سلسلة دعوة الإسلام

دكتور منصور مندور

دَعْوَةُ الإِسْلامِ إِلى

مُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ البَدَنِيَّة

دِرَاسَةٌ دَعَوِيَّةٌ مِن الكِتَابِ والسُّنَّةِ تُؤَكِّدُ حِرصَ الإِسْلامِ عَلى ممارَسَةِ الرِّيَاضَةِ البَدَنِيَّة

الطبعة الثانية

طبعة مزيدة ومنقحة

٢٠١٧

الناشر

www.darelnokhba.com

رئيس مجلس الإدارة
أسامة إبراهيم

المدير التنفيذى
سماح الجمال

المدير الفني
أحمد جابر

تصميم الغلاف
أحمد صادق

التصميم الداخلى
وليد محمد

دار النخبة
للطباعة والنشر والتوزيع

٣٣ شارع السنترال – المجاورة الأولى
– الحي الأول – مدينة الشيخ زايد –
الجيزة – مصر

تليفون: ٣٨٥١١٩٦٩ – ٠٠٢٠٢
٠١٢٨٨٦٨٨٧٥ – ٠٠٢
E-mail: alnokhoba@gmail.com

الطبعة الأولى
1438 هـ - 2017 م
جميع الحقوق محفوظة للناشر

رقم الإيداع بدار الكتب المصرية:
2017 - 8712
ISBN: 978 - 977 - 6580 - 62 - 6

قال الله تعالى:
{وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ..} (١)

وعن أبي هُريرة رضي اللّه عنه قال:قال رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم:
" المُؤْمِنُ القَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إلى اللَّهِ تَعالى مِنَ المُؤْمِنِ الضَّعِيفِ " (٢)

وعن عبد الله بن عمرو رضي اللّه عنهما قال:
قال رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم :
"إن لجسدك عليك حقاً"(٣)

---

(١) الأنفال /٦٠

(٢) صحيح مسلم كتاب البر والصلة والاداب. باب في الأمر بالقوة وترك العجز. والاستعانة باللّه، وتفويض المقادير لله

(٣) صحيح البخاري الجزء الأول. ٥٤ – باب: حق الجسم في الصوم. الحديث رقم: ١٨٧٤و أخرجه مسلم في الصيام، باب: النهي عن صوم الدهر لمن تضرر به..، رقم: ١١٥٩

تقريظ

بقلم فضيلة الأستاذ الدكتور / عبد الله بركات
عميد كلية الدعوة الإسلامية بالقاهرة

الحمد لله والصلاة والسلام
على سيدنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم
وبعد...

فقد وقفتُ على المؤلَّف الموسوم بـ (دعوة الإسلام إلى ممارسة الرياضة) لكاتبه الدكتور منصور مندور .

والكتاب دعوة صريحة لتحقيق مقصد من مقاصد الإسلام الحنيف، وهو المحافظة على صحة الأبدان، ولا ريب في أن ممارسة الرياضة المشروعة الهادفة تحقيقاً لهذا المقصد النبيل، ولم يكذب من قال: العقل السليم في الجسم السليم.

جزى الله المؤلِّف على جهده خيراً ونفعه ونفع به ...والحمد لله رب العالمين

الأستاذ الدكتور / عبد الله بركات
عميد كلية الدعوة الإسلامية سابقا
جامعة الأزهر – القاهرة

تقريظ
بقلم فضيلة الشيخ جمال قطب
رئيس لجنة الفتوى الأسبق بالأزهر الشريف

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله

وإنْ تَعجَبْ فعجَبٌ قَوْلُهم: ما للإسلام والرياضة؟ وكأنَّ هؤلاء ظنُّوا أنّ الإسلام طُقُوسٌ شعائرية؛ بل الإسلام هو سلامةُ الإنسانِ وسلامةُ الحياةِ وقوةُ الإنسانيةِ على منع العدوان قبل أن ينشأ، وردُّ العدوانِ ودفعُهُ إذا وقع؛ لذلك جاء القول الإلهي: {وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ....}[1]

وهل تصلح قوة قبل قوة البدن....

إنّ الحكماءَ ليقُولُون: إنّ العقلَ السَّليم في الجِسم السَّليم. فكيفَ يَسْلمُ الجسمُ إذا لم ينلْ حظّه من الرّياضة والتّدريب والتّعود على بذل الجهد.

وإذا كَانَ ما سطَّرَته يَدُ المؤلّف قد طافَ حولَ المأثورِ من السُّنَّة النَّبوية، فإنه يريد أن يقولَ ما قالَ أهلُ العلم: إنّ كلَّ ما يهب الإنسانَ قوةً في جسمه ومنعةً في مواقف الشدة فإنها رياضةٌ مقبولةٌ إذا لم تتجاوز الكرامةَ الإنسانية.

١- سورة الأنفال (٦٠)

فرياضة الدفاع عن النفس ورياضة بناء الجسم من ضرورات حياة المسلم ومن لبنات شخصته.

لهذا قد سَرَّني كثيراً ما سبقَ إليه فضيلةُ الشيخ المؤلف من إعداد هذا الكُتيّب إعداداً طيباً علماً وأدباً وحجما وغرضاً وموضوعاً وهدياً، فللّه ما كتب، وأسال الله أن يتقبل هذا القول البليغ، وتلك المبادرة الشريفة، فإنه سبحانه علي ما يشاء قدير.

جمال قطب

الرياضة.. والمرأة.. والإسلام

خالد المعينا

يصرُّ عددٌ من الناس الذين التقيت بهم ممن يصفون أنفسهم بالمحافظين على الاستمرار في جعل قضية ممارسة المرأة المسلمة للرياضة قضية خلافية ينتهون فيها إلى تحريم الرياضة على المرأة المسلمة.

