسي هو الجهاد والحث عليه بتدريب الخيل والإبل وراكبيها على السرعة والمرونة والمناورة ، وكانوا يتنافسون في جو من المرح والحب وكذلك الجدية ولم يسمحوا بدخول الشيطان أو الحقد أو الحسد والضغينة بينهم.

وروى أصحاب السنن أحاديث كثيرة ، وفي كتب الفقه تفاسير دقيقة لآداب السبق والمناضلة.

³³⁶ فقه السنة للشيخ السيد سابق (14/117).

فعن أبي هريرة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال "من أدخل فرسا بين فرسين وهو لا يأمن أن يسبق فليس بقمار ، ومن أدخل فرسا بين فرسين وهو آمن أن يسبق فهو قمار ".³³⁷
وعن عمران بن حصين عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "لا جلب ولا جنب في الرهان ".³³⁸

وعن ابن عمر وعمران بن حصين رضي الله عنهم أن النبي صلى الله عليه وسلم قال "لا جلب ولا جنب ولا شغار في الإسلام ".³³⁹
ومعنى جلب أى يجلب أو يحضر رجل يسير بجوار الفرس المتسابق يصبح عليه حتى يسبق ، والجنب أن يجنب فرسا إلى فرسه حتى إذا فتر فرسه تحول إلى المجنوب .
وعن ابن عباس قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "من أجلب على الخيل يوم الرهان فليس منا ".³⁴⁰

وروى عن علي رضي الله أن النبي صلى الله عليه وسلم قال "يا علي قد جعلت إليك هذه السبقة بين الناس ، فخرج علي فدعا سراقة بن مالك فقال : يا سراقة إني قد جعلت إليك ما جعل النبي صلى الله عليه وسلم في عنقي من هذه السبقة في عنقك فإذا أتيت الميطان ، قال أبو عبد الرحمن : الميطان مُرسلها من الغاية ، فصف الخيل ثم نادى هل من مصلح للجام أو حامل لغلام أو طارح لجل فإذا لم يجبك أحد فكير ثلثا ثم خلها في الثالثة يُسعد الله يسبقه من شاء من خلقه ، وكان علي يقعد عند منتهي الغاية ، ويُخط خططا ويُقيم رجلين متقاربين عند طرف الخط طرفه بين إيهامى أرجلهما ، وتمر الخيل بين الرجلين ويقول : إذا خرج أحد الفرسين على صاحبه بطرف أذنيه أو أذن أو عِذار فاجعلوا السبقة له ، فإن شكتما فاجعلا سبقة نصفين ، فإذا قرنتم ثنتين فاجعلوا الغاية من غاية أصغر الثنتين ولا جلب ولا جنب ولا شغار في الإسلام ".³⁴¹
والرهان هو السباق على الخيل كما في القاموس .

³³⁷ رواه أحمد(10557) وأبو داود وابن ماجه ، وقال أبو داود في سننه رواه معاذ وشعييب وعثيمان عن الزهرى وعن رجال من أهل العلم وهذا أصح عندنا(2579) ، وقال القيسارى في ذخيرة الحفاظ له طرق(4/2194) ، وقال الألبانى ضعيف في(أبي داود(2579) وابن ماجه(572)).

³³⁸ رواه أبو داود والمتقى الهندي في كنز العمال ج 4 ص 345 (10821)، وقال الألبانى صحيح في صحيح أبي داود(2581).

³³⁹ رواه أحمد وقال أحمد شاكر صحيح في مسند أحمد(39/8)، وقال الألبانى صحيح في صحيح النسائي(3335)، صحيح في صحيح الترمذى(1123).

³⁴⁰ رواه الطبراني في الجامع الكبير وقال ابن حجر إسناده لاباس به في تلخيص الحبير(4/1526)، وقال الهيثمي في رواية رجاله ثقات في المجمع(5/268)، وقال الألبانى صحيح في السلسلة الصحيحة (2331) وحسن في صحيح الجامع(6/191) وفيهما (من جلب).

³⁴¹ رواه الدارقطنی في السنن والمتقى الهندي في كنز العمال(11379)، وأخرجه البيهقی في السنن الكبرى وقال إسناده ضعيف (10/22)، وقال السخاوي في الأجوية المرضية فيه عبد الله بن ميمون قال بن حجر فيه نظر وفيه الحسن وخلاص لم يسمعا من علي شيئا(1/401)، وقال بن العربي صحيح في تحفة الأحوذى(4/159).

وفي حديث علىٰ معنى هذه السبقة هو الشئ الذى يجعله المتسابقان بينهما يأخذه من سبق
منهما والميطان هو الغاية.

وهذا جزء يسير من الأحاديث التى تناولت آداب السبق فى عهد رسول الله صلى الله عليه
وسلم وفي كتب الفقه الكثير لمن يبحث فى هذا المجال ويريد الزيادة فيه.

ومن هذه الأحاديث يمكن أن نطبق هذه الآداب علىٰ الرياضات الحديثة والتى تهتم بالسباق
فى هذه الأيام من سباق السيارات والموتسكلات والدراجات والقوارب وغيرها والتى يعقد لها
سباقات فى مضمار أو فى أماكن أخرى ، وهناك قواعد كثيرة أخذ بها القائمون علىٰ هذه
السباقات من أحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم ومن المسلمين دون أن يعرفوا أن أول من
وضع هذه القواعد بهذه الدقة والعدل هو خاتم النبىين والمرسلين وسيد الأولين والآخرين سيدنا
محمد صلى الله عليه وسلم ، ولكن جهل المسلمين بدينهم وحضارتهم هو السبب الأول ، والثانى
الإنقىاد الأعمى لما هو غربى دون تمييز ، وثالثهما التعميم الإعلامية الغربية عن حق المسلمين
فى السبق فى هذا المجال وطمس معالم حضارتهم.

الباب الرابع

الألعاب الجماعية والأولمبية

كانت تقام في سوق عكاظ منافسات بين أبطال العرب في الجاهلية وقبل الإسلام في بعض الرياضات مثل المصارعة ورمي الرمح وركوب الخيل ، وكان عكاظ سوق قريب من مكة يجتمع فيه العرب للتجارة وللمفاخرة بالشعر ، بل كان من أماكن حج العرب قبل الوقوف بعرفة حيث تهل له العرب كما تهل للحج في أول أيام ذى القعده لمدة عشرين يوما ، وكان بها صنم تحج العرب إليه وهو فخار لقبيلة هوازن ، وكان العرب تهل إليه ، وكان النبي صلى الله عليه وسلم يذهب إليه ليعرض نفسه على القبائل للدخول في الإسلام وحمايته لتبليغ دعوته ، وهناك روايات عن بعض الصحابة خاضوا مباريات رياضية كانت تقام هناك مثل رواية أن عمر بن الخطاب رضي الله عنه صارع فتى قوى تتحدث العرب عن قوته فصارعه عمر رضي الله عنه في حلبة اجتمع فيها كثير من الناس فقال عمر (أبهذا الفتى تخوفونني ، لست للخطاب ابنا إن لم أصرعه لأول ما ألقاه) فصارعه عمر رضي الله عنه فترك الفتى يحاوره ويحتال عليه ليصرعه وهو لا يزال في موقف المدافع لينهكه ، وما أن أحس بأن قوى الفتى خارت ، حتى انقض عليه فركب كتفه وطرحه أرضا فصرعه.

ورواية عن ركناة بن يزيد رضي الله عنه والذى صارع النبي صلى الله عليه وسلم كما ذكرنا سابقا ، وكان قويا ، فقد وقف في سوق عكاظ على جلد بعير لين فجذبه من تحته عشرة رجال فتمزق الجلد ولم يتزحز هو من مكانه.

لكن بعد دخول الإسلام كل الجزيرة العربية اندثرت أسواق عكاظ ومحنة وذى المجاز ، لأن الإسلام ألغى عبادة الأصنام ، و هدم النبي صلى الله عليه وسلم الأصنام التي حول وداخل الكعبة المشرفة ، وأرسل رسلا لهم باقي الأصنام في كل الجزيرة العربية ، كما أرسل لقبيلة هوازن لهم أصنامها وعلى رأسهم صنم فخار ، لأنه لم يعد من مناسك الحج ، ولم يجتمع العرب مرة ثانية بعد ذلك في هذه الأماكن وتم إلغاء الأسواق فيها لأن الإسلام يمنع إحياء مآثر الجاهلية والإحتفال بها لأن العرب كانت تهل لصنم هناك وتعتبره من مناسك الحج ، كما توقفت كل المنافسات الرياضية والشعرية التي كانت تقام هناك ، ومنع الإسلام تفاخر الجاهلية والتي كانت بسببه تقوم المعارك والقتال بين العرب.

تماما كما ألغى الإمبراطور الروماني تيودوسيوس الثاني الدورات الأولمبية عام 426م وحرق معبد زويوس وحطمت تمثاله العملاق ، وذلك بعد دخوله في المسيحية و هدم كل الأصنام

التي كانت تعبد قبل المسيحية ، وانتهت بذلك الألعاب الأولمبية والتي كانت ترمز لتقديس وعبادة الإله كما يزعمون زويوس.

المسابقات في عصر النبوة والممالك الإسلامية

كان عصر النبوة بداية نهضة رياضية في جزيرة العرب ورأينا كيف حدّ النبي صلّى الله عليه وسلم الصحابة وكل المسلمين من بعده على ممارسة الرياضة ، كي تصحّ أبدانهم ويكونوا جاهرين دائمًا لمواجهة أعدائهم وللدفاع عن عقيدتهم وأوطانهم ونشر الإسلام ورفع الظلم عن المظلومين والمقهورين ، وبعد عصر النبوة ازداد اهتمام المسلمين بالرياضة وانتشرت في ربوع البقاع الإسلامية كما انتشرت رياضات أخرى لم يعرّفها العرب في بلادهم بل تعلّموها من ثقافات البلاد التي انتشر فيها الإسلام ، من هذه الألعاب والرياضات اللعب بالكرة والصوّلجان والرمي بالبندق وفنون المصارعة (المصارعة) والملاكمه والمعالجة (رفع الأثقال) كما انتشرت ألعاب العقل مثل الشطرنج والورق ، وغيرها حيث لكل أمة ألعاب تناسب أهلها وعاداتهم وتقاليدهم ، وقد تكون متشابهة في بعض الأحيان ومختلفة في أحيان أخرى.

ولم تكن في عصر النبوة أوقات بعینها تقام فيها المسابقات وتكون من الأعياد المتكررة مثل بطولات تكرر كل سنة أو كل أربعة سنوات ، ولكن كان هناك مباريات تعقد كلما سنت لها الظروف والأوقات ، فقد عقد النبي سباقات للخيول وحضرها صلّى الله عليه وسلم كما ذكرنا سابقاً ، وحضر مباريات يتقابل (يرمون بالنبل) فيها الصحابة ، ولكن دون توثيق ثابت لهذه الألعاب أو تكرارها في زمن معين.

وبعد عصر النبوة وفي زمن الخلفاء الراشدون وحتى الممالك الإسلامية لم تقام فيها مثل الألعاب الأولمبية كل مدة معينة وتتكرر ، ولكن كانت تقام إحتفالات - وخاصة في العيدين الفطر والأضحى - يمارس فيها الرياضات المختلفة في مسابقات يحضرها الخليفة أو السلطان أو الأمير ويحضرها الشعب معهم وتقام في هذه الإحتفالات مسابقات رياضية أشهرها مسابقات ركوب الخيول والصوّلجان (البولو حالياً) والمصارعة والنبل ورفع الأثقال وغيرها ، واشتهر في هذه الإحتفالات مسابقات الخيول لما لها من مكانة خاصة عند العرب خاصة وال المسلمين عامة ، وكما ذكرنا سابقاً كيف احتلت الخيول مكانة خاصة عن العرب والمسلمين.

ونذكر كثير من الكتاب هذه المرحلة التاريخية مثل المقريزى فى كتابه السلوك لمعرفة دول الملوك وكتابه المواعظ والإعتبار ، وابن سينا الملقب بالشيخ الرئيس وكتابه القانون فى الطب ، وأبو الحسن المسعودى فى كتابه مروج الذهب ومعادن الجوهر ، وغيرهم من الكتاب من تحدثوا عن هذه الألعاب والرياضات التى كانت تمارس فى هذه الأوقات والمسابقات التى كانت تقام فى ساحات مختلفة وكيفية تنظيمها وتفاصيل كثيرة عن هذه الألعاب والمسابقات.

وعند البحث عن مشاركات المسلمين فى المسابقات الدولية سواء كانت دورات أولمبية أو مسابقات للعالم فى الألعاب والرياضات المختلفة أتعنى البحث ولم أستطيع أن أحصر مساهمات المسلمين فى هذه البطولات ، وتأتى من الأسماء ، فقد يكون الإسم إسلاميا خالصا كمحمد وأحمد وقد يكون غير معروف كأسماء كثير من المسلمين فى بلاد الاتحاد السوفيتى سابقا أو روسيا حاليا والبلاد التى استقلت عنه ، ولكنى ركزت فى البحث عن البلاد العربية فى مسابقتين هامتن وهما الدورات الأولمبية العالمية ودورة الألعاب الأولمبية العربية كمثال على المشاركة الجماعية للعرب .

الألعاب الأولمبية الدولية

هى نتاج تعاون وثيق للبشرية وتقاربها واجتماعها على شىء تم الإتفاق عليه ، من حيث المنافسات الجماعية والفردية ، ووضعوا لها قوانين ولوائح تم التراضى عليها وإعلانها ، ووافقت عليه كل الدول وارتضت به ليتنافس لاعبيها فيما بينهم تنافسا شريفا عادلا ، ويفوز الثلاث الأوائل منهم بميداليات الأول ميدالية ذهبية والثانى ميدالية فضية والثالث ميدالية برونزية ، ويتم ترتيب الدول الفائزة بأكبر عدد من الميداليات الذهبية ثم الفضية ثم البرونزية .

وأصبحت الألعاب الأولمبية رمز لقدم الدول وازدهارها حيث كانت الدول الفائزة فى عدد الميداليات هى فعلا الدول المتقدمة علميا وعمليا فى كل مناحى الحياة ، فالناظر للدول الفائزة فى مسابقات الأولمبيات سواء الصيفية أم الشتوية يجد الولايات المتحدة الأمريكية هى أكثر الدول الفائزة تقريرا بمعظم الدورات الأولمبية يليها الإتحاد السوفيتى وورثته الشرعى روسيا الإتحادية ثم الصين ثم دول أوربا مثل ألمانيا وإنجلترا وفرنسا وإيطاليا وأسبانيا وغيرها وبعدهم تتنافس باقى الدول النامية على الفئات من الميداليات ، وقد يظهر فى زمان قصير لاعب أو لاعبة يحقق

ميدالية ذهبية أو أخرى فضية أو برونزية لدورة أو دورتين ثم تختفي الظاهرة ولا تظهر لهذة الدولة أثر بعدها .

والناظر للدورات الأولمبية والدول الفائزة فيها لا يجد للدول الإسلامية أو حتى العربية غير ذيل القائمة ببعض الميداليات المبعثرة لهذه الدولة أو تلك ، ومعظمها للألعاب الفردية ولن يست الجماعية مما يدل على حال هذه الدول وتختلفها عن ركب الحضارة الإنسانية ومساهمتها في ركاب التقدم البشري ، وتغلب روح الفردية عليهم على روح الجماعة ، والذى انعكس بدوره على دولهم وشعوبهم.

وأول دورة أولمبية حدثت في اليونان والتي سميت الألعاب الأولمبية بأحد مدنها وهي مدينة أولمبيا في اليونان القديمة عام 776 قبل الميلاد تقريبا ، وبدأت أولى المنافسات في لعبة واحدة وهي الجري أو العدو حول الملعب الأولمبي ، وكان بطول 192.27 متر تقريبا ثم أضيفت إليها في الدورات اللاحقة بعض الألعاب الفردية مثل المصارعة والملاكمه وسباق الخيول والعربات والخمسى في ساحات لهم ، ويعطى الفائز منهم جائزة يمنحها له حاكم هذه البلدة ، واستمرت هذه المنافسات حتى القرن الخامس الميلادي.

وفي نهاية القرن التاسع عشر عام 1894 أسس البارون الفرنسي ببير دى كوبرتان اللجنة الأولمبية الدولية - ومقرها الآن في مدينة لوزان بسويسرا - لإحياء هذه الدورات والتي أسست لهيكلها وأحكامها وقوانينها ، ونجحت في إعادة هذه الدورات ، وكانت أول دورة صيفية لها في أئتنا 1896 ميلادية ، وتقام هذه الدورات كل أربع سنوات في دولة مختلفة توافق عليها وتحتارها اللجنة الأولمبية.

ومع التطور البشري والتغيير الحاصل في الألعاب وانفتاح العالم على بعضه وكثرة الثقافات والرياضات حول العالم ، طورت اللجنة الأولمبية نفسها كذلك وأنشأت الدورة الأولمبية الشتوية لتنافس الدول على اللعب على الجليد والثلوج لتكون أول دورة للألعاب الأولمبية الشتوية عام 1924 بمدينة شامونى الفرنسية ، ثم يزداد التطور الاجتماعي العالمي وأنشأت اللجنة الأولمبية دورة الألعاب الأولمبية للرياضيين ذوى الإعاقات الجسدية والتي تقام بعد الألعاب الأولمبية الصيفية وفي نفس البلد ، وتتبادل الألعاب الصيفية والشتوية فكل سنتين تقام دورة أحدهما صيفية وبعدها بسنتين تقام الشتوية لتحقق دورة لكل منها كل أربع سنوات.

ويتطور العالم إلى الأحدث وبخطى متسارعة مما كان في الماضي القريب ، وتواكب اللجنة الأولمبية نفسها كذلك ، وبنفس سرعة التطور البشري وتعمل دورة أخرى دولية ليتنافس

فيها رياضيين قد تكون للصغر أو الكبار أو للهواة أو للمحترفين فقط أو تزيد فيها عدد الألعاب والرياضات طبقاً لتطور الإحتياج البشري .

وقد كانت الدورات الأولمبية الأولى وحتى بداية الثمانينيات من القرن الماضي يتنافس فيها الرياضيون الهواة فقط ولم يشارك فيها المحترفون ، أما الان فقد تم تعديل ذلك ليشارك فيها المحترفون والهواة على حد سواء .

وأول دورة حديثة في أثينا 1896م شارك فيها 300 رياضي من 15 دولة تنافسوا على 43 مسابقة ضمن 9 رياضات مختلفة ، أما دورة لندن 2012 فشارك فيها حوالي 10800 رياضي تقربياً من 204 دولة تقربياً تنافسوا على 302 مسابقة ضمن 26 رياضة مختلفة ، وحصلت 85 دولة على ميداليات ، و54 دولة حصلت على ميدالية ذهبية على الأقل .

ولم تشارك المرأة في أي من الدورات الأولمبية القديمة في مدينة أولمبيا ، فقد كانت مقتصرة على الرجال فقط ، والذين كانوا في الغالب عراة تقربياً ، كما لم تشارك في أول دورة أولمبية حديثة في أثينا باليونان عام 1896م، وأول دورة تشارك فيها المرأة في الدورات الأولمبية الحديثة كانت في دورة 1900م في باريس .

وقد تدخلت العوامل السياسية في الدورات الأولمبية فتوقفت أثناء الحربين العالميتين الأولى والثانية فتوقفت دورة 1916م أثناء الحرب العالمية الأولى ثم دورة 1940م ، ودورة 1944م أثناء الحرب العالمية الثانية .

كما تم اختيار العلم الأولمبي والمكون من علم أبيض به خمسة حلقات متراقبة تدل على الخمس قارات العالمية أو خمس ألوان للبشر ، فاللون الأسود للقارنة الأفريقية على غالب لون بشرة أهلها والأصفر للقارنة الآسيوية على لون بشرة أغلب أهلها كذلك والأحمر للقارنة الأمريكية بلون أهلها الأصليين وهم الهنود الحمر والأخضر للقارنة الأوروبية بلون أرضها الخضراء والتي ينعدم فيها الصحراء الصفراء واللون الأزرق للقارنة الأوقيانية حيث معظم دول هذه القارة جزر يحيط بها الماء الأزرق .

والإسلام يرحب بكل عمل خيري يجمع البشر ويؤلف بينهم ، حيث قال الله سبحانه وتعالى " يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْفَاقُكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلَيْمٌ حَبِيرٌ " .

والإسلام لم يفرق بين البشر لا في لونهم أو جنسهم أو لغتهم بل كان التفضيل فقط بالعمل

الصالح وتقوى الإيمان بالله الواحد الأحد ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم في خطبة حجة الوداع " يا أيها الناس إن ربكم واحد ، وإن أباكم واحد ، إلا لا فضل لعربي على عجمي ولا لعجمي على عربي ، ولا أحمر على أسود ، ولا أسود على أحمر إلا بالتقوى ، إن أكرمكم عند الله أتقاكم ، إلا هل بلغت؟ قالوا : بل يارسول الله قال: فيبلغ الشاهد الغائب ".

يرشدنا الرسول صلى الله عليه وسلم إلى أن الناس جميعاً سواسية أمام الله ورغم أن خطبة الوداع كانت أمام الحاج المسلمين ولكنه صلى الله عليه وسلم خاطب الناس كلهم جميعاً ولم يخاطب المسلمين أو المؤمنون فقط وأكد على ذلك بقوله " يا أيها الناس " قوله للحضور " إلا هل بلغت؟ ".

كما لم يفرق الإسلام بين الرجل والمرأة بل جعلهما متساوين في الحقوق والواجبات أمام الله سبحانه وتعالى فقال تعالى " مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْكِمَنَّ لَهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرًا هُمْ بِإِحْسَنٍ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ..... ".

وقال تعالى " فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنَّى لَا أُضِيقُ عَمَلَ عَامِلٍ مِنْكُمْ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثَى بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ... " ، وراعى وهو الخالق سبحانه وتعالى الفروق الجسدية بين الرجل والمرأة وأعطى كل منهما حقه فقال تعالى " وَلَيْسَ الذَّكْرُ كَالْأُنْثَى " .

والنداء من الله سبحانه وتعالى لكل البشر في كل مكان وزمان ، كما كان نداء الرسول صلى الله عليه وسلم في خطبة الوداع للناس جميعاً ، ورغم اختلافنا في اللون واللغة والجنس وتباعدنا في المكان وتفاوتنا في الحضارة والتقدم يدعونا سبحانه وتعالى وهو أعلم بحالنا للتعرف والتآلف والتعاون ، ولذا هدى الله سبحانه وتعالى البشر لهذا التعارف والتآلف ، والنداء للناس كافة بلا تمييز بين مؤمنهم وكافرهم وهدى الله الذين هم على غير دين الإسلام لهذا التعاون والتعرف في ابتداع دورات الألعاب الأولمبية بتنوعها ، واشتراك كل الدول كافرهم ومسلمهم في التنافس الشريف بدون تمييز بدين أو لون أو جنس ، وهذا شعار الدورات الأولمبية والذي ينادي به المنافسون في قسم الدورات وهو (نقسم أنتا نقبل بالألعاب كمثابرين شرفاء ، نحترم قوانينها ، ونسعى للاشتراك منها بشهامة ، لشرف بلادنا ولمجد الرياضة).

ورغم ذلك لم يخل هذا نظام اللجنة الأولمبية من بعض العنصرية إذ لم ينضم العضو الآسيوي إلى اللجنة الأولمبية إلا عام 1908 ، والعضو الأفريقي إلا عام 1910 أى بعد 16 عام من تاريخ تأسيسها ، ومعظم أعضاءها من الدول الأوروبية والأمريكتين ، وكذلك لم تقم أى من الدورات الأولمبية على أى مدينة من الدول الإسلامية حتى الان .

وكم ذكرنا تعتبر الدورات الأولمبية عنوان نهضة الأمم وتقدم حضارتها لأن صناعة الرياضى أصبحت علم متقدم تتباهى فيه الأمم المتقدمة فيه لخراج لنا رياضيين على أعلى مستوى من ممارسة الرياضة لتحقيق أكبر عدد من الميداليات الأولمبية ، وتعتبر الولايات المتحدة الأمريكية هي الأولى حتى الآن في الفوز بعدد الميداليات سواء الذهبية كانت أو الفضية والبرونزية ، كما تعتبر الولايات المتحدة الأمريكية هي الأولى عالمية في التقدم التكنولوجي وهي التي تقود العالم الآن في نهضته الحضارية منذ القرن الـ19 ميلادي وحتى الآن .

وكل عام تفاجئنا الدول المتقدمة بخريج عدد من الرياضيين ليحطموا الأرقام القياسية في ألعابهم والتي كنا نعتقد أنه لن يتم تحطيمها بعد ذلك ، ونظن أنه قد بلغنا الغاية ولن يكون هناك أكبر أو أحسن من ذلك ، والمفاجئة دائما تكون للدول الإسلامية والعربية المختلفة علميا ورياضيا ، والتي تفاجئ كل عام بتحطم هذه الأرقام ومزيد من الميداليات تذهب لهذه الدول المتقدمة وخيبة الأمل تذهب إلى الدولة المختلفة .

فقد أصبح علم الرياضة متقدم جدا وخدمه كل العلوم من العلوم الطبية والنفسية والاجتماعية وحتى السياسية لتقوم بتصنيع رياضي عالي الهمة متناسق القوام ليتناسب مع رياضه لتحطم الأرقام القياسية العالمية في لعبته .

فأصبح هناك علم خاص لتكوين وصناعة الرياضى ، وهناك علوم طبية تجعل رياضي ذو قلب خاص أكبر من القلب العادى يضخ كميات أكبر من الدم ليتحمل المجهود العالى والضربات المتتسارعة في رياضة ألعاب القوى ، وهناك كل رياضية تتحمل أعباء المسابقات الرياضية التي تتطلب ذلك مثل العدو لمسافات طويلة ، وكذلك تكوين عضلى منن يتناسب مع ألعاب الحركات المرنة مثل الجمباز ، وحتى التكوين العضلى المناسب حيث هناك تكوين عضلى ذات لون أحمر غامق وتكون عضلى ذات لون فاتح وكل له رياضته المناسبة لتكوين رياضي خاص بلاعبته .

بل في طول وقصر الرياضي لتناسب ألعاب تحتاج إلى الطول كلعبة كرة السلة ، وقصر القامة كلعبة حمل الأثقال ، وتدخل العلم الرياضي في كل ذلك ، وهناك تكنولوجية تقنية وتعليمية بل ونفسية لكل رياضة وتحصص لتصل إلى الغاية وتظهر كم تقدم العالم في علم الرياضة وصناعة الرياضي .

والسؤال الذي يطرح نفسه الآن أين العالم الإسلامي والعربي من ذلك؟؟؟

كما قال الشاعر العربي الإسلامي

وما فتئ الزمان يدور حتى ماضى بالمجده قوم آخر ونا

وأصبح لا يرى في الركب قومي
وألمنى وألم كل حر
وقد عاشوا أئمته سينينا
سؤال الدهر أين المسلمين

الألعاب الأولمبية العربية

ينظم العرب فيما بينهم دورة ألعاب أولمبية عربية لتنشيط التعاون والتآخي فيما بينهم وعلى أنهم أمة واحدة يجمعهم دين واحد ولغة واحدة وثقافة متقاربة وجوار جغرافي متراً ، ولكنه في بعض الأحيان يكون سبباً في مشاكل فيما بينهم إما للعصبية القومية أو السياسية أو الصعوبات المالية لدى كثير من دولها ، وتكون دورة تمهدية وتجريبية للمشاركة في دورة الألعاب الأولمبية الدولية.

وقد بدأت الدورات العربية فكرة من المهندس أحمد الدمرداش تونى ، وعرضت على الجامعة العربية وأقرتها على أن تعقد في مدينة عربية كل أربع سنوات ، وبدأت أول دورة عربية في الإسكندرية بمصر عام 1953 ، وكان مجموع الدول المشاركة فيها ثمان دول فقط وأصبح أعضاء اللجنة الأولمبية العربية الآن 22 دولة عربية هم أعضاء جامعة الدول العربية ومقرها في الرياض عاصمة المملكة العربية السعودية .

وعقد منها منذ 1953م حتى الان 12 دورة عربية فقط ، كان أولها في الإسكندرية وكان آخرها منذ 2011م في الدوحة عاصمة قطر ، ولم تقم بعد ذلك أى دورة حتى الآن لوجود كثير من المشاكل السياسية والمالية بين الدول العربية ولضعف منظمة الجامعة العربية وعدم قدرتها في حل كثير من المشاكل العربية أو ضعف تأثيرها على القرار العربي أو على الدول الأعضاء ، وكذلك لعدم مشاركة بعض الدول في ألعابها كما ذكرنا لوجود مشاكل سياسية بين دولها أو مشاكل مالية لديها.

وكذلك لم تشارك المرأة العربية في المنافسات الرياضية إلا في بداية الدورات العربية إلا في دورة الرباط بالمغرب 1983م.

وكانت دولة اليمن مقسمة إلى شمالي وجنوبي ، وشارك الجنوبي في دورته 1976م و1985م وشارك الشمال في دورة 1985م كل له رياضييه ، بل والعجب أن بعض محافظات اليمن شاركت في الدورات العربية برياضيين مستقلين مثل عدن ولحج كعاصمتين لدولتين وكان لهما علمين مستقلين ورياضيين مستقلين في دورة القاهرة عام 1965م.

ومن 12 دورة فازت مصر بسبعة دورات من تسع مشاركات لها ، منها اثنتين باسم الجمهورية العربية المتحدة ، ونظمت منها مصر ثلاث دورات الأولى بالإسكندرية 1953م، والثانية القاهرة 1965م ، والثالثة القاهرة 2007م.

وشارك في أول دورة بالإسكندرية 650 رياضي تقريبا ونافسوا على عشر ألعاب من ثمان دول عربية ، أما آخر دورة للعرب في الدوحة 2011م فشارك فيها 5400 رياضي تنافسوا على 30 لعبة من 21 دولة عربية ولم تشارك سوريا فيها ، ورغم أنها آخر دورة عربية إلا أن دورة القاهرة عام 2007 كانت الأكبر في عدد المشاركين بـ 22 دولة وعدد 6217 رياضياً تقريباً شاركوا في منافسات 32 لعبة ولم تحصل جزر القمر ولا موريتانيا على أي ميدالية حتى الآن ، رغم مشاركة موريتانيا في ثمان دورات ، وجزر القمر على أربع دورات بداية من دورة عمان 1999م بعد انضمامها لجامعة الدول العربية من عام 1993م.

ومن عجائب دورة الألعاب العربية مشاركة دولة خارج الدول العربية وخارج جامعة الدول العربية في دروتها لمرتين وهى دولة اندونيسيا الإسلامية حيث شاركت العرب مشاركة شرفية في دورتى الإسكندرية 1953م فرحة باستقلال مصر عام 52 ، حيث استقلت اندونيسيا عام 1949م عن الإستعمار الهولندي ، والثانية دورة القاهرة 1965م ، وكان السبب سياسياً بالدرجة الأولى حيث كانت مصر واندونيسيا عضوان بارزان في منظمة دول عدم الإنحياز منذ عام 1961م.

وفي أول دورة عربية شاركت ثمان دول حصلت سبع دول على ميداليات وتصدرتها مصر بـ 122 ميدالية متنوعة منها 67 ذهبية ، وآخرها لليبيا بميدالية برونزية ، ولم تحصل الكويت على أي ميدالية ، وكانت معظم الدول العربية تحت الاحتلال الإنجليزي والفرنسي ، حيث امتنعت دول المغرب العربي (تونس والجزائر والمغرب) والتي كان تحت الاحتلال الفرنسي عن المشاركة ، وكانت مصر جمهورية بعد عام 1952م وكان أول رئيس لها اللواء محمد نجيب ، كما شاركت فلسطين بعد التقسيم وإنشاء الكيان الصهيوني على أرضها وحصلت 11 ميدالية منها 5 فضية ، و 6 برونزية.

وتأخر قيام دورة دمشق 1976م وهى الدورة الخامسة بعد تأخير كبير ، فقد كان من المقرر عقدها في ليبيا 1969م ولكن ليبيا طلبت تأخيرها لمدة عاماً لعدم اكتمال منشآتها الرياضية ثم اعتذررت نهائياً لقيام ثورة 1969م ، ثم تقدمت السودان بتنظيمها عام 1971م ولكنها اعتذررت لمشاكل مالية ، ثم طلبت سوريا تنظيمها 1974م ولكن حال تنظيمها حرب أكتوبر 1973م ،

وعقدتأخيرا فى دمشق 1976م وشارك فيها 11 دولة فقط ولم تشارك 8 دول منها مصر، واحتلت سوريا الترتيب العام بعدد 122 ميدالية متعددة منها 61 ذهبية ، كما احتلت السودان الترتيب الثالث بأكبر عدد لها من الميداليات فى المشاركات العربية بعدد 27 ميدالية منها 10 ذهبية.

ثم عقدت الدورة السادسة فى المغرب عام 1985م بعد غياب تسع سنوات كاملة ، وشارك فيها كل الدولة العربية لأول مرة وعدهم 21 دولة فيما عدا مصر التي قاطعها العرب لاتفاقية كامب ديفيد وعقدها معاها صلح منفردة مع الكيان الصهيونى ، كما شاركت فيها المرأة لأول مرة فى الدورات العربية فى سبع مسابقات فقط ، أما الرجال فنافسوا على 18 مسابقة ، وحصلت المغرب على الترتيب الأول ب 127 ميدالية متعددة منها 57 ذهبية ، وحصلت جيبوتي على ميدالية فضية لأول مشاركة لها فى الدورات العربية ، كما شاركت الصومال لأول مرة وحصلت على 5 ميداليات متعددة منها 4 فضية وواحدة برونزية.

وفى الدورة السابعة فى دمشق للمرة الثانية عام 1992م والتى غابت لمدة سبع سنوات بمشاركة 18 دولة عربية و14 مسابقة للرجال و5 للنساء فقط ، وعادت مصر للمشاركة فيها بعد قرار عودتها للجامعة العربية عام 1989م ، وشاركت اليمن لأول مرة موحدة ، كما لم تشارك العراق بسبب غزو الكويت ، ولم تشارك ليبيا بسبب الحظر الجوى عليها والصومال بسبب الحرب الأهلية ، وحصلت سوريا على المركز الأول ب 114 ميدالية متعددة منها 48 ذهبية بينما حصلت مصر على المركز الثانى بعد عودتها ب 96 ميدالية منها 36 ذهبية.

وللمرة الثانية تنظم بيروت الدورة الثامنة 1997م وحضرها 19 دولة عربية وغابت ثلاثة دول منهم العراق بسبب حرب الكويت والصومال بسبب استمرار الحرب الأهلية فيه ودولة جزر القمر العضو الجديد بالجامعة العربية ، وفازت مصر بالمركز الأول بعدد 190 ميدالية متعددة منها 92 ميدالية ذهبية ، كما لم تفز جيبوتي وموريتانيا بأى ميداليات لهما.

وكعادة العرب حيث يسيطر الخلاف السياسى على معظم الأحداث بينهم مما يؤثر على الرياضيين والذين ينتظرون لحظة المنافسة للإعلان عن أنفسهم وانجازاتهم ، ينظم الأردن الدورة التاسعة فى العاصمة عمان 1999م بعد عامين فقط من الدورة الثامنة ، وسميت دورة الحسين لموت الملك حسين فى نفس العام ، وقد شارك العراق فى الدورة مرة أخرى بعد غياب طويل مما أدى إلى انسحاب وفد الكويت من الدورة بعد مراسم الإفتتاح مباشرة ، وقد شاركت كل الدول العربية الـ 21 دولة بعد انسحاب الكويت وشاركت جزر القمر لأول مرة كما عادت

الصومال للمشاركة مرة أخرى ، وتنافسوا في 26 لعبة وانضمت لعبة كمال الأجسام للدورة العربية لأول مرة تحت ضغط مصر صاحبة الريادة في هذه اللعبة ، كما انضمت الشطرنج للعبة المنافسات والكيك بوكنج العنيفة ، والإسكواش والريشة ، رغم أن بعض هذه الألعاب لم ينضم إلى الألعاب الأولمبية العالمية ، وفازت مصر بالصدارة بأكبر عدد من الميداليات بعدد 264 ميدالية مرة واحدة وبعدد 107 ميدالية ذهبية ، كما فازت ليبيا وهي آخر دولة تحصل على ميداليات بأكبر عدد لها في المشاركات بـ 15 ميدالية برونزية واحتلت المركز السادس عشر ، رغم أن اليمن حصل على المركز الثالث عشر بـ 5 ميداليات فقط ولكن منها واحدة ذهبية ، ولم تحصل 5 دول على أي ميداليات.

وفي دورة الجزائر 2004 تم إضافة دورة ألعاب المعاقين وذوى الاحتياجات الخاصة للدورة لأول مرة ، وحدثت أزمة بين مصر والجزائر بسبب إضافة ميداليات الرياضيين المعاقين وزوى الاحتياجات الخاصة ضمن ميداليات الدورة مما أدى إلى فوز الجزائر بالدورة بعدد 171 ميدالية متنوعة منها 91 ذهبية ، وحلول مصر في المركز الثاني بعدد 127 ميدالية منها 81 ذهبية ، رغم فوزها بدوره الأصحاء ، وكانت أزمة استمرت لمدة طويلة إذا يسود التوتر المنافسات الرياضية بين مصر والجزائر وخاصة مباريات كرة القدم ، رغم أنهم دولتان عربيتان مسلمتان !!

وفي هذه الدورة أيضا تخلفت الرياضة الأولى في العالم العربي والدولى أيضا رياضة كرة القدم بعد اعتذار معظم الدول العربية للمشاركة فيها بسبب الخلاف التعصبي بين الدول وخاصة مصر والجزائر ، كما لم تقام لعبة كرة اليد أيضا ، كما كانت دورة الجزائر هي أول دورة يحضرها كل الدول العربية 22 دولة.