بل إن البعض منهم بلغ به الأمر وسمح لنفسه أن يقذف المحصنات باتهامهن (بعدم الحياء) وهي جريمة، لأن وصفهن بعدم الحياء يعني نزع الحياء منهن وهو ما يعني أيضا نزع شعبة من شعب الإيمان وهو أمر رفضته شريعتنا السمحاء.

وقد رأت مجلة (شمس) أن تقدم لقرائها عرضاً وافياً وموجزاً لبحث علمي نشره صاحبه الأستاذ الشيخ منصور مندور في كتاب تحت عنوان (دعوة الإسلام إلى ممارسة الرياضة).

يقول الأستاذ الشيخ في مقدمة الكتاب: (هذه الأوراق التي بين يدك – أخي القارئ– تذكرك بحقائق غائبة عن كثير من المسلمين، ولا ادعي أنني أتيت بشيء من عندي، بل هي حقائق موجودة في الشريعة الإسلامية التي أتت بكل ما ينفع الناس في دينهم ودنياهم..).

إن ممارسة الرياضة حقيقة إسلامية غائبة عن كثير من المسلمين، وسنة من سنن سيد المرسلين، والتي بسبب تركها أصاب كثير من المسلمين هم كبير وضعف شديد، فأصبحت أجسادهم ثقيلة، وأبدانهم سقيمة، وعقولهم خاملة، وظهروا في هيئة مترهلة؛ جعلت الغرب ينظرون إلينا على أننا أصحاب كروش ولسنا أصحاب حضارة..!

والشريعة الإسلامية دعت الناس رجالاً ونساء وأطفالاً وشيوخاً إلى ممارسة الرياضة بهدف الحفاظ على صحتهم، وإضفاء روح المرح بينهم، وان من ينكر عليهم ذلك إنما ينكر حقيقة إسلامية وسنة نبوية فعلها رسول الله – ﷺ – وأمر بها وأقر أصحابه عليها. إذن فروح المرح بين المسلمين أمر واجب والعبوس المتعمد بادعاء الخوف على الإسلام أمر مرفوض.

ولأن الإسلام دين الاعتدال والوسطية، فقد حث أتباعه على الاعتدال في كل شيء حتى في الرياضة. فصحة البدن منهج ودعوى، وغاية إسلامية (فكما أن زكاة القلب موقوفة على طهارته، كذلك زكاة البدن موقوفة على استفراغه من أخلاطه الرديئة)، ولا يتحقق ذلك إلا بالمحافظة والمداومة على ممارسة الرياضة.

كما أكد الكاتب في أحد مباحث الفصل الأول على اهتمام الإسلام بالرياضة، وان ممارستها ليست من قبل اللهو أو اللعب بل هي من الواجبات، في حين أكد بشكل خاص على أهمية الرياضة للأطفال بنين وبنات، إذ لا تفرقة في ذلك، وأورد الأحاديث النبوية الشريفة التي تؤكد ذلك.

ثم كان أهم المباحث والذي يعنينا في هذا المقام وهو حق المرأة المسلمة في ممارسة الرياضة..؟!

روى أحمد عن عائشة –رضي الله عنها– قالت خرجت مع النبي (ﷺ) في بعض أسفاره وأنا جارية، لم أحمل اللحم ولم أبدن، فقال للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال لي: تعالي حتى أسابقك، فسابقته فسبقته، فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت، خرجت معه في بعض أسفاره، فقال للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال: تعالي حتى أسابقك، فسابقته فسبقني، فجعل يضحك وهو يقول: هذه بتلك.

وهنا قال صاحب (نيل الأوطار) للإمام الشوكاني: (وفي الحديث دليل على مشروعية المسابقة على الأرجل وبين الرجال والنساء المحارم، وإن مثل ذلك لا ينافي الوقار والشرف والعلم والفضل وعلو السنّ).

وهذا يعني أن المرأة المسلمة لكي تستطيع أن تمارس ما تهواه من الرياضة بحرية كاملة يجوز لها ذلك مع محارمها؛ فهي لا تحب أن يطلع عليها غير المحارم.

فلم يحرم الإسلام المرأة من حقها في ممارسة الرياضة والترويح عن نفسها ما دام ذلك في أطر الشرع الحنيف، وأن ما يعمد إليه بعض المتزمتين من منع تام لممارسة المرأة للرياضة حتى ولو كان ذلك في الإطار الشرعي، لا يمكن تفسيره إلا أنه مخالفة للسنة النبوية المطهرة؛ فضلا عن إضعاف صحة ولياقة (أمهات المسلمين) وإصابتهن بأمراض قلة الحركة والسمنة وإرهاق القلب، الأمر الذي يترتب عليه خلق جيل مصاب بالوهن والضعف والإعياء.

ثم اختتم الأستاذ الشيخ منصور مندور الفصل الأول من كتابه الموثق بمبحث حدد فيه الأطر الشرعية لممارسة الرياضة، سواء للرجال أو للنساء، شيوخ أم شباب، مستهلا الحديث بما اتفق عليه علماء الإسلام على أن عورة الرجل ما بين سرته إلى ركبته، وأن جميع جسد المرأة عورة ما عدا وجهها وكفيها، وأضاف البعض القدمين دون إجماع، وعلى ذلك فكل رياضة يمارسها الرجل أو تمارسها المرأة مع الحفاظ على هذا المبدأ الشرعي فلا حرج.