أما في دورة القاهرة 2007 وهي الدورة الحادية عشرة فقد حضرها أكبر عدد من الرياضيين فقد حضرها ما يقارب 8000 لاعب تقريبا وبمشاركة 22 دولة ولم يختلف أحد في هذه الدورة ، وأكبر تمثيل لمصر في الدورات فشاركت مصر بعدد 1268 رياضي ، وتنافسوا في 32 لعبة منها 5 لعبات غير أولمبية ، كما شاركت النساء بـ 20 لعبة ، وأربعة لعبات لزوى الاحتياجات الخاصة ، وفازت مصر بنصيب الأسد وأكبر عدد لها من الميداليات في كل الدورات فحصلت على 337 ميدالية متنوعة منها 148 ذهبية ، وفازت معظم الدول العربية بميداليات فيما عدا الدول التي تواجه مشكلات إما سياسية أو مالية وهم الصومال وجيبوتي وجزر القمر

وكالعادة موريتانيا ، بينما حصلت تونس على المركز الثاني بعدد 145 ميدالية متعددة بأقل من عدد ميداليات مصر الذهبية .

وأخيرا دورة الدوحة 2011م بقطر بمشاركة كل الدول العربية تنافسوا على 30 مسابقة ، واثنين لزوى الاحتياجات الخاصة وها ألعاب القوى وكرة الهدف (الجرس) ، بمشاركة 8000 رياضي تقريبا ، وكعادة العرب في الخلاف السياسي تم تعليق مشاركة سوريا للأحداث داخل سوريا ، كما دخلت الكرة الشاطئية لأول مرة في الدورات ، وكان أهم حدث فيها فوز اللاعب الفذ السباح التونسي العالمي أسامة الملولى وحده بخمسة عشرة ميدالية ذهبية وميدالية فضية ، وفازت مصر بالدورات بعدد 233 ميدالية متعددة منها 90 ميدالية ذهبية ، ولم تحصل دول الصومال وجزر القمر وكالعادة موريتانيا على أى ميداليات.

وكان من المقرر أن تقام الدورة القادمة وهى الثالثة عشرة فى عام 2015م فى بيروت ولكنها اعتذرت لظروفها السياسية المعقّدة ، وتنقل إلى المغرب التى اعتذرت هى الأخرى وتأجلت للمرة الثالثة إلى 2019م (ياترى مين يعيش !!!).

وهكذا من هذا العرض الطويل للدورات العربية نرى هذا الكم الكبير من الخلافات بين الدول العربية ومعظمها سياسية بالدرجة الأولى كما نرى هذا التخلف الحضاري والتأخير التكنولوجى الكبير فى معظم الدول العربية ، وهذه صورة مصغرّة من تأخر المسلمين فى كل العالم الإسلامي ككل ، واحتلال الدول الإسلامية ذيل القائمة فى الدورات الأولمبية أو كؤوس العالم المختلفة أو حتى البطولات الإقليمية مثل دورة الألعاب المتوسطية وغيرها.

العرب في الألعاب الأولمبية

لم تشارك أى دولة عربية في بداية الأولمبيات والتى بدأت أول دورة لها وهى دورة أثينا 1896م ، وأول مشاركة عربية كانت لمصر في دورة ستوكهولم 1912م أى الدورة الخامسة الأولمبية ، ولم تشارك أى دولة عربية غير مصر في هذه الدورة ، وقد شاركت مصر بلاعيب واحد وهو المبارز المصرى أحمد حسنى في مسابقة سلاح الشيش ، ولم يحصل على شيء.

وبعد توقف الدورات الأولمبية نتيجة الحرب العالمية الأولى وهى دورتى 1914م ودورتى 1918م ، وفي بداية العودة القوية للمشاركة في دورة 1928م حصل فيها المصرى سيد نصیر على أول ميدالية ذهبية لمصر والعرب في مسابقة رفع الأثقال لوزن خفيف الثقيل ، كما حصل

مواطنه مصطفى إبراهيم على ذهبية المصارعة الرومانية والتى تسمى أحيانا (اليونانية – الرومانية) فى وزن خفيف الثقيل ، بل وحصلت مصر كذلك على ميداليتين آخرين وكانت من نصيب لاعبها فى الغطس فريد سميكة وهما فضية فى المنصة الثابتة وبرونزية فى المنصة المتحركة ، أى تحصلت مصر على ذهبيتين وفضية وبرونزية بعدد أربع ميداليات.

ثم توالى المشاركات العربية والمصرية والحصول على بعض الميداليات ورغم قاتها على مستوى العرب إلا إن مصر تعتبر أكثر الدول العربية مشاركة ، وأقوى دولة عربية حتى الآن فى الحصول على أكبر عدد من الميداليات العربية ، فقد حصلت مصر منذ مشاركتها الأولى فى دورة ستوكهولم 1912م حتى دورة لندن 2012م على سبع ذهبيات وتسعة فضيات وعشرة برونزيات بإجمالي 26 ميدالية .

وجمع العرب كلهم منذ بداية المشاركة الأولى لهم عن طريق مصر فى دورة ستوكهولم 1912م حتى دورة لندن 2012م على 23 ذهبية و24 فضية و47 فضية بإجمالي 94 ميدالية. وكانت لبنان ثانى دولة عربية فى الحصول على ميدالية أولمبية فى دورة هلسنكى 1952 حيث حصل لاعبها زكريا شهاب على فضية المصارعة الرومانية للوزن الوسط.

ثم تلتها المغرب فى دورة روما 1960م بلاعبها رضى عبد السلام بتتويجه بفضية سباق الماراثون ، وكذلك شارك المغرب العراق فى حصول لاعبه عبد الواحد عزيز على بونزية رفع الأثقال للوزن الخفيف .

ثم تونس فى دورة طوكيو 1964م وأحرزت ميداليتان أحدهما للاعبها محمد القمودى بفضية سباق 10 آلاف متر والأخرى لحبيب غالية ببرونزية الملاكمة لوزن خفيف الوسط . وقد شاركت السعودية لأول مرة فى هذه الدورة بوفد إدارى فقط دون رياضيين.

وعاد التونسي محمد القمودى مرة أخرى فى دورة مكسيكو 1968م ليحصل على أول ذهبية لتونس وله فى سباق 5 آلاف متر وحصل أيضا على برونزية سباق 10 آلاف متر ، ثم عاد هذا اللاعب الفذ ليحصل على فضية سباق 5 آلاف متر فى دورة ميونخ 1972م ، ليكون أول لاعب عربى يشارك فى ثلاثة دورات ويحصل على ميداليات فقد حصل على ذهبية وفضية وبرونزيتين.

وفى دورة لوس أنجلوس 1948م تحصل العداءة المغربية نوال المتوكى على أول ذهبية للمرأة العربية فى ألعاب القوى فى سباق 400 متر حواجز وهى أول ذهبية للمغرب ، ويلحق بها زميلها سعيد عويطة بذهبية فى سباق 5 آلاف متر .

وتلحق سوريا بركب الميداليات ليحرز لاعبها جوزيف عطية وإن كان غير مسلم على فضية المصارعة الرومانية في نفس الدورة .

وتدخل الجزائر السباق بحصولها على أولى ميدالياتها في دورة سول 1988م ببرونزيتين في الملاكمة للاعبها محمد زادى ومصطفى موسى ، وتلحق بها جيوبوتي بلاعبها أحمد صالح ويتوج ببرونزية سباق الماراثون.

وفي دورة برشلونة 1992م تتحقق لدول الخليج أول ميداليتها عن طريق اللاعب القطري محمد سليمان بفوزه ببرونزية سباق 1500متر، وتحصل اللاعبة الجزائرية حسيبة بولمرقة على ثانية الميداليات للمرأة العربية بذهبية سباق 1500متر وأول ميدالية ذهبية للجزائر.

ثم في دورة 1996م تحصل ثالث إمرأة عربية على ذهبية السباعي وكانت من نصيب اللاعبة السورية غادة شعاع ، وأول ميدالية ذهبية لسوريا ، كما تحصل الجزائر على ذهبيتين لنور الدين مرسلى في سباق 1500متر ، والملامك حسين سلطانى في الوزن الخفيف. وكانت دورة سيدنى 2000 أفضل مشاركة عربية من حيث عدد الميداليات فقد حصل العرب على 14 ميدالية ، منها واحدة ذهبية وثلاث فضيات وعشر برونزيات.

وتدرك السعودية الركب بحصول لاعبها هادى صواعان على أول ميدالياتها وهى فضية سباق 400 متر حواجز ، وزميله خالد العيد ببرونزية قفز الحواجز فى الفروسية. وكذلك تلحق بها الكويت فى نفس الدورة بحصول لاعبها على أول ميدالياتها وهى برونزية الحفرة المزدوجة للاعبها فهيد الديحانى.

ورغم ذلك التألق العربى فى هذه الدورة لم تحصل مصر على أى ميدالية !!!! وتسجل دورة أثينا 2004م أكبر عدد من الميداليات الذهبية فى تاريخ المشاركات العربية، ويحققها الاعب المغربي هشام الكروج بميداليتين فى مسافتي 1500، 5000متر ليدخل التاريخ الأولمبي حيث أنه ثانى لاعب فى تاريخ الأولمبيات يجمع ذهبيتين هاتين المسافتين. ثم تدخل الإمارات العربية سباق الميداليات بحصول لاعبها الشيخ أحمد بن حشر آل مكتوم على أول ذهبية لها فى لعبة الحفرة المزدوجة للرمادة.

وتذهب الرابعة للاعب مصر المصارع كرم جابر فى وزن 96 كجم فى المصارعة الرومانية ، وتحقق مصر عودا حميدا لسباق الميداليات بعد صيام وتحقق خمسة ميداليات منها واحدة ذهبية وفضية وثلاث برونزيات.

ولولا تعاطى اللاعب البحرينى رشيد رمزى المنشطات للحقت البحرين بقطار الميداليات العربية الضعيف فى دورة بكين 2008م فى سباق 1500متر ، ولكن يحقق العرب أول ذهبية لهم فى السباحة عن طريق لاعب تونس أسامة الملولى فى سباق 1500متر حرة . وتحقق السودان فى هذه الدورة أول ميداليتها الفضية بلاعبها إسماعيل أحمد فى سباق 800 متر فى ألعاب القوى.

أما فى آخر دورة فى لندن 2012م وقد مر 100 عام على بداية المشاركات العربية ، حصل العرب على 12 ميدالية متنوعة لتكون ثانى أفضل الدورات من حيث عدد الميداليات وثالث دورة من حيث الذهب ، فقد حصلوا على ذهبيتين أحدهما للتونسى أسامة الملولى والثانية له فى نفس السباق 1500متر حرة ، والذهبية الأخرى من نصيب الجزائر توفيق مخلوفى فى سباق 1500متر عدو ، وبذلك حصل الملولى على إجمالى 5 ميداليات اثنين ذهبية وثلاث برونزية فى مشاركاته الأولمبية كلها.

وتحصل التونسية حبيبة الغريبي على الفضية ولكن تم تعديل الميدالية للذهبية بعد ثبوت تعاطى الاعبة صاحبة الذهبية للمنشطات ، وهى أول بطلة ذهبية تونسية ، وبذلك حصل العرب على ثالث ميداليات ذهبية.

وتعود البحرين للواجهة مرة أخرى بفوز مستحق للاعبتها مريم جمال ببرونزية سباق 1500متر وهذه المرة بدون منشطات.

ويكون إجمالى حصيلة العرب كلهم بعدد 22 دولة وحوالى أكثر من 300 مليون نسمة وبعد مرور 100 عام على مشاركتهم فى الأولمبيات هو 96 ميدالية متنوعة من 11 مسابقة رياضية وهى أقل من نصيب أي دولة متقدمة واحدة ، حيث حصلت الولايات المتحدة الأمريكية على 104 ميدالية متنوعة منها 46 ذهبية فى دورة لندن 2012.

بل حصل الفتى الذهبى ومعجزة الولايات المتحدة بل البشرية كلها الرياضى الفذ مايكل فيليپس وحده على 23 ذهبية فى أربعة مشاركات منذ دورة أثينا 2004م ودورة بكين 2008م ودورة لندن 2012م ودورة ريو دي جانiero 2016م ، ومن العجيب فى هذا الفتى الذهبى أنه شارك أيضا فى دورة سيدنى 2000م ولم يفز بأى ميدالية وكان عمره 15 عام آنذاك . وقد تم صناعة هذا البطل بعلم وجهد كثير من العلماء فى جميع المجالات الطبية والرياضية والنفسية والإجتماعية ولم تأتى بالصدفة أو المهارة الفردية فقط.

تحليل على مشاركات العرب في الدورات الأولمبية في 100 عام (1912-2012).

- 1- لم يفز العرب في تاريخ مشاركتهم بأى لعب جماعية واحدة ، وهذا يدل على انعدام التجانس والتواافق والشراكة بين اللاعبين أو الدولة.
- 2- عدد الميداليات العربية ككل 94 ميدالية فقط منها 23 ميدالية ذهبية (نفس عدد ميداليات الذهب للسباح مايكل فيليبس) ، 24 فضية ، 47 برونزية .
- 3- كل الميداليات التي حصلوا عليها كانت في الألعاب الفردية فقط.
- 4- عدد الألعاب الفردية التي فازوا فيها كانت في 11 رياضات فقط.
- 5- أول الدول العربية كانت مصر في دورة ستوكهولم عام 1912م.
- 6- أكبر دولة حاصلة على ميداليات هي مصر بـ 26 ميدالية متنوعة منهم 7 ذهبية و 9 فضية و 10 برونزية ، وأخر ميدالية ذهبية كانت في دورة أثينا 2004م.
- 7- أول ميدالية ذهبية للعرب كانت من نصيب اللاعب المصري سيد نصیر بذهبية رفع الأثقال بوزن خفيف الثقيل.
- 8- أول لاعب عربى شارك في الأولمبيات كان لاعب سلاح الشيش المصرى أحمد حسنى في دورة ستوكهولم 1912 م ، ولم يفز بأى ميدالية.
- 9- أول لاعب يفوز بأكثر من ميدالية في دورة واحدة هو اللاعب المصري فريد سميكة في دورة أمستردام 1928 بميداليتين في الغطس فضية وبرونزية.
- 10- أكثر لاعب حصولا على ميداليات هو اللاعب التونسي محمد القمودي بـ 4 ميداليات وهي ذهبية وفضية وبرونزية في رياضة المسافات الطويلة 5 ألف متر ، 10 ألف متر ، وفي ثلاثة دورات أولمبية 1946 ، 1968 ، 1972 م.
- 11- أول امرأة عربية ومسلمة من دولة ذات أغلبية مسلمة تحصل على ميدالية ذهبية هي المغربية نوال المتوكل في سباق 400 متر حواجز في دورة لوس أنجلوس 1948م
- 12- اللاعب المغربي هشام كروج حصل على أكبر عدد من الميداليات الذهبية في دورة واحدة في سباق 1500 م ، 5000 م في دورة أثينا 2004م.
- 13- أول ميدالية ذهبية لدول الخليج كانت من نصيب الرامي الإماراتي الشيخ أحمد بن حشر آل مكتوم في مسابقة الحفرة المزدوجة في الرماية في دورة أثينا 2004م.

- 14- أول ميدالية ذهبية للجزائر كانت من إمرأة وهى حسيبة بولمرقة فى سباق 1500م فى دورة برشلونة 1992م.
- 15- أول ميدالية ذهبية لسوريا الوحيدة لها كانت من إمرأة وهى غادة شعاع فى مسابقة السباعية فى دورة أتلانتا 1996م.
- 16- فى دورة سيدنى 2000م حصل العرب على ميدالية ذهبية واحدة وكانت من نصيب إمرأة وهى الجزائرية نورية مراح بنيدة فى سباق 1500م.
- 17- أكثر إمرأة حاصلة على ميداليات هى المغربية حسناه بنحسى بعدد 2 ميدالية وهى فضية وبرونزية فى سباق 800 متر فى دورتى أثينا 2004م ، بكين 2008م.
- 18- عدد الدول العربية الحاصلة على ميداليات هم 13 دولة فقط من 22 دولة ، أكبرهم عددا هى مصر بـ 26 ميدالية وأحدثهم البحرين بميدالية برونزية واحدة.
- 19- عدد الدول العربية الحاصلة على ميداليات ذهبية هم 7 دول فقط ، 7 مصر ، 5 المغرب ، 5 الجزائر ، 3 تونس ، وسوريا واحدة والسودان واحدة والإمارات واحدة .
- 20- أكبر عدد من الميداليات فى مسابقة هى من نصيب ألعاب القوى بعدد 38 ميدالية منهم 12 ذهب ، و11 فضة ، 15 برونز ، وأقلهم رياضة التايكوندو ببرونزية واحدة للاعب مصر تامر بيومى فى وزن 58 كجم فى دورة أثينا 2004م.
- 21- أفضل أخلاق نالها اللاعب المصرى محمد على رشوان الذى فاز بفضية الجودو والذى رفض أن ينال من اللاعب اليابانى المصاب بطل العالم فى الجودو وكانت هذه المباراة مباراة إعتزال اللاعب اليابانى الذى أصيّب فى المباراة السابقة وكان من السهولة فوز المصرى بالذهبية ولكن أخلاقه منعه من استغلال ذلك .
- 22- من العجيب أن مصر شاركت فى دورة الألعاب الشتوية فى دورة سارايبيفو بجمهورية يوغسلافيا الاشتراكية الإتحادية 1984م وهى الدولة العربية الوحيدة المشاركة فيها ، وكان التمثيل شرفيا ، وهى من الدول الدفيئة والتى لا ترى الثلوج على أرضها إلا نادرا.

والخلاصة أن الإسلام لا يمانع بل ويشارك فى التجمعات البشرية ويحث عليها ويدعو المسلمين للمشاركة فيها ، ولكن بضوابط الإسلام وشرائعه التى ذكرنا قبل ذلك بالتفصيل من حيث المحافظة على العقيدة والأخلاق الإسلامية ، وتطبيق المعاملات الإسلامية فى المشاركات المجتمعية والدولية ، لا أن يشارك الرياضيون المسلمون غيرهم فيما يخالف عقيدتهم أو يخالف

أخلاقهم ، لأن هذا يحفظ للمسلمين دينهم وتكون وسيلة سلسة للدعوة إلى الله بالقدوة الحسنة والأخلاق الطيبة والسلوك الحسن ، الذي يتميز به المسلم من خلال تطبيقه لتعاليم دينه في قرآن وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم ، حيث يأمرنا ويحثنا ربنا سبحانه وتعالى إلى الدعوة إلى دين الله بالعقل والدعوة السمحاء فقال " ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلُهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ".

وقوله تعالى " وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيَكُفِرْ " .

وكذلك موقف الإسلام من المشاركات الدولية الأخرى القائمة والتي يستحدثها البشر في مشوار تقدمهم المستمر من بطولات العالم وكأس العالم في الرياضات والألعاب المختلفة مادامت لا تتعارض مع تعاليم الإسلام ، فمن هذه البطولات والمسابقات يتعلم المسلمون من غيرهم ، ويتم تبادل الخبرات والعلوم ليتعلم المسلمون ويحاولون اللحاق بركب الحضارة السريع ، وكذلك كما ذكرنا هي فرصة سانحة للدعوة إلى الله ودين الإسلام بالحكمة والمواعظ الحسنة كما أمرنا الله سبحانه وتعالى في قرآن المحفوظ إلى يوم الدين .

الباب الخامس

الرِّياضَةُ

الْتَّرْوِيْجِيَّةُ

(تسهم التربية الترويحية في شعور الفرد بالسعادة والسرور الناتجان من ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ فضلاً عن تنمية القدرات في إصدار القرارات ولما تهئه من حرية في اختيار نوعية النشاط الذي يمارسه الفرد في وقت فراغه).³⁴²

(إذا نظرنا إلى المناهج الدراسية المطبقة حالياً نجد أن التربية الترويحية تسهم في فاعليتها بصورة ضئيلة ، فإذا نظرنا إلى منهج التربية الفنية ، والتي تعد الإطار التربوي الثقافي للفنون التشكيلية والتي تتضمن الرسم والتصوير فهي تستمد حيويتها من تعدد الأنشطة الفنية التي تتسم بالمرنة والتنوع ، وإذا نظرنا إلى منهج التربية الرياضية فهي تعمل على تنمية اللياقة البدنية وتهدف إلى تذوق الألعاب والرياضات المختلفة التي تمكن الطالب من ممارستها في وقت فراغه إلى أن تصبح عادة سلوكية عند الكبر ، ومناهج التربية الدينية تهدف إلى تعليم قواعد الأديان والتعرف على الخالق ، والتربية الوجدانية التي تعد أحد أهداف التربية الترويحية والتي تتبع من خلال الخالق عن طريق الطبيعة التي خلقها الله عز وجل .

وعلى هذا فإن التربية الترويحية لها مكانتها في كل فروع الدراسة سواء كانت علوماً إنسانية أو طبيعية كما تعتمد اعتماداً كبيراً على تنمية التزوق وزيادة المعلومات والمعارف أثناء الممارسة العلمية الإيجابية لأنشطة التربية الترويحية المتنوعة).³⁴³

(كما أرتبطت الرياضة ومفهوم القوة واللياقة البدنية ، سواء كانت القوة البدنية المتمثلة في قوة الجسم للإنسان وعضلاته أو القوة النفسية للرياضي المتمثلة في إرادته وعزيمته وروحه المعنوية ، وفي ضوء ذلك نجد أن الإسلام حثنا على المراوحة بين الحقوق لأن تكسب المسلم نشطاً وسروراً وارتباطاً مع القصد الحسن والنية الخالصة بأن تكون هذه المراوحة من أنماط العبادة ينال عليها المسلم حسن المثوبة كما يمتع حياته بالحظوظ المنشورة).³⁴⁴

(إن السر في نجاح الإطار الإسلامي في الحياة اليومية الإسلامية ونشاطاتها هنا هو التربية والنظام والإجراءات التي تبني اليوم السليم ، وأن ملء الحياة الاجتماعية الإسلامية لابد لها من تربية الأساس العقائدي ، ولا بد لها من تنظيم مجرى الحياة اليومية على أساس تصور

³⁴² الترويج وأوقات الفراغ د/أمين أنور الخولي ، د/كمال درويش.

³⁴³ الترويج في الرياضة د/ باسم التهامي .

³⁴⁴ الرياضة والحضارة الإسلامية د/ أmin أنور الخولي .

متطلبات هذه القيم والتصورات والعقائد ، وإذا كانت غاية الحياة الإسلامية الفردية والاجتماعية هي الأداء والتفاعل في هذه الحياة من خلال التصرف الإرادي لتحقيق سعادة الدارين .
لذلك فإن التربية الترويحية سيكون لها جوانب نفسية وروحية ومادية كلا منها يحقق الفوائد والخبرات والمعلومات الازمة لتسهيل الحياة الاجتماعية .

فال التربية الترويحية في حياة المسلم تأخذ أبعاد نفسية وروحية ومادية كما أن الغاية من هذا التنوع من مقاومة روتين الحياة ومن خلال هذا التنوع يتم الإستجابة والتنشيط للكيان النفسي والروحي من خلال النشاطات والممارسات العبادية وذكر الله مما يعطي الحياة الإسلامية المزيد من النشاط الإيجابي ويدفع إلى تنمية الشخصية الإسلامية واكتسابها الخبرات المختلفة التي تسهم بصورة متكاملة في بناء الشخصية السوية)³⁴⁵ .

وعن ابن مسعود رضي الله عنه قال: (إن للقلوب شهوة وإقبالاً وفترة وإدباراً فخذوها عند شهوتها وإقبالها ، وذروها عند فترتها وإدبارها)³⁴⁶ .

وروى عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه أنه قال: إن للقلوب نشاطاً وإقبالاً وإن لها تولية وإدباراً فحدث القوم ما أقبلوا عليك)³⁴⁷ .

وقال ابن مسعود رضي الله عنه (وفي صحف ابراهيم وعلى العاقل أن يكون له ثلاثة ساعات ، ساعة ينادي فيها ربه ، وساعة يحاسب فيها نفسه ، وساعة يخل في فيها بين نفسه وبين لذاتها فيما يحل ويعمل ، فإن هذه الساعة عنون له على سائر الساعات)³⁴⁸ .

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " روحوا القلوب ساعة وساعة " .³⁴⁹

وقال السيوطي في شرح هذا الحديث (أي أريحوها ببعض الوقت من مكابدة العبادات بمباح ولا عقاب فيه ولا ثواب ، وقال أبو الدرداء : إن لأجم فؤادي (أريحة) ببعض الباطل)
أى اللهو الجائز) لأنشط للحق ، وقال علي (أجموا هذه القلوب فإنها تمل كما تمل الأبدان)³⁵⁰ .
وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من أفضل العمل إدخال السرور على المؤمن " .³⁵¹

³⁴⁵ عبد الحميد عبد المحسن عبد الحميد : محاضرة الترويح والشخصية الإسلامية الرئيسة العامة لرعاية الشباب جدة 1983.

³⁴⁶ الزهد والرقائق لابن المبارك (1311).

³⁴⁷ بستان العارفين للسمرقندى ، والأداب الشرعية لمحمد بن مفلح للمقدسى (100/2).

³⁴⁸ الأداب الشرعية والمنج الرابانية لمحمد بن مفلح المقدسى (100/2).

³⁴⁹ عن أنس بن مالك قال العجلوني في كشف الغاء (1400) رواه الديلمي مرفوعاً وأبو نعيم والقضاعي وقال حسن في مسند الشهاب وقال يشهد له ما في صحيح مسلم وغيره من حديث ياحنظلة ساعة وساعة ، وكذلك قال السخاوي في المقاصد الحسنة (275) ، وأخرجه أبو داود في المراسيل عن محمد بن شهاب الزهرى (149) ، والمناوي في فيض القدير في شرح الجامع الصغير (4484).

³⁵⁰ رواه المناوي في فيض القدير شرح الجامع الصغير (4484) ، الخرائطى في مكارم الأخلاق (1/236) ، والعجلوني في كشف الغاء (1400).

³⁵¹ عن محمد بن المنكدر ورواه البيهقى مرسلًا في شعب الإيمان (62607) وقال الألبانى صحيح فى صحيح الجامع (5897) .

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إن لربك عليك حق ، وإن لنفسك عليها حق ،
ولإلهك عليك حق ، فأعطي كل ذي حق حقه ".³⁵²

وعن إبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال " إن هذا الدين يسر ،
ولن يشد الدين أحداً إلا غلبه فسدوا وقاربوا وأبשו واستعينوا بالغدوة والروحه وشيء من
الدلجة ".³⁵³

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة
والفراغ ".³⁵⁴

وكتب الإمام السيوطي (من تأمل هدى النبى صلى الله عليه وسلم وجده أفضلاً هدى يمكن
حفظ الصحة به ، فإن حفظهما موقوف على حسن تدبير المطعم والمشرب والملبس والمسكن ،
والهواء والنوم واليقظة والحركة والسكنون).³⁵⁵

وقال تعالى " وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطَا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونُ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا ".³⁵⁶

فوسطية الإسلام في كل شيء ، في العبادات والمعاملات وفي الترفيه والترويح بلا إفراط
ولا تفريط .

موقف الإسلام من الرياضة الترويحية :

(إن الإسلام لا يقف في وجه الطاقة البشرية أو يصدر نشاط الإنسان في حالته السوية ،
 فهو دين الفطرة التي لا تكلف فيها ولا ادعاء).³⁵⁷

(والإسلام دين واقعي لا يحلق في أجواء خيال المثالية الواهمة ، ولكنه يقف مع الإنسان
على أرض الحقيقة والواقع ، ولا يعامل الناس كأنهم ملائكة ، ولكنه يعاملهم بشراً يأكلون الطعام
ويمشون في الأسواق ، لذلك لم يفرض على الناس - ولم يفترض فيهم - أن يكون كل كلامهم ذكرًا
، وكل صمتهم فكراً ، وكل سماعهم قرآنًا ، وكل فراغهم في المسجد ، وإنما اعترف بهم

³⁵²أبو الدرداء ورواه البخارى في صحيحه (320)، وابن حبان في صحيحه (6139)، 1968.

³⁵³رواه البخارى في الجامع الصحيح (39) والنمسائى وقال الألبانى صحيح في صحيح النمسائى (5049).

³⁵⁴عن ابن عباس ورواه البخارى (6412)، والترمذى وأحمد، وقال أبو حمزة ثاشر صحيح في مسند أحمد (5/74) و قال الألبانى صحيح
في صحيح (الجامع) (6778) وابن ماجه (3380) والترمذى (2304)).

³⁵⁵الطب النبوى للسيوطى.

³⁵⁶سورة البقرة الآية 143.

³⁵⁷الترويح في الرياضة للدكتور باسم التهامى .

وبفطرهم وغرائزهم التي خلقهم الله عليها ، وقد خلقهم سبحانه يفرحون ويمرحون ، ويضحكون ويلعبون ، كما خلقهم يأكلون ويشربون وينامون ، ولكن ساعة وساعة .

ولقد بلغ السمو الروحي ببعض أصحاب النبي صلي الله عليه وسلم مبلغاً ظنوا معه أن الجد الصارم ، والتعبد الدائم لابد أن يكون دينهم ، وأن عليهم أن يديروا ظهورهم لكل متع الحياة ، وطبيات الدنيا ، فلا يلهون ولا يلعبون ، بل تظل أبصارهم مشدودة إلى السماء ، وأفكارهم متوجهة إلى الآخرة ومعانيها ، بعيدة عن الحياة ولهوها ، وتظل أعينهم من خشية الله دامعة ، وقلوبهم من ذكر الله خاشعة ، وأفكارهم إلى الله ضارعة ، فإذا تخلوا عن هذه الحال الربانية الراقية بعض الأوقات اتهموا أنفسهم بالتفاق.

فقد روى حنظلة بن حذيم الحنفي (لقيني أبو بكرٍ ، فقال: كيف أنت؟ يا حنظلة قال: فُلُثْ: نافق حنظلة ، قال: سُبْحَانَ اللَّهِ مَا تَقُولُ؟ قال: فُلُثْ: نَكُونُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، يُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ ، حَتَّى كَانَا رَأَيْ عَيْنِ ، فَإِذَا حَرَجْنَا مِنْ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، عَافَسْنَا الْأَرْوَاحَ وَالْأُوْلَادَ وَالضَّيْعَاتِ ، فَسَبَبْنَا كَثِيرًا ، قال أبو بكرٍ: فَوَاللَّهِ إِنَّا لَنَقَى مِثْلَ هَذَا ، فَأَطْأَفْتُ أَنَا وَأَبُو بَكْرٍ ، حَتَّى دَخَلْنَا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فُلُثْ: نافق حنظلة ، يا رَسُولَ اللَّهِ ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَمَا ذَاك؟ فُلُثْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ ، نَكُونُ عِنْدَكَ ، يُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ ، حَتَّى كَانَا رَأَيْ عَيْنِ ، فَإِذَا حَرَجْنَا مِنْ عِنْدَكَ ، عَافَسْنَا الْأَرْوَاحَ وَالْأُوْلَادَ وَالضَّيْعَاتِ ، نَسَبْنَا كَثِيرًا فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ إِنْ لَوْ تَدُومُونَ عَلَى مَا تَكُونُونَ عِنْدِي ، وَفِي الذِّكْرِ ، لَصَافَحْتُكُمُ الْمَلَائِكَةَ عَلَى فُرْشَكُمْ وَفِي طُرُقِكُمْ ، وَلَكُنْ يَا حنظلة سَاعَةً وَسَاعَةً ثَلَاثَ مَرَاتٍ).³⁵⁸

واقتباساً من هذا الحديث أخذ الناس مثلهم القائل: ساعة لقلبك، وساعة لربك. ولكن الإسلام يضع أمام النشاط الإنساني معلم يستهدي بها ، سواء كان النشاط رياضي أو فني أو إجتماعي ، ويبصره بالحقائق لتتصبح الصورة بعيدة عن الوهم ، فلا يتركه يهيم في أودية أو تيه في مهالك تؤدي بدنياه وأخراه عن الغاية التي من أجلها استخلف الله سبحانه الإنسان وحمل رسالة الحياة.

وفي هذا الجانب فقد أجاز الإسلام النشاط الترويحي الذي يعين الإنسان على تحمل مشاق العمل وجد الحياة ، شريطة لا تتعارض هذه الأنشطة الترويحية مع القيم والمبادئ الإسلامية ، أو تتسبب في أن تشغل الأفراد عن واجباتهم وعبادتهم .

³⁵⁸ رواه مسلم في صحيحه(2750)، وقال الألباني صحيح في (صحيح الترمذى(2514، وغایة المرام(373)).

ومن نظر في النصوص الجزئية للشريعة: لم يجد في مُحكم القرآن الكريم، ولا في صحيح السنة النبوية: ما يحظر اللهو واللعب ، إلا ما صاحبه أمر محرم شرعاً ، أو أدى إلى مفسدة محقة أو مرجحة ، ومن نظر في النصوص العامة للشريعة التي تنبئ عن مقاصدتها الكلية وجدها تبيح الطبيات ، وتحرم الخبائث.

ويقول ربنا سبحانه وتعالى " قُلْ مَنْ حَرَمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ " ³⁵⁹ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمُ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُعَصِّلُ الْأَيَّاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ ³⁶⁰ والطبيات ليست أمراً خاصاً بالأموال، كما يتصور بعض الناس ، بل منها ما يتعلق بالملبوسات والمرئيات والمسنونات والمشمومات ، مما تستطيه وتتلذذ به الحواس المختلفة من البصر والسمع والشم والذوق واللمس وغيرها.

بل نجد في نصوص القرآن ما يدل على شرعية اللهو، كما في قوله تعالى: " وَإِذَا رَأَوْا تِجَارَةً أَوْ لَهْوًا افْضُلُوا إِلَيْهَا وَتَرَكُوكَ قَائِمًا قُلْ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ مِّنَ اللَّهُ وَمِنَ الْتِجَارَةِ " ³⁶⁰ فعطف التجارة على اللهو ينبي بأنهما في المشروعية سواء ، وإنما الذي ذمه الله تعالى: هو انشغالهم باللهو والتجارة عن رسول الله صلى الله عليه وسلم وذلك حين تأتي القافلة محملة بالبضائع ، وما يصاحبها من الطبل والغناء واللهو، فينفضون إليها ويتربكونه في المسجد قائماً. كما نجد في نصوص السنة: أن النبي صلى الله عليه وسلم أذن للحبشة أن يرقصوا بحرابهم في مسجده ، وأذن لعائشة أن تنظر إليهم وهي متعلقة به ، كما سمح للجاريتين أن تغريا وتضرجا بالدف في بيت عائشة ، وكان موجوداً ، وذلك في يوم عيد مطر ذلك بقوله: " لَتَعْلَمَ يَهُودَ أَنْ فِي دِينِنَا فَسْحَةٌ ، إِنِّي أَرْسَلْتُ بِحَنِيفَيَةَ سَمْحَةٍ " ³⁶¹.

وكان عليه الصلاة والسلام يمزح مع زوجاته ، ومع أصحابه ، ولا يقول إلا حقاً ، وكان أصحابه على نهجه يمزحون ويتضاحكون ، ومنهم من يبتكر (المقالب) لزملائه ورفاقه ، مما لا يكاد يصدقه من يقرؤه الآن.

وقد أباح الإسلام الترويح عن النفس في أوقات الفراغ والأعياد والأعراس ، فعن عامر بن سعد قال: " دخلت على قرظة بن كعب وأبي مسعود الأنصاري في عرس فإذا جوار يغنين ،

.359 سورة الأعراف الآية 32

.360 سورة الجمعة الآية 11

.361 سبق تخرجه ص 66

فقلت : أنتما صاحبا رسول الله صلى الله عليه وسلم ومن أهل بدر ، يُفعل هذا عندك ؟ ف قالا :
إجلس إن شئت فاستمع معنا وإن شئت فاذهب ، فقد رخص لنا اللهو عند العرس".³⁶²
وقد روي الأصمعي أنه رأى امرأة في الباية، قامت فصلّت صلاة متقنة مطمئنة، فلما
فرغت من الصلاة وقفت أمام المرأة تتجمّل وتتزين. فقال لها الأصمعي: أين هذا من هذا؟
فأنشدت تقول: والله مني جانب لا أضيّعه وللهو مني والبطالة جانب! قال: فعرفت أنها امرأة ذات
زوج تتجمّل له، وتحبّ إليه.

ومن الحكم المأثورة: ينبغي ألا يكون العاقل ظاعناً إلا لثلاث: مرمة لمعاش ، أو تزود
لمعاد ، أو لذة في غير حرم .

والمثل الإنساني الأعلى، والأسوة الإنسانية المثلثي في ذلك هو الرسول الخاتم محمد ، فقد
كانت حياته صلى الله عليه وسلم مثلاً رائعاً للحياة الإنسانية المتكاملة .

فهو في خلوته يصلي ويطيل الخشوع والبكاء حتى تدور قدماه ، وهو في الحق لا يبالي
بأحد في جنب الله ، ولكنه مع الحياة والناس بشر سوّي ، يحب الطيبات ، ويبش ويبتسم ،
ويداعب ويمرح ، ولا يقول إلا حقاً.

كان صلى الله عليه وسلم يحب السرور وما يجلبه ، ويكره الحزن وما يدفع إليه من ديوان
ومتابع ، ويستعيد بالله من شره ، وكان صلى الله عليه وسلم يدعو : " اللهم إني أعوذ بك من
الهم والحزن ".³⁶³

وما يروي عنه من قوله صلى الله عليه وسلم " لست من دد ولا الدد مني ".³⁶⁴
ومعنى الدد قال عليّ بن المديني سأله أبا عبيدة صاحب العربية عن هذا قال يقول لست
من الباطل ولا الباطل مني ، وقال أبو عبيدة القاسم بن سلام الدد هو اللعب واللهو³⁶⁵، فهو حديث
ضعيف ، لا يبني عليه حكم ، على أنه لو سلم بثبوته لكان معناه: أن أعباء الرسالة، وهموم الدعوة
والأمة، وإقامة دين الله في الأرض، ومواجهة الجبهات المعادية لدعوته من الوثنيين واليهود
والمنافقين وغيرهم، لم تترك له مجالاً للهو في حياته، وهذا لا يستلزم تحريم اللهو واللعب.

³⁶² رواه النسائي وصححه الحاكم(2752)، وقال الألباني حسن في صحيح النسائي عن عامر بن سعد(3383)، وفي رواية لأبي مسعود البدرى وقرظة بن كعب قال الألباني فيها صحيحة في مشكاة المصابيح(3094).