وخلص في نهاية القول إلى أن المسلم (رجل أو امرأة) الذي يمارس الرياضة يحرص على ما يلي:

- عدم إبداء العورة المغلظة أو جزء منها، ولو كان لرجل مثله، أو امرأة مثلها.

– عدم النظر إلى عورة الآخرين.

– عدم وصف شيء من جسد المرأة للآخرين.

– التواضع عند النصر، وعدم الاغترار بالقوة أو إيذاء الآخرين أو إضاعة حقوقهم.

– ألا يترتب على ممارسة اللعبة أو مشاهدتها (أيا كان نوعها) ضياع شيء من فرائض الدين.

– التحلي بمكارم الأخلاق القولية والفعلية إبان ممارسة الرياضة حفاظاً على المظهر الإسلامي.

– الحرص على الاستفادة من النشاط الرياضي سواء كانت الاستفادة جسمية عضلية أو روحية نفسية أو ذهنية عقلية؛ ذلك أن الوقت بالنسبة للمسلم رأس ماله.

– عدم الاختلاط أو الاجتماع –بين الرجل والمرأة– المؤدي إلى الريبة والشك.

أما الفصل الثاني من الكتاب القيم فقد جاء تحت عنوان (رياضات مارسها الرسول) ﷺ وحض عليها وهي: السباحة، والمشي السريع، المبارزة، الرمي، السباق بالخيل، مسابقة الإبل.

وإذا تأملنا أركان الإسلام نجد أن ترديد الشهادة رياضة وتطهير للنفس، والصلاة وأداؤها الحركي رياضة متكاملة لعضلات جسم الإنسان، والحج وأداء الفريضة مشقة بدنية تقوم جسم الإنسان وتقويه، والطواف بالبيت مع الهرولة وتحريك الكتفين رياضة للبدن، بل إن الصوم فيه رياضة للنفس ورياضة للجهازين الهضمي والدموي.

هذا ما أكده خبراء الطب الطبيعي والتربية البدنية أن أداء الفرائض وحركاتها العضلية من شأنها أن تعمل على الحفاظ على النغمة العضلية وتنشيطها، وتعمل على المحافظة على القوام المنتصب للإنسان (رجل كان أم امرأة) بشكل متوازن.

هنا نخلص إلى أن اعتناء الإنسان (رجل أو امرأة) بجسده من حيث الصحة والجمال والنظافة ليس من الكبر في شيء؛ بل هو من قبيل العبادة التي يتقرب بها العبد إلى ربه.

والمحافظة على ذلك تعد عبادة دائمة ومتصلة، إذ إن الذي يحافظ على مبادئ النظافة والجمال والصحة، ويأخذ بأسبابها من الطهارة والرياضة لا يفرط يوما في شيء من مبادئه؛ فيكون ذلك من قبيل قول الرسول (ﷺ): (أحب الأعمال إلى الله تعالى أدومها وإن قل)، صدق رسول الله(ﷺ).

بتصرف، نقلاً عن موقع:(sp6.htm/20090614/http://www.al-jazirah.com/2009)

مقدمة الطبعة الثانية

الحمد لله وكفى .. وسلامٌ على عباده الذين اصطفى ..... وبعد

لم أكن أتوقع أن يلقَى هذا الكتابُ كلَّ هذا الترحاب وكلَّ هذا القبول؛ سواء من أهل التخصص، أو من الجماهير الذين اطلعوا عليه وعبَّروا عن رأيهم سواء بالمراسلة عبر البريد الالكتروني، أو بالاتصال هاتفيًا أو بطلب نشره وتوزيعه صدقةً جارية في بلادهم, أو بالنقل منه كمرجع يحتوي على أغلب أو كل الرياضات التي مارسها رسول الله ﷺ .

وقد أسعدني أيَّما سعادة كلمة فضيلة العلامة الشيخ جمال قطب رئيس لجنة الفتوى بالأزهر الشريف سابقا حول هذا الكتاب، ومن قبل أسعدني كثيراً تقريظ فضيلة الأستاذ الدكتور عبدالله بركات عميد كلية الدعوة الإسلامية بالقاهرة والتي تم تدوينها في حينها في الطبعة الأولى.

وأرجو أن يسهم هذا الكتاب في الإضافة إلى المكتبة العربية والإسلامية التي لا زالتْ حتى اليوم تفتقر لمثل هذه الدراسات والأبحاث.

كما أني أعتبر أن هذا العمل وهذا الجهد المتواضع مجردَ نواةٍ أو بداية لعمل أكبر وأفضل يتم استكماله في المستقبل القريب إن شاء الله تعالى, خاصة وأن الرياضة تمثل – في زماننا هذا – حيزاً كبيراً وتشغل بال قطاع كبير من الناس؛ الذين يحرصون على إرضاء الله تعالى في أعمالهم وأنشطتهم وحتى في لهوهم ومرحهم؛ لذا نجدهم يسألون عن سنة رسول الله ﷺ في كل ما يقدمون عليه من أنشطة.

فكان لا بد من ترشيد هذا العمل فيما يفيد الأمة الإسلامية بصفة خاصة, والإنسانية بصفة عامة, ولفت أنظار الجماهير إلى المفهوم الصحيح للرياضة, وأنها

ممارسة لا ثقافة، وأنها عطاء لا أهواء، وأنها حب وتضحية وليست بغضا أو تسلية.

القضية أن أكثر الناس إذا ذكرت كلمة رياضة راح تفكيرهم مباشرة نحو كرة القدم وغيرها من الرياضات الترفيهية الغير بناءة.