³⁶³ عن أبي سعيد الخدري رواه أبو داود وقال الألباني ضعيف في ضعيف أبي داود(1555).

³⁶⁴ عن أنس بن مالك رواه الإمام البخاري في الأدب المفرد والبيهقي في الأوسط(132/1)، وقال الفيisanى فيه أبو زكير يحيى بن محمد ضعيف في ذخيرة الحفاظ (4/1936)، وضعفه الألباني في ضعيف الأدب المفرد(122) وضعيف الجامع في روايتي أنس ومحاوية(4673، 4673).

³⁶⁵ البيهقي في السنن كتاب الشهادات .

وهذا كما يقول أحدها: أنا لا أعرف الإجازات ، فلا يعني هذا: أن الإجازات محظورة ، ولكن معناه أن ظروفه لا تسمح له بالإجازات.

وكذلك كان أصحابه الطيبون الطاهرون ، يمزحون ويضحكون ويلعبون ويتدرون ، معرفة منهم بحظ النفس ، وتلبية لنداء الفطرة ، وتمكينا للقلوب من حقها في الراحة والله البريء لنتكون أقدر على مواصلة السير في طريق الجد ، وإنه لطريق طويل. قال علي بن أبي طالب رضي الله عنه - أجمعوا - أرجوا - هذه القلوب فاطلبوا لها طرائف الحكمة، فإنها تمل كما تمل الأبدان.³⁶⁶

والإسلام بوصفه دين الفطرة لا يتصور منه أن يصدر نزوع الإنسان الفطري إلى الضحك والمرح والانبساط ، بل هو على العكس يرحب بكل ما يجعل الحياة باسمة طيبة ، ويحب لل المسلم أن تكون شخصيته متفاولة باشة ، ويكره الشخصية المكتتبة المتطرفة ، التي لا تنظر إلى الحياة والناس إلا من خلال منظار قاتم أسود.

علي أن حاجة الإنسان السوي إلى الله حاجة فطرية ، ولقد قال الإمام الغزالى عنمن قال: إن الغناء لهو ولعب بقوله: (هو كذلك ، ولكن الدنيا كلها لهو ولعب... وجميع المداعبة مع النساء لهو، إلا الحراثة التي هي سبب وجود الولد ، وكذلك المزح الذي لا فحش فيه حلال ، نقل ذلك عن رسول الله صلى الله عليه وسلم وعن الصحابة.

وأي لهو يزيد على لهو الحبسة والزنوج في لعبهم ، فقد ثبت بالنص إياحته.

علي أنني أقول: الله مرؤوح للقلب، ومحف عنه أعباء الفكر، والقلوب إذا أكرهت عميت ، وترويحها إعانة لها على الجد ، فالمواظب على التفكير مثلا ينبغي أن يتعطل يوم الجمعة لأن عطلة يوم تساعد على النشاط في سائر الأيام ، والمواظب على نوافل الصلوات في سائر الأوقات ينبغي أن يتعطل في بعض الأوقات ، ولأجله كررت الصلاة في بعض الأوقات ، فالعلطة معونة على العمل ، الله معين على الجد ولا يصبر على الجد المحسن ، والحق المر، إلا نفوس الأنبياء عليهم السلام ، فالله دواء القلب من داء الإعياء ، فينبغي أن يكون مباحا ، ولكن لا ينبغي أن يستكثر منه ، كما لا يستكثر من الدواء.

³⁶⁶ رواه المناوى فى فيض القير شرح الجامع الصغير(4484)، الخرائطى فى مكارم الأخلاق (1/236)، والعلجونى فى كشف الخفاء(1400).

فإذن اللهو على هذه النية يصير قربة، هذا في حق من لا يحرك السمع من قلبه صفة محمودة يطلب تحريكها ، بل ليس له إلا اللذة والاستراحة المضرة ، فينبغي أن يستحب له ذلك ، ليتوصل به إلى المقصود الذي ذكرناه.)³⁶⁷

(نعم هذا يدل على نقصان عن ذرورة الكمال فإن الكامل هو الذي لا يحتاج أن يروح نفسه بغير الحق، ولكن حسناً للأبرار سينات المقربين ، ومن أحاط بعلم علاج القلوب ، ووجوه التلطيف بها ، وسياقها إلى الحق ، علم قطعاً أن ترويجه بأمثال هذه الأمور دواء نافع لا غني عنه) انتهي كلام الغزالى³⁶⁸

وهو كلام نفيس يعبر عن روح الإسلام الحقة.

(ومن الناس من استدل بقوله تعالى: " وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْتَرِي لَهُوَ الْحَدِيثَ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِعَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذُهَا هُرُواً أَوْلَذُكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُؤْيَنٌ ")³⁶⁹ على أن كل لهو حرام. وهذا غير صحيح، لأن الآية الكريمة لم تندم اللهو في ذاته، وإنما ذمت من يشتري اللهو ليضل عن سبيل الله، ويتخذها هزواً، فالذموم هنا هو المقصود من وراء اللهو، وليس اللهو ذاته. يؤيد هذا أن القرآن قرن اللهو بالتجارة - وهي مشروعة قطعاً. كما جاء في قوله تعالى: " وَإِذَا رَأَوْا تِجَارَةً أَوْ لَهُوَا افْنَضُوا إِلَيْهَا وَتَرْكُوكَ قَائِمًا قُلْ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ مِنَ اللَّهُوَ وَمِنَ التِّجَارَةِ وَاللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ ")³⁷⁰

وأسوء المسلمين في ذلك هو رسول الله صلى الله عليه وسلم فقد كان برغم همومه الكثيرة والمتنوعة يمزح ولا يقول إلا حقاً ، ويحيا مع أصحابه حياة فطرية عادلة ، ويساركهم في ضحكتهم ولعبهم ومزاحهم ، كما يشاركهم آلامهم وأحزانهم ومصائبهم.

يقول زيد بن ثابت ، وقد طلب إليه أن يحدثهم عن حال رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: كنت جاره ، فكان إذا نزل عليه الوحي بعث إلى فكتبه له ، فكان إذا ذكرنا الدنيا ذكرها معنا ، وإذا ذكرنا الآخرة ذكرها معنا ، وإذا ذكرنا الطعام ذكره معنا ، وقال: فكل هذا أحدثكم عن رسول الله صلى الله عليه وسلم؟³⁷¹

367 فقه اللهو والتزويج ديوصف القرضاوى بقليل من التصرف.

368 إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالى.

369 سورة لقمان الآية 6 .

370 سورة الجمعة الآية 11 .

371 زرواه الطبراني في الأوسط(301/8) والبيهقي في السنن وقال الهيثمي في رواية الطبراني إسناده حسن في مجمع الزوائد(20/92). وقل الألبانى ضعيف في تخریج مشكاة المصايب(5761).

وقد روي وصفه من بعض أصحابه بأنه كان من أفكه الناس .³⁷²

وقد رأينا في بيته صلى الله عليه وسلم يمازج زوجاته ويداعبهن ، ويستمع إلى

أقصاصهن ، كما في حديث أم زرع الشهير في صحيح البخاري.³⁷³

وكما رأينا في تسابقه مع عائشة رضي الله عنها ، حيث سبقته مرة ، وبعد مدة تسابقا

فسبقها ، فقال لها : هذه بتلك ! رواه الإمام أحمد أى (تعادل) بلغة الكرة اليوم .

وقد روي أنه وطا ظهره لسبطيه الحسن والحسين ، في طفولتهما ليركبا ، ويستمتعان دون

تزمت ولا تخرج ، وقد دخل عليه عمر ورأى هذا المشهد فقال: نعم الفرس تحكمها ، فقال عليه

الصلوة والسلام: " ونعم الفارسان هما ".³⁷⁴

وفي رواية: أنه صلى الله عليه وسلم كان يرفع الحسن بن علي برجليه فيقول له: حُزقة

ترق عين بقة.³⁷⁵

() **الحُزقة**: بضم الحاء والزاي وفتح القاف المشددة أى الصغير الضعيف المقارب الخطبي

من ضعفه - وهذا للخطاب أى ياحزقة- ، ترق أى أصعد بفتح الناء والراء ، وعين بقة: بفتح

الباء وفتح القاف المشددة أشار إلى البعوضة التي تطير، ولا شيء أصغر من عينها لصغرها).

وفي رواية عند الطبراني: عن أبي هريرة قال: سمعت أذناي هاتان ، وأبصرت عيني

هاتان رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو آخذ بكتفيه جميعا ، يعني حسنا أو حسينا ، وقدماه على

قدمي رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وهو يقول حُزقة أرق عين بقة ، فيرقي الغلام حتى يضع

قدمه على صدر رسول الله صلى الله عليه وسلم ، ثم قال له: افتح فاك ، قال: ثم قبله ، ثم قال:

اللهم أحبه ، فإني أحبه.³⁷⁶

ورأينا يمزح مع تلك المرأة العجوز التي جاءت تقول له: ادع الله أن يدخلني الجنة ، فقال

لها: " يا أم فلان ، إن الجنة لا يدخلها عجوز " ! فبكت المرأة حيث أخذت الكلام على ظاهره ،

³⁷² عن أنس بن مالك ورواه الطبراني في الأوسط (6361)، والبزار (6441)، وابن أبي الدنيا (60) وقال العراقي في إسناده ابن أبي لبيعة وهو ضعيف في تخرير الإحياء (2)، وقال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (4488).

³⁷³ عن عائشة والحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه (5189)، ورواه ابن شاهين في السنن والمتقد

³⁷⁴ آخرجه أبو يعلى في الكبير وقال الهيثمي وروى بأسناد ضعيف في مجمع الزوائد (184/9)، ورواه ابن شاهين في السنن والمتقد الهندي في كنز العمال (37673) ورواه البزار (1/418)، بأسناد ضعيف، وضعيته جداً الألباني في السلسلة الضعيفة (6594).

³⁷⁵ رواه ابن أبي ثيبة (6/380) والسيوطى في الجامع الصغير، والمتفق الهندي في كنز العمال (45421) وقال رواه وكيع الصغير في الفرز وابن السنى فى عمل يوم وليلة والخطيب فى التاريخ وابن عساكر عن أبي هريرة ، وقال الهيثمى فى المجمع (9/179) فيه أبو مزرد لم أجد من وثقه وبقية رجاله ثقات ، وقال الألبانى ضعيف فى ضعيف الجامع (2709).

³⁷⁶ رواه الطبرانى وأبو نعيم وابن عساكر وقال الهيثمى وأبو مزرد لم أجد من وثقه فى المجمع (9/179) وبقية رجاله رجال صحيح، وضعيته الألبانى فى السلسلة الضعيفة (3486).

فأفهمها: أنها حين تدخل الجنة لن تدخلها عجوزا ، بل شابة حسناء، وتلا عليها قول الله تعالى في نساء الجنة: "إِنَّ انْسَانَاهُنَّ إِنْسَاءٌ (35) فَجَعَلْنَاهُنَّ أَبْكَارًا (36) عُرْبًا أَثْرَابًا " ³⁷⁸.

وجاء رجل يسأله أن يحمله على بعير، فقال له عليه الصلاة والسلام: "إِنَّ حَامِلَوكَ عَلَى وَلَدِ النَّاقَةِ" ! فقال: يا رسول الله، وما أصنع بولد الناقة؟! انصرف ذهنه إلى الحوار الصغير - فقال: "وَهُلْ تَلِدُ إِلَيْهِنَّ الْنُّوقَ" ³⁷⁹.

وقال زيد بن أسلم: أن امرأة يقال لها أم أيمن جاءت إلى النبي صلي الله عليه وسلم فقالت: إن زوجي يدعوك، قال: " ومن هو؟ أهو الذي بعينه بياض؟" قالت: والله ما بعينه بياض فقال: " بلي إن بعينه بياضا" فقالت: لا والله ، فقال صلي الله عليه وسلم: " ما من أحد إلا بعينه بياض" ³⁸⁰ ، وأراد به البياض المحيط بالحقيقة.

وقال أنس: كان لأبي طلحة ابن يقال له: أبو عمير، وكان رسول الله صلي الله عليه وسلم يأتيهم ويقول " يا أبو عمير ما فعل النغير؟" ³⁸¹. لنغير كان يلعب به وهو فرخ العصفور.

وقالت عائشة رضي الله عنها: كان عندي رسول الله صلي الله عليه وسلم وسودة بنت زمعة ، فصنعت خزيرة - دقيق يطبخ بلبن أو دسم- وجئت به، فقلت لسودة: كلي، فقالت: لا أحبه ، فقلت: والله لتأكلن أو لألطخن به وجهك ، فقالت: ما أنا بذائقته ، فأخذت بيدي من الصحفة شيئا منه فلطخت به وجهها ، ورسول الله صلي الله عليه وسلم جالس بيني وبينها ، فخفض لها رسول الله ركبتيه لتسقيني فتناولت من الصحفة شيئا فمسحت به وجهي! وجعل رسول الله صلي الله عليه وسلم يضحك ³⁸².

وروي أن الضحاك بن سفيان الكلابي كان رجلا دميا قبيحا، فلما بايده النبي صلي الله عليه وسلم قال: إن عندي امرأتين أحسن من هذه الحميراء - وذلك قبل أن تنزل آية الحجاب- أفلأ

³⁷⁷ سورة الواقعة الآية 35-37.

³⁷⁸ عن الحسن البصري ورواه الترمذى فى الشمائى (241)، وقال الألبانى صحيح فى السلسلة الصحيحة (2987).
³⁷⁹ رواه أبو داود والترمذى عن أنس بن مالك ولفظه "إِنِّي حَامِلُوكَ" وقال حسن صحيح غريب وقال الألبانى صحيح فى (صحيح الترمذى (1991) وأبى داود (4998) والشمائى المحمدية (203)).
³⁸⁰ قال العراقي فى تخریج أحادیث الإحياء (3/7) أخرجه الزبیر بن بکار فى كتاب الفکاهة والمزاہ ورواه ابن أبي الدنيا من حديث عبیدة بن سهم الفهري مع اختلاف.

³⁸¹ رواه البخاري وأحمد والترمذى وقال حسن صحيح، والنمسائى وابن ماجه وقال الألبانى صحيح فى صحيح (الأدب المفرد) (650)، وأبى داود (4969) والشمائى المحمدية (201) وابن ماجه (3012) والترمذى (333)، والجامع (7830)).

³⁸² أخرجه الزبیر بن بکار فى كتاب الفکاهة والمزاہ ورواه أبو يعلى وقال الحافظ الهیشی رجاله رجال صاحب عدا محمد بن عمر بن علقة وحديثه حسن وقال العراقي فى تخریج الإحياء إسناده جيد (3/160)، وقال الألبانى حسن فى السلسلة الصحيحة (363/7).

أنزل لك عن إداهن فتنزوجها؟! وعائشة جالسة تسمع، فقالت: أهي أحسن أم أنت؟ فقال: بل أنا أحسن منها وأكرم ، فضحك رسول الله صلى الله عليه وسلم من سؤالها إيه لأنه كان دميا ".³⁸³ وكان صلى الله عليه وسلم يحب إشاعة السرور والبهجة في حياة الناس، وخصوصا في المناسبات السعيدة مثل: الأعياد والأعراس.

ولما أنكر الصديق أبو بكر رضي الله عنه غناء الجاريتين يوم العيد في بيته وانته رهما،

قال له: " دعهما يا أبي بكر ، فإنها أيام عيد ".³⁸⁴

وفي بعض الروايات: " إن لكل قوم عيدا ، وهذا عيدنا ".³⁸⁵

وقد أذن للحبشة أن يلعبوا بحرابهم في مسجده عليه الصلاة والسلام في أحد أيام الأعياد ،

وكان يحرضهم ويقول: " دونكم يا بني أرفة ".³⁸⁶

وأتاح لعائشة أن تنظر إليهم من خلفه ، وهم يلعبون ويرقصون ، ولم ير في ذلك بأسا ولا حرجا ، كما أتاح لها أن تلعب بالبنات (اللعب) مع صويحاتها.

واستذكر يوما أن تزف فتاة إلى زوجها زفافا صامتا ، لم يصحبه لهو ولا غناء ، وقال:

يا عائشة ما كان معكم لهو؟ فإن الأنصار يعجبهم الهو ".³⁸⁷

وفي بعض الروايات الأخرى لهذا الحديث: " فلو بعثتم معها من تغنى وتقول: أتيناكم

أتيناكم.. فحيونا نحييكم ".³⁸⁹

وأحضر النبي الحبيب صلى الله عليه وسلم مغنية لعائشة رضي الله عنها لتغنى لها، فقد

روت رضي الله عنها قالت: قال لى النبي صلى الله عليه وسلم " يا عائشة أتعرفين هذه؟ قالث: لا ، يا نبئ الله ! قال : هذه قيئه بنى فلان، تحيين أن تعيئي؟ قالث: بئع ، قال : فأعطيها طبقا فعنتها ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم : قد نفع الشيطان في مخريها ".³⁹⁰

وكان أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم ومن تبعهم بإحسان في خير قرون الأمة

يضحكون ويمزحون، اقتداء بنبيهم صلى الله عليه وسلم واهتداء بهديه ، حتى إن رجلا مثل عمر

³⁸³أخرجه الزبير بن بكار في الفكاهة والمزاح وقال الحافظ العراقي حسن مرسلا أو معضلا من رواية عبد الله بن الحسن وللدارقطني نحو هذه القصة مع عبيدة بن حصن الفزاري بعد نزول الحجاب من حديث أبي هريرة(3/2المزاح).

³⁸⁴متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(987)، ومسلم في صحيحه(892).

³⁸⁵متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(952)، ومسلم في صحيحه(892).

³⁸⁶متفق عليه ، رواه البخاري في صحيحه(989,2906)، ومسلم في صحيحه(892).

³⁸⁷رواہ البخاری فی صحيحه(5162)، وقل الایلاني صحيح فی صحيح الجامع(7918).

³⁸⁸فقه اللهو والتزويج ديوصف الفرضواي بقليل من التصرف.

³⁸⁹عن عائشة وابن عباس ورواه أحمد وابن ماجه وقل الایلاني حسن فی (ابواء الغليل(1995) صحيح ابن ماجه(2/136)).

³⁹⁰رواہ النسائي فی السنن الکبری(8960)، وأحمد (15720)، وقل الایلاني إسناده صحيح علی شرط الشیخین فی السلسلة الصحيحة (3281).

بن الخطاب -علي ما عُرف عنه من الصرامة والشدة- يروي عنه أنه مازح جارية له ، فقال لها: خلقي خالق الكرام ، وخلفك خالق اللئام! فلما رأها ابتسست من هذا القول ، قال لها مبينا: وهل خالق الكرام واللئام إلا الله عز وجل؟ .

وقد عرف بعضهم بذلك في حياته صلي الله عليه وسلم وأقره عليه ، واستمر علي ذلك من بعده ، وقبله الصحابة ، ولم يجدوا فيه ما ينكر ، برغم أن بعض الواقع المروي في ذلك لو حدثت اليوم لأنكرها معظم المتندين أشد الإنكار ، وعدوا فاعلها من الفاسقين أو المنحرفين! الصحابة الفكاهيون (الكوميديون): من هؤلاء المعروفين بروح المرح والفكاهة والميل إلى الضحك والمزاح: النعيمان بن عمر الأنصاري رضي الله عنه ، الذي رويت عنه في ذلك بوادر عجيبة وغريبة.

وقد ذكروا أنه كان من شهد العقبة الأخيرة، وشهد بدوا وأحدا، والخندق، والمشاهد كلها. ومعنى هذا: أنه من السابقين الأولين من الأنصار الذين رضي الله عنهم ورضوا عنه ، كما ذكرت سورة التوبه " وَالسَّابِقُونَ الْأَوَّلُونَ مِنَ الْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارَ وَالَّذِينَ اتَّبَعُوهُمْ بِإِحْسَانٍ رَّضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ وَأَعَدَ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي تَحْتَهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا ۝ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ " .³⁹¹

روي عنه الزبير بن بكار عددا من النوادر الطريفة في كتاب الفكاهة والمزاح نذكر بعضا منها قال: وكان لا يدخل المدينة طرفة إلا اشتري منها ، ثم جاء بها إلى النبي صلي الله عليه وسلم فيقول: هذا أهديته لك ، فإذا جاء صاحبها يطلب نعيمان بثمنها ، أحضره إلى النبي صلي الله عليه وسلم ، قائلا: أعط هذا ثمن متابعه ، فيقول: أ ولم تهده لي؟ فيقول: إنه والله لم يكن عندي ثمنه ، ولقد أحببت أن تأكله ، فيضحك ويأمر لصاحب بثمنه.³⁹²

وأخرج الزبير قصة أخرى من طريق ربيعة بن عثمان قال: دخل أعرابي على النبي صلي الله عليه وسلم ، وأناخ ناقته بفناه ، فقال بعض الصحابة للنعيمان الأنصاري: لو عقرتها فأكلناها ، فإنما قد قرمنا (القرم: شدة شهوة اللحم حتى لا يصبر عنه) إلى اللحم؟ ففعل ، فخرج الأعرابي وصاح: واعقره يا محمد! فخرج النبي صلي الله عليه وسلم فقال: من فعل هذا؟ فقالوا: النعيمان ، فأتبعه يسأل عنه حتى وجده قد دخل ضباعة بنت الزبير بن عبد المطلب ، واستخفى تحت سرب لها فوقه جريد ، فأشار رجل إلى النبي صلي الله عليه وسلم حيث هو فأخرجه فقال له: ما

³⁹¹ سورة التوبه الآية 100 .

³⁹² أخرجه الزبير بن بكار في الفكاهة ومن طريقه ابن عبد البر من رواية محمد بن حزم مرسلا وقد تقدم أوله وقال العراقي مرسلا في تربيع الإحياء (1/3).

ح Malik على ما صنعت؟ قال: الذين دلوك علي يا رسول الله هم الذين أمروني بذلك ، قال: فجعل يمسح التراب عن وجهه ويضحك ، ثم غرمها للأعرابي.³⁹³

قال الزبير أيضاً: حدثني عمي عن جدي قال: كان مخرمة بن نوفل قد بلغ مائة وخمس عشرة سنة ، فقام في المسجد يريد أن يبول ، فصاح به الناس: المسجد المسجد ، فأخذ نعيمان بن عمرو بيده وتحي به ، ثم أجلسه في ناحية أخرى من المسجد فقال له: بُل هنا قال: فصاح به الناس فقال: ويحكم ، فمن أتي بي إلى هذا الموضع؟! قالوا: نعيمان ، قال: أما إن الله عليّ إن ظفرت به أن أضر به بعصابي هذه ضربة تبلغ منه ما بلغت! فبلغ ذلك نعيمان فمكث ما شاء الله ثم أتاه يوماً ، وعثمان قائم يصلي في ناحية المسجد ، فقال لمخرمة: هل لك في نعيمان قال: نعم ، قال: فأخذ بيده حتى أوقفه علي عثمان ، وكان إذا صلي لا يلتفت ، فقال: دونك هذا نعيمان؟ فجمع يده بعصابه ، فضرب عثمان فشجه ، فصاحوا به: ضربت أمير المؤمنين ، فذكر بقية القصة.³⁹⁴

ومن الطرائف أن صحابياً آخر من أهل الفكاهة والمزاح ، استطاع أن يوقع نعيمان في بعض ما أوقع فيه غيره من (المقالب) كما في قصة سوبيط بن حرملة معه ، وكان ممن شهد بدواً أيضاً ، قال ابن عبد البر في (الاستيعاب) في ترجمة سوبيط رضي الله عنه: وكان مزاحاً يفرط في الدعاية ، وله قصة ظريفة مع نعيمان وأبي بكر الصديق رضي الله عنهم ذكرها لما فيها من الطرف ، وحسن الخلق ، وروي عن أم سلمة قالت: خرج أبو بكر الصديق رضي الله عنه في تجارة إلى بصرى قبل موت النبي صلي الله عليه وسلم بعام ، ومعه نعيمان وسوبيط بن حرملة ، وكانا قد شهدا بدواً ، وكان نعيمان علي الزاد ، فقال له سوبيط وكان رجلاً مزاحاً: أطعمني فقال: لا حتى يجيء أبو بكر رضي الله عنه ، فقال: أما والله لأغيناك ، فمرّوا بقوم فقال لهم سوبيط: تشترون مني عبداً؟ قالوا: نعم ، قال: إنه عبد له كلام وهو قائل لكم: إني حر ، فإن كنتم إذا قال لكم هذه المقالة تركتموه ، فلا تفسدوا عليّ عبدي ، قالوا: بل نشتريه منك ، قال: فاشتروه منه بعشر قلائص ، قال: فجاءوا فوضعوا في عنقه عمامة أو حبلاً ، فقال نعيمان: إن هذا يستهزى بك وإني حر ، لست بعد ، قالوا: قد أخبرنا خبرك فانطلقوا به ، فجاء أبو بكر رضي الله عنه فأخبره سوبيط فأتبعهم فرد عليهم القلائص وأخذه ، فلما قدموا علي النبي صلي الله عليه وسلم أخبروه قال: فضحك النبي صلي الله عليه وسلم وأصحابه منها حولاً.³⁹⁵

³⁹³أخرجه ابن عبد البر، والإصابة ج 5 ذكر هذه القصص الحافظ بن حجر.

³⁹⁴أخرجه ابن أبي شيبة وابن عبد البر في الاستيعاب وابن ماجه (3719).

أما أن يصبح الترويج طابع للحياة فذلك خروج بالترويج عن طبيعته والإتجاه بالحياة إلى العبث والضياع ، وإذا كانت الأمم والمجتمعات على مختلف أنماطها قد حددت للترويج وقتاً غير أوقات العمل ، فما بالنا بالمجتمع الإسلامي الذي يلتزم برسالة إنسانية عامة . ومن هنا نجد أن الإسلام قد حدد إطاراً للترويج يحقق أهدافه تجاه كل من الفرد والجماعة ، وفي حدود القيم والمبادئ الإسلامية .

الشروط الواجب توافرها في النشاط الترويحي الذي يحقق هدف التربية الإسلامية :-

حدد الدكتور / باسم التهامي شروط النشاط الترويحي في الآتي:-

- 1- أن يكون النشاط الترويحي مناسباً للمواقف والمناسبات المختلفة ، ولا يخصص له أوقات تزاحم أوقات العمل .
- 2- أن يكون النشاط الترويحي خالياً من الخروج عن الأخلاق والمبادئ الإسلامية .
- 3- أن يكون النشاط الترويحي نشاطاً اختيارياً حتى يشعر الفرد بعد أداءه بالرضا والتوافق الاجتماعي .
- 4- أن يكون النشاط الترويحي محققًا للغاية المثلى للتربية الإسلامية : أى لشريعة الله وعبوديته ولجميع ما ينتج عن التصورات الإسلامية للكون والحياة والإنسان ومسؤوليته ، فتحقيق ذلك كله من خلال النشاط إنما ينبع عفويًا إذا تحققت الفقرات السابقة ، وتنزه النشاط عن العبث والشكليه والمظاهره وأصبح جزءاً حقيقياً من الحياة .
- 5- أن يكون الرائد أو الموجه للنشاط عاملًا إيجابياً فعالاً في هذا النشاط لا أن يكتفى بدور المشرف المترفع ، فال媧وجه هو العنصر الأساسي والقدوة المثالية الفعلية في كل الوان النشاط وأحواله .
- 6- أن يقيم النشاط بما يحققه من الغايات والأهداف التربوية ، لا بما يحرزه الأفراد من نتائج النشاط ، فنتائج النشاط يقاس بما يتركه من آثار تربوية أخلاقية (حب العمل – التواضع – الصدق – الإستقامة).³⁹⁶

³⁹⁶ عبد الرحمن النحلاوي : أصول التربية الإسلامية وأساليبها في البيت والمدرسة والمجتمع – دار الفكر العربي – دمشق 1979.

وحدد كذلك الغرض من الرياضة الترويحية وقال :-

أغراض أنشطة التربية الترويحية

تحصر هذه الأنشطة في الآتي :-

- 1- مساعدة الجسم على النمو الطبيعي في الأعمار المختلفة .
- 2- تقوية العضلات وأجهزة الجسم المختلفة .
- 3- تنمية التوافق الحسي والحركي .
- 4- تنمية الطاقة الحيوية وتأخير الشيخوخة والمرض .
- 5- اكتساب قدرات خاصة في أداء حركات معينة .
- 6- الوقاية من المرض وعلاج بعض الأمراض .
- 7- تنمية القدرة على الدفاع عن النفس .
- 8- استكمال تناسق الجسم في نموه .

إن أنشطة التربية البدنية التي يهتم بها الإسلام ويحث على ممارستها وتدعمها من خلال أسمى مصادر التشريع – القرآن والسنة المطهرة – يجعلها من أسمى سبل تنشئة النشأ المسلم ، فهى تعتبر تربية مبكرة ، تربية بدنية شاملة ومتكلمة ، ويتضمن إطارها اللعب وهى في ذات الحين تراعى النضج والتطور ويتسم جوهرها بالنشاط والحركة وهى بالتالى تحفظ الصحة ، وأنشطة التربية الروحية البدنية تعد إطار متكامل يوازن بين العمل والراحة ، كما تتعهد مكارم الأخلاق والقيم الإجتماعية التي تسهم في رقى وتماسك المجتمع ، وذلك بعيداً عن الأنشطة التي تحمل طابع المخاطرة وإلقاء النفس في أنشطة التهلكة والنهى عن الأنشطة ذات طابع المقامرة فهى أنشطة هادفة تراعى حدود الله وشريعته .

هل التربية الرياضية تعتبر نشاطا تربويا أم نشاطا ترويحيا؟

إن التربية الرياضية هي الإثنين معا ولا تعارض بينهما ، حيث تعتبر الرياضة نشاطا تربويا لتعلم النشاط والحركة والقوة والمرنة والصبر والتحمل وغيرها ، وهي من متطلبات الإنسان السوى والمؤمن القوى ، ولقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" .³⁹⁷

وهي كذلك نشاطا ترويحيا وترفيهيا يدخل السرور على القلوب ويروح الأبدان بعد المشاق اليومى والجهد الذهنى والعصبى الواقع على الإنسان خلال سعيه فى الحياة ، ولقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " روحوا القلوب ساعة وساعة " .³⁹⁸

وقال صلى الله عليه وسلم " إن هذا الدين يسر لا عسر فيه ولن يشاد الدين أحدا إلا غلبه فسددوا وقاربوا وأبشروا واستعينوا بالغدوة والروحة وشيئ من الدلجة " .³⁹⁹

وخير الأمور الوسط دائما ، وهو نهج الإسلام وخصوصيته الكبرى ، ومناط فضل أمته على غيرها من الأمم.

وهذه هي الوسطية السمححة التي دعى إليها الإسلام والتي تستقيم مع الحياة وطبع البشر والفطرة التي فطر الله الناس عليها ، بدون تفريط ولا تقصير ، أو لهو ضار وغير مفيد .

³⁹⁷ سبق تخرجه ص 14.

³⁹⁸ عن أنس بن مالك قال العجلوني في كشف الغاء(1400) رواه дилиلمى مرفوعا وأبو نعيم والقضاءى وقال حسن في مسند الشهاب وقال يشهد له ما في صحيح مسلم وغيره من حيث ياحظلة ساعة وساعة ، وكذلك قال السخاوى في المقاصد الحسنة (275) ، وأخرجه أبو داود في المراسيل عن محمد بن شهاب الذهري(149) ، والمناوى في فيض القدير في شرح الجامع الصغير (4484) .

³⁹⁹ عن أبي هريرة، ورواه البخاري في صحيحه(39)، وابن حبان في صحيحه(351)، وقال الألبانى صحيح في صحيح النسائي .(5049)

الباب السادس

أحكام

هامة

لرياضيين

أحكام هامة للرياضيين:

إن الرياضي المسلم يجب عليه ممارسة الرياضة بأخلاق وقيم الإسلام ، واتباع هدى النبي صلى الله عليه وسلم والصحابة والتابعين ، ولا يجوز ممارسة الرياضة بمعصية الله ومخالفة شرعيه بأى حجة أو خدعة أو إتباع الهوى من النفس أو الشيطان ، ويحاول أن يمارس كل الألعاب الرياضية التي تعود عليه وعلى أمنه بالخير ، ويستعد بالرياضة للجهاد والدفاع عن الدين والنفس والعقل والعرض والمال كما قال تعالى " وَأَعِدُّوا لَهُم مَا اسْتَطَعْتُم مِّنْ قُوَّةٍ " .⁴⁰⁰

وأن يكون المؤمن قوى فهو أحب إلى الله من المؤمن الضعيف ، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " .⁴⁰¹ ويتحلى بالخلق الرفيع والقيم العالية كما أمره الرسول صلى الله عليه وسلم " أقربكم منى مجلسا يوم القيمة أحسنكم خلقا " .⁴⁰²

لأنه فى البداية مسلم له منهاج ثابت من رب العالمين ، وله فى رسول الله صلى الله عليه وسلم القدوة الحسنة " لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أَسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَدَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا " .⁴⁰³

فهذا الإسلام منهج حياة متكامل ، تنبثق أخلاقه وعبادته ومعاملاته وشرائعه من رب العالمين ، العليم بخلقه المدبر لشئونهم ما ينفعهم وما يضرهم " أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ الْأَطِيفُ الْخَيْرُ " .⁴⁰⁴ " الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى (2) وَالَّذِي قَدَرَ فَهَدَى " .⁴⁰⁵

ولذا يجب على الرياضي المسلم أن يلتزم بهدى وخلق الإسلام ، والتي أمرنا بها الله ورسوله ، (والأخلاق في الإسلام هي عبارة عن التقييد بأحكام الشريعة ، أمرا ونهيا ، في جميع التكاليف التي تربط الإنسان بخالقه ، وفي العقائد والعبادات ، كما تربطه بغيره من الناس في

400 سورة الأنفال الآية 60 .

401 سبب تخرجه ص 14 .

402 عن علي رضي الله عنه ورواه ابن النجاشي وقال الألباني حسن في صحيح الجامع (1176)، وروى عن عبد الله بن عمرو وقال فيها أحمد شاكر صحيح في مسنده لأحمد (11/32)، وقال فيها الألباني صحيح على شرط السنة في السلسلة الصحيحة (792) وصحيح في (الأدب المفرد) (206) والترغيب والترهيب (2650)).

403 سورة الأحزاب الآية 21 .

404 سورة الملك الآية 14 .

405 سورة الأعلى الآية 3،2 .

المعاملات ، ولهذا أجبت السيدة عائشة الصديقة رضى الله عنها عندما سئلت عن أخلاق الرسول

صلى الله عليه وسلم بقولها " كان خلقه القرآن " ⁴⁰⁶

وللأخلاق في الإسلام مكانة عالية ، ويظهر ذلك جلياً في عنايته بها عنايةً عظيمة ، وجعلها

هدفًا من أهداف الرسالة لقول الرسول صلى الله عليه وسلم " إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق

⁴⁰⁷

كما تظهر مكانة الأخلاق في الإسلام ، عندما جعلها أساساً ودعامة أولى يقوم عليها نظامه

في الحياة.

ومن أهم هذه الأخلاق هي:

1- **النية الصالحة** ، وهى أن تكون نيته لله وحده ويبتغى بها وجهه سبحانه ونفع المسلمين

ونفسه ، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم في الحديث الجامع " إنما الأعمال بالنيات

⁴⁰⁸ ، بمعنى أن تكون نيته خالصة وصالحة بدايةً ، وهى على سبيل الحصر ، الإستعداد

بالرياضة على تحمل تبعات الدفاع عن الدين والوطن ، ثم التقوى على اداء الطاعات

والعبادات ، ثم إكتساب الرزق وسد القوت لنفسه وأسرته ، ثم نفع المجتمع والمسلمين ثم

العالم أجمع ، والرياضي يؤجر على نيته قبل عمله.

2- **الصدق بتنوعه** ، وأوله وأهمه صدق اللسان ، يجب على الرياضي المسلم أن يكون

صادقاً في قوله فلا يكذب ، وإن أدى إلى خسارته ، ولا يرتكب معصية لله تكون سبباً

لدخوله النار ، أو خسارته لآخرة بعرض الدنيا القليل " قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ " ⁴⁰⁹ ، حتى

في حياة الناس جلهم يكرهون الكاذب ويحبون الصادق ، وما آمن الناس برسول الله

صلى الله عليه وسلم إلا لأنه كان الصادق الأمين ، وإن من الدعوة إلى الله أن يكون

العبد صادقاً ، ويراه الناس صدوقاً لا يكذب على نفسه أو على الآخرين ، وحديث

الصادق الأمين صلى الله عليه وسلم " عليكم بالصدق فإن الصدق يهدي إلى البر ،

وإن البر يهدي إلى الجنة ، وما يزال العبد يصدق ويتحرى الصدق حتى يكتب عند الله

⁴⁰⁶ عن عائشة وقال الألباني صحيح في (صحيح الجامع 4811) و صحيح الأدب المفرد (234)).

⁴⁰⁷ عن أبي هريرة ورواه أحمد وابن عبد البر وقال صحيح في التمهيد (333/24)، وقال الهيثمي رجاله رجال الصحيح غير محمد بن رزق الله الكلوذاني وهو ثقة في المجمع (18/9)، وقال الألباني صحيح في السلسلة الصحيحة (45)، وفي رواية لأحمد " صالح الأخلاق" صححها الألباني في صحيح (الجامع 2349) والأدب المفرد (207)).

⁴⁰⁸ سبق تخرجه صفة 24.

⁴⁰⁹ سورة النساء الآية 77.

صديقًا ، وإياكم والكذب فإن الكذب يهدي إلى الفجور ، وإن الفجور يهدي إلى النار ، وما يزال العبد يكذب ويتحرج الكذب حتى يكتب عند الله كذابا " 410 .

والصدق الثاني هو صدق النية والأرادة ، ويرجع ذلك إلى الإخلاص ، وهو ألا يكون له باعث في الحركات والسكنات إلا لله رب العالمين ، يطبق ذلك على نفسه وفي رياضته.

والصدق الثالث هو صدق العزم ، وهو أن يكون صادق العزم في رياضته ، مجتهد في إتقانها ، مثل أن يعزم لأن رزقه الله القوة والصحة في مزاولته الرياضة لجعلها في سبيل الله ، ونفعا لأهله وأمته ، فلا يضعف ويتخلى ويدبر ، بل يصدق العزم ولا يترد.

والصدق الرابع هو الصدق في الوفاء بالعزم وهو مرتبط بسابقه ، فإنه أحيانا كثيرة قد تغلب على الرياضي المسلم إن تحقق مراده ، أن تفتر العزائم وتغلب الشهوات ولا يوفى بما عاهد الله عليه فيكتب من الكاذبين ويحيط عمله ، بل يجب أن يكون من الذين صدقوا بما عاهدوا الله عليه " مَنِ الْمُؤْمِنُينَ رَجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهُ عَلَيْهِ مِمَّنْ هُمْ قَضَى حَبْهُ وَمِنْهُمْ مَنْ يَنْتَظِرُ مِمَّا بَدَّلُوا تَبَدِيلًا " 411 .

والصدق الخامس وهو الصدق في الأعمال ، وهو أن يجتهد حتى لا تدل أعماله الظاهرة على ما في باطنه ، وهو معنى الرياء ، مثل أن يجتهد في رياضته لا لينال رضى الله ، بل تشجيع الناس وإعجابهم به ، وهي آفة معظم الرياضيين ، بل يجتهد أن يكون باطنه مثل ظاهره ، فإن مساواة السريرة للعلانية أحد أنواع الصدق.

والصدق السادس وأعظمه ألا وهو الصدق في مقامات الدين ، كالصدق في الخوف والرجاء والتعظيم والزهد والتوكل ، وسائل هذه الأمور ، كأن يقال فلان صدق الجهاد ، أو فلان صادق التوكل على الله ، أو هذا الخوف الصادق ، " إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَأُوا وَجَاهُوا بِإِيمَانِهِمْ وَأَنفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ " 412 .

وقوله سبحانه وتعالى " وَلَكُنَ الْبِرُّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ " إلى قوله سبحانه وتعالى " أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ " 413 .

410 عن عبد الله بن مسعود والحديث منفق عليه، ورأه البخاري في صحيحه(6094)، ومسلم في صحيحه(2607).

411 سورة الأحزاب الآية 23 .

412 سورة الحجرات الآية 15 .

413 سورة البقرة الآية 77 .

3- **العدل** ، وهو خلق رفيع قد لا يتحلى به كثيراً من الرياضيين ، لماله من وقع كبير في القلب وفي السلوك ، والتحيز والميل إلى نفسه وأهله وأصدقائه ... وهكذا ، ويقول ربنا سبحانه وتعالى " وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآنُ قَوْمٍ عَلَى أَلَّا تَعْدِلُوا " اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلنَّقْوَى " 414، فلا يميل ويحكم بالظلم ، بل بالعدل وإن كان على نفسه.

4- **الحياء** ، وهو خلق عالي ، لا يكون إلا في مؤمن حقا كما أخبر الصادق الأمين في حديث شعب الأيمان " الإيمان بضع وستون شعبة ، والحياء شعبة من الإيمان " 415. يتحلى به الرياضي فيستحب أن يرتكب المعاصي جهاراً أو خفية ، لأنه يستحب من الله أن يراه على هذه المعصية ، ويستحب أن ينظر إلى ما حرم الله من العورات أو النساء بغير استحياء ، بل غاض البصر حبيبي عن المعاصي.

5- **الأمانة** ، فلا يكون خوان أثيم ، بل صادق أمين في كل شيء ، والأمانة في الإسلام تشمل العبادات والمعاملات معا ، فيؤدي العبادات كاملة تامة ما استطاع إلى ذلك سبيلا ، أمانة العبادة إلى الله سبحانه وتعالى فلا يضيعها ، ويؤدي أمانة التعامل مع الناس فلا ينقصها ، قال تعالى " إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤْدُوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ " 416

6- **التواضع** ، وما أحله من خلق ، يتحلى به الرياضي المسلم ، يتميز به ويعلو على من سواه متمثلا خلق النبي صلى الله عليه وسلم في تواضعه الجم وأدبه الرفيع ، يمنعه تواضعه عن التعالي عن الناس ، ويختضن لهم الجناح مما أعطاه الله من مميزات تميز بها عن غيره ويتعالى بها عليهم ، لقول الله سبحانه وتعالى " إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا " 417

7- **الشجاعة** ، وهو خلق يجب أن يتحلى به كل رياضي مسلم ، فلا يكون جباناً خواراً ضعيفاً بل شجاعاً مقداماً ، وهو خلق المدافعين عن الدين والنفس والعقل والعرض والمال ، يؤدي رياضته بقادم وشجاعة ليحقق بها مراده وغايته، ومقتدى برسوله صلى

414 سورة المائدة الآية 8.

415 رواه أبو هريرة والحديث متقد عليه وأخرجه البخاري في صحيحه(9)، ومسلم في صحيحه(35).

416 سورة النساء الآية 58.

417 سورة النساء الآية 36.

الله عليه وسلم فقد كان أشجع الناس ، فقد روى أنس عن صفة الرسول صلى الله عليه وسلم فقال: (كان أحسن الناس وكان أجود الناس وكان أشجع الناس).⁴¹⁸

8- الصبر واحتمال الأذى ، وما أحوj الرياضيين له لصلاح حالهم ، وما أعزه عليهم ، وما أقله فيهم إلا ما رحم ربى ، فلو أصابه شئ جزع وتخلى عن هدfe ، وأصابه اليأس والقنوط ، ولم تقم له عزيمة ، بل عليه بالصبر والعزم والعودة مع الإصرار حتى يحقق أهدافه ولا يعجز ، ويصبر على ما أصابه كما قال الله تعالى " واصبر على ما أصابك إن ذلك من عزم الأمور ".⁴¹⁹

9- الرحمة والمواساة ، وهى من أعظم أخلاق الرياضة ، وهى صفة المسلم الصالح ، والرحمة والمواساة تكون لإخوانه فلا يشق عليه ، أو يحملهم ما لا يطيقونه ، أو يؤخذهم بكل جريرة أو هفوة ، وخاصاً إن كان مدرباً أو مسئولاً عن الآخرين ، وسبحان من جعل الرحمة من إسمه فهو الرحمن الرحيم ، ووصف رسوله الكريم بالرؤوف الرحيم " بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفُ رَّحِيمٌ ".⁴²⁰

10- الإيثار ، ويقصد به عدم الطمع لما في أيدي الآخرين ، أو عدم إيثار نفسه دون الآخرين ، بل يحب لغيره ما يحبه لنفسه كما أمر الرسول الحبيب " أحب للناس ما تحب لنفسك " ، ويأخذ بأيدي إخوانه إن كان الله ميزه عليهم وجعله متყوق عليهم فيأخذ بأيديهم ليحلقوا به أو يقتربوا منه ، بل ويؤثر أخاه في الخيرات ، لأن الغاية هي تحقيق ما يرضي الله ، وما يرفع المسلمين ، وليس الرفعة لنفسه فقط دون الآخرين .
وهناك صفات أخرى من خلق المسلم الرياضي منها على سبيل المثال لا الحصر العفة والقناعة والحلم والتعقل والتقوى والورع والغفو عن الزلات والهفوات الخ .

آفات النفس وأمراضها:

واحدر يا أخي الرياضي من أن تقع في آفات النفس وأمراضها وأهمها:

⁴¹⁸ الحديث منتقى عليه، رواه البخارى فى صحيحه(2820)، ومسلم فى صحيحه(2307).

⁴¹⁹ سورة لقمان الآية 17

⁴²⁰ سورة التوبه الآية 128 .

⁴²¹ عن أبي هريرة رواها أحمد والبيهقي والترمذى وقال غريب(2305)، وقال أحمد شاكر فى مسند أحمد ضعيف ولكنه يكون صحيح لغريبه فى رواية أحمد(15/228)، وقال الألبانى حسن لغريبه فى صحيح الترغيب(2567) وحسن فى صحيح الترمذى (2305) وفي رواية أخرى لأبي هريرة صحيح فى صحيح الجامع(4580) وحسن فى(السلسلة الصحيحة) (930) و صحيح الجامع(100)).

1. حب الظهور والشهرة :

فالطريق إلى الشهرة محفوف بالمخاطر ولا يخلو سالكه من إصابة قلبه بمرض الشهرة وحب الظهور، وقد يصل به الحال في حب الظهور والشهرة أن يتخلى عن كثير من القيم والمبادئ ليكون دائمًا حاضراً، وقد يبيع دينه لنيل شهرة زانفة، أو يحيط نفسه بهالة كاذبة، وكثيرًا ما تكون عاقبة ذلك سوءًا ليس على نفسه فقط، بل تصيب غيره في كثير من الأحيان.

فهذا المريض عادة ما يحب المدح والثناء، خاصة إن كان على الملاطف في حضور كثير من الناس، ويتبين ذلك كثيرًا على أبطال الرياضة المشهورين، فعندما يمن الله عليه بالتفوق والنجاح والشهرة، يصيّب الغرور ويحب الظهور دائمًا أمام الناس، فإذا أفل نجمه وظهر من هو أفضل منه شق ذلك على نفسه وحسد البطل الجديد وتمنى زوال النعمة عليه، وهذا هو الحسد بعينه.

كما قال الله سبحانه وتعالى "أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَىٰ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۖ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا" ⁴²².

وعلاج حب الظهور والشهرة أن يذكر المشهور أن ما به من نعمة فمن الله، قال تعالى "وَمَا يُكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ" ⁴²³، ووجب عليه شكرها وأداء حقها، ويتواضع لله ولا تغره الشهرة وحب الظهور، فإن من سنن الله التغيير والتبديل وعدم دوام الحال، ويذلل الله في صلاته وفي ركوعه وفي سجوده، ويعمل كما فعل أمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضى الله عنه عندما حدثه نفسه بأنه أمير المؤمنين دون الناس، فحمل على ظهره الأحمال وطاف بها المدينة والناس تنظر، وأن ينظر إلى ما هو فوقه فيجتهد وينافسه دون حسد، وينظر إلى ما دونه فيحمد الله على أنعم عليه ويداوم على الشكر.

2. الرياء :

دائمًا مرض الشهرة ما يؤدي إلى أمراض أخرى من أهمها الرياء وهو رفيق الشهرة وملازم لها، فطالب الشهرة يعمل ليراه الناس ويعظموه، ويرى أنه لن يتحصل على

⁴²² سورة النساء الآية 54.

⁴²³ سورة النحل الآية 53.

الشهرة إلا بالرياء والعمل لأجل المدح والظهور الدائم في أعين الناس ، وهذا الصنف خاسر كسابقه ، إذا لا يقبل الله من العمل إلا ما كان خالصاً ، يبتغى به وجه الله ، لا يبتغى به وجه الناس ، فعن أبي هريرة مرفوعاً قال تعالى "أنا أغنى الشركاء عن الشرك ، من عمل عملاً أشرك معه فيه غيري تركته وشركته " .⁴²⁴

فالمرأى قصد بعمله غير الله ، بل يقصد الناس ينتظر منهم مدحه وشكوه والإشارة إليه بالبنان وجعل الله شريكاً ، والله سبحانه وتعالى أغنى الناس عن الشرك ، والمرأى محبط لعمله ومسبباً غضب الله عليه ، ومرتكب لعمل من الكبائر والذى هو من أشد المهلكات ، ودائماً ما يفضحه الله فيعلم الناس فيمقتونه بمقت الله ، وكثير من الرياضيين لا يشارك في لعبته إلا من أجل الشهرة أو أن يمدحه الناس ، أو يعرفونه ، وإذا لم يشاهدوه الناس تقاعس ولم يشارك ، لأنه يحب النساء وأستعظم هذا المرض في قلبه فأحبط عمله ، ومنعه من إكتساب المهارة والإتقان ، حتى لو كان من أمهر الرياضيين .

وهذا النوع من الناس الذي يعمل لغير وجه الله لا تستقيم به الحياة البشرية ، لأنه لا يعمل إلا إذا رأى أو عرف عمله ، وكثير من أعمال الخير لا تقوم بذلك ، ثم إن الإسلام نفسه لا يقوم بذلك لأن الدعوة إلى الإسلام تحتاج أحياناً إلى مواجهة الرأى العام الكافر والظالم ، والمرأى يأبى هذه المواجهة ، ولهذا وغيره كان الرياء خطيراً على صاحبه وعلى الأمة ، يقول الرسول صلى الله عليه وسلم "إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمُ الشَّرُكُ الْأَصْغَرُ، الرِّيَاءُ، يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِذَا جَزَى النَّاسُ بِأَعْمَالِهِمْ: اذْهَبُوا إِلَى الَّذِينَ كُنْتُمْ تُرَاوِنُونَ فِي الدُّنْيَا، فَانظُرُوا هُلْ تَجِدُونَ عِنْهُمْ جَزَاءً؟" .⁴²⁵

وعلاجه كما ذكر الغزالى (وعلاجه بعد ما علمت أنه محبط للأعمال وسبب مقت الله وأنه من الكبائر ، أن تشعر عن ساعد الجد في إزالته ولو بالمجاهدة وتحمل المشاق ، فلا شفاء إلا في شرب الأدوية المرة البشعة ، وذلك بقلع عروقه واستئصال أصوله والثانية دفع ما يخطر منه في الحال ، أما في قلع عروقه واستئصال أصوله من حب المنزلة والجاه فهو ثلاثة أقسام وهي: لذة المحمدة ، والفرار من الذم ، والطمع فيما أيدى الناس ، كما روى أبو موسى أن أعرابياً سأله النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله

⁴²⁴ رواه مسلم (2985) وقال الألبانى إصحاح فى صحيح الجامع (4313) وفى رواية لابن ماجه والمنذري قال الألبانى فىهما صحيح فى صحيح ابن ماجه (3406) وصحح الترغيب (34).

⁴²⁵ عن محمود بن لبيد الأنصارى ، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الترغيب (32) ، وقال شعيب الأرناؤوط فى تخریج المسند إسناده حسن (23631).

الرجل يقاتل حمية – ومعناه أنه يأنف أو يقهر أو يذم بأنه مقهور ومغلوب – وهذا هو الحمد باللسان – فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من قاتل لنكون كلمة الله هي العليا فهو في سبيل الله " ⁴²⁶.

ولو علم المرأى أن هذا المراء لذى في الحال وضار في المال سهل عليه قطع الرغبة عنه ، وعرف العبد مضره الرياء وما يفوته من صلاح قلبه وما يحرم عنه في الحال من توفيق وفي الآخرة من منزلة عند الله وما يتعرض له من العقاب العظيم والمقت الشديد والخزي الظاهر.

ومهما تفك العبد في هذا الخزي وقابل ما يحصل له من العباد والتزيين لهم في الدنيا بما يفوته في الآخرة وبما يحيط من ثواب العمل ، مع أن العمل الواحد ربما كان يتargerج به ميزان حسناته لو خلص ، فإذا فسد بالرياء حول إلى كفة السيئات فترجح به ويهوى إلى النار ، وما يتعرض له في الدنيا من تشتت الهم بسبب ملاحظة الخلق ، فإن رضا الناس غاية لا تدرك ، فكل ما يرضي فريق لا يرضي الآخر ، ومن طلب رضاهم بسخط الله سخط الله عليه وأسخطهم عليه أيضا ، وهم لا يملكون له رزقا ولا أجلا ولا ينفعونه يوم فقره وهو يوم القيمة ، وأما الطمع لما في أيديهم ، فاعلم أن الله تعالى هو المسرح للقلوب بالمنع والعطاء ، وأن الخلق مضطرون فيه ولا رازق إلا الله ، فكيف يترك ما عند الله برجاء كاذب ووهم فاسد ، وأما ذمهم فلم يحذر منه ولا يزيد ذمهم شيئاً مالهم يكتبه عليه الله ، ولا يجعل أجله ولا يأخر رزقه ، ولا يجعله من أهل النار إن كان من أهل الجنة ، فإن علم ما في المراء من آفات وعلم ما به من أضراره ، أقبل على الله قلبه ، فإن العاقل لا يرحب فيما يكثر ضرره ويقل نفعه ، ويكتفي أن الناس لو علموا ما في باطنه من قصد الرياء وإظهار الإخلاص لمقتوه ، وسيكشف الله عن سره حتى يبغضه الناس ويعرفهم أنه مراء ومقوت عند الله ، ولو أخلص الله لكشف الله لهم إخلاصه وحبيبه إليهم وسخرهم له ، بل وأطلق ألسنتهم في مدحه والثناء عليه) ⁴²⁷.

⁴²⁶ عن أبي موسى الأشعري والحديث متافق عليه، ورواه البخاري في صحيحه(123)، ومسلم في صحيحه(1904).
⁴²⁷ إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالى بتصرف قليل.

3. الحسد:

هو تمنى زوال النعمة عن المحسود ، وهى كبيرة من الكبائر ، مهلكة لصاحبها ، وإذا إستشرى الحسد فى قوم أو جماعة أهلكتهم ، لأن كل واحد يتمنى زوال النعمة من أخيه ، فكيف تكون الحياة عنده ، إنها الحالقة كما أخبر المعصوم صلى الله عليه وسلم " دب إليكم داء الأمم قبلكم الحسد والبغضاء ، هي الحالقة ، لا أقول تحلق الشعر ، ولكن الحالقة التي تحلق الدين ... " ⁴²⁸، وقال الله تعالى " وَمَا تَفَرَّقُوا إِلَّا مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَعْدِيَا بَيْنَهُمْ " ⁴²⁹، وروى أبو هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " الحسد يأكل الحسنات كما تأكل النار الحطب " ⁴³⁰، وقال أيضاً صلى الله عليه وسلم " ولا تحسروا ولا تجسسو ولا تنافسوا ولا تدابروا ولا تحسدوا ولا تبغضوا ، وكونوا عباد الله إخوانا " ⁴³¹ ، والرياضي كثيراً ما يحسد أخوه على ما حقق من نتائج أحسن منه وأفضل ، فتظهر الكآبة على وجهه ويحسد قلبه ويتنمى له السوء ، حتى يتمنى له الموت ويفرح بذلك ، ليظل هو الأحسن ويظل هو الأشهر ، وقد قال الرسول الكريم " لا تظهر الشماتة لأخيك في رحمة الله وبيتليك " ⁴³².

ولكن هناك المنافسة أو الغبطة وهي أن تتمنى أن تكون مثل أخيك ، ولا تتمنى زوالها منه ، كما أخبر المعصوم صلى الله عليه وسلم حيث قال " لا حسد إلا في اثنين : رجل آتاه الله مالاً فسلطه على هلكته في الحق ، ورجل آتاه الله تعالى الحكمة فهو يقضى بها ويعلمها " ⁴³³.

وأول خطيئة هي الحسد ، حسد إبليس آدم عليه السلام فأبى أن يسجد له ، فحمله الحسد على المعصية ، وقتل قابيل هابيل بالحسد على أخيه.

ولكن هناك حالة أخرى وهي إذا أنعم الله على أخيك بنعمة ، فإن كنت لا تحب زوالها ولا تكره وجودها ودومتها له ، ولكن تشتهي لنفسك مثلها ، ففي هذه الحالة تسمى غبطة أو تسمى منافسة .

⁴²⁸ عن مولى بن الزبير عن الزبير ورواه أحمد والترمذى وقال أحمد شاكر فى رواية أحمد ضعيف(20/3)، وقال الألبانى حسن فى صحيح الترمذى(2510) وحسن لغيره فى صحيح الترغيب(2888).

⁴²⁹ سورة الشورى الآية 14 .

⁴³⁰ عن أنس ورواه ابن ماجه والمذرى، ضعفه الألبانى فى ضعيف ابن ماجه(4975) وضعيف الجامع(2781)، والسلسلة الضعيفة (1902)، ورواه أبو هريرة وقال الألبانى ضعيف فى ضعيف أبي داود(4903) وضعيف الترغيب(1723).

⁴³¹ عن أبي هريرة والحديث منق عليه ورواه البخارى فى صحيحه(6066)، ومسلم فى صحيحه(2563).

⁴³² عن واثلة بن الأسقع ورواه الترمذى وقال حسن غريب، وقال السيوطى له شاهد من حديث ابن عباس فى للأئم المصنوعة (428/2)، وقال الألبانى ضعيف فى ضعيف الترمذى(2506) وفي رواية أخرى قال حسن فى مشكاة المصابيح(3874).

⁴³³ سبق تخرجه ص 36.

وهي ليست بحرام كالحسد ولكن تكون إما واجبة أو مندوبة أو مباحة ، كما قال تعالى في الحث على المنافسة في الخير" وَفِي ذَلِكَ فَلَيْتَنَاسٍ الْمُتَنَافِسُونَ "434، فإن كانت المنافسة في نعمة دينية ، كانت المنافسة فيها واجبة ، وإن كانت نعمة من الفضائل وإنفاق الأموال في المكارم والصدقات فالمنافسة فيها مندوبة ، وإن كانت نعمة يتنعم بها تحقيق رقم قياسي أو أى شئ من نعم الدنيا فالمنافسة فيها مباحة ، وقد تقلب المنافسة حسداً إذا تمنيت لأخيك زوالها منه .

وعلاج ذلك كما جاء في الإحياء ، أن تعلم أن الحسد من الأمراض العظيمة للقلوب ، ولا تداري منها إلا بالعلم والعمل ، أما العلم فهو أن تعرف تحقيقاً أن الحسد ضرر عليك في الدين والدنيا .

فأما في الدين فإنك قد سخط قضاء الله وكرهت نعمته التي قسمها بين عباده واستنكرت عدله الذي أقامه في ملكه ، وهذا يأكل منك حسناتك كما تأكل النار الحطب كما أخبر الصادق الأمين صلى الله عليه وسلم .

وأما في الدنيا ، فإنك تتألم بحسدك أو تتعذب به ، ولا تزال في كمد وغم بما أفاض الله على الآخرين من نعم ، ولا تزال تتعذب بكل نعمة تراها ، وتنتألم بكل بليه تصرف عنهم ، فتظل مغموماً محروماً متشعب القلب ضيق الصدر ، فإن كان له عقل علم أن الحسد عاقبة في الدنيا الغم والهم ، وفي الآخرة العذاب الشديد .

وأما العمل فينبغي أن يكلف نفسه نقىض ما يحسد به أخاه ، فإن حمله الحسد في القدر أو الذم في محسوده كلف نفسه المدح له والثناء عليه ، وإن حمله التكبر عليه ألزم نفسه التواضع له والإعتذار إليه ، وإن بعثه على كف الإنعام عليه ألزم نفسه الزيادة في الإنعام عليه ، فمهما فعل ذلك عن تكلف وعرفه المحسود طاب قلبه وأحبه ، ومهما ظهر حبه عاد الحاسد فأحبه ، لأن التواضع والثناء والمدح وإظهار السرور بالنعمة يستجلب قلب المنعم عليه ويسترقه ويستعطفه ويحمله على مقابلة ذلك بالإحسان فيعود الإحسان على الحاسد فيطيب قلبه ، ويصير ما تكلفه طبعاً آخر ، وبذلك تستريح القلوب من ألم الحسد وغم التباغض .

⁴³⁴ سورة المطففين الآية 26

4. العجب:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إذا رأيت شحاماً مطاعاً وهو متبعاً وديناً ودنياً مؤثرة وإعجاب كل ذي رأي برأيه فعليك نفسك".⁴³⁵

هذه جملة من الأمراض إذا وجدت تعذر الحياة الجماعية والعمل المشترك ، ولذا أفتى الرسول صلى الله عليه وسلم بأن من يجد ذلك فعليه بالعزلة ، مع أنه عليه الصلاة والسلام حض كثيراً على الجماعة والألفة والتعاون في الخير ، ومن هنا ندرك خطورة العجب والشح وحب الدنيا واتباع الهوى على الحياة البشرية عموماً وعلى الحياة الإسلامية خصوصاً ، مع العجب يوجد الرضا عن النفس ، والرضا بالنفس تكثر معه أمراض القلب مثل الغرور وازدراء الآخرين ، ومريض العجب لا يستطيع التعامل مع الآخرين ويظن نفسه أحسن منهم وهم أقل منه ودونه ، لذا يترفع عن الحديث والاختلاط بهم ، ويظل منعزلاً عنهم ، وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم "ثلاث مهلكات شح مطاع وهو متبع وإعجاب المرء بنفسه".⁴³⁶

ولذا قال ابن عطاء السكندري (أصل كل معصية وغفلة وشهوة الرضا عن النفس ، وأصل كل طاعة يقظة وعفة عدم الرضا منك عنها ، ولئن تصبح جاهلاً لا يرضي عن نفسه خير لك من أن تصبح عالماً يرضي عن نفسه ، فأى علم لعالم لا يرضي عن نفسه ، وأى جهل لجاهل لا يرضي عن نفسه).⁴³⁷

ويعالج ذلك بالخضوع للشوري ، وقبول رأى الآخرين ، وإتباع الهوى يعالج بالوقوف عند النصوص ، والشح المطاع يعالج بالكرم ، وحب الدنيا يعالج بتذكر الآخرة والعمل لها ، ومن أقوى أسباب العجب كثرة المادحين وإطراء المتملقين والرياضي الناجح المحبوب من الجماهير هو الذي يتواضع ويرفعه حب الجماهير ، ويتقاهم مع أعضاء فريقه ويتجانس معهم وخاصة في الألعاب الجماعية ، يسمع ويطيع أمر مدربه بغير

⁴³⁵ عن أبي ثعلبة الخشنى ورواه ابن حبان(385)، وأى داود والترمذى وقال حسن غريب(3058)، وابن ماجه(4014)، وقال الطحاوى فى شرح مشكل الآثار صحيح(3/212)، وقال الألبانى ضعيف فى ضعيف أبي داود ولكن فقرة أيام الصبر ثابتة(4341).

⁴³⁶ عن أنس بن مالك وعبد الله بن عمر وأبو هريرة وفي رواية أنس قال العجلونى ضعيف فى كشف الخفاء(1035)، وقال العراقي كذلك ضعيف فى تخریج الإحياء(1/33)، وقال الألبانى فى رواية ابن عمر حسن فى صحيح الجامع(3045) والترغيب(2607) وفي رواية أبو هريرة حسن لغیره فى مشكاة المصايب(5049).

⁴³⁷ حكم ابن عطاء الله السكندري(35).

ترفع أو تعالى عن زملاءه ، وقول ربنا سبحانه وتعالى " وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ مَا رَزَكَ مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا " .⁴³⁸

وقول سبحانه وتعالى " يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقَنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْقَاصُكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَيْرٌ " .⁴³⁹

وقول سبحانه وتعالى " وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضَ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرُقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا " .⁴⁴⁰

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إن الله أذهب عنكم عيبة الجاهلية (أى عجبها وكبرها) وفخرها بالآباء مؤمن تقي وفاجر شقي والناس بنو أدم وأدم من تراب " .⁴⁴¹
وعلاجه كما ذكره الغزالى وملخصه ، (أن علاج علة العجب فى علاج الجهل ، فعلاجه المعرفة المضادة لذلك الجهل ، فإنك إن كنت تعجب بعبادتك ، فقل الله وفقنى إلى العبادة لحبى له ، وهو الذى خلق الحب فى قلبك ، فالحب والعبادة كلاهما نعمتان من عنده ، فهو سبحانه صاحب المن والفضل والجود عليك ، وإن كنت تعجب من قوتك وصحتك وجمال بدنك وهيئتك وتناسب شكلك وحسن صورتك وصوتك ، فأعلم أنها منة من الله المنعم عليك ويجب عليك شكره وتذكر أن هذا إلى زوال مهما طال ، وكيف كان عاقبة الوجوه الجميلة والأبدان القوية ، إنها أنتنت فى قبورها حتى استقررتها الطباع وكان مآلها إلى التراب ، وإن كنت تعجب لقوتك وبطشك كما قال قوم عاد " مَنْ أَشَدُّ مِنَ الْفُوَّةِ " .⁴⁴² فأعلم أن هذه نعمة من الله قد يسلبها منك بأدنى آفة يسلطها عليك ، أو يسلط عليك من هو أشد منك قوة وبطشاً ، وإن كنت تعجب بقياسة عقلك وفطنته ، فلا تأمن من الله صاحب المن والفضل عليك إن لم تقم بشكره ، أن يسلبك عقلك بأدنى مرض فى دماغك فتكون أضحوكة ومدعى للشفقة ، وإن تعجب لنسبك ورفة شانك ، فأعلم أن الشرف بالطاعة وحسن العبادة ولا فرق بين أعمى ولا عربى إلا بالتقوى ، وأن الله يرفع الناس يوم القيمة بالتقوى " إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْقَاصُكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَيْرٌ " .⁴⁴³

⁴³⁸ سورة النور الآية 21 .

⁴³⁹ سورة الحجرات الآية 13 .

⁴⁴⁰ سورة الإسراء الآية 37 .

⁴⁴¹ عن أبي هريرة ورواه أحمد وأبوداود والترمذى وحسنه، والألبانى حسنہ فى صحيح الترمذى(3956)، و قال أحمد شاكر صحيح فى مسنـد أـحمد(300/16)، وفى رواية لـابن عمر قال فيها الـأـلبانـى إـسنـادـه صـحـىـحـ فى السـلـسلـةـ الصـحـىـحـةـ(6/719).

⁴⁴² سورة فصلـتـ الآية 15 .

⁴⁴³ سورة الحجرات الآية 13 .

وإن كنت تعجب بكثره الأموال والأولاد ، فأعلم أنهم يكونون لك فتنه فاتقى الله فيهم واسكره على ما أعطاك ، واعلم أن ما أورتيه إنما هو قليل وأنك محاسب عليه ، فأعط حق الله في مالك بالصدقة والزكاة ، وأعط حق الله في أولادك أن تعلمهم وتزكيهم حتى يكونوا لك حجابا من النار يوم القيمة)⁴⁴⁴.

5. الكبر:

والكبر هو ابن العجب ، ولذا جعلناه بعده ، وقد عرفه رسول الله صلى الله عليه وسلم "الكبر من بطر الحق وغمط الناس"⁴⁴⁵، وهو ازدراء الآخرين واحتقارهم ، ويرى المتكبر نفسه أعز من الآخرين وأعظمهم ، لأن من الكبر العزة والعظمة على الناس ، لذلك قال ابن عباس في قوله تعالى "إِنَّ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبَرٌ مَا هُمْ بِالْغَيْبِ"⁴⁴⁶ قال عظمة لم يبلغوها ، ففسر الكبر بالعظمة ، وقلما ينفك منه عابد أو عالم أو رياضي إلا ما رحم ربى ، يرى في نفسه أنه الأحسن والأعلى والأفضل لما حققه في عبادته أو علمه أو رياضته وبلغه أعلى الدرجات وتحقيقه أحسن الأداء ، ولذا قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ مِّنْ كَبَرٍ"⁴⁴⁷ ، فكان الكبر مانعاً وحائلاً لدخول الجنة ، لأنه يحول بين العبد وبين أخلاق المؤمنين كلها ، وتلك الأخلاق هي أبواب الجنة ، والكبر وعزّة النفس يغلق تلك الأبواب كلها ، لأنه لا يقدر على التواضع ولا ترك الحقد ولا يدوم على الصدق ولا ترك الغضب أو كظم الغيظ أو ترك الحسد أو النصح لغيره أو قبول النصح ، وكل ذلك من أخلاق المؤمنين التي تحجب عنه الجنة ، لذا لا يسلم من بعض الناس واغتيابهم ، وقال الغزالى (وشر أنواع الكبر ما يمنع من استفادة العلم وقبول الحق والانقياد له ، وفيه وردت الآيات التي فيها ذم الكبر والمتكبرين قال تعالى "الْيَوْمَ ثُجَرُونَ عَذَابَ الْهُنُونِ بِمَا كُنْتُمْ تَقُولُونَ

⁴⁴⁴ إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالى يتصرف قليل.

⁴⁴⁵ عن أبي هريرة ورواه أبو داود ، وقال الألبانى صحيح فى الأدب المفرد(433) وصحيح أبي داود(4092) والسلسلة الصحيحة (4/168) ، وعن ابن مسعود(الكبر بطر الحق) ، ورواه مسلم(91).

⁴⁴⁶ سورة غافر .56

⁴⁴⁷ عن عبد الله بن مسعود ورواه مسلم(91) ، وأحمد والترمذى ، وقال الألبانى صحيح فى صحيح(الجامع) (7674) (وهي غاية المرام) (114) والترغيب(2910) والترمذى(1999) ، وقال أحمد شاكر فى مسند أحمد صحيح(22) (6/22).

عَلَى اللَّهِ عَيْرُ الْحَقَّ وَكُنْتُمْ عَنْ آيَاتِهِ شَتَّكِرُونَ⁴⁴⁸ "، قال سبحانه "قِيلَ ادْخُلُوا أَبْوَابَ جَهَنَّمَ خَالِدِينَ فِيهَا فَلَيْسَ مَثْوَى الْمُتَكَبِّرِينَ"⁴⁴⁹ ".

ثم أخبر أن أشد أهل النار عذاباً أشد هم عذاباً على الله تعالى فقال "لَمْ لَنْزَعَنَّ مِنْ كُلِّ شِيعَةٍ أَيُّهُمْ أَشَدُ عَلَى الرَّحْمَنِ عَنِّيَّا"⁴⁵⁰ "، قال تعالى "فَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُنْكَرٌةٌ وَهُمْ مُسْتَكْرِرُونَ"⁴⁵¹ ".

وقال سبحانه "سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ⁴⁵² "، وإن كانت نعمة من الفضائل كإنفاق الأموال في المكارم والصدقات فالمناسة فيها مندوبة⁴⁵³ ().

وإن كانت نعمة يتنعم بها كممارسة لعبه أو رياضة لتحقيق رقم قياسي ، أو الفوز بجائزة ، أو أي شئ من نعم الدنيا الحال المباحة ، فالمناسة فيها مباحة ولا شئ عليها ، وقد تنقلب المناسة حسداً إذا تمنيت لأخيك زوالها منه ، وإن كان هناك حسد م مشروع كما ورد في حديث الرسول صلى الله عليه وسلم " لا حسد إلا في اثنين " ، وهو ما ذكرنا هو الغبطة ، ومنه أن تحب لأخيك كما تحب لنفسك لحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم " أحب لأخيك ما تحب لنفسك "⁴⁵⁴ .

ولا تحسد على نعمة أنعمها الله عليه كما قال المعموم صلى الله عليه وسلم " لا تبغضوا ولا تحاسدوا وكونوا عباد الله إخوانا "⁴⁵⁶ ، أما التعصب فهو صفة سيئة ، تخرج صاحبها عن الإعدال والعدل وقول الصدق ، وخاصة إذا كان التعصب بين المسلمين بعضهم ببعض ، وقد نهى عنه رسول الله صلى الله عليه وسلم " المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه "⁴⁵⁷ ، وقال عندما تنادي بعض الصحابة وتعصيوا لأنسابهم

⁴⁴⁸ سورة الأنعام الآية 93.

⁴⁴⁹ سورة غافر الآية 76.

⁴⁵⁰ سورة مريم الآية 69.

⁴⁵¹ سورة النحل الآية 22.

⁴⁵² سورة الحديد الآية 21.

⁴⁵³ إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالى بتصرف قليل.

⁴⁵⁴ سبق تخریجه ص 36.

⁴⁵⁵ سبق تخریجه ص 166 بالفظ (أحب للناس) وأما أحب لأخيك فعن أبو أمامة الباهلى وقال الذهبي في المذهب إسناده صالح (7/3711).

⁴⁵⁶ سبق تخریجه ص 1170.

⁴⁵⁷ عن ابن عمر ، والحديث متقد عليه رواه البخارى في صحيحه (2442) ، ومسلم في صحيحه (2580).

ومكانتهم " دعواها فإنها منتنة " ⁴⁵⁸ ، وليس الرياضة إلا كما ذكرنا للترفيه المباح عن قلب المسلم ونفسه ويكون مسلما قويا ، وباقى أغراضها المباحة والتى ذكرناها سابقا ، ولكن للأسف ضلت وأضلت ، انتشر فىنا الأمراض التى فيها ومنها التعصب ، وانتشر فىنا وبيننا البغض والتشاحن والكراهية من أجل دنيا نصيبيها أو متعة زائلة ، وهذا هو حالنا الآن من تعصب من أجل شخص أو فريق أو جماعة أو حتى دولة ، وأصبحت الرياضة الآن مسرح للبغض والتناحر والتقاول بين المسلمين ولعلاج ذلك ، فلينظر المتعصب على أى شئ يتقاول ، وعلى أى شئ مهما عظم أمره من أمور الدنيا يتباغض ، ويعلم أن هذا الشئ فانى وإلى زوال وليس إلى دوام ، فليتنافس فى الدين أولى له " وَفِي ذَلِكَ فَلَيَتَنافسُ الْمُتَنَافِسُونَ " ⁴⁵⁹ .

ماذا لو قبض ومات وهو على هذا الحال من التناحر والتعصب الشديد وأدى إلى قتله ، أليس القاتل والمقتول فى النار ، وقد خسر الدنيا والآخرة ، كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " يبعث كل عبد على ما مات عليه " ⁴⁶⁰ .

ماذا لو أصيب بمرض أو علة ليس لها شفاء إلا بأمر الله وحده ، مثل مرض السكر أو أمراض القلب أو الضغط أو غيرها من أمراض الانفعال الشديد ، ألا يحس بالندم طوال حياته لما فرط فى نعمة الصحة نتيجة تعصبه الشديد الأعمى ، كما قال الله سبحانه وتعالى " وَلَا تَقْتُلُوا أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا " ⁴⁶¹ .

وماذا كسب من تعصبه هذا إلا خسارة صحته وماله ، بل كثير من إخوانه فى الدين كما قال الرسول صلى الله عليه وسلم " وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْرَانًا " ⁴⁶² .

وماذا كسب من خصامه ومقاطعته لإخوانه نتيجة تعصبه الأعمى ، أليس هذا المكسب القليل لا يساوى قيمة ما خسره مع أهله وإخوانه " الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِيَّةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا طَوْفَانٌ لَا يُسَاوِي قِيمَةَ مَا خَسَرَهُ مَعَ أَهْلِهِ وَإِخْوَانِهِ " ⁴⁶³ .

وماذا كسب سوى عدم راحة باله وزيادة غمه وهمه وبغضه وحسده للأخرين ، بل قد يعود على ولده وزوجته وأهله أجمعون .