ومن ثم نحن نريد أن نلفت الأنظار إلى أهمية الرياضة البناءة المفيدة في حياتنا وأهميتها في تربية الناشئة وهذا أحد أهداف هذا الكتاب.

وكان لابد من إقرار ما يتفق مع الشريعة الإسلامية من رياضات ونفي ما لا يتفق معها؛ فهناك ألعاب لا يليق بالمسلمة أن تمارسها[1] وهناك ألعاب لا بد منها لحماية المرأة المسلمة وتقوية عضلاتها لتكون أكثر قوة على مواجهة أعباء الحياة ومشاكها ومستجداتها, كما أن كثيرا من الشباب والصبية يسألون عن الرياضات التي تتفق وأخلاق الإسلام.

والإسلام لا يَرضَى لجنس أن يزاول ألعاب جنس آخر لا تَليق به ولا تتناسب مع تكوينه ومهمّته ورسالته في الحياة.

وذلك أن الإسلام حين يُبيح شيئًا ويُجيزه يجعل له حدودًا تمنع خروجه عن حد الاعتدال، وتحافظ على الآداب التي تتَّسق مع الحكمة العامّة للتشريع.

ويُشير إلى ذلك كله قوله تعالى: {يا أيُّها الذين آمنُوا لا تُحَرّموا طَيّبات مَا أحَلَّ اللهُ لكُمْ ولا تَعتدُوا إنَّ اللهَ لا يُحِبُّ المُعْتَدِينَ}[2]. فالآية بعموم لفظها تحرّم الاعتداءَ[3] في كلّ تصرُّف سواء أكان ذلك مَطعومًا أم ملبوسًا أم شيئًا آخرَ وراء ذلك.

دكتور منصور مندور – القاهرة

١– والإسلام لا يمنع تقوية الجسم بمثل هذه الرياضات، فهو يريد أن يكون أبناؤه أقوياء في أجسامهم وفى عقولهم وأخلاقهم وأرواحهم؛ لأنه يمجّد القوة، فهي وصف كمال لله تعالى ذي القوة المتين

٢– (المائدة: ٨٧)

٣– والاعتداء هو تجاوُز الحد المعقول الذي شرَعه الدِّين

مُقَدَّمَة الطَّبْعَة الأُولى

الحمد لله ربِّ العالمين ، والصلاة والسلامُ على المبعوث رحمة للعالمين ...وبعد فهذه الأوراق التي بين يدك – أخي القارئ– تذكرك بحقائق غائبة عن كثير من المسلمين؛ لا أدَّعي فيها سبقاً، ولا أدَّعي أنني أتيت بشيءٍ من عندي؛ بل هي حقائق موجودة في الشريعة الإسلامية التي أتت بكلِّ ما ينفع الناس في دينهم ودنياهم؛ ولا غرابة في ذلك؛ فهي آخر الرسالات السماوية، والنبي محمد هو خاتم الأنبياء والمرسلين؛ لذا حملت هذه الرسالة بين جنباتها كل ما ينفع الناس في عاجلهم وآجلهم.

إن مبادئ الإسلام – دائماً – كانت سبَّاقة في تقديم كل الخير للبشرية، وخاصة أولئك الذين اعتنقوا الفكر الإسلامي؛ وآمنوا به واتبعوه، واتخذوه منهج حياة لهم؛ فعاشوا أصحاء وماتوا سعداء .

إن ممارسة الرياضة حقيقة إسلامية غائبة عن كثير من المسلمين، وسنة من سنن سيد المرسلين، والتي بسبب تركها أصاب كثيراً من المسلمين همٌ كبير وضعفٌ شديد؛ فأصبحت أجسادُهم ثقيلة، وأبدانهم سقيمة، وعقولهم خاملة، وظهروا في هيئة مترهلة؛ جعلت الغرب ينظرون إلينا على أننا أصحابُ كروش ولسنا أصحابَ حضارة!

وإذا كانت المصادر المعرفية الإسلامية لم تبرز هذا الجانب الرياضي في حياة المسلمين الأوائل، فإن هذه المصادر لم تخلُ من اشتمالها على دعوة الإسلام إلى الصحة والعافية من خلال غذاء جيد وحركة دائبة.

وسوف يتضح إن شاء الله تعالى من خلال مطالعة هذا الكتاب كيف أن الشريعة الإسلامية دعت الناس رجالاً ونساء، أطفالاً وشيوخاً إلى ممارسة الرياضة بهدف

الحفاظ على صحتهم ، وإضفاء روح المرح بينهم، وأن من ينكر عليهم ذلك إنما ينكر حقيقة إسلامية وسنة نبوية فعلها رسول الله (ﷺ)وأمر بها وأقر أصحابه عليها، بل ويساعد خصومَ هذا الدين في تجفيف منابع الإسلام من مظاهر الخير والسعادة والبهجة والسرور، واتهامه بأنه دينٌ لا يهتم بصحة الفرد أو الجماعة.

ولأن الناس – في القرون السابقة –كانت الحركة تمثل حيزاً كبيراً من حياتهم فإنهم لم يلتفتوا إلى الرياضة كفنٍ له قواعدُه وأصولُه كما هو الحال عليه الآن، ولم يؤصِّلوا لهذا العلم، لكن الدعوة الإسلامية لم تغفل عن ذلك، بل أبرزته عندما احتاج الناس إليه، ووضعت له من القواعد والأصول والأطر الشرعية ما يحفظ للناس أبدانهم وصحتهم.