⁴⁵⁸ عن جابر بن عبد الله، والحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه(4905)، ومسلم في صحيحه(2584).
⁴⁵⁹ سورة المطففين الآية 26.

⁴⁶⁰ عن جابر بن عبد الله، ورواه مسلم في صحيحه(2878)، وابن حبان في صحيحه(7313).

⁴⁶¹ سورة النساء الآية 29.

⁴⁶² سبق تخریجه ص 170.

⁴⁶³ سورة الكهف الآية 46.

وقد أصبح قلبه مرتع للشيطان يفعل فيه ما يشاء ، لأن الإنسان عندما يغضب ويشتت غضبه نتيجة تعصبه الأعمى ، يسيطر الشيطان عليه ويدفعه إلى الهلاك والنار. كما قال رسول الله الكريم " الغضب من الشيطان وإن الشيطان خلق من النار ، وإنما تطفأ النار بالماء ، فإذا غضب أحدكم فليتوضاً ".⁴⁶⁴

وروى أن أبا ذر قال لرجل : يابن السوداء – في خصومة بينهما – بلغ ذلك رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال " يا أبا ذر بلغنى أنك اليوم عبرت أخاك بأمه فقال : نعم فانطلق أبو ذر ليرضي صاحبه فسبق الرجل فسلم عليه فذكر ذلك لرسول الله صلى الله عليه وسلم فقال يا أبا ذر أرفع رأسك فانظر ثم اعلم أنك لست بأفضل من أحمر ولا أسود إلا أن تفضله بعمل ثم قال إذا غضبت فإن كنت قائما فاقعد وإن كنت قاعدا فاتكئ وإن كنت متكئا فاضجع ".⁴⁶⁵

وقال صلى الله عليه وسلم " أشدكم من غلب نفسه عند الغضب ، وأحظمكم من عفا عند القدرة ".⁴⁶⁶

وقال صلى الله عليه وسلم " ليس الشديد بالصرعة ، إنما الشديد من يملك نفسه عند الغضب ".⁴⁶⁷

وقال صلى الله عليه وسلم " من كظم غيظا ولو شاء أن يمضيه لأمضاه ملأ الله قلبه أمنا وإيمانا ".⁴⁶⁸

وقال صلى الله عليه وسلم في رواية أخرى " من كظم غيظا وهو قادر على أن ينفذه دعاه الله يوم القيمة على رؤوس الخلائق حتى يخирه في أي الحور شاء ".⁴⁶⁹

⁴⁶⁴ رواه عطية بن عروة السعدي، ورواه أحمد وأبو داود وضعفه الألباني في السلسلة الضعيفة (582) وضعيف أبي داود (4784)، وروى أيضاً عن معاوية وقال فيها الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (3933).

⁴⁶⁵ عن أبي ذر، وقال العراقي في تخریج الإحياء أخرجه ابن أبي الدنيا بأسناد صحيح (3/216)، وفي الصحيحين قال: كان بيني وبين رجل من إخواني كلام وكانت أمه أعمجية فغيرته بأمه فشكاني إلى رسول الله فقال " يابن ذر إنك أمر فيك جاهلية ".⁴⁶⁶

⁴⁶⁶ عن علي رضي الله عنه، ورواه ابن أبي الدنيا في ذم الغضب وقال السيوطي ضعيف في الجامع الصغير (1056)، وقال العراقي في تخریج الإحياء روى بالشطر الأول مرسلا بأسناد جيد (3/217)، وقال الألباني ضعيف في ضعيف الجامع (871).

⁴⁶⁷ عن أبي هريرة، والحديث متفق عليه رواه البخاري في صحيحه (6114)، ومسلم في صحيحه (2609).

⁴⁶⁸ عن أبي هريرة، وقال العراقي فيه من لم يسم في تخریج الإحياء (3/217)، وقال الألباني ضعيف في السلسلة الضعيفة (1912) وضعيف الجامع (5823)، وفي رواية ابن عمر قال الألباني حسن في صحيح الجامع (176).

⁴⁶⁹ عن معاذ بن أنس الجنهى، ورواه الترمذى وقال حسن غريب وابن ماجه وأبو داود وأحمد ، وقال الألباني صحيح في صحيح الترمذى (2493) وحسن في صحيح ابن ماجه (3394).

الباب السابع

معجزة الله

في

الإنسان

إن الله سبحانه وتعالى عندما خلق الإنسان وله القدرة على السعي والحركة لإنجاز الأشياء وإن عمر الحياة ، لذا وله الله ما يلائم هذه الوظيفة من بناء جسماني سليم ، وقدرة عضلية قوية تعينه على أداء مهمته ، بل منحه أكبر نعمة أنعمها على خلقه أجمعين ألا وهي نعمة العقل والتمييز ، لذا استخلفه سبحانه وتعالى في الأرض " وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً " ⁴⁷⁰ ، والذى ينظر إلى إعجاز الله فى خلق أدم وذراته ، يجد كيف خلق فابدأ وقدر فأحسن " الَّذِي خَلَقَ فَسَوَى (2) وَالَّذِي قَدَرَ فَهَدَى " ⁴⁷¹ ، وآيات الله فى خلق الإنسان لا تنتهى " سَتُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَفْسِيْهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ " ⁴⁷² .

والإنسان هذا الكائن المعجز فى خلقه ، المحير فى فعله ، له حقا من أكمل آيات الله ، فقد خلقه الله سبحانه بيديه الكريمتين سبحانه ، ونفح فيه من روحه ، فدعوة للنظر إلى آيات خلق الله فى الإنسان لنرى عظمة الخالق سبحانه وتعالى وقدرته فى خلقه ، وإعجازه فى تكوينه لنخر الله سجدا ونقول " رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ " ⁴⁷³ .

وهي دعوة لكل رياضى لنلقى نظرة ونعرف معلومة على إبداع خلق الله فى أجسامنا لندرك نعمة الله سبحانه وتعالى ونجتهد ونعمل على حفظه وصيانته وعدم هدره أو تلفه أو قتله.

التشريح وفيزيولوجيا الإنسان : ⁴⁷⁴

وللتعریف علم التشريح ، هو العلم الذي يدرس ويبحث شكل وبنية الأجسام الحية ، مثل شكل وبنية العظام والعضلات والقلب والدماغ والنخاع الشوكي الخ .

والفيزيولوجيا هي علم يدرس العمليات التي تحدث في الأجسام الحية ، ويدرس أيضا وظائف الجسم ونشاطاته المختلفة ، كالعضلات والقلب والدماغ وغيرها.

سورة البقرة الآية 30 . ⁴⁷⁰

سورة الأعلى الآية 2 . ⁴⁷¹

سورة فصلت الآية 53 . ⁴⁷²

سورة آل عمران الآية 190 . ⁴⁷³

تشريح وفيزيولوجيا الإنسان - د/ فاسيلي تاتارينوف - دار مير للطباعة والنشر - 1983 م. ⁴⁷⁴

والعلمان مرتبطان ببعضهما ارتباطاً وثيقاً ، فالجسم وشكله بدون معنى إن لم نعرف وظائفه وكيفية نشاطه الحيوي ، مثل بنية الرئتين مرتبطة بوظيفة التبادل الغازى التى تتم بها ، والكلى وتكونها مرتبطة بعملية الفلترة للدم وتكوين البول ، وهكذا كل منها مرتبطة بالآخر ، لذا يجب النظر إلى جسم الإنسان آخذين فى الإعتبار وظائفه أيضاً .

وإن المعرفة بعلم بنية الإنسان ووظائفه ضرورية لممارسة الرياضة السليمة ، والمناسبة لكل إنسان ، كل على حسب بيته ووظائفه ، فحامل الأنقال ليس كلاعب الجمباز مثلاً ، ورياضة الجرى ليست كالمسارعة وهكذا .

وكذلك من أجل الوقاية من الإصابات نتيجة الممارسة الخاطئة للرياضة أو الغير مناسبة للجسم وأيضاً للوقاية من الأمراض المختلفة التى تهاجم الإنسان بين الحين والآخر .

ولكن دعونا نفهم معاً ماذا يحدث للرياضي حين يبذل أى مجهود أو يمارس لعبته المفضلة ماذا يحدث فى جسمه ، ومعظمنا قد لا يدرى ماذا يحدث له من تفاعلات وتغييرات يحار لها العقل ، وتعجز عن فهمها الألباب ، ولكن هى قدرة الله الخالق الذى خلق فسوى ، والذى قدر فهدي .

ولنبدأ من البداية فعند بذل أى مجهود تبدأ الأنسجة فى التغير والتبدل ، بل تموتآلاف الملايين من الخلايا وتتوالد غيرها فى نفس اللحظة ، ومع كل نبضة قلب ، بدون أن ندرى أو نحس بها ، ودعونا نقترب قليلاً دون التعمق ، ولننظر عن بعد إلى الخلايا والنسج لنعرف ما هى ، وسنحاول بإذن الله شرح وتبسيط هذان العلمان لأهميتهما وبيان إرتباطهما بمارسة الرياضة .

الخلية الحية : - وهى وحدة البناء الأولى فى الجسم ، ومنها تكون الجسم ويتشكل ، وسبحان الخالق الذى رغم وحدة البناء الأولى وتكونها إلا أن كل إنسان أو كل جسم حى يختلف فى الشكل والتكون عن نظيره ، وليس هناك متماثلان أبداً ، ولكن هناك إختلاف يدل على قدرة الخالق ، رغم وحدة التكون الأولى وهى الخلية الحية فهى تتكون فى أبسط شكلها وفى جميع الخلايا من نواة وسيتو بلازم وغشاء خلوى ، ومادة الخلية تتكون من مادة كيماوية تتألف من مركبات عضوية غاية التعقيد ، منها البروتينات وهى أساس مكونات الخلية ، والدهون ،

والسكريات ، والأملاح والماء وهو الأهم حيث جعل الله منه كل شيء حي " وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ إِنَّا لَهُ مُمْكِنٌ " 475

وكل من مكونات الخلية لها مكونات أصغر منها وأدق ، لها وظائف خاصة تعمل على إستمرار الحياة للكائن الحي مثل التفاعلات الكيماوية التي تكون الطاقة اللازمة للحركة ، وتركيب المواد المكونة للخلية ، وتفاعلات التبادل الكيماوي في الخلية ، وكذلك عملية التكاثر والإنسطار بين الخلية ، ومن أهمها الأنزيمات والتي تقوم بدور فعال في عملية الهضم والتحلل والخلية الحية لا تبقى مكوناتها العضوية والبروتينات دون تبدل ، بل تتفكك بإستمرار وتشكل من جديد ، وهكذا دون الدخول في غابة التفاصيل التي يهتم بها علماء الأحياء والطب ، وكيف أن الله القدير جعل لكل خلية حية تميز عن غيرها رغم التشابه في التركيب والمكونات إلا أن كل واحدة تختلف عن الأخرى في كل كائن حي ، فال الخلية الحية في الحيوان لا يمكنها أن تكون إنسان والعكس كذلك ، وذلك بفضل ما أودعه الخالق العليم في هذه الخلية التي لا ترى بالعين المجردة وتحت المكبرات العالية من أسرار وراثية تميز كل كائن عن الآخر ، بل تميز كل فرد من هذا الكائن عن نظيره وذلك عندما يكتشف العلماء في نهاية القرن العشرين الحمض النووي المعروف بال D N A وهو ينقل الصفات الوراثية من الكائن الحي إلى نظيره بدقة ونظام تدل على أنه سبحانه وتعالى هو الواحد الأوحد .

النسج (الأنسجة) : - يتتألف أعضاء الجسم البشري من أنسجة مختلفة ، وكل نسيج عبارة عن جملة موحدة من الخلايا والمواد الحشوية ذات البنية المعينة (والخلايا الحشوية هي التي تكون المادة بين الخلايا ، وليس لها بنية خلوية ، وترتبط بوظائف النسيج التي تدخل في تركيبه) ، وهذه النسج تؤدي وظيفة معينة في الجسم ، ومن أهمها :

النسج الطلائية وهي التي تكون طبقة الجلد السطحية وبعض الأغشية المخاطية وغيرها ، ومن أهم وظائفها الوظيفية الدافعية وتبادل المواد بين الجسم والوسط الخارجي وغيرها ، والنسج الضامة وهي تتتألف في غالبيتها من ألياف ، وتتميز بأنواعها المختلفة طبقاً للخصائص البنوية والوظيفية ، مثل ليفي رخو ، دهنی ، شبکی ، ضام ليفي قاسی ، غضروفی ، عظمی ، الخ ، ومن أهم وظائفها الوظائف الغذائية والداعمة والدافعية .

النسج العضلية وهى منها العضلى الأملس ، والذى يدخل فى تركيب جدران الأحشاء مثل الأمعاء والمثانة والرحم وغيرها ، والعضل العرضى المخطط ويوجد فى عضلات الهيكل ، وبعض الأعضاء الداخلية مثل اللسان والحنك الرخو وغيرها.

النسج العصبى وهو العنصر الأساسى للجهاز العصبى ، والذى ينظم العمليات الجارية فى الجسم ، والذى يحقق العلاقات المتبادلة مع الوسط الخارجى ، ومن أهم صفات النسيج العصبى القدرة على التهيج والناقلية ، رداً على مختلف المنشئات التى تؤثر على الجسم من الوسط الخارجى ، أو التغيرات الجارية فى الجسم نفسه .

ولكى يبدأ الرياضى فى أى نشاط فإنه يحتاج إلى طاقة تمده بما يحتاج إليه من حركة ونشاط يستطيع به أداء ما يقوم به ، وذلك عن طريق الغذاء والطعام الذى ينتقل من فمه إلى معدته ، ثم إلى أمعاءه ، ثم إلى شرجه ، ثم يقوم جسمه بطرد الفضلات منه ، وهذه المرحلة الطويلة التى قد تتمد من 8 – 10 ساعات أحياناً ، تحتاج إلى الهضم حتى نحصل على الطاقة ، وتببدأ رحلة الهضم فى الفم وفور دخول الطعام إليه فتبدأ الغدد اللعابية فى فرز لعابها فى الفم والذى يختلط بالطعام عند المضغ ، وسبحان الله الذى قدر فهدي فهذا اللعاب يحتوى على المخاط الذى يلين الطعام ويسهل بلعه ، كما يحتوى على أنزيم الأميليز والذى يعمل على تحلل النشا مائياً إلى سكر ثانى هو المالتوز ، والذى يتحلل بدوره إلى سكر أحادى يزوب فى الماء ويسهل إمتصاصه بسهولة ، ويعمر الطعام من الفم إلى المريء ، والذى حباه الله ببطانة بها غدد تفرز المخاط والتى يسهل عملية البلع مع أنقباضات وانبساطات عضلية والتى تسمى بالحركة الدودية ، والتى تكون على طول القناة الهضمية ، وهى المسئولة عن حركة الطعام طوال مشواره فيها ، وينتقل الطعام إلى المعدة ، وهى الأخرى حباها الله بجدار عضلى قوى بانقباضاته يتم خض وعجن الطعام ، وهذا الجدار مبطن بخلايا تقوم بإفرازات مخاطية كثيفة تحمى جدار المعدة من عصارتها الهاضمة والتى تتكون من حمض الهيدروكلوريك تصل درجة حموضته إلى 1.5 – 22 PH وهذا الوسط حمضى له فوائد عده ، منها أنه يوقف عمل الأنزيم المفرز من الفم والمختلط بالطعام وينشط أنزيمات المعدة الهاضمة ، كما تقتل البكتيريا الضارة التى تدخل مع الطعام فسبحان الله الذى جعل فى المعدة هذا الحامض القوى ، ورغم قدرته القاتلة إلا أنه بدونه لا تتم عملية الهضم ، وباقى العصارة الهاضمة تتكون من الأنزيمات الهاضمة التى تفرزها خلايا المعدة ، والماء يشكل 90 % من عصارة المعدة ، وبعد تمام الهضم ينتقل الطعام من المعدة إلى

الاثنتى عشر ، وسبحان الله رغم أنه لا هضم فيه للطعام إلا إنه له فوائد عظيمة بدونها لا تتم عملية الهضم " رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ " 476

حيث هو المسؤول عن تنبية الخلايا الخاصة في الأمعاء إلى فرز هرمونات تنتشر في الدورة الدموية حتى تصل إلى الكبد والبنكرياس والأمعاء الدقيقة ليقوم كل منها بفرز العصارات الهاضمة والتي تحتوى بدورها على أنزيمات هاضمة تقوم بھضم الطعام وتحويل مكوناته من بروتينات ودهون وكربوهيدرات وسكريات معقدة الهضم إلى مواد أولية أو أحادية العناصر يسهل امتصاصها عن طريق خلايا مبطنة لجدار الأمعاء ، حيث يوجد إنتشاءات عديدة بها الخملات ، تشكل مساحة سطح الخملات حوالي 10 m^2 أى خمسة أضعاف مساحة سطح جسم الإنسان ، سبحان الخالق ، والتي تمنص الطعام المهضوم وتنقله إلى الدم ومنه كما ذكرنا تركيب وبناء وتتجدد الخلايا ، وإمداد الجسم بالطاقة الازمة للحياة.

وبعد إمداد الجسم بالطعام وھضمھ ، يحتاج الإنسان إلى الأكسوجين لإتمام عملية تبادل الطاقة في الجسم ، وللحصول على الأكسوجين يتنفس الإنسان الهواء الجوى ، والذى يدخل اليه عن طريق الأنف ، هذا الممر الدافئ الذى جعله الله الخالق في مقدمة الأنف من الداخل شعيرات تعمل كمصفاة للتنقية الأولية للهواء من الأتربة والغبار والأشياء العالقة في الهواء ، ثم جعل فيها الخالق عدد مخاطية تفرز مخاطر رطب ليرطب الهواء الداخل ، وينقى الهواء مما علق به من أتربة أو جراثيم ، وسبحان الله الذى جعل على سطح الغشاء المخاطي دائما خلايا دموية تخرج من الأوعية الدموية الكريات البيضاء ، والقادرة على ابتلاع الجراثيم والتى علقت بالغشاء المخاطي المبطن للأنف ، وجعل سبحانه بكل ممر الأنف الداخلى شعيرات دموية لتدفئة الهواء الداخل إلى الجسم حتى لا يؤذيه ، ليمر الهواء نقىا من الجراثيم والأتربة رطبا دافئا إلى الصدر ، وليس هذا كل ما في الأنف ، بل جعل الله سمك الغشاء المخاطي كبير نسبيا ، حيث به شبكة كبيرة من الأوعية والشعيرات الدموية وكذلك الألياف العصبية ونهاياتها ، لسهولة الأحساس بالشم والتأثر بالمنبهات الكيميائية ، والعدوى وغيرها ، لذا يتورم بسرعة ليمنع دخول هذه الأشياء الضارة إلى جسم الإنسان ، فسبحان من حمى الإنسان من حيث لا يعلم .

ويدخل الهواء نقىا رطبا دافئا إلى البلعوم ، ويمر من لسان المزمار والذى جعله الله الخالق البارئ حاجز يمنع الطعام من المرور إلى مجاري التنفس ، ومنه إلى الحنجرة صندوق الصوت وهى معجزة في خلقها إذ جعلها الله مصدر الصوت ومنها يخرج جميع لغات العالم وبها

476 سورة آل عمران الآية 190.

يتحدثون وبها يتفاهمون ، وقد لا يفهم بعضهم لغة بعض ، ولكنها خرجت من ذلك العضو الغضروفى ذو الأحوال الصوتية والتى تهتز بمرور الهواء بينها فيخرج الصوت فيتفاهم الخلق. ويمر الهواء بعد ذلك في القصبة الهوائية ، والتى جبها الله سبحانه وتعالى بغضاريف نصف حلقية ، الجدار الداخلى لين حيث يلتصل بالمريء اللين كذلك وحتى لا يؤذيه ، أما الخارج فيه الحلقات الغضروفية القوية والتى تجعل القصبة الهوائية دائماً مفتوحة ليمر الهواء بسهولة ويسراً ، وحبى الله القصبة الهوائية كذلك بعده تفرز المخاط وبأهداه تتحرك من أسفل إلى أعلى لكي تعمل على تنقية الهواء المار بحركتك ما قد يعلق به من دقائق غريبة أو جراثيم إلى البلعوم حيث يمكن بلعها أو تطرد إلى خارج الفم .

ثم تنفرع القصبة الهوائية إلى قسمين للرئة اليمنى واليسرى ، وتنشعب داخل كل رئة إلى شعيبات هوائية أرفع فأرفع حتى تنتهي أدق التفرعات والتى يصل قطرها (0.3 - 0.4) سم إلى أكياس تسمى الحويصلات ، وسبحان الخالق الذى جعل في داخل هذه التفرعات غضاريف وغدد لتحافظ على إنساب الهواء إلى الحويصلات الكروية قطرها يتراوح بين (0.2 - 0.3) مم ، وتحيط بالحويصلات شبكة من الشعيرات الدموية ، والسماكه الكلية لجدار الحويصلات والشعيرات تساوى (0.1 - 0.5) ميكرون ، سبحان الله ! ، وعبر هذا الجدار الرقيق يحدث التبادل الغازى ، حيث ينتقل الأكسجين من الحويصلات إلى الدم ، والعكس ينتقل ثانى أكسيد الكربون من الدم إلى الحويصلات ، وسبحان الخالق فتصل عدد الحويصلات في الشخص البالغ حوالي 300 - 400 مليون حويصلة ، يصل سطحها الكلى عند الشهيق حوالي 100 م² .

وتم عملية التنفس عن طريق مجموعة العضلات الموجودة بين الضلوع ، والعضلة التنفسية التي تسمى الحجاب الحاجز ، حيث تنقبض العضلات التي بين الضلوع لترفعها إلى أعلى وتنقبض عضلة الحجاب الحاجز أسفل الرئتين ، فتزيد بذلك حجم فراغ التجويف الصدرى وبالتالي ينقص ضغطه الداخلى فيندفع الهواء الخارجى إلى داخل الأنف ثم إلى الرئتين .

وأثناء الزفير يحدث العكس ، فترتخى عضلات الضلوع والحجاب الحاجز لينقص حجم التجويف الصدرى ويزيد الضغط الداخلى فيندفع الهواء إلى خارج الرئتين .

والهواء لا يخرج كله في الزفير ، فسبحان الله العظيم والذى قدر فهوى ، إذ جعل بعض الهواء يتبقى بعد عملية الشهيق والزفير ، حيث يسهم هذا الهواء بدفعه في تدفقة الهواء الجديد الداخل إلى الرئتين ، كما يحافظ على عدم إتساق جدر الحويصلات .

أرأيت إعجاز الله في خلقه في بنية الرئتين العنقودية والسطح الواسع للحويصلات والكمية الكبيرة من الشعيرات الدموية المحيطة بها والسماكية الرقيقة لجدران الحويصلات والشعيرات تسهل بقدرة الله العظيم عملية التبادل الغازى بين الدم والهواء .

ولكن كيف يحدث هذا الإنتقال الغازى بين الدم والهواء ؟ ، إنه يتم بقانون رباني معناه الفزيائى يقول إذا كان ضغط غاز ما ، موجود فى سائل أو هواء محاط به متباليناً ، فإن الغاز ينتقل من السائل إلى الهواء وبالعكس ، حتى يتساوى الضغط ، لذا فإن ضغط الأكسوجين فى الحويصلات يكون أعلى منه فى الدم ، وضغط غاز ثانى أكسيد الكربون فى الدم يكون أعلى منه فى الحويصلات ، ولذ يحدث الإنتقال الغازى بين الدم والهواء فسبحان من خلق فسوى وقدر فهوى .

ولا تقتصر وظيفة الرئتين على التبادل الغازى فقط ، بل هي إحدى وسائل إخراج الماء من الجسم حيث يفقد الجسم الإنسان حوالي 2500 سم^3 ، يخرج من الرئتين فقط 500 سم^3 من الماء على هيئة بخار ماء مع الزفير ، ويتم هذا البخار نتيجة تبخر الماء الذى يربط جدر الحويصلات الهوائية واللازم لذوبان الأكسوجين وثاني أكسيد الكربون لتم عملية التبادل الغازى ، وسبحان الخالق فلولا هذا البخار ما تمت عملية التبادل الغازى ، سبحانك ما خلقت هذا باطلا .

نرى عندما تكلمنا عن عملية الهضم وعملية التنفس أن الدم هو القاسم المشترك بين كل العمليات.

والدم له وظائف عديدة وهى :

- 1- نقل المواد الغذائية المهمضومة بشكل رئيسي من الأمعاء الدقيقة والأكسوجين من الرئتين ويوفرها إلى جميع أعضاء الجسم ، وينقل من الأعضاء نواتج التحول الغذائي (الإستقلاب) من ثانى أكسيد الكربون والأزوت (المواد النيتروجينية) إلى أعضاء الإطراح أو الطرد مثل الكلى وغيرها .
- 2- ينقل ويوزع الهرمونات من الغدد الصماء إلى جميع أنحاء الجسم ، كما يوزع بعض الأنزيمات النشطة أو الخاملة كذلك .
- 3- ينظم الدم عمليات التحول الغذائي ، وينظم درجة حرارة الجسم عند 37° م ، وذلك عن طريق نقل الدم من مناطق الحرارة العالية مثل العضلات والكبد إلى الأعضاء الأقل حرارة مثل الجلد والتى يحدث عندها إطلاق الحرارة الزائدة إلى الوسط الخارجى .

4- من أهم وظائفه حماية الجسم من غزو الجراثيم والكائنات المسببة للأمراض وذلك عن طريق المناعة والجهاز اللمفي .

5- حماية الجسم نفسه من عملية النزف بتكوين الجلطات الدموية .
سبحان الله الذى جعل للدم كل هذه الأهمية وجعله يقوم بكل هذه الوظائف بحوله وقوته بدون إرادة الإنسان أو تدخله .

ولكن كيف يقوم الدم بكل هذه الوظائف ؟ ، لقد جباه الخالق بكل المقومات التى يستطيع القيام بكل ذلك ، إذ أن الدم هو نسيج سائل أحمر لزج يتكون من مادة خلوية وهى البلازما وهى تتشكل من - 55% من حجم الدم ، والعناصر الخلوية وهى تتشكل من 45-46% منه .
ويوجد فى الجسم فى المتوسط من 5-6 لترات من الدم ، ووسطه قلوى خفيف حوالى 7.4 PH وسبحان الله الخالق جعل فى الدم كل هذه العناصر ، إذ تتكون البلازما ، وهى سائل بروتينى لزج ، مائل إلى الصفار ، 90-92% منه ماء ، و8-10% مواد عضوية ولا عضوية .

والمواد العضوية يشكل البروتين حوالى 7% ، وأهم هذه البروتينات الألبومين وهو يشكل 4% ، وهو يلعب دوراً هاماً فى تنظيم تبادل الماء بين الجسم والأنسجة أو المحافظة على التوازن المائى - الملحي فى الجسم ، و يؤثر كذلك على درجة لزوجة الدم .

والبروتين الثانى هو جلوبولين ، وهو يؤدى دور دفاعى عن الجسم ضد كل ما يدخل الجسم من جراثيم وأمراض ، ويشكل حوالى 2.7% .

الفيبرينوجين ، وهو البروتين الثالث ، ويشكل 0.3% وله وظيفة هامة ، إذ يشترك فى عملية تجلط الدم .

والمواد الغير عضوية هى الأملاح وتشكل أقل من 1% وهى أملاح الصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم وغيرها ، وتركيبها فى البلازما ثابت نسبيا ، سبحان الله ، من ذا الذى يستطيع أن يثبت هذه النسب إلا الله الخالق ! ، وتتعدد المواد المعدنية ، وخاصة كلوريد الصوديوم دوراً هاماً فى الحفاظ على استقرار نسبى لضغط الدم الإسموزى .

وهناك مواد أخرى فى البلازما تشكل 2% ، أهمها السكر ، أحماض أمينية ، فضلات على هيئة يوريا ، هرمونات ، أنزيمات ، أجسام مضادة ، كل منها بكميات محسوبة تلائم وظيفتها كما أمرها الله سبحانه وتعالى .

والقسم الثانى من مكونات الدم والتى تمثل كما ذكرنا حوالى 46% من حجم الدم هى المواد الخلوية وتشمل الخلايا والصفائح الدموية .

والخلايا الدموية نوعان أحدهما هو خلايا الدم الحمراء ، والأخر خلايا الدم البيضاء .

وخلايا الدم الحمراء يتراوح عددها حتى 5 مليون / مم³ دم ، وسبحان الخالق هى خلايا بدون نواة ، قطرها من 7 – 8 ميكرونات ، وسمكها 1.5 – 2 ميكرون ، ويحتوى السيتوبلازم على مادة بروتينية حمراء وهى الهيموجلوبين ، والتى تعطى الدم اللون الأحمر ، ويدخل فى تركيبها الحديد ، ومن أهم وظائفها هو نقل الأكسجين والذى يتحد مع الهيموجلوبين عند مروره بالرئتين ، ويتوزع مع الدم الشريانى إلى جميع أنحاء الجسم ، وفي الأعضاء ينفصل الأكسجين عن الهيموجلوبين ويدخل إلى الأنسجة ، ويشترك الهيموجلوبين كذلك فى نقل ثانى أكسيد الكربون من الأنسجة إلى الرئتين ، حيث ينتقل من الدم إلى الهواء ويخرج مع هواء الزفير كما أوضحتنا سابقا.

وتصنع كرات الدم الحمراء فى المصنع الإلهى فى الجسم فى مصنع نخاع العظام الموجود فى العمود الفقري والضلوع والقص بمعدل 1.5 مليون خلية / ثانية ، وتحطم هذه الخلايا بعد 120 يوم تقريباً بنفس المعدل .

أما خلايا الدم البيضاء ، فهى تتراوح حتى 7000 كريمة فى 1 مم³ دم ، ولكن لها نواة عكس الكرات الحمراء ، وهى ذات شكل مختلف و تستطيع تغيير شكلها و تتحرك باستمرار ، هى أنواع مختلفة طبقاً لأنواع الحبيبات البيضاء الموجودة فى السيتوبلازم ، فمنها الكرات البيضاء الحبيبية ، والغير حبيبية ، والحبيبية تنقسم إلى ثلاثة أنواع طبقاً للونها ، وتعيش من عدة أيام حتى شهر ، وأهم وظيفة لهذه الخلايا هو الدفاع عن الجسم ، حيث حباه الله سبحانه وتعالى بخاصية البلعمة ، أى التهاب وبلغ الجراثيم والجزيئات العضوية الأخرى ، كما تستطيع الفناذ عبر جدار الأوعية الدموية والتحرك فى الأنسجة نحو بؤر الإلتهاب .

وتصنع كذلك فى مصانع نخاع العظام والعقد الليمفاوية بأوامر إلهية .

ويتبقى من الدم الصفائح الدموية ، وهى صغيرة جداً يتراوح قطرها من 2 – 3 ميكرون ، وشكلها غير محدد ، وعدها غير ثابت يتراوح بين 250000 – 400000 صفيحة / مم³ دم وهى عبارة عن جزيئات سيتوبلازمية لخلايا خاصة فى النخاع النوى ، لذا فهى خالية من النواة و تستطيع العيش حوالى من 8 – 11 يوم فقط و تستبدل بأخرى بنفس المعدل .

وتلعب الدور الرئيسي في تجلط الدم عند النزف ، وسبحان الله ، ولو لا ما جباه الله من صفات ، لظل الجسم ينழف عند حدوث قطع أو نزف من أي جزء من الجسم حتى الموت ، وتصنع كذلك في نفس المصنع الرباني وبأمره في النخاع القى الأحمر .

والتجलط عملية معقدة يشترك فيها مواد أخرى ، بالإضافة إلى بلازما الدم والصفائح وكلها تشتراك في عملية التجلط .

ويتجلط دم الإنسان عادة بعد 3 – 4 دقائق من خروجه من الجسم ، وتسرع الحرارة المرتفعة التجلط ، بينما البرودة تبطئه بشدة .

ولا يكتمل الكلام عن الدم بدون الكلام عن الجهاز الدورى في الجسم ، والذي يتكون من القلب والأوعية الدموية .

ونبدأ بالأوعية الدموية والتي هي جزء من معجزات الله سبحانه في خلق الإنسان المعجز والذي تكرم عليه الخالق وخلقه بيديه (سبحانه بدون تشبيه أو تعطيل) ، وتنقسم الأوعية الدموية إلى ثلاثة أقسام : الشرايين والأوردة والشعيرات ، وهي تختلف عن بعضها في التركيب والوظيفة .

فالشرايين هي أوعية تنقل الدم من القلب إلى الجسم ، وانظر معى في خلق الله ، إن جدرانها ثخينة نسبياً لتحمل ضغط الدم العالى عند ضخه من القلب ، وتكون أثخن في بداية الشرايين الخارجة من القلب ، لكبر الضغط عند القلب منه عند نهاية الشرايين والداخلة في الأنسجة والعضلات ، وتألف الشرايين من ثلاثة طبقات أو أغشية ، خارجى ومتوسط وداخلى ، والغشاء الخارجى عبارة عن غلاف من النسيج الضام يحتوى على ألياف مطاطية كثيرة ولذا تتميز بقوتها ومرونتها ، أما الغشاء المتوسط فهو يتكون من طبقة سميكة تتكون من عضلات !! نعم عضلات داخل الشرايين ، وهي من النوع إلا إرادى وملساء ، والذي لا يتحكم فيها إرادة الإنسان بل فطرة الله التي فطر الشرايين عليها ، فتحكم في انقباضها وانبساطها ألياف عصبية ، أما الغشاء الداخلى أو البطانة الداخلية فتتكون من صف واحد من خلايا طلائية رقيقة ليسهل انفاس الدم وسلامة مروره داخل الشرايين ، والشرايين عادة توجد عادة مدفونة وسط العضلات ، وهي عادة تحمل الدم المؤكسد المحمول بالأكسجين ، ما عدا الشريان الرئوى الذي يخرج من البطين الأيمن .

والأوردة ، وهي التي تنقل الدم من الأعضاء إلى القلب ولذا يكون الدم فيها غير مؤكسد ، ومحمل بثاني أكسيد الكربون ، ما عدا الأوردة الرئوية التي تفتح في الأذين الأيسر ، وهي مثل

الشرايين تتكون من ثلاثة طبقات ، ولكنها تختلف عن الشرايين ، حيث أن الألياف المرنة نادرة ، وسمك الطبقة الوسطى أقل سماكا ، والأوردة غير نابضة ، ولكن سبحان الله يوجد في بعض الأوردة صمامات تسمح بمرور الدم في إتجاه القلب فقط ولا تسمح برجوعه ، مثل أوردة الأطراف القريبة من سطح الجلد ، ولذا فهي أقل مقاومة وتنطبق جدرانها بسهولة.

والشعيرات الدموية وهي أدق أنواع الأوعية الدموية ، ولا تتميز إلا تحت المجهر ، حيث لا يزيد طولها عن 3 مم ، وقطرها حوالي 10 ميكرون ، وسمك جدارها حوالي 1.0 ميكرون ، وفي كل 1 مم² لنسيج أي عضو يوجد مئات الشعيرات ، والتجويف الإجمالي لشعيرات الجسم كله تزيد على تجويف الأبهر الأورطي بـ 800 مرة ، ويقال أنه إذا وصلت شعيرات جسم الإنسان ببعضها فهي تمتد إلى 80 ألف كيلو متر ، وهي تصل بين التفريعات الشريانية الدقيقة ، والتفرعات الوريدية الدقيقة ، ويمكن تشبيهها بشبكة رى عملاقة واسعة حيث تمتد جميع الخلايا باحتياجاتها ، ولذا فجدارها رقيقة جدا مكونة من صفر واحد من الخلايا الطلائية الرقيقة .

ويحدث تبادل المواد بين الدم والأنسجة في الشعيرات فقط ، فعبر جدار الشعيرات تنتقل من الدم إلى الأنسجة المواد الغذائية المختلفة والأكسجين ، وفي نفس الوقت تنتقل من الأنسجة إلى الدم ثاني أكسيد الكربون ونواتج التبادل الغذائي (الإستقلاب) .

والجزء الثاني من الجهاز الدورى هو معجزة الله الظاهرة ، ألا وهي القلب .

والقلب عضو عضلى أجوف ، مخروطى الشكل ، يقع في النصف الأيسر من التجويف الصدرى ، وحجمه لا يتعذر قبضته يد صاحبه ، فطوله حوالي 12 سم وعرضه حوالي 9 سم ، وزنه أقل من نصف كيلوجرام ، وسبحان من حمى القلب ، ذلك العضو المهم فجعل التجويف الصدرى يحتويه ، وتحتضنه الريئتين .

ولنرى رعاية الله سبحانه وتعالى وحفظه لهذا القلب ، فليس فقط في مكانه كما وضحتنا قبل في أشياء كثيرة ، منها أن جدار القلب نفسه يتكون من ثلاثة طبقات ، وهي الطبقة الداخلية أو بطانة القلب ، والطبقة المتوسطة أو عضلة القلب ، والطبقة الخارجية أو النخاب .

ويحيط بالقلب ، أو يتوضع القلب في غشاء يسمى التامور وهو يسمى شغاف القلب ، وهو في الواقع غشاءان أحدهما ناعم أملس ملتصق لعضلة القلب ومكون من طبقتين بينهما مادة شحمية تمنع الإحتكاك فتسهل حركة القلب ، والأخر غشاء ليفي خارجي مثل القماش السميكي لحماية القلب نفسه وكذلك منع انتفاخه أكثر من اللازم . سبحانك ربنا ما خلقت هذا باطلا .

و عضلة القلب هي أقوى طبقة في جدار القلب ، تتتألف من نسيج عضلي مخطط ، وتختلف الألياف العضلية لجدار القلب في بنيتها عن الألياف عضلات الجسم ، ومع كونها عضلات مخططة مثل باقي عضلات الجسم إلا أنها من العضلات الإرادية ، والتي تتقلص بدون إرادة الإنسان بل بارادة الله الخالق الأَحَد.