وإني لأهدف من وراء هذا الموضوع إلى إيصال حقيقتين:

الأولى: بيان أن دعوة الإسلام كانت سبَّاقة إلى ممارسة الرياضة المفيدة، مما يدل على أن الإسلام قد اهتم بالجسد كما اهتم بالروح .

الثانية: دعوة المسلمين– رجالاً ونساء، أطفالاً وشيوخاً – إلى ممارسة الرياضة بلا حَرَج باعتبارها سنة نبوية مهجورة .

واللهُ مِنْ وَرَاءِ القَصدِ وهُو الهَادِي إِلَى سَوَاءِ السَّبِيلِ .

د. منصور مندور

القاهرة – مدينة نصر – ربيع أول ١٤٢٥هـ

تمهيد

لقد جاءت نظرة الإسلام إلى ممارسة الرياضة؛ نظرة تناسب فطرة الإنسان على مرِّ العصور والدهور؛ باعتبار أنها نشاطٌ عَضَلِيٌّ يهدف إلى تنشيط الذهن، وإضفاء المرح والسرور على النفس والغير .

واحترم الإسلام ذلك منذ أكثر من أربعة عشر قرنا من الزمان، بل إنه جعل ذلك اللهو والمرح واللعب عبادة تحضُرُها الملائكة ويُثاب فاعلُها، وفي هذا أبلغ ردٍّ على أولئك الذين ينكرون على ممارسي الرياضة حرصهم على ممارستها في أطر الشرع الحنيف متحلياً بالآداب والأخلاق الإسلامية الراقية مبتعداً عن الفخر والرياء.

إن التربية الرياضية للبدن يجب أن تأخذ طريقها من منطق الإسلام ، وتهدف إلى ما يهدف إليه الإسلام من عناية بالجسد وحفظ للوقت ألا يضيع إلا فيما ينفع الإنسانَ في دينه ودنياه ، حتى وإن كان ذلك في مجالِ اللهو واللعب.

وعلى الدعاة إلى الله تعالى من أهل العلم والفقه أن يُبرزوا ذلك لجماهير المسلمين في ظل الدعوة إلى تجديد الخطاب الديني، وبيان شمولية الإسلام وعالميته وسبقه العلوم الحديثة في هذا المضمار .

ولقد جاءت هذه الدراسة إضافة جديدة إلى المكتبة الإسلامية، وهي مستمدة من الكتاب والسنة، وقد أوضحت في الهامش غريب الألفاظ ومعاني الكلمات، وقمت بتخريج الأحاديث النبوية والآيات القرآنية في الهامش، وهذه الدراسة مكونة من مقدمة وتمهيد وفصلين وخاتمة:

أما الفصل الأول فجاء تحت عنوان: أهمية الرياضة في حياة المسلم.

وفيه اثنا عشر مبحثاً؛ وهي على الترتيب:

• هل ممارسة الرياضة من السنة النبوية؟

وفيه :

o معنى كلمة رياضة

o منزلة السنة النبوية من التشريع الإسلامي

o تعريف السنة النبوية عند علماء الحديث

• هل ممارسة الرياضة تحتاج إلى نية ؟

• خَلْقُ الإنسان .

• قوة ونشاط .

• مفهوم القوة في الإسلام .

• الرياضة وعلاقتها بالأخلاق .

• أركان الإسلام وعلاقتها بصحة الإنسان .

• الاعتدال في ممارسة الرياضة .

• اهتمام الإسلام بالرياضة .

• اهتمام الإسلام بالأطفال رياضياً .

• حق المرأة في ممارسة الرياضة .

• الأُطر الشرعية لممارسة الرياضة .

أما الفصل الثاني فجاء تحت عنوان: رياضات مارسها الرسول (ﷺ) وحَضّ عليها وفيه عشرة مباحث وهي على الترتيب :

• رياضة المشي . (الخطوة المعتادة النشطة) معنى النسَلان كما جاء في لسان العرب للعلامة ابن منظور

- رياضة السباحة .
- رياضة المبارزة (الشيش)
- رياضة الرمي (الرماية)
- رِيَاضَةُ السِّـبَاق بالخيل : وفيه :

فضيلة الخيل (الخيل والخير)- الرسول (ﷺ) يسابق بين الخيل – شروط السَبَق وآدابه – للفرس سهمان ولصاحبه سهم .

- رياضة العدو (اختراق الضاحية) .
- رياضة الصيد وفيه : المقصود بقوله تعالى : (مُكَلِّبِينَ) .
- رِيَاضَةُ المُصَارَعَة .
- مسابقته (ﷺ) بين الإبل .
- رياضة رفع الأثقال .

أما الخاتمة فتشتمل على أهم التوصيات والمحتويات

عن أبي هُريرة رضي اللّه عنه قال:قال رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم:
" المـؤْمِنُ القَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إلى اللَّهِ تَعالى مِنَ المُؤْمِنِ الضَّعِيفِ "

الفصل الأول

أَهَمِّيَّةُ الرِّيَاضَةِ فِي حَيَاةِ المُسْلِم

وفيه اثنا عشر مبحثاً؛ وهي على الترتيب:

- هل ممارسة الرياضة من السنة النبوية ؟

وفيه :

- معنى كلمة رياضة
- منزلة السنة النبوية من التشريع الإسلامي
- تعريف السنة النبوية عند علماء الحديث

- هل ممارسة الرياضة تحتاج إلى نية ؟
- خَلْقُ الإنسان .
- قوة ونشاط .
- مفهوم القوة في الإسلام .
- الرياضة وعلاقتها بالأخلاق .
- أركان الإسلام وعلاقتها بصحة الإنسان .
- الاعتدال في ممارسة الرياضة .
- اهتمام الإسلام بالرياضة .
- اهتمام الإسلام بالأطفال رياضياً
- حق المرأة في ممارسة الرياضة .
- الأُطر الشرعية لممارسة الرياضة .