وبطانة القلب عبارة عن غشاء رقيق من النسيج الضام ، وتحتوى كذلك على خلايا عضلية ملساء وسبحان الله الذى جعلها ملساء لكي تسهل حركة الدم داخل القلب فينساب بدون أى مقاومة ويندفع من القلب بأقصى قوة دون أى عائق ، فيصل ضغط الدم المندفع من القلب إلى أقصى أطراف الشعيرات الدموية المنتشرة في الجسم .

والقلب يتكون من أربعة حجرات ، منها حجرتان صغيرتان متلاصقتان وهما الأذين بينما باقى القلب فيكونه البطينان وهما حجرتان كبيرتان ويتصل كل بطين بالأذين الملائق له ، ويقوم كل أذين بضخ الدم إلى البطين الملائق له ، لذا تجد حكمة الله سبحانه الخالق تتجلى في أن يكون جدار الأذين لا يتعدى سمكه ثلاثة ملليمترات ، أما البطين الأيمن فيضخ الدم إلى الرئتين ، وهي مسافة لا تتعدي بضعة سنتيمترات فنجد سمك عضلاته حوالي سنتيمتر واحد ، أى أكثر من ثلاثة أضعاف سمك الأذين ، أما البطين الأيسر فإن العباءة الكبيرة يقع على عاتقه فهو يضخ الدم إلى الشريانين ، التي تنقسم إلى أصغر فأصغر إلى أن تنتهي إلى الشعيرات الدموية الدقيقة ، والتي يصل طولها حوالي من خمسين إلى ثمانين ألف كيلو متر ، لذا تجد الخالق المصوّر الذي خلق فسوى وقدر فهدي ، جعل عضلاته في منتهى القوة ، مكونة من أربع طبقات ، ويصل سمكها إلى ثلاثة سنتيمترات ، وعضلات البطين متشابكة جميعاً لتنقبض في نفس اللحظة وبسرعة متناهية لا تتعدي 6% من الثانية فتقطعى الدم قوة دفع هائلة تنطلق إلى الشريان الأورطي محدثاً ضغطاً قوياً ، وهو ما يسمى ضغط الدم ، فيندفع الدم إلى الشريانان التاجيان ، ومنهما تنتشر شبكة شريانية حول القلب لإمداده بالأكسجين اللازم لتوليد الطاقة الضرورية لإنقباضه ، وإذا حدث ضيق في أى من فروع الشريانين التاجية تسبب ذلك نقص الأكسجين في المغذي للقلب ، مما يسبب ألمًا مبرحاً في الصدر والكتف الأيسر ، وتخفي هذه الآلام إذا عاد القلب إلى هدوئه ، وهو ما يسمى بالذبحة الصدرية .

ومن عجائب صنع الله في القلب أننا نجد أن المتحكم في نبضات القلب جزء صغير جداً لا يتعدى حجمه طرف الأصبع الصغير يسمى صانع الإيقاع ، وهو مدفون في الحافة اليمنى للأذين الأيمن ، ويقوم هذا الجزء الصغير بإرسال حوالي 72 نبضة كهربائية منتظمة في الدقيقة ، تنتشر

فوراً في جدار الأذنين فينقبضان في نفس اللحظة ، ثم تصل هذه النبضة الكهربية إلى عقدة أخرى بين الأذنين والبطينين فتقوم بتعطيل هذه الإشارة حوالي 7% من الثانية ، وسبحان الله الذي جعل هذه المدة التي لا تذكر كافية لكي تستكمل الأذنان انقباضهما ، ثم تقوم هذه العقدة بعد ذلك بنقل الإشارة إلى البطينين معاً في نفس اللحظة فينقبضان ، وسبحان من خلق فأحكم الخلق ، وقدر لكل شئ وظيفته بحكمة وإحكام ، فسبحانك ما خلقت هذا باطلاً ، فقد جعل الله بين كل أذين وبطين صمام يسمح بمرور الدم في اتجاه واحد فقط ، وهذه الصمامات تشبه النافذة التي تفتح شرفاتها في اتجاه واحد ، فإذا أتى الهواء في الاتجاه المعاكس تغلق الشرفات بشدة محدثاً صوتاً ، وصوت القلب الذي نسمعه ماهو إلا صوت انغلاق صمامات القلب ، ولكن نظراً لمرونة الصمامات فهناك احتمال أن يؤدى شدة انقباض البطين إلى أن ينقلب الصمام في الاتجاه المعاكس مؤدياً لارتجاع بعض الدم إلى الأذين ، وسبحان الله الذي حمى القلب من ذلك فجعل له ما يسمى بالعضلات الحلمية ، والتي تشبه حلمة الثدي ، ويتصل بها أوتار رفيعة تربطها بحواف شرفات الصمام ، وسبحان الذي برمج هذه العضلات بدقة متناهية ، فهي إن انقبضت أكثر من اللازم جذبت شرفات الصمام نحوتها فلا تلامس حوافارها فيرجع بعض الدم للأذنين ، وإذا لم تقبض بالقدر الكافي انقلبت الشرفات ناحية الأذين مما يؤدى لارتجاع الدم أيضاً ، لذا جعلها الله الخالق تضبط قوة انقباضها حسب قوة انقباض البطين مما يؤدى إلى تلامس الشرفات بإحكام شديد يمنع ارتجاع الدم ، وإذا حدث عطل في هذه المنظومة الربانية ، والتي أحكمها الخالق سبحانه وتعالى ، وهذا من النادر ، وتوقف صانع الواقع عن إرسال نبضاته الكهربائية ، فإن الله سبحانه الصانع الخالق جعل هناك بديل ، وهي العقدة الموجودة بين الأذنين والبطينين بإرسال إشارة بديلة حتى لا يتوقف القلب ، ولكن بمعدل أبطأ من 40 - 50 نبضة في الدقيقة ، حتى يتم إصلاح العطل في المولد الرئيسي للطاقة ، وهذا يسمح بعمليات القلب ونقل القلب من جسد إلى آخر ، وحتى عمليات التي تجرى في المخ .

وهكذا ، كلما سمح الله للإنسان بالتقدم في العلم ، كلما ارتق وتقدماً واكتشف ما حجبه الله عنه بإذنه ، فلم يؤتى الإنسان من العلم حتى يومنا هذا إلا قليلاً .

وبعد أن استعرضنا الجهاز الهضمي والجهاز الدورى والجهاز التنفسى تعالوا نستعرض معاً فصلاً هاماً يهم العاملين في مجال الرياضة والمشتغلين بها ألا وهو: **العضلات** والتي تهم بعض الرياضات التي تهتم ببناء الأجسام القوية والعضلات المفتولة كرياضة كمال الأجسام والمصارعة وحمل الأنفال وألعاب القوى وغيرها.

تعتبر العضلات قسماً نشيطاً في الجهاز الحركي ، ونتيجة تقلصها تحدث الحركات المختلفة في الجسم بحسب أماكنها ، ولقد حبا الله سبحانه وتعالى الإنسان بكمية كبيرة من العضلات منتشرة في كل جزء من جسمه ، حتى أنها تبلغ نوع أحدهما وهو العضلات المخططة أكثر من 400 عضلة ، وتبلغ إجمالي وزنها حوالي 40 % من إجمالي وزن الجسم .

للعضلات أهمية كبيرة في التحكم في الحركات في مختلف أنحاء الجسم لذا تجدها في كل مكان من الجسم ، ولا يكاد يخلو مكان من الجسم إلا وبه عضلة أو أكثر ، هي المسئولة عن حركته ، حتى العينين التي بها عضلة الأجنان المستديرة ، والتي تكون حول العين ، وهي المسئولة عن غلق العين وفتحها ، وعضلة الحاجب وتسمى العضلة الجبهية ، وهي المسئولة عن رفع الحاجب والتجاعيد العرضية على الجلد ، لذا تجد أن جميع العضلات تقريباً تمتد فوق مفصل أو أكثر ، وعند انقباضها تحدث الحركة ، ويحدث انقباض وانبساط مختلف المجموعات العضلية بانتظام دقيق وقوية محددة ، وهذه الحركات تحدث بالتوافق ، وينظمها الجهاز العصبي .

وسبحان من خلق الإنسان في أحسن تقويم إذ رفع قامته مستوى واقفاً متميزاً عن سائر مخلوقات الله ، فحباه بثلاث عضلات في منطقة الإلية ، وهن المسئولات عن رفع قامة الإنسان ووقفه مستوىً ، وهي العضلة الإلية الكبيرة ، وترتكز على السطح الخشن على عظم الفخذ ، وهي تمد الفخذ ، وفي حال تثبيت القدم تمد الحوض مع الجزء . والعضلة الإلية الوسطى والصغرى ، وترتكزان إلى المدور الكبير لعظم الفخذ ، وهمما تبعداً الفخذ .

وتعتبر العضلة الخياطية والموجودة في الفخذ ، أطول عضلة في الجسم ، وهي تشتهر في ثني الفخذ والساقي .

وهكذا لكل العضلات كل منها مسئولة عن تحريك عضو أو أكثر من الجسم .

وسبحان الله العظيم الذي خلق الإنسان والعليم به ، فجعله مخير في أشياء له القدرة والعقل على التمييز والإختيار ، وجعله مسير في أشياء أخرى ليس له خيار فيها ، بل إرادة الله وقدرته ومشيئته " إِنَّ هَذِئَةَ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا " ⁴⁷⁷ ، لذا فإن العضلات تتقسم إلى جزئين أحدهما يتحكم فيه الإنسان وهي العضلات الإرادية ، والتي تتقاس حسب إرادة الإنسان ، مثل عضلات الرأس والجذع والأطراف ، وتسمى عضلات الصقل ، وعضلات بعض الأعضاء الداخلية مثل اللسان والحنجرة وغيرها .

⁴⁷⁷ سورة الإنسان الآية 3 .

والأخرى ليس للإنسان دخل ولا إرادة في تقلصها وتسمى العضلات الإرادية ، وهي تتتألف من نسيج عضلي أملس ، موجودة في جدران الأحشاء والأوعية الدموية ، وسبحان الله الخالق العظيم الذي جعل هذه العضلات ليس للإنسان القدرة عليها ، لأنه لا يستطيع أن يصرفها ، فلا يستطيع التحكم مثلاً في أن يقبض أو يبسط عضلات الأوعية الدموية أو الأمعاء .

وسبحان الله الذي جعل انقباض عضلات القلب بيده سبحانه وتعالى ، ليس للإنسان دخل فيها وإلا أهلك نفسه ، فهي من العضلات الإرادية ، ولكن عضلة القلب تتتألف من نسيج عضلي مخطط ذو بنية خاصة ، تساعده على تأدية وظيفته التي خلقها الله له بقوه واستمرار ، حتى يأذن الله له بالتوقف وتنتهي حياة هذا الإنسان .

والعضلات الإرادية ذات نسيج عضلي مخطط ذو ألياف عضلية مختلفة الأطوال ، وقد تصل إلى 12 سم ، وهي تتحدد في حزم بشكل متواز ، لكل منها غشاء رقيق من النسيج الضام ، وقد تتحدد مجموعة من العضلات في غشاء قاس من النسيج الضام الواحد تسمى الصفيحة ، وعلى نهاية العضلات توجد الأوتار ، والتي ترتكز العضلات بواسطتها على العظام ، فهل هناك خلق غير الله يستطيع إحكام الخلق وتصريفه ؟ ، سبحان الله عما يشركون .

وبالإضافة إلى الألياف العضلية والنسيج الضام ، جعل الله سبحانه وتعالى لإكمال وظيفة العضلة المخططة أوعية دموية وأعصاب ، حيث ينقل الدم الأوعية المواد الغذائية إلى العضلات ويأخذ منها الفضلات ، وعن طريق الأعصاب يجري إتصال العضلة مع الجهاز العصبي المركزي .

وأوجد الله سبحانه وتعالى في العضلات ألياف عصبية حركية وحسية ، فعبر الألياف الحسية تنتقل إلى الدماغ معلومات حول وضع العضلة ، وهذا النوع من الإحساس يسمى الحس العضلي ، وعبر الألياف الحركية تنتقل التنبيهات العصبية ، فتقلص العضلات تحت تأثيرها ، وإن إصابة الأعصاب الحركية تسبب خلل الحركات الإرادية ، ويسمى شلل العضلة .

والعضلات حبها الله الخالق القدرة على الانقباض والانبساط ، أي نقص طولها وازدياد ثخانتها ، بحيث لا يتغير حجمها ، بل لها القدرة على المرونة ، حيث تتمدد إلى حد معين وعند زوال السبب أو المؤثر العصبي المهييج لها تعود إلى وضعها الطبيعي .

والعضلات لاتهييج مرة واحدة ، أو تستطيع أن تتمدد أو تنقبض مرة واحدة عند التأثير العصبي والتحريض ، بل تبدأ العضلة بالتشنج دائماً بعد فترة معينة من بدأ التحريض ، ويسمى الطور الأول وهو ما بين بداية تأثير التحريض وبداية تقلص العضلة ويسمى كذلك طور التهييج

الخفي أو طور الحضانة ، ويقاس بأجزاء من الألف من الثانية ، وبعد ذلك يأتى بالطور الثانى ، ويسمى بطور الانقباض أو التقلص ، وبعده الطور الثالث ، ويسمى طور انبساط أو تمدد العضلة ، وسبحان الله تترواح التبيهات للعضلات عند الإنسان من 100 إلى 200 تبىه فى الثانية الواحدة ، لذا فإن عضلات جسم الإنسان فى الحالة العادمة ذات توتر معين أو تهيج ، وبفضل هذا التوتر يتم الحفاظ على ثبات وضعية الجسم .

والعضلات أهمية كبيرة أخرى حبها الله بها ألا و هي إستقلاب المواد الغذائية ، ففيها تتم عمليات التمثيل الغذائي ، حيث يدخل إلى العضلات الغذاء المهمض عن طريق شرايين الدم مع الأكسجين ، فتحدث سلسلة من العمليات الكيميائية المعقدة بقدرة الله ، بعضها في طور لاهوائي أى بدون أكسجين ، والأخر هوائي باشتراك الأكسجين ، فتحرر كمية كبيرة من الطاقة ، كما تستهلك كمية أخرى في إتمام العمليات الكيميائية الأخرى ، والقسم الأكبر للطاقة المتشكلة في العضلة نتيجة العمليات الكيميائية ، يستهلك ليس فقط في تقلص العضلة ، وإنما في توليد الطاقة الحرارية ، ونتيجة لذلك يستطيع الإنسان الحياة والحركة وأداء دوره في الحياة كما أمره الله وكتب عليه .

وتقاس قوة العضلات بمقادير الجهد التي تقوم به ونستطيع قياس هذا الجهد أو العمل بوحدة قياس الجهد وهى كيلوجرام / متر ، أى كمية الوزن بالكيلوجرام في الارتفاع بالمتر ، ويتعلق عمل العضلة بقوة العضلات وطولها ، وتناسب طرديا مع المقطع العرضي لجميع الألياف العضلية المكونة لهذه العضلة ، أى كلما كانت العضلة أثخن ، كلما كانت العضلة قادرة على رفع وزن أكبر ، كما يتعلق بطول العضلة الارتفاع الذي يمكن رفع الوزن اليه ، وبالتالي كلما كانت العضلة أثخن وأطول ، كلما كانت قادرة على أداء عمل أكبر .

والعضلات تتعب ، ولا يمكن لها الإستمرار في العمل لمدة طويلة ، فائناء العمل الطويل والمستمر تنخفض بالتدرج قدرة العضلة على العمل ، وهذه الحالة تسمى التعب العضلي ، وفيها تنخفض قوة التقلص العضلي وتتصبح متباطئة ، كما يطول طور التحرير الخفي للعضلات وتنخفض قدرتها على التهيج .

أن انخفاض قدرة العضلة على العمل مشروط بالعوامل العصبية والكيميائية ، ويظهر التعب في البداية في المراكز العصبية التي تؤثر على عمل العضلات ، ومن ثم في نهايات الأعصاب الحركية على الألياف العضلية (أماكن الإتصال) ، كما تتلخص العوامل الكيميائية في

أن نواتج الإستقلاب (التمثيل الغذائي) و خاصة حمض اللكتيك و ثانى أكسيد الكربون والأزوت وغيره ، عندما تخزن فى العضلة والتى لا تتأكسد كلها تسبب ظهور التعب العضلى . كما ثبت أن التدريب المنتظم يلعب دوراً كبيراً فى رفع قدرة العضلة على العمل ، إذ أن أثناء التدريب الجسدى تحدث التغيرات ليس فقط فى العضلات (تكمل العضلات وما يرتبط بذلك من ازدياد قوتها) وإنما فى جميع أجهزة الأعضاء الأخرى ، و خاصة جهاز الدورة الدموية والجهاز التنفسى .

وهكذا ، فعند الأشخاص المتدربين تكون عضلة القلب أفضل تطوراً و تتنقلس بقوة أكبر ، ولذا فإن حجم الدم الذى يدفعه القلب خلال إنقباضة واحدة وفى دقيقة واحدة أكبر (مع أن سرعة الإنقباضات القلبية بطيئة) ، و التنفس أعمق عند المتدربين ، مما يسبب إشباع الدم بالأكسجين بشكل أفضل (مع أن سرعة التنفس أقل) ، وهكذا تتكامل أجهزة الجسم فى تناسق و تناغم ، فسبحان الله الخالق العليم .

ونصيحة لكل رياضى ، وصيحة لكل إنسان حتى أن يمارس الرياضة والتمارين الجسدية ، والتدريب المستمر لكي يقوى جسده ويصح بدنه ، ويزداد تحمله ، ويصبح قادر على تحمل تبعات الحياة والإستخلاف فى الأرض .

إن ممارسة تمارين الإحماء الصباحى والتى تسمى التمارين السويدية ولمدة 10 دقائق فقط لھى كافية فى دفع الدماء الساخنة إلى أنحاء الجسم البارد فى الصباح الشاتى ، وھى كافية للإحساس بالدفء طوال اليوم ، و تبعث فى النفس النشاط والحيوية والإحساس بالطاقة المفعمة للعمل وبذل الجهد .

وھى كافية أيضاً لتجديد الدماء فى الجسم ومنع تراكم الإلتهابات والتى تنتج عن العصب الغير ودى و خاصة أثناء الليل ، فإن حركة الدم السريعة نتيجة ازدياد ضربات القلب لھى كافية لإزالة هذه الإلتهابات المتراكمة فى العضلات والغضاريف وحتى العظام .

والأفراد الذين يعانون من عدم الحركة نتيجة إصابتهم بالإلتهابات الروماتزمية ، أو الذين يمارسون الأعمال المكتبية طوال الوقت ، أو الذين يمارسون عملاً طويلاً أمام الحاسوب الآلى ، ولا يحركون أجزاء أجسامهم مدة طويلة لفى أشد الحاجة إلى ممارسة هذه التمارين البسيطة و التي تعالج هذه الأمراض ببساطة ودون الحاجة لأخذ الأدوية والمسكنات و التي ترك أثراً بالغاً على أعضاء الجسم مثل الكبد والكلى والمعدة .

كيف تتم عملية إنتاج الطاقة للجسم؟

تتم هذه العملية بتحويل الطعام إلى طاقة ، ولكن كيف تتم هذه المعجزة الإلهية داخل جسم الإنسان المعجز الذي أبدعه الله سبحانه وتعالى ونفح فيه من روحه وأسجد له الملائكة ، إنها عملية تتم بدون أن نلحظها أو نحس بها داخل كل خلية من أجسامنا بقدرة الله سبحانه وتعالى ، وبشرح مبسط تتم هذه العملية منذ بدأ دخول الطعام إلى فمكنا ثم معدتنا ثم أمعاننا ثم خروج فضلات واستخلاص الطاقة من هذا الطعام ، وسبحان الله العظيم الذي يحول اللحوم والخضروات والحبوب والفاكهة أى عناصر الغذاء إلى طاقة سواء كانت جسدية أو ذهنية .

فتتم عن طريق سلسلة معقدة من تفاعلات كيميائية تحول الغذاء إلى عناصر بسيطة أولية تتحد مع الأكسجين لتكوين وحدة الطاقة الخلوية المعروفة بجزيء أدينوزين ثلاثي الفسفور (ATP) والذى يجعل العضلات تتنفس والإشارات العصبية تطلق ويعلم المخ وينبض القلب ، ثم ينتج من هذه التفاعلات والطاقة فضلات تخرج ماء وغاز ، إما الغاز فهو ثاني أكسيد الكربون والذى يخرج عن طريق الدم ويدفع إلى الرئتين ويخرج منها فى عملية التنفس ويدخل بدلا منه الكسجين الازم لعملية إنتاج الطاقة ، أما الماء فيخرج كما أوضحتنا سابقا عن طريق مخرجى الماء الأولى وهى الكلى ثم مجرى البول والثانى البخر عن طريق الجلد.

بالرغم من أننا يمكن أن نولد الطاقة من البروتينات والدهون والكربوهيدرات ، إلا أن الغذاء الغني بالكربوهيدرات يعد أفضل أنواع الوقود ، ذاك لأن الدهون والبروتينات عندما تستعمل لتوليد الطاقة تنتج مواد سامة في الجسم ، بينما الكربوهيدرات هي الوحيدة التي تعتبر وقوداً [بلا دخان] ، تحتاج خلايانا إلى أبسط وحدات الكربوهيدرات وهي الجلوكوز كوقود ، لذلك فإن أول وظيفة للجسم هي تحويل كل صور الكربوهيدرات إلى جلوكوز ، وهذا هو الهدف النهائي من عملية الهضم .

وأنت عندما تتناول الطعام الذي له معامل سكري منخفض ، وتأكل بانتظام على مدار اليوم ، فإنك بذلك تعطي خلاياك إمداداً منتظماً من الجلوكوز المانح للطاقة.

تحويل الجلوكوز إلى طاقة

(في كل خلية من خلايانا البالغ عددها 30 تريليون تقريرياً ، توجد مصانع بالغة الصغر تسمى الميتوكوندريا ، وهذه هي مصانع الطاقة في كل خلية سواء كانت خلية في عضلة أو في

المخ أو في جهاز المناعة ، وبينما تأتي تعليمات الخلية - المشفرة على مادة ال-DNA- من كلاً الأبوين إلا أن هذه التعليمات أو مادة ال-DNA التي توجد داخل هذه الميتوكوندريا تتحدر فقط من الأم ، فأنت إذن - شئت ذلك أم أبيت- أكثر شبهاً بأمك منك بأبيك ، وترث منها تحديداً نفس القوة والضعف في الجزء الخاص بإنتاج الطاقة.

ومن الأشياء المتفق عليها الآن أن الميتوكوندريا لها علاقة بالبكتيريا في الطريقة التي تعمل بها ، فمن المرجح بشكل كبير أن الكائنات الحية وحيدة الخلية عندما تهاجمها البكتيريا تتعلم مع الوقت كيف تتعايش معها من أجل النفع المتبادل حيث تتكلف البكتيريا بإمداد الخلية بالطاقة ، وهذا يعمل على نمو خلايا أكثر تعقيداً تشكل أجسامنا ، والإلمام بهذه الحقائق يجعلك تدرك أن العاقير القاتلة للبكتيريا - مثل المضادات الحيوية- قد تكون لها آثار ضارة على قدرتك على توليد الطاقة ، حيث إنها ربما يكون لها تأثير على الميتوكوندريا الشبيهة بالبكتيريا.

كثير من الأمراض قد تعود إلى صعوبات في قدرة الجسم على تحويل الغذاء إلى طاقة داخل هذه الميتوكوندريا ، على الجانب الآخر لو كانت لديك ميتوكوندريا سليمة تماماً وتعمل بكل طاقتها ، فلن يستطيع شيء أن يوقفك.

ودعنا نفحص عن قرب أكثر ما تفعله الميتوكوندريا والطريقة التي نجعلها بها تعمل بصورة سليمة.

تحول الميتوكوندريا الجلوكوز إلى مادة كيميائية أخرى هي حمض البيروفيك ، في هذه العملية تنطلق كمية ضئيلة من الطاقة يمكن للخلية أن تستخدماً لأداء عملها ، ولكن إذا حدثت هذه الخطوة دون وجود كمية كافية من الأكسجين يتكون بذلك حمض اللاكتيك ، وهذا يفسر لماذا تشعر بالألم في العضلات في اليوم التالي عندما تقوم بإجراء تمارينات عنيفة للمرة الأولى ، مستخدماً عضلات لم تكن تعلم حتى أنها لديك ، وهذا يحدث إلى حد ما بسبب أنك تجعلها تعمل بشدة بدون وجود أكسجين كافٍ مع تكون لللورات حمض اللاكتيك ، ويسمى هذا [الرياضة اللاهوائية] (أي في غياب الأكسجين) ، مع ذلك فكلما مارست الرياضة أكثر ونمط عضلات أكبر قل الضغط الذي تلقى على هذه العضلات وزادت كمية الأكسجين التي تستهلكها ، وهذا هو كل ما تهدف إليه تمارينات الإيروبيكس ، وهو تزويد خلايا العضلات بالأكسجين الكافي حتى تعمل بكفاءة ، يتحول حمض البيروفيك بعد ذلك إلى أستيل مساعد الإنزيم (AcoA) .

هذه المادة ربما تكون هي الأكثر أهمية حيث إنه عندما ينقص الأكسجين (على سبيل المثال عندما يصل عداء المارثون إلى خط النهاية) يمكن أن تحل الدهون أو البروتينات إلى

أستيل مساعد الإنزيم A وستعمله للحصول على الطاقة ، رغم ذلك فهذه الطريقة غير فعالة إلى حد ما ، لذا يفضل الجسم استعمال الكربوهيدرات كوقود.

بدءاً من هذه المرحلة فلاحقاً ، لابد من وجود الأكسجين في كل خطوة من مسار التفاعلات الكيميائية ، حيث يدخل AcoA في سلسلة من التفاعلات الكيميائية تعرف بدوره كريبس (أو دورة حمض السيتريك) Krebs Cycle (نسبة إلى مكتشفها العالم إرنست كريبس) التي تتحرر منها جزيئات الهيدروجين ، يتحد الهيدروجين بعد ذلك مع الأكسجين وتنطلق الطاقة ، وفي الحقيقة أن أكثر من 90% من كل طاقتنا يتم الحصول عليها من هذه المرحلة النهائية ، وتخرج مخلفات التفاعل في صورة ثاني أكسيد الكربون الذي نخرجه مع هواء الزفير ، وماء الذي يدخل في تكوين البول ، وحرارة ، وهذا يفسر لماذا نشعر بالدفء عند إجراء التمارين الرياضية ، فخلايا العضلات تولد كمية كبيرة من الطاقة والتي بدورها تطلق الحرارة .

إذا كنت تعتقد أن كل ما تحتاج أن تفعله هو أن تأكل المواد الكربوهيدراتية المعقدة وأن تستمر في التنفس فأنت مخطئ ، فذاك يمثل نصف القصة فقط ، فهذه التفاعلات الكيميائية كلها تتحكم فيها إنزيمات بدقة بالغة (سبحان الخالق المبدع) ، وهذه الإنزيمات هي الأخرى تعتمد في عملها على ما لا يقل عن ثمانية فيتامينات وخمسة عناصر معدنية ، وإذا كان هناك نقص في هذه المواد الحفازة المهمة فسيقل إنتاج الطاقة من مصانعها المتمثلة في الميتوكوندريا ، وتكون الحصيلة عدم فعالية الطاقة المنتجة ، وضعف القدرة البدنية ، وتراجح مستويات الطاقة أو انخفاضها فقط ، وعدم القدرة على مقاومة التوتر والإجهاد ، فسبحان الخالق القادر المبدع.

وفي دراسة قام بها معهد التغذية المثلالية تبين أن 58% من الأشخاص كانوا يشكون من الشعور بالتعب بشكل متكرر ، ووجد الباحثون أن تحسين نوعية غذائهم وإعطاءهم الفيتامينات والمعادن الرئيسية المطلوبة لتحويل الغذاء إلى طاقة قد أديا إلى أن 73% منهم شعروا بتحسين واضح تماماً في مستويات طاقتهم ، وهذا يشير بقوة إلى أن السبب الأساسي للتعب لكثير من الناس هو ببساطة نقص المواد الغذائية المناسبة ، ومن أهم هذه الفيتامينات والمعادن وعلى رأسها فيتامين ب مركب ونقصه يسبب الإجهاد والإحساس بالإرهاق والتعب الشديد ، ومن أهم المعادن الحديد والزنك والكروم والكالسيوم والماغنيسيوم وبيؤدي نقص الكالسيوم إلى هشاشة العظام وسهولة كسرها والماغنيسيوم إلى حدوث قصور في وظائف العضلات والأعصاب ، والزنك إلى حدوث اضطراب في الشهية ويقلل من حاستيّ الزوق والشم وهو مهم في إنتاج

هرمون الأنسولين ، والكروم مهم في احتفاظ مستوى السكر في الدم ، والحديد مهم في تكوين كرات الدم الحمراء.

(باختصار ، لكي تحافظ على مستوى الطاقة عالياً، فعليك أن:-

- تأكل الطعام الغني بفيتامين ب المركب (مثل: جنين القمح والسمك والخضراوات الخضراء والحبوب الكاملة وعيش الغراب والبيض).
- تأكل الطعام الغني بفيتامين ج (مثل: الفلفل وقرة العين والكرنب والبروكولي والقنبيط والفرولة والليمون والكيوي والبرتقال والطماطم).
- تأكل الغذاء الغني بمساعد الإنزيم Q (مثل: السردين والماكيريل وبذور السمسم والفول السوداني والجوز).
- تأكل الغذاء الغني بالمغنيسيوم (مثل: جنين القمح واللوز والكافور والحنطة السوداء والخضراوات الخضراء) ، والكالسيوم (مثل: الجبن واللوز والخضراوات الخضراء والبذور والخوخ) ، والزنك (مثل: المحار ولحم الحمل والمكسرات والسمك وصفار البيض والحبوب الكاملة واللوز) ، والحديد (مثل: بذور القرع واللوز والكافور والزبيب).
- تتناول الفيتامينات والمعادن المتعددة فائقة القوة إضافة إلى فيتامين ج (1000 مجم)، والكروم (200 مجم).

كيف يتعامل الجسم مع الجروح والكسور؟

كثير ما يتعرض ممارس الرياضة إلى الإصابة إما بجروح أو كسور في أماكن مختلفة في جسمه ويسبان له آلام كبيرة وقد ينزعزف دما من آثار الجروح والكسور ، ولكن الذي يهمنا هنا ونركز فيه هو كيف يتعامل جسمنا مع هذان النوعان من الآلام سواء كان جرح أو كسر.

فسبحان الخالق الذي أودع في خلق الإنسان هذه العضمة والقدرة المطلقة والتي لا حول ولا قوة فيها للإنسان ، بل لله الواحد القهار الذي أودع في خلايا الإنسان الشفرة والقدرة على التعامل الذاتي بدون تدخل الإنسان في هذا ، وكيف يفعل الإنسان لو كان وحيدا وليس معه معين يعينه ولا مسعف يسعفه ، تجد أن الله سبحانه وتعالى أودع فيه العلاج الذاتي والتي أودع سرها خلاياه فتتصرف بالعلاج ذاتيا بدون تدخل الإنسان خارجيا بل بأمر الله سبحانه وتعالى.

أولاً الجروح

عند إصابة الإنسان بالجرح وخروج الدم يتعامل معها فوراً لمنع تدفق الدم والثبات الجرح

بالآتي:-

1. تقوم الصفائح الدموية بإغلاق الثقوب الموجودة في جدران الأوعية الدموية المقطوعة لمنع فقدان كبير من الدم.
2. تقوم بروتينات الدم بتكوين جلطة دموية.
3. تتحرك خلايا الدم البيضاء خارج الأوعية الدموية المصابة وترحل متوجه نحو النسيج المصاب وتعمل على التخلص من إلتهام القاذورات والتخلص منها وكذلك التخلص من الخلايا الميتة والبكتيريا وغيرها من المواد الغريبة عن الجسم والمتواجدة بالجرح.
4. خلال 24 ساعة تبدأ الطبقة السطحية من خلايا الجلد عند حافة الجرح في التضاعف وتتحرك عبر أطراف الجرح.
5. في نفس الوقت يتوجه نوع آخر من الخلايا يسمى (الخلايا البانية للألياف) إلى الجرح لتصنع خيوطاً من الألياف تسمى (الكولاجين) لتضيف قوياً إلى الجلد الجديد.
6. تكون قشرة تتكون من خليط من الكولاجين والدم المتجلط لخلق سقفاً مؤقتاً لتحمي الخلايا التي أسفل الجرح أثناء إكمالها لعملية الإلتئام.

ثانياً الكسور

يتعامل الجسم مع أي كسر في العظام بسرعة ترميمها ولكن يتبعها من الحركة حتى

تم ترميمها بسرعة وبشكل سليم يمنع التشوّهات كالتالي:-

1. تلتئم الأوعية الدموية وتتشكل شبكة من الأنسجة الليفية الجديدة.
 2. يتشكل عظم إسفنجي يسمى ثفن ل توفير تثبيتة مؤقتة قاسية ، وتنمو الأوعية الدموية المقطوعة من جديد في الثفن ، الأمر الذي يسمح بوصول الدم إلى العظم الجديد.
 3. في الأشهر والسنين الأخيرة يحل محل هذا الترميم المؤقت عظم مكتنز ، ويكسى أي تشوّه بسيط عظم جديد ، وفي النهاية تصعب معرفة ما إذا كان قد حصل كسر فعلاً.
- فسبحان الخالق الذي ألم هذه الخلايا وظائفها وما زال الإنسان يبذل الجهد لاكتشاف هذه الأوامر الإلهية وكيفية عملها ، ورغم وضوح قدرة الله الخالق يشرك معه الشركاء سواء كانوا

بشر مثله أو جماد أو حيوان ، فسبحان الله عما يشركون " فَتَعَالَى اللَّهُ عَمَّا يُشْرِكُونَ (190) أَيُّشْرِكُونَ مَا لَا يَخْلُقُ شَيْئًا وَهُمْ يُخْلِقُونَ " .⁴⁷⁸

" وَيَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَضْرُبُهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ وَيَقُولُونَ هَؤُلَاءِ شُفَاعَاؤُنَا عِنْدَ اللَّهِ قُلْ أَنْتُمْ تُشْرِكُونَ اللَّهَ بِمَا لَا يَعْلَمُ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا فِي الْأَرْضِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى عَمَّا يُشْرِكُونَ " .⁴⁷⁹

كيف يحس الجسم بالألم؟

- ترسل الأعصاب إشارات الألم إلى الحبل الشوكي ، حيث تعمل مواد طبيعية مختلفة على زيادة ونقصان شدة الألم.
- تصعد أحاسيس الألم من خلال الحبل الشوكي إلى جزء بالمخ يقال له المهد البصري.
- تتجه الأحاسيس القادمة من أحد جنبي الجسم إلى الجهة المقابلة من المخ (أي أن أحاسيس الألم بالإبهام الأيسر لليد تسير نحو الجزء الأيمن من المهد البصري)
- حيث يستشعر الإحساس بالألم ، وفي المهد البصري تؤثر مواد طبيعية مختلفة شدة الألم.
- تحديد موقع الألم (وهو السبيل الذي يتعرف به المخ على أن الألم يحدث في الإبهام لليد) ، ويتم تحديد الموقع عندما تعبر إشارات الألم من المهد البصري إلى الفحص الجداري الأيمن كما تسير إشارات الألم أيضا نحو أجزاء أخرى من المخ ومن بينها الفصوص الجبهية.
- الألم الداخلي (مثل هذا الذي يحدث مع النوبة القلبية) حيث يسير في نفس الطريق نحو الحبل الشوكي صاعدا فيه متلما يحدث مع الألم القائم من سطح الجلد ، ومن ثم فإن الألم القائم من داخل الجسم غالبا ما يشعر به المرء وكأنه صادر من سطح الجسم ، ويكون عادة أشبه بالحرقة أو الوجع وهو أقل حدة من الألم الصادر من الجلد.
- بالنظر إلى طبيعة الألم وتصنيفه ، فإن شدة الألم تتبادر ما بين ألم بسيط وشديد ، وينقسم إلى نوع سطحي وآخر عميق.

191- سورة الأعراف الآية 190 .⁴⁷⁸

18 .⁴⁷⁹ سورة يونس الآية

السطحى هو ما يتعلق بما يحسه الجلد أو الأنسجة المخاطية وخلافها من أعضاء خارجية ، في حين أن العميق هو ما يتعلق بالأعضاء الداخلية، يكون الألم السطحي عادة من النوع الحاد والمحدد المكان ، ويتتنوع تبعاً للخلايا الحسية التي تستقبل الحدث المسبب له ، اعتماداً على طبيعة المستقبلات الخلوية التي تستشعره، والتي تتتنوع بدورها إلى مستقبلات [ميكانيكية] تستقبل إحساس الضغط كالوضع في حالات التهشم أو الكدمات ، ومستقبلات [كيمائية] كما الحال عند ملامسة مادة مهيجه لأنسجة ، ومستقبلات [حرارية] تشعر بتغير درجات الحرارة ، إضافة إلى الأطراف العصبية الحرة التي تشعر بالألم في حالات الجروح أو الوخز ، وقد تشتراك عدة مستقبلات في الإحساس بالألم ، ومثال على ذلك ما يحدث في حالة الإصابة بطلق ناري ، حيث إن المستقبلات الميكانيكية تستشعر الضغط الشديد الذي تسببه القذيفة بينما يستحث تمزق الأنسجة الأطراف العصبية الحرة ، وتطلق المستقبلات الحرارية إشاراتها الناجمة عن سخونة القذيفة ، في حين أن بقایا المادة المتفجرة في القذيفة تحدث تهيجاً للمستقبلات الكيمائي ، أما عن الألم العميق ، فتستشعره مستقبلات داخلية ، وهو يتمثل غالباً في صورة مغص إذا أصاب الأحشاء ، أو ألم نبضي في حال إصابة العظام ، أو ألم تمزق عند إصابة الأربطة والعضلات ، ويكون الألم العميق في معظم حالاته غير محدد المكان ، ويصعب وصف طبيعته.

وقد يشعر به الإنسان في مكان لا علاقة له بمحل الإصابة الفعلية ، ومثال على ذلك فإن الألم الناتج عن التهاب الحوصلة المرارية قد يكون بالكتف اليمنى ، والألم الناتج عن كدمة للخصية قد يكون في منطقة أسفل البطن.