هل ممارسة الرياضة البدنية من السنة النبوية؟

وفيه :

معنى كلمة رياضة

منزلة السنة النبوية من التشريع الإسلامي

تعريف السنة النبوية عند علماء الحديث

أولاً : معنى كلمة رياضة

الرِّياضة: مَصدر من الفعل راضَ، يقال: راضَ المُهر يَروضُه رِياضًا ورياضةً فهو مَروض، أي ذَلَّله وأسلسَ قِيادَه.

ورياضة البدن معالجتُه بألوان من الحركة والنشاط لتهيئة أعضائه لأداء وظائفها بسهولة.

وقد قال المختصُّون: إن هذه الرياضة توفِّر للجسم قوته وحيويته، وتزيل عنه أمراضًا ومخلّفات ضارة بطريقة طبيعية؛ هي أحسن الطُّرق في هذا المجال.

والدعوة الإسلامية تدعو إلى تقوية الجسم بمثل هذه الرياضات، فهي تريد أن يكون أبناءُ الإسلام أقوياءَ في أجسامهم وفى عقولهم وأخلاقهم وأرواحهم ؛ لأن الإسلام يمجّد القوة ، ويعلي من شأنها ؛ فهي وصف كمال لله تعالى ذي القوة المَتين:{ إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ }(١)

والحديث الشريف عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضيَ اللهُ عَنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ (ﷺ): ”الْمُؤْمِنُ الْقَوِيّ خَيْرٌ وَأَحَبّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضّعِيفِ. وَفِي كُلَ خَيْرٌ. احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللهِ. وَلاَ تَعْجِزْ. وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلاَ تَقُلْ: لَوْ أَنّي فَعَلْتُ كذا لم يُصبني كذا. وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللهِ. وَمَا شَاءَ فَعَلَ. فَإِنّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشّيْطَانِ».(٢)

---

(١) الذاريات/٥٨

(٢) صحيح مسلم الجزء الرابع.٨–باب في الأمر بالقوة وترك العجز. والاستعانة بالله، وتفويض المقادير لله.الحديث رقم:٣٤– (٢٦٦٤)

إن الجسم القوي أقدرُ على أداء التكاليف الدينيّة والدنيويّة من الجسم الضعيف، والإسلام لا يُشَرّع ما فيه إضعاف الجسم بشكلٍ يُعجزه عن أداء التكاليف التي أُمر بها ، بل إن الإسلام خفّف عنه بعض التشريعات إبقاءً على صحّة الجسم، فأجاز أداء الصلاة من قعود لمَن عجز عن القيام، وأباح الفِطر لغير القادر على الصّيام، ووضع الحجّ والجهاد وغيرهما عن غير المُستطيع، وقد قال النبي(ﷺ) لعبد الله بن عمرو بن العاص وقد أرهق نفسَه بالعبادة صيامًا وقيامًا: «صُمْ وأفْطِرْ وقُمْ ونَمْ، فإنّ لبدنِك عليك حَقًّا وإنّ لعينِك عليك حقًّا'' قال عبد الله: فشَدّدتُ فشُدد عليّ. قلت: يا رسول الله، إني أجد قوة؟. قال: فصم صيام نبيَّ الله داود عليه السلام ولا تزد عليه. قلت: وما كان صيام نبي الله داود عليه السلام؟. قال: نصف الدهر. فكان عبد الله يقول بعدما كبر: يا ليتني قبلت رخصة النبي صلى الله عليه وسلم.(١)

ورحم الله الإمامَ ابنَ القيّم عندما تحدث عن الحركة وممارسة الرياضة وما يترتب على ذلك فقال: إن الحركة هي عماد الرياضة وهي تخلّص الجسم من رواسب وفضلات الطعام بشكل طبيعي، وتُعوّد البدن الخِفّة والنشاط ، وتجعله قابلا للغذاء، وتُصلّب المفاصل(٢) وتقوّي الأوتار والأربطة، وتؤمّن جميع الأمراض الماديّة وأكثر الأمراض المِزاجية، إذا استُعمل القَدْر المعتدِل منها في دقّة، وكان التدبير يأتي صوابًا، وقال: كل عضو له رياضة خاصّة يَقوَى بها. وأما ركوب الخيل ورمي النِّشاب والصراع والمسابقة على الأقدام فرياضة للبدن كله، وهي قالعة لأمراض مُزمنة.(٣)

---

(١) أخرجه مسلم في الصيام، باب: النهي عن صوم الدهر لمن تضرر به..، رقم: ١١٥٩. وصحيح البخاري الجزء الأول. ٥٤ – باب: حق الجسم في الصوم. لحديث رقم: ١٨٧٤

(٢) – أي تُبيّسها وتقويها

(٣) في كتابه «زاد المعاد» عند الكلام على الرياضة

ثانياً : منزلة السنة النبوية من التشريع الإسلامي

إن السنة النبوية– على صاحبها أفضلُ الصلاة وأتمُّ التسليم – هي المصدر التشريعي الثاني– من المصادر المتفق عليها لدى المسلمين – بعد كتاب الله عز وجل، فهي أصل من أصول الدين، ومنهج خصيب للتشريع، ودليل أساسي من أدلة الأحكام، تعرفنا حكم الله سبحانه وتعالى في كل كبير وصغير، فهي جامعة مانعة، عامة شاملة، لا تفوتها شاردة ولا واردة إلا وقد أعطتها حكما شرعيا، فيها بيان لما كان وما سيكون، وفيها تنظيم عملي رائع لشؤون الحياة، مستوحى عن الله تعالى خالق الحياة ومن يحيا، ومرتبط بمالك الملك والملكوت، الذي لا يعزب عنه مثقال ذرة في الأرض ولا في السماء.