وهناك أنواع أخرى غير نمطية للألم ، مثل الألم [الشبكي] ، وهو الألم الذي يشعر به إنسان في أحد أطرافه التي فقدتها بالفعل ، كما قد يحدث عقب حالات البتر ، أو الألم النفسي الذي قد يترك آثاراً على الأعضاء المختلفة ، كما قد يحدث في حال رؤية مناظر غير محببة من ألم بالصدر ، كما احترأ العلماء كثيراً في تفسير ظاهرة تخيل العقل البشري للألم لم يتعرض لها سابقاً قط ووصفها بدقة بالغة ، وعززوا ذلك إلى قدرة المخ البشري عبر التوفيق والتبديل على تخيل مواقف افتراضية كاملة ، أو أن الذاكرة قد تورث بعض خبراتها عبر المادة الوراثية إلى أجيال تالية.

و عند التعرض لمسببات الألم ، تمر إشارات من المستقبلات العصبية إلى بعض أجزاء المخ (معظمها في القشرة المخية) عبر الألياف العصبية ، ويقوم المخ بدوره باحتساب هذه الإشارات في عملية بالغة التعقيد والسرعة في آن واحد ، ثم يصدر أوامره العضلية العصبية بالابتعاد عن مصدر الألم ، ويمكننا تصور ذلك كمثال عند تعرض أحد أطراف طفل لمصدر لهب ، فيكون رد

ال فعل الفوري بسحب الطرف بعيدا عن اللهب ، مع تكون ذكرى مؤلمة بالمخ تمنع من الاقتراب من مصدر مشابه مستقبلا.

ويعتبر الألم بمثابة جرس الإنذار الذي يطلقه الجسم البشري عند التعرض للخطر ، ومن هنا تتبّع أهميّة الفائقة ، فعند غياب الألم قد يترك الإنسان يده لتحرق حتى التفحّم فوق موقد على سبيّل المثال ، أو قد يشرب آخر مادة كاوية حتى تخرب كل أحشائه دونما شعور ، وبفضل الألم يعلم الإنسان أن هناك شيئاً ما غير طبيعي بأعضائه الداخلية الغائبة عن نظره ، فيسعى لمعرفة السبب ومعالجته.

وكما بيّنا سابقاً بأن الجلد هو مركز الإحساس بالألم الخارجي وبينه الله سبحانه وتعالى في قرآنـه منذ أكثر من 1400 عام في مـعـجزـةـ وـاضـحـةـ لـلـعـيـانـ وـلـمـ يـكـشـفـهـاـ الـعـلـمـ إـلـاـ حـدـيـثـاـ فـقـالـ تـعـالـىـ " إـنـ الـدـيـنـ كـفـرـوـاـ بـأـيـاتـنـاـ سـوـفـ تـصـلـيـهـمـ نـارـاـ كـلـمـاـ نـصـبـجـتـ جـلـودـهـمـ بـذـلـنـاهـمـ جـلـودـاـ غـيـرـهـاـ لـيـذـوـفـوـاـ الـعـذـابـ إـنـ اللهـ كـانـ عـزـيزـاـ حـكـيـماـ " .⁴⁸⁰

فسـبـانـ منـ هـذـاـ خـلـقـهـ وـصـنـعـهـ وـمـعـجـزـتـهـ الـبـاقـيـةـ إـلـىـ يـوـمـ الدـيـنـ .
قالـ تـعـالـىـ " سـتـرـيـهـمـ آيـاتـنـاـ فـيـ الـأـفـاقـ وـفـيـ أـنـفـسـهـمـ حـتـىـ يـبـيـّنـ لـهـمـ أـنـهـ الـحـقـ أـوـلـمـ يـكـفـ بـرـيـكـ أـنـهـ عـلـىـ كـلـ شـيـءـ شـهـيدـ " .⁴⁸¹

أهمية النظافة للرياضي :-

أكـدـ الإـسـلـامـ عـلـىـ أـهـمـيـةـ نـظـافـةـ الـمـسـلـمـ سـوـاءـ أـكـانـ رـيـاضـيـاـ يـمـارـسـ الـرـيـاضـةـ بـأـنـوـاعـهـاـ أـمـ غـيرـ رـيـاضـيـ لـاـ يـمـارـسـهـاـ إـلـاـ قـلـيـلاـ ،ـ وـاهـتـمـ بـطـهـارـتـهـ فـيـ جـمـيعـ أـوـقـاتـهـ وـحـالـاتـهـ وـحتـىـ بـعـدـ مـمـاتـهـ .ـ وـذـلـكـ لـأـنـ الـرـيـاضـيـ عـنـدـمـاـ يـبـذـلـ مـجـهـودـ أـنـتـاءـ مـارـسـةـ الـرـيـاضـةـ يـخـرـجـ كـمـيـةـ كـبـيرـةـ مـنـ الـعـرـقـ مـنـ كـلـ خـلـاـيـاـ الـعـرـقـ فـيـ جـسـمـهـ وـهـىـ النـاتـجـ مـنـ عـلـمـيـاتـ تـحـولـ الطـاـقةـ دـاـخـلـ جـسـمـهـ ،ـ وـالـجـسـمـ يـقـومـ بـإـخـرـاجـ حـوـلـىـ 2.5ـ لـترـ مـنـ المـاءـ يـوـمـيـاـ ،ـ يـقـومـ الـجـلـدـ بـإـخـرـاجـ جـزـءـ كـبـيرـ حـوـالـىـ 500ـ -ـ 600ـ مـلـيـلـتـرـ ،ـ وـيـخـرـجـ نـصـفـ لـترـ مـنـ طـرـيـقـ الرـئـيـنـ عـنـ طـرـيـقـ الـزـفـيرـ وـالـبـاقـىـ عـنـ طـرـيـقـ الـبـولـ .ـ

480 سورة النساء الآية 56.

481 سورة فصلت الآية 53.

ويمكن أن تتغير الكمية المطروحة من الجسم على حسب المجهود العضلي المبذول ، وعلى حسب درجة حرارة الجو والرطوبة ، فيمكن أثناء المجهود العضلي مع إرتفاع درجة حرارة الجو قد تصل كمية العرق إلى 15 لتر في اليوم وهي كمية كبيرة.

وبسبحان الله الخالق الذي جعل هناك منافذ لإخراج هذه النواتج عن طريق الجلد ، فالله الخالق المصور جعل في الجلد حولي من (5-15) مليون خلية عرقية (غدة عرقية) تقوم بتخلص الجسم من نواتج الطاقة المتولدة عن نشاط الجسم ، و تقوم بعمل جهاز التكيف والذي يحافظ على بقاء درجة حرارة الجسم عند 37 درجة مئوية ، وذلك عن طريق تبخر العرق.

والعرق الناتج الذي ينضح على الجلد يتبخر ويبقى نواتجه على الجلد ، وهذه النواتج بها مواد عديدة ، أهمها الماء المحمل بملح الطعام والبوليينا ومواد أخرى ، والتي تترسب على الجلد بعد تبخر الماء منه ، ومع باقى نواتج النضح المترببة على الجلد قد تسبب إنسداد الخلايا العرقية ما لم تزال أول بأول.

مما يسبب نشاط بكثيرى سريع على الجلد ، والذى جعله الله أحدى السود المنيعة لمنع إخراق البكتيريا والفيروسات والفطريات وغيرها إلى الجسم.

والنشاط البكتيرى على نواتج النضح على الجلد وخاصة في الأماكن المغلقة مثل تحت الإبط وحول العانة حيث توجد غدد شبيهة بالغدد العرقية تفرز مادة ذات رائحة خاصة ، أو الأماكن الظاهرة مثل راحة اليد ومنطقة الرأس أو الأزرع والأرجل ، أو الأماكن المستوره بالملابس مثل البطن والظهر وأخصص القدم وغيرها ، كل هذه الأماكن تجعل عدم إزالة نواتج النضح سيئة ، والتفاعل البكتيرى عليها ينتج روائح كريهة تتبع من الجلد تففر ما حوله بل تففر الإنسان من نفسه .

لذا لم يترك الإسلام الأمر للإنسان اختيارا بل أمره بالنظافة أمرا ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " تنظفوا فإن الإسلام نظيف " ⁴⁸² .
وروى سعد بن أبي وقاص عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال " إن الله نظيف يحب النظافة " ⁴⁸³ .

⁴⁸² عن عائشة رواه ابن حبان في المجرودين (400/2)، والطبراني في الأوسط (4893)، وقال الألباني ضعيف في غایة المرام (71).

⁴⁸³ رواه الترمذى مرفوعا وقال العطونى فى كشف الخفاء فيه خالد ابن ابياس أو إلياس ضعيف (1/341)، وقال الألبانى فى جلباب المرأة رجاله ثقات غير أبي الطيب بن محمد وهو ضعيف جدا (197).

ولأهمية النظافة جعلها مستمرة في كل أحواله وأوقاته ، حتى مع عدم توفر الماء أو قلته ، أمره بالعناية بجسده وروحه ونظافتهما من الأدران والأوساخ ليكون نظيفاً معاً طيب النفس والرائحة لا يشم منه إلا كل طيب ، ولا يبغضه الناس من كثرة عرقه وننته ، فقد كان الرسول الحبيب طيب الرائحة لا يشم منه إلا كل طيب ، حتى لا يشق عليه جعل النظافة درجات وأقسام لكل منها درجة من النظافة ، منها ما هو استحمام بالكامل ليشمل الجسم كله بالماء ، ومنها ما هو نظافة بسيطة مثل الاستجاجة والوضوء.

وتنقسم النظافة الإلزامية للمسلم الرياضي كالتالي :-

نظافة بسيطة:-

وهي التي تكون في حالة دخوله الخلاء (دروات المياه) لقضاء حاجته من البول أو البراز ، ويلزمه هنا النظافة والطهارة من موضع البول والبراز فقط ، وذلك بغسل العضو إما بالماء وهو الأفضل والأولى ، وإذا لم يتتوفر الماء فالحجارة أو حتى الورق.

نظافة متوسطة:-

وهي التي تكون في حالة الصلاة فيلزمها الوضوء كاملاً بالماء أولاً ، فإذا لم يجد الماء فوجب التيمم .

النظافة الكبرى:-

وهي التي يستحم فيها الرياضي كاملاً مع الوضوء ، في حالات النظافة الإلزامية للاستحمام بالكامل مثل رفع الجنابة بعد الإحتلام أو ممارسة الجنس وغيرها.

وتسمى النظافة الكبرى في الفقه الإسلامي بالغسل ، وهو تعميم الماء على كل الجسم مع التدليك والتخليل للوصول إلى كل أعضاء الجسم حتى أصابع اليدين والقدمين .

وكل هذه الأحوال مشرورة باستفاضة في كتب الفقه ، مثل السنة المتتبعة عن النبي صلى الله عليه وسلم في كل أحوال النظافة من الاستجاجة حتى الغسل بالكامل ومروراً بالوضوء وغيرها .

الغسل يجب ويستحب في الحالات الآتية:-

1. عند الدخول في الإسلام لأول مرة ، فيجب عليه الاستحمام كاملاً مع الوضوء ثم النطق بالشهادتين وذلك لحديث إسلام ثامة الحنفي حيث أمره الرسول صلى الله عليه وسلم أن يغتسل فاغتسل وصلى ركعتين والحديث أصله عند الإمام البخاري ومسلم وأحمد.

2. لصلاة الجمعة لحديث الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم حيث قال "غسل الجمعة واجب على كل محتلم⁴⁸⁴ ، والمحتل هو البالغ.

ولحديث "من أتى الجمعة فليغسل"⁴⁸⁵.

ولحديث ابن عباس "اغسلوا يوم الجمعة واغسلوا رؤوسكم، وإن لم تكُنوا جنباً وأصيّروا من الطيب⁴⁸⁶".

وعندما دخل رسول الله المسجد يوم الجمعة وكان المسجد ممتلئاً بالمصلين والجو حار، وكان كثيراً منهم يلبس الصوف لفقره وعدم توفر المال لديه ، ولا جتماعهم بالمسجد بعد العمل ، فشم رسول الله صلى الله عليه وسلم أطهر الناس وأطيبهم ، رائحة العرق منهم ، فروت السيدة عائشة رضي الله عنها هذا الموقف فقالت أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال "لو أنكم تطهرتم ليومكم هذا"⁴⁸⁷.

3. لصلاة العيدن الفطر والأضحى ، (ولقد استحب العلماء الغسل للعيدن ولم يأت في ذلك حديث صحيح ، قال في البدر المنير : أحاديث غسل العيدن ضعيفة ، وفيها آثار عن الصحابة جيدة⁴⁸⁸).

4. للحج والعمرة وهو الغسل عند بدأ الإحرام لحديث زيد بن ثابت "أنه رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم تجرد لإهلاله واغسل⁴⁸⁹".

5. لرفع الجناة عن الرجل والمرأة ، بعد نزول المني من الرجل سواء أكان بشهوة أو من غير شهوة ، وعند الاحتلام ونزول المني عند الرجل ، وإذا رأت المرأة الماء سواء كان في الحلم أو الواقع.

وذلك لقول الله سبحانه وتعالى "وَإِن كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهُرُوا"⁴⁹⁰ وقول الرسول صلى الله عليه وسلم "إنما الماء من الماء"⁴⁹¹ أي الاستحمام من ماء الإنزال بماء الاغتسال، ولحديث أم سليم الانصارية حيث جاءت أم سليم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقالت: يا رسول

⁴⁸⁴ عن أبي سعيد الخدري والحديث متفق عليه، رواه البخاري(880)، ومسلم في صحيحه(846).

⁴⁸⁵ عن بن عمر والحديث متفق عليه، رواه البخاري(894)، ومسلم في صحيحه(844).

⁴⁸⁶ عن ابن عباس والحديث متفق عليه، رواه البخاري(884)، ومسلم في صحيحه(848).

⁴⁸⁷ ورواه البخاري والحديث متفق عليه، رواه البخاري(902)، ومسلم في صحيحه(847).

⁴⁸⁸ فقه السنة للشيخ سيد سابق.

⁴⁸⁹ رواه الترمذى و قال حسن غريب، وقال ابن الملقن صحيح أو حسن في تحفة المحتاج(2/147)، وقال الألبانى صحيح في صحيح الترمذى(830) وحسن في ارواء الغليل(149)، وضعيف ولكن له شاهد صحيح في صحيح ابن خزيمة(2595).

⁴⁹⁰ سورة المائدة الآية 6.

⁴⁹¹ رواه مسلم في صحيحه(343) وأبو داود عن أبي سعيد الخدري وقال الألبانى صحيح في صحيح الجامع(2329) وأبو داود(215)، ((217))

الله ، إن الله لا يستحي من الحق ، فهل على المرأة غسل إذا احتلمت؟ فقال : "نعم ،

إذا رأى الماء ".⁴⁹²

6. بعد انقطاع الحيض والنفاث لقوله تعالى " وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ مُطَهَّرٌ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأُلْوَهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمْرَكُمُ اللَّهُ أَنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ".⁴⁹³

7. حتى بعد الموت يجب غسل الميت وتكفينه تكريما له قبل الدفن ، لحديث أم عطية الأنصارية قالت دخل علينا رسول الله صلى الله عليه وسلم حين توفي إبنته فقال " اغسلنها ثلاثة أو خمسا أو أكثر من ذلك إن رأيت ذلك ".⁴⁹⁴

8. عند إلقاء الختان (العملية الجنسية) ولو لم يتم فيها إنزال ولكن إذا تم دخول الحشفة الفرج فقد وجب الغسل ، وإن كان هناك خلاف في ذلك ولكن هذا هو الأرجح ، وذلك لحديث سعيد بن المسيب عن عائشة قالت عن النبي صلى الله عليه وسلم " إذا جاوز الختان فقد وجب الغسل ".⁴⁹⁵

9. وأضيف هنا بعد أداء التمارين الرياضية أو المباريات والمسابقات ، والتي يبذل فيها الرياضي جهدا يجعله ينزل منه العرق ، والذي يتسبب في رائحة غير محببة.

10. وهناك أحوال أخرى في الإسلام يستحب فيها الاستحمام للنظافة والتطيب وخاصة عند الاجتماع بالناس والتواجد بينهم مثل حضور المؤتمرات والمجتمعات وغيرها مما يهاط الناس ، ومنها دخول مكة والوقوف بعرفة وفي المشعر الحرام ورمي الجمرات وحتى بعد المشاركة في غسل الميت لقول أبي هريرة رضي الله عنه (مَنْ غَسَّلَ مَيِّتًا فَلَيَغْتَسِلْ ، وَمَنْ حَمَّلَ مَيِّتًا فَلْيَتَوَضَّأْ)⁴⁹⁶ ، وإن كان هذا على سبيل الندب والإستحباب وذلك لحديث ابن عباس رضي الله عنه (لِيُسْ عَلَيْكُمْ فِي غَسْلِ مَيِّتِكُمْ غَسْلٌ إِذَا غَسَّلْتُمُوهُ ، فَإِنَّ مَيِّتَكُمْ لَيْسَ بِنَجِسٍ ، فَحَسِّبُكُمْ أَنْ تَغْسِلُوا أَيْدِيَكُمْ).⁴⁹⁷

أرأيتم شريعة اهتمت بالنظافة والطهارة مثل شريعة الإسلام ! الذي اهتم بالنظافة والطهارة في الحياة وبعد الممات.

492 الحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(6091،6121)، ومسلم في صحيحه(313).

493 سورة البقرة الآية 222.

494 الحديث متفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(1254)، ومسلم في صحيحه(939).

495 عن عائشة وأبي أمامة ورافع بن خديج، رواه أبو داود(25037)، والترمذى و قال حسن صحيح صحيح(108)، وابن حبان في صحيحه (1176)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الجامع(475) ، وصحیح الترمذی (108).

496 رواه أبو داود (3161)، والترمذى(993)، وابن ماجه(1463)، وأحمد(7770)، وابن حبان فى صحيحه(1161)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح أبي داود(3161).

497 قال الألبانى صحيح فى صحيح الجامع(5408)، وقال شعيب الأنزاوط فى تخریج المسند سنه جيد وروى مرفوعاً وموقفاً(13/123).

واهتم الإسلام بالنظافة في كل شئ ، وأمر المسلم بالوضوء والطهارة في كل الأحوال ،
ليست في الصلاة فقط بل في حياته كلها.

والوضوء يتم فيه غسل معظم أجزاء الجسم الناضحة للعرق وهي الوجه واليدين والأذرع
والقدمين والرأس ، ويتعداها إذا خرج من إحدى السبيلين (القبل والدبر) بول أو غائط فيجب
غسلهما.

وبذلك أزال الله بفضله وحفظه للإنسان المسلم كل آثار العرق من الجسم بالوضوء فقط ،
فما بالك بأمره سبحانه بالغسل الكامل.

ويحث الرسول على الطهور والنظافة في كل الأحوال فقال صلى الله عليه وسلم " الطهور
شطر الإيمان والحمد لله تملأ الميزان وسبحان الله والحمد لله تملأ ما بين السماء والأرض
498

وحيث على الاستحمام ولو مرة في الأسبوع فقال صلى الله عليه وسلم " حق على المسلم أن
يغسل في كل سبعة أيام يوما ، يغسل فيه رأسه وجسده " .⁴⁹⁹

وحيث على الوضوء في كل الأوقات فقال صلى الله عليه وسلم " إذا توضاً الرجل المسلم
خرجت ذنوبه من سمعه وبصره ويديه ورجله فإن قعد قعد مغفور له " .⁵⁰⁰
وقال صلى الله عليه وسلم " ألا أدلكم على ما يمحو الله به الخطايا ويرفع به الدرجات قالوا
بلى يارسول الله قال: إسباغ الوضوء على المكاره وكثرة الخطأ إلى المساجد ، وانتظار الصلاة
بعد الصلاة ، فذلكم الرباط ، فذلكم الرباط.....".⁵⁰¹

وعلامة الوضوء تظهر على المسلم يوم القيمة ، فيعرف بين الخلائق ويعرفه رسول الله
صلى الله عليه وسلم بين الناس " إن أمتى يدعون يوم القيمة غرا محجلين من آثار الوضوء فمن
استطاع منكم أن يطيل غرته فليفعل " .⁵⁰²

حتى عند النوم فقال صلى الله عليه وسلم " إذا أتيت مضجعك فتوضاً وضوئك إلى الصلاة
ثم اضطجع على شفتك الأيمن".⁵⁰³

⁴⁹⁸ عن أبي مالك الأشعري، رواه مسلم في صحيحه(223)، وقال الألباني صحيح في (صحيح الترمذى)(3517) وصحيح الجامع (3957)).

⁴⁹⁹ عن أبي هريرة والحديث متفق عليه، رواه البخارى في صحيحه(896)، ومسلم في صحيحه(855).
⁵⁰⁰ عن أبي أمامة الباهلى رواه أحمد(22225)، والطبرانى(8/331)، و قال البيشمى إسناده حسن فى مجمع الزوائد (1/228)، وقال الألبانى حديث صحيح لغيره فى صحيح الترغيب(187)، وفي لفظ خطابه بدلا من ذنبه قال فيها حسن فى صحيح الجامع(448).

⁵⁰¹ عن أبي هريرة ورواه أحمد والترمذى والنمسانى، وقال أحمد شاكر صحيح فى صحيح أحمد(173/15)، وقال الألبانى صحيح فى صحيح (الترمذى)(51) والجامع(2618) والنمسانى(143)).
⁵⁰² عن أبي هريرة والحديث متفق عليه، رواه البخارى في صحيحه(136)، ومسلم في صحيحه(246).

وحتى فى الأكل فقال صلى الله عليه وسلم "بركة الطعام الوضوء قبله والوضوء بعده

504."

وكلمة الوضوء المقصودة فى الحديث بفتح الواو ، وهى بمعنى غسل اليدين قبل الطعام وبعده.

وفى الحديث " إن الله طيب يحب الطيب نظيف يحب النظافة كريم يحب الكرم جواد يحب الجود فنظفوا أنفيناكم ولا تتشبهوا باليهود " 505

وقال ربنا عز وجل " يا بني آدم حذوا زينتكم عند كل مسجد ". 506
وقال العظيم سبحانه " يا أيها الذين آمنوا إذ فنتم إلى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم إلى المرافق وامسحوا بربوعكم وأرجلكم إلى الكعبين وإن كنتم جنبا فاطهروا وإن كنتم مرضى أو على سفر أو جاء أحد منكم من الغائط أو لامستم النساء فلم تجدوا ماء فتيمموا صعيدا طيبا فامسحوا بوجوهكم وأيديكم منه ما يريد الله ليجعل عليكم من حرج ولكن يريد ليطهركم وليتهم نعمتهم عليكم لعلكم تشكرتون ". 507

الأسس التي تصنع بطلا رياضيا

تبدأ من الانقاء لأفضل العناصر للعبة ، والموهبة بالفطرة ، وسبحان الله الخالق العظيم الذى أعطى كل شئ قدره ، ولم يحرم أحدا من فضله ، فرحمته وسعت كل شئ ، وعلمه يصل إلى كل العباد مسلّمهم وكافرهم ، وكما أوضح العالم الجليل فضيلة الشيخ محمد متولى الشعراوى أن الله سبحانه وتعالى قد أعطى كل واحد من خلقه الأربعه وعشرون قيراطاً خاصته وقسمها بينهم قسمةً عادلة ، فأعطى أحدهم مثلاً عشرون صحة وأربعة مال ، وأعطى آخر عشرون مالا وأربعة صحة ، وبعضهم كثرة العيال وقلة راحة البال ، والأخرون راحة البال وقلة العيال

503 عن البراء بن عازب والحديث منفق عليه، رواه البخاري في صحيحه(247)، ومسلم في صحيحه(2710).

504 عن سلمان الفارسي، ورواه أحمد(23732) و أبو داود(3761)، والترمذى وقال فيه قيس بن الريبع ضعف في الحديث، وقال العراقي ضعيف في تخريج الإحياء(4/2)، وقال الألبانى ضعيف في (إرواء الغليل)1964 وضعيف الجامع(2331) وضعيف الترمذى(1846)، وقال البيهقى في السنن الكبرى فيه قيس بن الريبع ليس بالقوى(276/7).

505 عن سعد بن أبي وقاص ورواه الترمذى وقال غريب، وقال بن عدى في الكامل للضعفاء(3/414) فيه خالد بن إلياس مع ضعفه يكتب حديثه، وقال الذهبي خالد متزوج في تلخيص العلل المتباھية(249)، وقال الألبانى ضعيف ولكن قوله إن الله جواد الخ صحيح في ضعيف الترمذى(2799).

506 سورة الأعراف الآية 31.

507 سورة المائدة الآية 6.

وهكذا ، سبحانه المتصرف في خلقه بالعدل والمساواة ، ولا يسأل عن حكمته ، سبحانه هو الخالق المصور العادل وسعت حكمته كل شيء وأحاط علمه كل شيء ، الواحد الأحد الفرد الصمد. وهكذا كل لعبة من الألعاب تتناسب معها مواصفات قياسية تختلف عن الأخرى ، فمثلا هناك ألعاب مثل كرة السلة تعتمد على الطول الفارع ، وأخرى مثل حمل الأثقال تعتمد على قصر القامة وهذا.

وبعد انتقاء العناصر المناسبة لكل لعبة تبدأ مرحلة اكتشاف القدرات والمواهب الخاصة لكل لعبة ، وفيها يتم تمييز من تم انتقاءهم وترتيبهم حسب قدراتهم بحيث يتم نقل هذه المواهب والقدرات لتصنع بطلاً في أقل وقت.

أما باقي زملاءهم فيخضعون لبرامج تأهيل ورفع مستوى لقدراتهم حتى يصلوا بها إلى حد الإحتراف والإتقان فيتساون مع من وهبهم الله الموهبة والقدرة بالفطرة.

قال تعالى " ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلَيْمٌ " ⁵⁰⁸.

ثم يخضع الموهوبون والمتأهلون بعد ذلك إلى برامج التدريب المناسب ، وفقاً لمعايير كل لعبة ، ومع التقدم العلمي المناظر لها من علم الحركة وعلم التشريح والكيمياء والتغذية وغيرها حتى يكتسب الرياضي أعلى قدرة فنية وبدنية على تحطيم أرقامه وأرقام العالم القياسية ، والوصول إلى أعلى نقطة في رياضته.

ليرى قدرة الله في خلقه وأن الخالق سبحانه وتعالى أودع فيه من المعجزات والقدرات ما تأهله إلى أعلى مستوى.... لو أخذ بالأسباب.

ويخضع البطل الرياضي لكثير من الاختبارات الطبية والرياضية والنفسية للإرتقاء به والوصول إلى درجة المنافسة وتحقيق الفوز والوصول إلى القمة الرياضية وتحطيم الأرقام القياسية ، وعليه بذل الجهد والوقت للوصول إلى هدفه.

ولكن لا ينسى أن يضع ذلك كله في إطار الشرعى من الدين ويأخذ من الوسائل المشروعة والمتყق عليها للوصول إلى هدفه ، ولا يأخذ بالوسائل المحرمة شرعاً أو الممنوعة قانوناً ، مثل المنشطات أو المخدرات أو المسكرات ، أو غيرها.

ويضع أمامه الغاية من ذلك ، ألا وهي إرضاء الله سبحانه وتعالى وحق عبوديته ثم الشكر والثناء الدائم على المنعم الذي أودعه القوة والصحة ، والعمل على رفعه وصلاح بلده وأمته فالمؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف كما أخبر المعصوم صلى الله عليه وسلم.

⁵⁰⁸ سورة آل عمران الآية 73

ولا ينسى أهدافه من ممارسته الرياضة ولا نيته الصالحة ومنها على سبيل المثال لا

الحصر :

- 1- التقوى على العبادة .
 - 2- التقوى الإستعداد لخدمة دينه ووطنه .
 - 3- التقوى إكتساب الرزق الحال .
 - 4- التقوى للمساعدة في خدمة مجتمعه .
 - 5- نجدة ومساعدة إخوانه وتلبية احتياجهم .
 - 6- دوام الشكر والحمد لله الذي وله هذه النعم والمحافظة عليها وعدم إهارها في الباطل .
- ويخضع الرياضي للإنقاء من عناصر كثيرة منها على سبيل المثال (لأن ذلك من أهل الإختصاص) :-
- 1- قدراته الجسمانية .
 - 2- الصفات الوراثية .
 - 3- الموهبة الفطرية .
 - 4- الصفات المورفولوجية للجسم (تأثير الطول والوزن)
- وغيرها من العوامل التي يهتم بها المتخصصون كل في تخصصه .
- ويجب مراعاة أهمية التدريب الرياضي لأن هناك عوامل كثيرة تؤثر في عملية الإعداد والتدريب للرياضيين أو من يمارسون الرياضة عامة وأهمها:

1. سن الرياضي (الفترات العمرية):

حيث تختلف طبيعة الرياضة وتدربياتها طبقاً لسن الرياضي ، فالأولاد في مراحل النمو العضلي والعظمي والنفسي تختلف مراحل النمو عندهم في المراحل العمرية بحيث يتناسب معها أنواع معينة من الرياضة لا تؤثر في معدلات نموهم وتطورهم الطبيعي .

كما تختلف كذلك المراحل السنوية للكبار من حيث البلوغ أو مراحل تعدد سن الأربعين أو الخمسين وهكذا ، فكل من هذه المراحل له أسلوب مختلف ورياضات مختلفة تناسب كل مرحلة سنوية ، وكما ذكرنا يتوقف البناء الجسيمي والعظمي عند بلوغ سن 23-25 للرجال وتقل قليلاً بالنسبة للنساء ، كما أن هناك رياضات تناسب مرحلة سنوية معينة مثل ألعاب القوى فهي تناسب مراحل ما بعد البلوغ والشباب ولا تناسب مراحل الرجولة

وتعدى سن الشباب ، وكذلك ما بعد مرحلة الرجولة وبداية الشيخوخة بعد سن الخمسين وهكذا ، فكل مرحلة سنية تناسبها رياضات معينة تساعد الشخص على ممارسة رياضته المفضلة وتحقق له طموحاته ، يراعى فيها سنه وجسمه ويحافظ فيها على قدراته ، وقد يقول قائل أن هناك حالات تعدد السن الازم للرياضة ومارس فيها الرياضى الرياضة واستمر حتى بعد السن الطبيعي أو العلمى لممارستها ، ونقول هذه حالات شاذة لا يبني عليها أحكام دائمة .

2. الصفات الجسدية:

لقد حبا الله سبحانه وتعالى بعض الأفراد بصفات جسمانية قد لا تكون في غيرهم ، وكل فرد خلقه الله له ميزة عن غيره قد يراها ويلحظها ويستفيد منها وقد يراها الآخرون ويستقيدون منها ، وقد تشارك الرؤى فتشترك المنفعة والاستفادة ، فسبحان الخالق القادر المعجز ، فرغم أن عدد سكان الأرض الآن لسنة 2005 ميلادية قد تجاوز 5 آلاف مليون نسمة لا تجد تشابهاً أبداً في الخلق ، فكلٌ مختلف عن الآخر ، ولا توجد بصمة يد أو عين أبداً (متطابقة) ، هذه من قدرة الخالق سبحانه ، ولهذا فكل رياضة تمارس لها صفات جسمانية تصلح لها وتناسبها وتختلف عن الأخرى التي لا تتناسب معها.

3. القدرات البدنية:

وهي قد تقارب مع الصفات الجسدية ولكن تختلف عنها ، فالقدرات البدنية لكل رياضي تختلف عن آخر طبقاً لنوع النشاط الرياضي الذي يزاوله ، فأصحاب ألعاب القوى يهمهم صفات بدنية أهمها القوة والسرعة والتحمل مثلاً ، أما أصحاب الجمباز فيهمهم قدرات بدنية تختلف عن ألعاب القوى ، فرغم أهمية القوة لكن عنصر المرونة وخففة الحركة تكون أهم ، ولاعب حمل الأثقال يهمه في المقام الأول قوة التحمل وقوه الجسم وقد لا تهمه المرونة كثيراً أو خفة الحركة ، ولاعب كمال الأجسام رغم اهتمامه بقوه الجسم مثل لاعب الأنقال ولكن يهمه في المقام الأول تقوية العضلات وبروزها عن قوة التحمل ، ولاعب كرة القدم قد يقوى عضلات رجليه وفخديه عن عضلات الساعدين والاكتف ، أما لاعب كرة السلة تهمه تقوية ومرنة عضلات اليد والساعد والكتف وهكذا كل لعبه صفاتها البدنية.

وهناك ملاحظة أن مع العلم الحديث والتقدم الحادث في علم الطب والتشريح وعلم التغذية وعلم القياسات والتقدم التكنولوجي في الأدوات والآلات أصبح صنع البطل وإعداده لأى رياضة مهمة سهلة وباستخدام هذه العلوم والتقنية الحديثة يكون إعداد الرياضى ووصوله للقمة أسهل بكثير مما مضى ، وإن شاء الله في المستقبل ومع ازدياد التقدم العلمي سيكون هناك طرق أسهل وأبسط مما نحن عليه الآن من تقدم وعلم لإعداد الرياضى والوصول به إلى القمة .

4. القدرات النفسية والذهنية:

فكم ذكرنا أن الله الخالق البارئ المصور جعل لكل فرد من البشر قدرات مختلفة وأشكال مختلفة وصفات مختلفة ، وهذا الاختلاف والتنوع أفاد الحياة البشرية وساعد على استمرارها فقال تعالى: " وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَتٌ لَّيَتَّخَذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِيًّا وَرَحْمَتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ " ⁵⁰⁹ ، فكل فرد يخدم الآخر والآخر يخدمه ، فالغنى يخدم الفقير والقوى يخدم الضعيف وهكذا ، والعكس كذلك صحيح ، فالكل يخدم الآخر لاستمرار الحياة ، ولذا جعل الله لكل فرد قدرات نفسية وذهنية مختلفة كلها عن الآخر ، ولكن هذه القدرات تختلف من رياضة إلى أخرى ، فمثلاً رياضة الرماية تحتاج إلى قدرات عالية من التركيز مع صفاء ذهني ونفسي أكبر ، على عكس بعض الألعاب والمسابقات التي تحتاج إلى شحن ذهني ونفسي أكبر مثل مسابقات الألعاب الفردية ، أو ألعاب الكرة عامة ، فيجب على اللاعب أن يكون سريع البديهة منتبه الحس للتغير السريع في حركة الكرة.

5. نوعية الجنس:

هناك اختلاف كبير في الجنس ، فليس الذكر كالأنثى في كل شيء كما ذكر الله سبحانه وتعالى " وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَى " ⁵¹⁰ .

فهذه الآية تدل على إعجاز الله سبحانه وتعالى في خلقه فالذكر يختلف عن الأنثى صغيراً أو كبيراً في كل شيء ، في الصفات الجسمانية والتركيب الكيميائي والهرموني وحتى الدم

32. الزخرف الآية 509
36. سورة آل عمران الآية 510

والعظام والقلب والعضلات والصفات النفسية والقدرات البدنية وفي كل شيء فلا أستطيع أن أحصي الإختلافات بين الذكر والأنثى رغم تشابه الصفات، إلا أنهم يختلفون كلياً في كل شيء ، وكل يوم يكتشف العلماء أن هناك اختلافاً جديداً يضاف إلى هذا الإعجاز ، والفارق بين الجنسين في نسب الجسم كثيرة ، فقد وجد أن الإناث أقل في طول الجسم وأقصر في الأطراف وأكبر في اتساع الحوض وأقل في عرض الكتفين ومقاييس الكف والقدم ، كما تكون نسبة العضلات بالجسم للأولاد 40 % من وزن الجسم أما البنات ف تكون 36 % كما يكون سن 23 هو العمر المتوسط الذي تتوقف عنده عملية تشكيل الجسم.

ولذا فهناك رياضات تناسب المرأة وهناك رياضات تناسب الرجل ، وحتى بعد أن أدخل النظام العالمي الجديد تقريراً كل مسابقات النساء إلى مسابقات الرجال ، حتى حمل الأثقال والملامكة إلا أنها في كثير من الأحيان لا تناسبها شكلاً ووظيفة ، ولو مارستها بشكل منتظم لا يختلف الأمر ولا أصبحت شبيهة بالرجال ، فلا هي أصبحت أنثى رقيقة ولا هي أصبحت رجلاً قوياً ، فقدت معها ميزة الأنثى الرقيقة الجميلة الناعمة ولم تكتسب منها إلا صفة الغلطة وال بشاعة ، فلا أحد من الرجال أو حتى النساء يرغب في رؤية الأنثى مليئة بالقوة مفتولة العضلات ، بل يحب أن يراها رقيقة جميلة في أحسن زينة وأجمل شكل .

والإسلام لا يرضى للأثاث أن تتغير وتبدل ، بل كما خلقها الله على فطرتها السليمة لأداء وظيفتها الحياتية فهي أم وزوجة تقوم على رعاية بيتها وأولادها وزوجها ، ولا الرجل إلا كما خلقه الله لأداء وظيفته في الحياة كرجل وأب ومسؤول عن أسرة يقوم على رعايتها وحمايتها.

ولقد حرم الإسلام تشبه الرجال بالنساء والنساء بالرجال ، فقد " لعن رسول الله صلى الله عليه وسلم ؛ المتشبهات بالرجال من النساء ، والمتشبهين بالنساء من الرجال " ⁵¹¹ وهناك دراسات كثيرة عن هذا الإختلاف بين الرجل والمرأة ، وتأثير الهرمونات الأنوثية عليها وتأثير الدورة الشهرية على ممارستها الرياضة وأثناء الحمل والرضاعة

⁵¹¹ رواه عبد الله ابن عباس، وأخرجه الترمذى وقال حسن صحيح، وقال الألبانى صحيح فى صحيح الترمذى (2784).

، وأنواع الرياضة التي تصلح للمرأة أثناء الدورة الشهرية والحمل والرضاعة وحتى قبل الولادة .

وكلها دراسات وضعها العلماء والمتخصصون في كتب كثيرة لمن أراد المزيد في هذا الموضوع.

الخاتمة

إن الإسلام دين الله الخاتم قد اهتم بكل نواحي الحياة ولم يترك شيء لأهواء الناس وميولهم ، ودلهم على الخير أينما كانوا ، ولذا أنزل الله الدين الإسلامي القويم للعالمين جمِيعاً إلى يوم القيمة ، أنسهم وجنهم ، ليبين لهم الصراط المستقيم ويصلح الإعوجاج الذي أصاب البشرية كلها. ومن شمولية الإسلام إهتمامه بالإنسان ككل ، ولذا أمره بالرِّياضَة وحثه على الإهتمام بها ليحافظ على قوامه ونفسه والتى هي من مقاصد الشريعة الخمسة (المحافظة على الدين والعقل والنفس والعرض والمال) ، واهتم بنظافته ورعايته ببنه وأمره بالنظافة والإستحمام .

و dalle على القدوة في ذلك في شخص الرسول صلى الله عليه وسلم ، فقد مارس الرسول صلى الله عليه وسلم كل أنواع الرياضيات الموجودة في منطقته و زمنه حينها وحث أصحابه عليها وحث الأمة الإسلامية كلها عليها ، فقد مارس الرسول صلى الله عليه وسلم رياضة الفروسية بالخيل والجمال ، وكل فنون الجهاد والقتال كالضرب بالسيف والرمي بالسهام والطعن بالرمح ، ومارس كل رياضات الدفاع عن النفس كالصارعة وفن التغلب على الخصوم ، ومارس رياضات الإحماء والمحافظة على اللياقة البدنية حتى نهاية عمره صلى الله عليه وسلم كرياضة المشي والجري بكل أنواعه كالمشي القصير والطويل والجري السريع والهرولة ، ومارس الرياضات الترويحية مثل السباحة والغوص ، وسابق وسبق في كل المسابقات كسباق الخيل والجري والسباحة ، ومارس رياضات القوة كحمل الأثقال والأحمال ، بل وضحك وابتسم وشارك في الضحك وكان جل ضحكه التبسم وسمع النكات (النكت) وشارك فيها مع أهله وأصحابه صلى الله عليه وسلم .

فهو الإنسان الذي ربه رباه وجعل خلقه القرآن وقال في حقه " **فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لَنَتَ لَهُمْ فَهُوَ الْأَنْجَانُ** " وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظًا لَقَلْبِ لَانْفَضُوا مِنْ حَوْلِكَ فَأَعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرُ لَهُمْ وَشَأْوِرُهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَرَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ " آل عمران 159 ، وهو ذو الخلق العظيم " وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ " القلم 4 ، صاحب الجسم القوى المشوق ، يحافظ على لياقته وبنائه بدون ترهل ولا شحومه ، محافظاً على نظافة بدنه فلا تشم منه إلا أطيب ريح ، الضحوك البشوش الذي لا تقارنه عند ملقاته للأهله وأصحابه .

فلم تكن حياته إلا نبراساً للعالمين وقدوة للسائلين وهداية للحائرين ، لم لا وهو النبي الخاتم الذي لا نبى ولا رسول بعده إلى يوم الدين .

وأصحابه وقد ساروا على نهجه وسنته وتباروا في الإقتداء به والسير على خطاه وتطبيق سنته واتباع هديه صلى الله عليه وسلم ، وكانت الرياضة جزء لا يتجزء من حياتهم.

والذين اتبعوهم من السلف والمتاخرين من بعدهم سادوا العالم ونشروا العدل ، وساد العالم روح من الإيمان والعمل الصالح لله أولاً ثم للدنيا ثانياً ، عمروها وأصلحوا فيها وتقديم فيها العلم والحضارة بفضل اتباعهم لقرآنهم وسنة نبيهم ، وتقديمت فيها الألعاب والرياضات ، وأصبح لها مكانة عالية في الأمة الهدافية والتى جعلها الله خير أمة أخرجت للناس ، والتى أخذت عنها الأمم اللاحقة العلم والحضارة والرياضة والأخلاق .

فلما وصل الحال إلينا أهملنا وتركنا ما وصى به الأولين من إهمال لدينا القويم وسنة بنينا الحنيف ، وفصلنا الدين عن الدنيا فخسرنا الدين والدنيا معاً ، وسبقنا العالمين ونهض غيرنا وتخلفنا عن ركب الحضارة والرياضة .

والناظر للمسابقات العالمية والتى يتبارى فيها أمم العالم كلها من مسابقات بطولة العالم للألعاب القوى والدورات الأولمبية وحتى كؤوس العالم في الرياضات المختلفة بأنواعها المتعددة يجد الحال المؤسف والموقف المخزى من تزيل القوائم ونهاية المصفاف والخزى المستمر في كل الميادين الرياضية والعلمية ، وحتى حقوق الإنسان والتى ما طبقت عملياً إلا بعد ظهور الإسلام وتطبيق المسلمين لها على غيرهم ثم أنفسهم ، وما انتشر الإسلام بين الناس في أقصى بقاع الأرض عن موطن الإسلام في الفلبين وإندونيسيا والصين إلا بالخلق الرفيع وتطبيق حقوق الإنسان من العدل والرحمة والمساواة وعدم الإكراه .

وهذا التزيل ما انتشر وشاع إلا من بعد إهمالنا لدينا وانغماسنا في دنيانا ، فما نلنا الدنيا ولا وأصبنا الآخرة .

وليس لنا طريق ولا سبيل إلا بالعودة إلى ديننا الوسطى السمح ، والأخذ بالأسباب للوصول إلى قمة الدنيا والآخرة ، فالعمل الشاق وبذل الجهد والتدريب المستمر وحسن التوكل على الله هو من المحاور الأساسية للنهاية والنهوض.

والعمل على مشروع نهضوى يطبقه الجميع من حاكم ومحكوم وصغير وكبير ، لنهاية هذه الأمة العظيمة ، فهي عند الله سبحانه وتعالى والحمد لله وما زلنا خير أمة أخرجت للناس .
والله الموفق لكل خير ، وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

المراجع

- 1- القرآن الكريم.
- 2- آداب الزفاف في السنة المطهرة - محمد ناصر الدين الألباني - المكتبة الإسلامية - عمان - الطبعة الرابعة 1409 هـ.
- 3- إحياء علوم الدين - محمد بن محمد أبو حامد الغزالى - دار المعرفة - بيروت - الطبعة بدون 1402 هـ.
- 4- إرشاد الفقيه إلى معرفة أدلة التنبیه - إسماعيل بن كثير الدمشقي - مؤسسة الرسالة - الطبعة الأولى 1416 هـ.
- 5- إرواء الغليل في تخریج أحادیث منار السبیل - محمد ناصر الدين الألباني - المکتب الإسلامي - الطبعة الأولى 1399 هـ.
- 6- إصلاح المساجد من البدع والعوايد - محمد ناصر الدين الألباني - المکتب الإسلامي - الطبعة الثالثة 1397 هـ.
- 7- أصول التربية الإسلامية وأساليبها في البيت والمدرسة والمجتمع - عبد الرحمن النحلاوي دار الفكر العربي - دمشق - سنة الطبع 1979 م.
- 8- اقتضاء الصراط المستقيم لمخالفة أهل الجحيم - أحمد بن عبد الحليم ابن تيمية - مکتبة الرشد - الرياض - الطبعة الثامنة 1421 هـ.
- 9- الأجوبة المرضية فيما سئل السخاوي عنه من الأحادیث النبوية - محمد بن عبد الرحمن السخاوي - دار الرایة للنشر والتوزیع - الطبعة الأولى 1418 هـ.
- 10- الأحكام السلطانية والولايات الدينية - علي بن محمد الماوردي - دار الكتب العلمية - بيروت - الطبعة الأولى 1405 هـ.
- 11- الآداب الشرعية والمناج المرعية - محمد بن مفلح بن محمد شمس الدين المقدسي - دار عالم الكتب - 3 أجزاء - طبعة 2010 م.
- 12- الاستذكار الجامع لمذاهب فقهاء الأمصار - يوسف بن عبد الله بن عبد البر - تحقيق : المعطى القلعي - دار قتبة - بيروت - طبعة 1414 هـ 1993 م - 30 جزء.

- 13- الاستيعاب في معرفة الأصحاب - يوسف بن عبد الله بن عبد البر - دار الكتب العلمية
 - الطبعة الأولى 1415 هـ.
- 14- الإصابة في تمييز الصحابة - أحمد بن حجر العسقلاني - دار إحياء التراث العربي-
 الطبعة الأولى 1328 هـ.
- 15- الباحة في فضل السباحة - جلال الدين السيوطي - مخطوط دار الكتب المصرية.
- 16- البحار الزخار المعروف بمسند البزار - أحمد بن عمرو البزار - تحقيق: محفوظ الرحمن زين الله - مكتبة العلوم والحكم - المدينة المنورة - الطبعة الأولى 1415 هـ.
- 17- البداية والنهاية - إسماعيل بن عمر بن كثير - مكتبة المعرف - بيروت - طبعة 1410 هـ 1990 م - عدد المجلدات 15.
- 18- الترغيب والترهيب - زكي الدين عبد العظيم المنذري - دار الفجر للتراث - القاهرة -
 الطبعة الأولى 1421 هـ.
- 19- الترويج في الرياضة - د/ باسم التهامي - رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية -
 القاهرة.
- 20- الترويج في المجتمع المسلم - محمد السيد الوكيل - محاضرة - الرياسة العامة لرعاية
 الشباب - جدة - 1983.
- 21- الترويج في ضوء النصوص الشرعية - مناع خليل القطان - محاضرة-الرياسة العامة
 لرعاية الشباب - جدة 1983 م.
- 22- الترويج وأوقات الفراغ - د/أمين أنور الخولي ، د/كمال درويش - دار الفكر العربي -
 القاهرة - 2001 م.
- 23- التعليقات الرضية على الروضة الندية - محمد ناصر الدين الألباني - دار ابن عفان
 - الطبعة الأولى 1420 هـ.
- 24- التمهيد لما في الموطأ من المعاني والأسانيد - يوسف بن عبد الله بن عبد البر - وزارة
 الوقف والشؤون الإسلامية بالمغرب - طبعة 1387 هـ - 24 جزء.
- 25- الجامع الصحيح - محمد بن إسماعيل البخاري - المكتبة السلفية - الطبعة الأولى
 1400 هـ.
- 26- الخصائص الكبرى أو كفاية الطالب الليبب في خصائص الحبيب - جلال الدين
 السيوطي - دار الكتب الحيثية - 2 جزء

- 27- الحكم العطائية - أحمد بن محمد بن عطاء الله السكندرى - شرح البوطى - دار الفكر المعاصر- الطبعة 2000م.
- 28- الرياضة النبوية (التربيـة الـبدـنية فـي السـنة النـبـويـة) - د/ أمـين أنـور الـخـولـى - مـقـال نـشـر فـي عـدـة مجلــات وـصـفـحــات رـياـضــية.
- 29- الرياضة عند المسلمين - محمد مصطفى الـهـلـالـى - مـقـال فـي مجلــة الفـيـصـل ، العـدـد 135 ، ماـيـو 1988.
- 30- الرياضة فـي الإسلام - محمد إبراهـيم شـقرـة - مـكـتبـة التـوفـيق - عـمـان - 1983م.
- 31- الرياضة والـحـضـارـة الإـسـلـامـيـة - د/ أمـين أنـور الـخـولـى - دارـالـفـكـرـالـعـربـى - الـقـاهـرـة - طـابـعـة 2008م.
- 32- الزواجر من اقتراف الكـبـائـر - أـحمد بنـ حـجـرـ الـمـكـيـ الـهـيـتـمـي - دـارـالـمـعـرـفـة - بـيـرـوـت - طـبـعـة 2004م - 2 مجلــدـات.
- 33- السلسلـة الصـحـيـحة (سلسلـة الأـحـادـيـث الصـحـيـحة وـشـيءـ منـ فـقـهـها وـفـوـائـدـها) - محمد نـاصـرـ الـدـيـنـ الـأـلـبـانـي - مـكـتبـةـ الـمـعـارـف - الطـبـعـةـ سـنـوـاتـ مـخـلـفـةـ.
- 34- الزـهـدـ وـالـرـقـائـقـ - عـبـدـ اللهـ بنـ الـمـبـارـكـ الـمـرـوزـى - دـارـ الـمـعـرـاجـ الـدـولـيـةـ لـلـنـشـرـ - طـبـعـةـ 1415ـهـ - 1995ـمـ - 2 مجلــدـات.
- 35- السلسلـة الـضـعـيـفـة (سلسلـة الأـحـادـيـث الـضـعـيـفـة وـالـمـوـضـوـعـة وـأـثـرـهاـ السـيـئـيـ فـيـ الـأـمـةـ) - محمد نـاصـرـ الـدـيـنـ الـأـلـبـانـي - مـكـتبـةـ الـمـعـارـف - الطـبـعـةـ سـنـوـاتـ مـخـلـفـةـ.
- 36- السنـنـ الصـغـرـىـ - أـحمدـ بنـ شـعـيبـ النـسـائـىـ - مـكـتبـ المـطـبـوـعـاتـ الـإـسـلـامـيـةـ - حـلـبـ - طـبـعـةـ الثـانـيـةـ 1406ـهـ - 1986ـمـ - عـدـ المـجـلـدـاتـ 9ـ.
- 37- السنـنـ الصـغـرـىـ - أـحمدـ بنـ الـحـسـينـ الـبـيـهـقـيـ - مـكـتبـةـ الدـارـ بـالـمـدـيـنـةـ الـمـنـورـةـ - طـبـعـةـ الـأـوـلـىـ 1410ـهـ.
- 38- السنـنـ الـكـبـرـىـ - أـحمدـ بنـ الـحـسـينـ الـبـيـهـقـيـ - دـارـ الـمـعـرـفـةـ - طـبـعـةـ 1413ـهـ.
- 39- السنـنـ الـكـبـرـىـ - أـحمدـ بنـ شـعـيبـ النـسـائـىـ - مـؤـسـسـةـ الرـسـالـةـ - طـبـعـةـ الـأـوـلـىـ 1421ـهـ.
- 40- السـيـرـةـ الـنـبـوـيـةـ - عـبـدـ الـمـلـكـ بنـ هـشـامـ بنـ أـيـوبـ - تـحـقـيقـ: هـمامـ سـعـيدـ وـمـحـمـدـ أـبـوـ صـعـيلـيـكـ مـكـتبـةـ الـمـنـارـ - طـبـعـةـ الـأـوـلـىـ 1409ـهـ.
- 41- السـيـلـ الـجـارـ الـمـتـدـفـقـ عـلـىـ حـدـائـقـ الـأـزـهـارـ - مـحـمـدـ بنـ عـلـىـ الشـوـكـانـيـ - دـارـ الـكـتبـ الـعـلـمـيـةـ - طـبـعـةـ 1405ـهـ.

- 42 الشفا بتعريف حقوق المصطفى صلى الله عليه وسلم - القاضي عياض بن موسى - دار الفياء - عمان الأردن - الطبعة الثانية 1407 هـ.
- 43 الشمائل المحمدية - محمد بن عيسى الترمذى تحقيق: سيد بن عباس الجلمى - المكتبة التجارية - مكة المكرمة - الطبعة 1413 هـ - 1993 م.
- 44 الصحيح المسند مما ليس في الصحيحين - مقبل بن هادي الوادعى - مكتبة دار القدس - الطبعة الأولى 1411 هـ.
- 45 الطريق إلى المدائن - أحمد عادل كمال - دار النفائس - بيروت - الطبعة الثالثة 1977.
- 46 ألعاب الصبيان عند العرب - أحمد عيسى - دار هندوى .
- 47 ألعاب الكرة عند العرب - إبراهيم محمد الفحام - مجلة العربي - الكويت - العدد 82 سبتمبر 1965.
- 48 الفردوس بتأثير الخطاب (مسند الفردوس) - شيرويه بن شهر دار الديلمى - تحقيق: محمد السعيد بن بسيونى زغلول - دار الكتب العلمية - الطبعة الأولى 1406 هـ.
- 49 الفروضية - محمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية - دار الأندلس - الطبعة الأولى 1414 هـ.
- 50 الفكاهة والمزاح - الزبيير بن بكار - مذكور في كتاب الإصابة لابن حجر العسقلاني
- 51 (3/151) - (6/250) - ومحفوظة مكتبة محمد بن تركى التركى - عدد الأوراق 43.
- 52 الكامل في اللغة والادب - أبو العباس محمد بن يزيد المبرد - تحقيق: أحمد كنعان - دار الفكر العربي - الطبعة الثالثة 1417 هـ - 1997 م - 4 أجزاء.
- 53 الكامل في ضعفاء الرجال - عبد الله بن أحمد بن عدي الجرجاني - دار الفكر - القاهرة - الطبعة الأولى 1404 هـ - 1984 م.
- 54 اللآلئ المصنوعة في الأحاديث الموضوعة - عبد الرحمن بن أبي بكر جلال الدين السيوطي - دار المعرفة - بيروت - الطبعة 1403 هـ.
- 55 المجمع الفقهي الإسلامي رابط العالم الإسلامي - الدورة العاشرة - مكة المكرمة.
- 56 المجموع شرح المذهب - يحيى بن شرف الدين النووي - دار الفكر - الطبعة بدون.
- 57 المراسيل - أبو داود سليمان بن الأشعث السجستاني - دار الصميمى - الطبعة الأولى 1422 هـ.

- 55- المسارعة إلى المصارعة - جلال الدين السيوطي - تحقيق: مشهور بن حسن آل سلمان- 1992.
- 56- المستدرک على الصحيحين - محمد بن عبد الله الحاکم النیسابوری - تحقيق: مصطفی بن عبد القادر عطا - دار الكتب العلمية - بيروت - الطبعة الأولى 1411 هـ.
- 57- المصنف - عبد الرزاق بن همام الصنعاني - تحقيق: حبيب الرحمن الأعظمي- المکتب الإسلامي - بيروت - الطبعة الثانية 1403 هـ.
- 58- المعجم الأوسط - سليمان بن أحمد الطبراني - تحقيق: محمود الطحان - مکتبة المعرف - الطبعة الأولى 1405 هـ.
- 59- المعجم الصغير - سليمان بن أحمد الطبراني - دار الكتب العلمية - بيروت - طبعة 1403 هـ.
- 60- المعجم الكبير - سليمان بن أحمد الطبراني - تحقيق: حمدي بن عبد المجيد السلفي - وزارة الأوقاف والشؤون الدينية - العراق.
- 61- المغازی - محمد بن عمر الواقدي - تحقيق: مارسدن جونس- عالم الكتب - الطبعة الثالثة 1404 هـ.
- 62- المغنى - عبد الله بن أحمد بن قدامة المقدسي - دار هجر للطباعة والنشر - الطبعة الأولى 1406 هـ.
- 63- المقاصد الحسنة في بيان كثير من الأحاديث المشتهرة على الألسنة - محمد بن عبد الرحمن السخاوي - دار الكتب العربي - الطبعة الثانية 1414 هـ.
- 64- المنهج السوي والمنهل الروي في الطب النبوي - عبد الرحمن بن أبي بكر جلال الدين السيوطي - تحقيق: حسن بن محمد مقبولی الأهل - مکتب الجيل الجديد - صنعاء - الطبعة الأولى 1406 هـ.
- 65- المنهج السوي والمنهل الروي في الطب النبوي - جلال الدين السيوطي - مؤسسة الكتب الثقافية - بيروت - طبعة 1406 هـ.
- 66- المنهب في اختصار السنن الكبرى للبيهقي - محمد بن أحمد بن عثمان الذهبي - الوطن للنشر - الطبعة الأولى 1422 هـ.
- 67- الموطأ - الإمام مالك - روایة الإمام محمد بن الحسن. تحقيق : د. تقي الدين الندوی - دار القلم - دمشق - الطبعة الأولى 1413 هـ - 1991 م.

- 71- الموسوعة التاريخية لتطور الحركات الرياضية في الحضارات القديمة والحديثة - د / محمد خير علي - دار وائل للنشر - عمان الأردن - طبعة 2001م.
- 72- أمالی المحامی - الحسین بن إسماعیل المحامی - تحقیق: إبراهیم القیسی - دار ابن القیم - الدمام - الطبعة الأولى 1412 هـ.
- 73- بستان العارفین - أبو الليث السمرقندی - دار الكتب الثقافية - طبعة 1414 هـ - 1993م
- 74- بلوغ الأرب في معرفة أحوال العرب - محمود شكري الألوسي - دار الكتب العلمية - بيروت - طبعة 1994م.
- 75- بهجة المجالس وأنس المجالس - يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر - تحقیق محمد الخولی - دار الكتب العلمية - بيروت - طلعة 1981م - 3 مجلد.
- 76- تاريخ الأمم والملوک (الرسل والملوک) المعروف بتاريخ الطبری - محمد بن جریر الطبری - المطبعة الحسينية - القاهرة - طبعة 1336 هـ.
- 77- تاريخ الخلفاء - جلال الدين السيوطي - دار الكتب العلمية - بيروت - طبعة 1988م.
- 78- تاريخ مدينة دمشق - علي بن الحسن بن عساکر - دار الفکر - الطبعة 1415 هـ - 80 مجلد.
- 79- تحفة الأحوذی بشرح جامع الإمام الترمذی - محمد بن عبد الكريم المبارکفوری - دار الفکر - القاهرة - الطبعة الثالثة 1399 هـ.
- 80- تحفة المحتاج إلى أدلة المنهاج - ابن الملقن سراج الدين أبو حفص عمر بن علي بن أحمد الشافعی المصري - دار حراء - مکة المکرمة - الطبعة 1406 هـ.
- 81- تخریج الإحياء (المغنى عن حمل الأسفار في تخریج ما في الإحياء من الأخبار) - عبد الرحیم بن الحسین العراقي - دار صادر - الطبعة الأولى 2000 م.
- 82- تشريح وفسيولوجيا الإنسان - د/ فاسیلی تاتارینوف - دار میر للطباعة والنشر - 1983م.
- 83- تفسیر القرآن العظیم - إسماعیل بن کثیر الدمشقی - دار الكتب العلمية - بيروت - طبعة 1419 هـ.
- 84- تلخیص الحبیر في تخریج أحادیث الرافعی الكبير - احمد بن حجر العسقلانی - مکتبة نزار مصطفی الباز - الطبعة الأولى 1417 هـ.
- 85- تلخیص کتاب العلل المتناهیة - محمد بن احمد بن عثمان الذهبی - مکتبة الرشد

- الطبعة الأولى 1419 هـ.

- 86- جامع الأصول في أحاديث الرسول - أبو السعادات المبارك بن محمد بن الأثير - تحقيق: عبد القادر الأرناؤوط - مكتبة الحلواني - الطبعة 1391 هـ.
- 87- جامع بيان العلم وفضله - يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر - تحقيق أبو الأشبال الزهرى - دار ابن الجوزى - الدمام - طبعة 1414 هـ - 1994 م - 2 مجلد.
- 88- جلباب المرأة المسلمة في الكتاب والسنة - محمد ناصر الدين الألبانى - المكتبة الإسلامية الطبعة الثانية 1413 هـ.
- 89- حجاب المرأة ولباسها في الصلاة - محمد ناصر الدين الألبانى - المكتب الإسلامي - بيروت - الطبعة الرابعة.
- 90- حجة النبي كما رواها عنه جابر رضي الله عنه - محمد ناصر الدين الألبانى - المكتب الإسلامي - بيروت - الطبعة السابعة 1405 هـ.
- 91- جزء بكر بن بكار - بكر بن بكار البصري - مكتبة العبيكان - الرياض - طبعة 1412 هـ - 2001 م.
- 92- حقيقة السنة والبدعة أو الأمر بالأتباع والنهى عن الأبداع - جلال الدين السيوطي - دار الفكر اللبناني - تحقيق الشيخ خليل ابراهيم - الطبعة الأولى - 1992 م.
- 93- خلاصة البدر المنير في تحرير أحاديث الفتح الكبير - عمر بن علي بن الملقن - تحقيق: جمال بن محمد السيد - دار العاصمة - الرياض - الطبعة الأولى 1414 هـ.
- 94- ذخيرة الحفاظ المخرج على الحروف والألفاظ - محمد بن طاهر القيسري - دار السلف - الطبعة الأولى 1416 هـ.
- 95- رياض الصالحين - للنورى - تحقيق: محمد ناصر الدين الألبانى - المكتب الإسلامي - الطبعة الثانية 1404 هـ.
- 96- رياضة الأبدان - أحمد بن عبد الله أبو نعيم الأصبهاني - تحرير محمود بن محمد الحداد - مكتبة الملك فهد الوطنية - الطبعة الأولى 1408 هـ - 1988 م.
- 97- رياضتنا التي لا نمارسها - تركى نصر السديرى - مجلة الجزيرة - العدد 11357.
- 98- مجمع الزوائد ومنبع الفوائد - أبو الحسن نور الدين على بن أبي بكر الهيثمى - مكتبة القدسى - القاهرة - طبعة 1414 هـ - 1994 م - 10 أجزاء.
- 99- سنن ابن ماجة - محمد بن يزيد ابن ماجة القزويني - دار إحياء التراث العربى .

- 100- سنن أبي داود - أبو داود سليمان بن الأشعث السجستاني - دار الكتب العلمية - الطبعة الأولى 1388 هـ.
- 101- سنن الترمذى "الجامع الصحيح- سنن الترمذى " - محمد بن عيسى الترمذى - تحقيق أحمد شاكر- دار إحياء التراث العربي- بيروت- الطابعة بدون.
- 102- سنن الدارقطنی - علي بن عمر الدارقطنی - دار المعرفة - الطبعة الأولى 1422 هـ.
- 103- سنن النسائي - أحمد بن شعيب النسائي - مكتب المطبوعات الإسلامية - حلب - الطبعة الثانية 1406 هـ - 1986 م.
- 104- سبل الهدى والرشاد في سيرة خير العباد - محمد بن يوسف الصالح الشامي - دار الكتب العلمية - بيروت - طبعة 1414 هـ - 1993 م - عدد الأجزاء 12.
- 105- شرح السنة - الحسين بن مسعود البغوي - دار الكتب العلمية - الطبعة الأولى 1412 هـ.
- 106- شرح مشكل الآثار - أحمد بن محمد الطحاوي - مؤسسة الرسالة - الطبعة الأولى 1415 هـ.
- 107- شعب الإيمان - أحمد بن الحسين البههقي - دار الفكر- بيروت - الطبعة الأولى 1424 هـ.
- 108- صحيح الأدب المفرد للإمام البخارى - محمد ناصر الدين الألبانى - دار الصديق - الطبعة الأولى 1414 هـ.
- 109- صحيح البخاري (الجامع الصحيح المسند المختصر من أمور رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه) - محمد بن إسماعيل البخاري- مصطفى البابي الحلبي وأولاده - مصر- الطبعة 1377 هـ.
- 110- صحيح ابن حبان - محمد بن حبان بن معاذ البستي - ترتيب: الأمير علاء الدين علي بن بلبان الفارسي - مؤسسة الرسالة .
- 111- صحيح الترغيب والترهيب للمنذري - محمد ناصر الدين الألبانى - مكتبة المعارف - الطبعة الأولى 1421 هـ.
- 112- صحيح الجامع الصغير وزيادته - محمد ناصر الدين الألبانى - المكتب الإسلامي - الطبعة الثالثة 1408 هـ.

- 113- صحيح سنن ابن ماجه - محمد ناصر الدين الألباني - مكتب التربية العربي لدول الخليج - الطبعة الأولى 1407 هـ.
- 114- صحيح سنن أبي داود - محمد ناصر الدين الألباني - مكتب التربية العربي لدول الخليج - الطبعة الأولى 1409 هـ.
- 115- صحيح سنن الترمذى - محمد ناصر الدين الألباني - مكتب التربية العربي لدول الخليج - الطبعة الأولى 1409 هـ.
- 116- صحيح سنن النسائي - محمد ناصر الدين الألباني - مكتب التربية العربي لدول الخليج الطبعة الأولى 1409 هـ.
- 117- صحيح مسلم (المسنن الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل عن رسول الله صلى الله عليه وسلم) - مسلم بن الحاج النسيابوري - عيسى البابي الحلبي - الطبعة الأولى 1374 هـ.
- 118- ضعيف الأدب المفرد للإمام البخارى - محمد ناصر الدين الألباني - دار الصديق الطبعة الأولى 1414 هـ.
- 119- ضعيف الترغيب والترهيب للمنذى - محمد ناصر الدين الألباني - مكتبة المعارف - الطبعة الأولى 1421 هـ.
- 120- ضعيف الجامع الصغير وزيادته - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة الثانية 1408 هـ.
- 121- ضعيف سنن ابن ماجه - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة : الأولى 1408 هـ.
- 122- ضعيف سنن أبي داود - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة الأولى 1412 هـ.
- 123- ضعيف سنن الترمذى - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة الأولى 1411 هـ.
- 124- ضعيف سنن النسائي - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة الأولى 1411 هـ.
- 125- عقيرية خالد - عباس محمود العقاد - الهيئة المصرية للكتاب.
- 126- عمدة التفسير من تفسير ابن كثير - أحمد بن محمد شاكر - دار الوفاء - الطبعة

الثانية 1426 هـ.

- 127- عن المعبود شرح سنن أبي داود - محمد شمس الحق العظيم آبادي - تحقيق: عبد الرحمن بن محمد عثمان محمد عبد المحسن - المدينة المنورة - الطبعة الثانية 1388 هـ.
- 128- غاية المرام في تخرج أحاديث الحلال والحرام للفراصاوي - محمد ناصر الدين الألباني - المكتب الإسلامي - الطبعة الأولى 1400 هـ.
- 129- فتاوى إسلامية جمع الشيخ محمد المسند .
- 130- فتاوى اللجنة الدائمة.
- 131- فتاوى دار الإفتاء المصرية.
- 132- فتاوى مجمع الفقه الإسلامي.
- 133- فتح الباري بشرح صحيح البخاري - أحمد بن حجر العسقلاني - دار الريان للتراث - الطبعة الثالثة 1407 هـ.
- 134- فتوح البلدان - أحمد بن يحيى البلاذري - دار الكتب العلمية - بيروت - الطبعة 1403 هـ.
- 135- فقه السنة - الشيخ السيد سابق - طبعة مكتبة الآداب - 1978 م.
- 136- فقه اللغة وأسرار العربية - أبو منصور محمد بن إسماعيل التعلبي - دار مكتبة الحياة - بيروت .
- 137- فلسفة الترويج في الإسلام أ / جمعة على الخولي.
- 138- فيض القدير في شرح الجامع الصغير - الإمام عبد الرؤوف المناوى - دار المعرفة - بيروت - الطبعة الثانية 1391 هـ.
- 139- كشف الخفاء ومزيل الإلباس عما اشتهر من الأحاديث على ألسنة الناس - إسماعيل بن محمد العجلوني - مؤسسة الرسالة - الطبعة: الثانية 1421 هـ.
- 140- كنز العمل في سنن الأقوال والأفعال - علي بن حسام الدين المتقي الهندي- مؤسسة الرسالة - بيروت - الطبعة 1399 هـ.
- 141- لباب النقول في أسباب النزول - عبد الرحمن بن أبي بكر جلال الدين السيوطي - دار المعرفة - بيروت - الطبعة: الثانية 1419 هـ.
- 142- لسان العرب - محمد بن منظور الأفريقي المصري - دار صادر - بيروت - 15 مجلد.

- 143- لعب العرب - أحمد تيمور باشا طبعة هنداوى - 2014م.
- 144- مجمع الزوائد ومنبع الفوائد - علي بن أبي بكر الهيثمي - مؤسسة المعارف - الطبعة 1406 هـ.
- 145- محاضرة الترويج والشخصية الإسلامية - أ/ عبد الحميد عبد المحسن عبد الحميد - الرياسة العامة لرعاية الشباب - جدة - 1983م.
- 146- مختار الصحاح - محمد بن أبي بكر عبد القادر الرازى - دار القلم - لبنان.
- 147- مسند الإمام أحمد بن حنبل - أحمد بن محمد بن حنبل - تحقيق: أحمد بن محمد شاكر - دار المعارف - مصر - الطبعة الرابعة 1373 هـ.
- 148- مسند الإمام أحمد بن حنبل - أحمد بن محمد بن حنبل - تحقيق: شعيب الأرناؤوط - مؤسسة الرسالة - عدد المجلدات 50.
- 149- مسند أبو يعلى - أحمد بن على بن المثنى الموصلي - دار المأمون للتراث - طبعة 1410 هـ - 1989م - 16 جزء.
- 150- مسند الفاروق وأقواله على أبواب العلم - إسماعيل بن عمر عماد الدين بن كثير - دار الوفاء - مصر - الطبعة الأولى 1411 هـ - 1991م - 2 جزء.
- 151- مشكاة المصايب (هداية الرواة إلى تخریج أحاديث المصايب والمشكاة) - محمد ناصر الدين اللبناني - دار ابن عفان - الطبعة الأولى 1422 هـ.
- 152- معرفة الصحابة - تاليف محمد بن إسحاق بن مندہ الأصبهانی - تحقيق د/ عامر حسن صبری - مطبوعات جامعة الإمارات العربية المتحدة (84) - الطبعة الأولى 1426 هـ - 2005م.
- 153- مصنف ابن أبي شيبة - عبد الله بن محمد أبو بكر بن أبي شيبة - إدارة القرآن والعلوم الإسلامية - باكستان - الطبعة 1406 هـ.
- 154- مصنف عبد الرزاق - عبد الرزاق بن همام الصناعي أبو بكر - دار التأصيل - طبعة 1436 هـ - 2015م.
- 155- مكارم الأخلاق ومعالاتها ومحمد طرائقها - محمد بن جعفر بن محمد بن سهل بن شاكر الخرائطي - دار الآفاق العربية - القاهرة - طبعة 1419 هـ - 1999 م.
- 156- مكارم الأخلاق - ابو القاسم الطبرانى سليمان بن أحمد بن أيوب - دار الكتب العلمية - بيروت - 1409 هـ - 1989م.

- 157- موطأ مالك - للإمام مالك بن أنس - دار إحياء التراث العربي - طبعة 1406 هـ - 1985 م - 2 مجلد.

- 158- ميزان الاعتدال في نقد الرجال - محمد بن أحمد بن عثمان الذهبي - تحقيق: على محمد البحاوى - دار المعرفة - بيروت - الطبعة الأولى 1382 هـ - 1963 م.

- 159- نيل الأوطار شرح منتقى الأخبار - محمد بن علي الشوكاني - دار الفكر - الطبعة الثانية 1403 هـ - ومكتبة مصطفى الحلبي الطبعة الأخيرة - القاهرة.

الفهرس

4.....	المقدمة
9.....	الباب الأول
10.....	الرياضة في عهد الرسول والصحابة
12.....	الرسول القدوة
14.....	رياضة المبارزة بالسيف
18.....	رياضة الرمي بالسهام
27.....	النهى والتحريم من استخدام الحيوانات والطيور للرمي
29.....	رياضة التدريب بالحراب أو الرماح واللعب بهما
33.....	رياضة العدو والمشي
37.....	رياضة المصارعة
41.....	رياضة ركوب الخيل والجمال
49.....	رياضة الصيد
55.....	رياضة السباحة
69.....	رياضة رفع الأثقال
62.....	رياضة اللعب بالكرة بأنواعها
64.....	الألعاب الترفيهية
68.....	الباب الثاني
69.....	الرياضة في عصر الدول الإسلامية
72.....	أنواع الرياضة التي مارسها المسلمين
81.....	الباب الثالث
83.....	الحلال والحرام في الرياضة
84.....	العورة عند الرجل والمرأة
85.....	أولاً عورة الرجل
87.....	ثانياً عورة المرأة
90.....	قواعد الحلال والحرام في الرياضة
90.....	الألعاب البدنية
95.....	الألعاب الذهنية
96.....	اللعبة بالنرد أو النردشير (الطاولة)
98.....	ألعاب الورق (الكوتشينة)
99.....	لعبة الشطرنج
102.....	لعبة الدومينو
103.....	الألعاب الإلكترونية
105.....	مخاطر الألعاب الإلكترونية
106.....	ماورد في القمار والرهان
107.....	ما يجوز المسابقة عليه بعوض أو جائزة
109.....	رأى الأئمة الأربع في ذلك
110.....	جوائز المراهنة

110.....	ما جاء في المحلل وأداب السبق
113.....	الباب الرابع
114.....	الألعاب الجماعية والأولمبية
115.....	المسابقات والألعاب الجماعية قبل الإسلام
116.....	المسابقات في عصر النبوة والممالك الإسلامية
117.....	الألعاب الأولمبية الدولية
122.....	الألعاب الأولمبية العربية
126.....	العرب في الألعاب الأولمبية
130.....	تحطيل على مشاركات العرب في الدورات الأولمبية في 100 عام
133.....	الباب الخامس
134.....	الرياضة الترويحية
137.....	موقف الإسلام من الرياضة الترويحية
148.....	الشروط الواجب توافرها في النشاط الترويحي
149.....	أغراض أنشطة التربية الترويحية
150.....	هل التربية الرياضية تعتبر نشاطاً تربوياً أم نشاطاً ترويحي؟
151.....	الباب السادس
152.....	أحكام هامة لرياضيين
154.....	أهم الأخلاق
157.....	آفات النفس وأمراضها
169.....	الباب السابع
170.....	معجزة الله في الإنسان
171.....	التشريح وفيزيولوجيا الإنسان
188.....	كيف تتم عملية إنتاج الطاقة للجسم؟
191.....	كيف يتعامل الجسم مع الجروح والكسور؟
193.....	كيف يحس الجسم بالألم؟
195.....	أهمية النظافة للرياضي
197.....	الغسل يجب ويستحب في الحالات الآتية
201.....	الأسس التي تصنع بطلاً رياضياً
208.....	الخاتمة
210.....	المراجع

تم بحمد الله

نبذة عن الكتاب

في هذا الكتاب بحث عن أهمية الرياضة في الإسلام، وكيف دعى الإسلام لممارسة الرياضة. فنظم أحكامها، وبين حلالها وحرامها، وأخلاقها وتعاملاتها. وفيه الألعاب الرياضية التي مارسها الرسول ﷺ والصحابة الكرام، والدول والممالك الإسلامية وكانت سبب في نهضتها وتقدير حضارتها.

واحصاء حتى عهد قريب بموقن المسلمين والأمم الأخرى في المسابقات الرياضية العالمية عامة والمسابقات الرياضة العربية خاصة.

الكاتب والباحث / سامي سعيد

دار
العلوّش
للنشر والتوزيع