فقلما تحدث حادثة أو تنزل نازلة إلا ونجد في السنة المطهرة الحكم الشافي والبيان الوافي لها.

وذلك أن رسول الله صلى الله عليه وسلم هو المبلغ عن ربه: {يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا أُنزِلَ إِلَيْكَ مِن رَّبِّكَ}(١)

وهو المبين مراد الله عز وجل فيما أنزل: {وَأَنزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ }(٢)

فالسُّنّةُ المطهرةُ تأكيدٌ لما بَيَّنَ كتابُ الله من أحكام، وتفصيلٌ لما أجمل، وتقييدٌ لما أطلق، وتخصيصٌ لما هو عام، أو تشريعٌ لما سكت عنه القرآن.

ورسول الله صلى الله عليه وسلم هو المظهر العملي لشريعة الله تعالى .

فهو المكلف الأول: {وَأَنَاْ أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ }(٣){وَأَنَاْ أَوَّلُ الْمُؤْمِنِينَ }(٤)

---

(١) المائدة: ٦٧

(٢) النحل: ٤٤

(٣) الأنعام: ١٦٣

(٤) الأعراف: ١٤٣

وهو القدوة الصالحة : {لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ } (١)

وهو الذي يتلقى الوحي من السماء:{وَمَا يَنطِقُ عَنِ الْهَوَى*إِنْ هُوَ إِلا وَحْيٌ يُوحَى}(٢)

وهو الذي أدبه ربه فأحسن تأديبه، وهو الذي قذف الله النور في قلبه، وأجرى الحق على لسانه، وجعل طاعته من طاعته، ومعصيته معصية له سبحانه:{مَّنْ يُطِعِ الرَّسُولَ فَقَدْ أَطَاعَ اللّهَ وَمَن تَوَلَّى فَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا}(٣)

وعليه فالسنةُ حجةٌ على المسلمين بلا خلاف، وقد أجمع علماء الأمة على أن من أنكر حُجّيَّتها عموماً فهو كافر مرتد عن الإسلام .

إذا كان الأمر كذلك، فلا بدّ للمسلمين من الرجوع إلى ما نُقِلَ عنه (ﷺ) من قول أو فعل أو تقرير، والأخذ بما ثبت عنه، ليعمل به، ولقد بذل السلف الصالح من العلماء جهوداً مشكورة في خدمة دين الله عز وجل، فدونوا لنا أحاديث رسول الله (ﷺ) في مصنفات، تنوعت أساليبها واختلفت شروطها.(٤)

ثالثاً : تعريف السنة النبوية عند علماء الحديث

وبالنظر إلى تعريف السنة النبوية عند علماء الحديث نجد الآتي :

السنة لغة: الطريقة والعادة، هكذا عرفها النحاة.

والسنة في اصطلاح المحدّثين: هي ما أضيف للنبي (ﷺ) من قول أو فعل أو وصف أو تقرير.....

ويراد بالقول: كلام النبي(ﷺ) المرفوع إليه بإسناد.

---

(١) الأحزاب: ٢١

(٢) النجم: ٣ – ٤

(٣) النساء:/ ٨٠/

(٤) (منحة الباري في خدمة صحيح البخاري). مصطفى ديب البغا أبو الحسن (٦ (محرم سنة ١٣٩٧ هجرية. – ٢٧ كانون الأول سنة ١٩٧٦ ميلادية.

ويراد بالفعل: ما أخبر به الصحابة الكرام أو التابعون من أحوال النبي (ﷺ) مثل السلام.

أما التقرير: فهو ما رآه النبيُّ (ﷺ) من أحوال الصحابة فلم ينكره ولم يأمر به .

فهناك إذن مصادر عديدة للسنة؛ منها السنة القولية، والسنة الفعلية، والسنة التقريرية، والسنة الوصفية ...الخ .

فهل مارس الرسول (ﷺ) الرياضة في حياته فتكون سنة فعلية، وهل ورد عنه الأمر بذلك فتكون سُنة قولية، وهل رأى أحداً من أصحابه يمارس الرياضة فأقره على ذلك فتكون سُنة تقريرية.

وبالبحث في سيرة النبي (ﷺ) وحياته وشمائله نجد أن الرياضة أخذت حيزاً كبيراً من حياته ، لدرجة أنه أمر بها وفعلها وأقرَّ أصحابَه علي ممارستها حفاظاً على صحتهم وأجسادهم ، بل وكافأهم على ذلك حتى يكونوا على أُهبَةِ الاستعداد ؛ فإذا دعاهم داعي الجهاد كانوا مستعدين لخوض المعارك ومواجهة الأعداء ، وليكونوا أصحاء في أبدانهم ، معافين في أعضائهم ؛ فالمؤمنُ القوي خيرٌ وأحبُّ إلى الله تعالى من المؤمنِ الضعيف .

***

هَلْ ممارَسَةُ الرياَضَةِ تحتاجُ إلى نِيَّة ؟

فطالما ثبت لدينا – كما هو واضح في المبحث السابق – أن ممارسة الرياضة من السنة النبوية المطهرة؛ إذن فهي عمل عبادي يحتاج إلى نية كبقية أعمال العبادة، وهذا من شمول الإسلام عندما يتيح لأتباعه تحويل العادة إلى عبادة ؛ وذلك – فقط – باستحضار النية عند الشروع في أداء العمل.

ومما لا شكَّ فيه أنَّ كلَّ عمل يعمله الإنسانُ في الإسلام؛ كبر أو صغر، كان للنفس فيه حظٌّ أو لم يكن؛ إذا ابتغي به وجه الله فإن الإنسانَ يُؤجَرُ عليه، ويثاب على فعله؛ لحديث رسول الله (ﷺ) (إِنَّمَا الأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَلِكُلِّ امرئ مَا نَوَى..) [1] فالرجل يأتي شهوته يؤجر عليها[2]، ويضع اللقمة في فم امرأته يثاب على ذلك [3]

قال الإمام النووي في هذا المعنى :

إن الأمر المباح إذا قُصِدَ به وجهُ الله تعالى صار طاعة، ويثاب عليه، وقد نبه النبي (ﷺ) على هذا بقوله: حتى اللقمة تجعلها في فم امرأتك؛ لأن زوجة الإنسان هي من أخص حظوظه الدنيوية، وشهواته وملاذه المباحة، وإذا وضع اللقمة في فيها فإنما يكون ذلك في العادة عند الملاعبة والملاطفة والتلذذ بالمباح، فهذه الحالة أبعد الأشياء عن الطاعة وأمور الآخرة، ومع هذا فقد أخبر (ﷺ) أنه إذا قصد بهذه اللقمة وجه

(١) متفق عليه

(٢) إشارة إلى حديث أَبِي ذَرَ أن النَّبِيَّ قَالَ لأصحَابه : وَفِي بُضْعِ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ» قَالُوا: يَا رَسُولَ اللهِ، أَيَأْتِي أَحَدُنَا شَهْوَتَهُ وَيَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ؟ قَالَ: «أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي حَرَامٍ أَكَانَ عَلَيْهِ فِيهَا وِزْرٌ؟ فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلَالِ كَانَ لَهُ أَجْرٌ».صحيح مسلم بشرح النووي:كتاب الزكاة. باب بيان أن اسم الصدقة يقع على كل نوع من المعروف.

(٣) إشارة إلى حديث أبي مسعود، عن النبي (ﷺ)قال: (إذا أنفق الرجل على أهله يحتسبها فهو له صدقة).والشاهد في الحديث قوله :يحتسبها أي ينوي بها .صحيح البخاري: الجزء الأول. ٣٩ – باب: ما جاء أن الأعمال بالنية الحسنة، ولكل امرىء ما نوى.الحديث رقم:٥٥ وأخرجه مسلم في الزكاة، باب: فضل النفقة والصدقة على الأقربين، رقم: ١٠٠٢.

الله تعالى حصل له الأجر بذلك، فغير هذه الحالة أولى بحصول الأجر إذا أراد وجه الله تعالى، ويتضمن ذلك أن الإنسان إذا فعل شيئاً أصله على الإباحة وقصد به وجه الله تعالى يثاب عليه؛ وذلك كالأكل بنية التقوى على طاعة الله تعالى، والنوم للاستراحة ليقوم إلى العبادة نشيطاً، والاستمتاع بزوجته ليكف نفسه وبصره عن الحرام، وليقضي حقها وليحصل ولداً صالحاً، وهذا معنى قوله (ﷺ): وفي بُضْعِ [1] أحدكم صدقة. والله أعلم[2].

أقول: فإذا حافظ المسلم على صحته، واعتنى بجسده، واهتم بقوامه؛ بعيداً عن الفخر والرياء فإنه – لا شك – يثاب على ذلك؛ عَنْ عَبْد الله بْنِ مَسْعُود(رضي الله عنه) عَنِ النّبيّ (ﷺ) قَالَ: ''لاَ يَدْخُلُ الْجَنّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِه مِثْقَالُ ذَرّةٍ مِنْ كِبْرٍ'' قَالَ رَجُلٌ: إِنّ الرّجُلَ يُحِبّ أَنْ يَكُونَ ثَوْبُهُ حَسَنا، وَنَعْلُهُ حَسَنَةً. قَالَ: ''إِنّ الله جَمِيلٌ يُحِبّ الْجَمَالَ. الْكِبْرُ: بَطَرُ الْحَقّ وَغَمْطُ النّاس[3]

فالشاهد في الحديث أن اعتناء الإنسان بجسده من حيث الصحة والجمال والنظافة ليس من الكبر في شئ؛ بل هو من قبيل العبادة التي يتقرب بها العبدُ إلى ربه.

والمحافظة على ذلك تُعَدُّ عبادةً دائمة ومتصلة ، إذ أن الذي يحافظ على مبادئ النظافة والجمال والصحة ، ويأخذ بأسبابها من الطهارة والرياضة والتمرين المستمر لا يفرط يوماً في شئ من مبادئه ؛ فيكون ذلك من قبيل قولِ رَسُولِ اللّهِ صلى الله عليه

(١) قوله (ﷺ): "وفي بضع أحدكم صدقة" هو بضم الباء ويطلق على الجماع ويطلق على الفرج نفسه وكلاهما تصح إرادته هنا. وفي هذا دليل على أن المباحات تصير طاعات بالنيات الصادقات، فالجماع يكون عبادة إذا نوى به قضاء حق الزوجة ومعاشرتها بالمعروف الذي أمر الله تعالى به أو طلب ولد صالح أو إعفاف نفسه أو إعفاف الزوجة، ومنعهما جميعاً من النظر إلى حرام أو الفكر فيه أو الهم به أو غير ذلكمن المقاصد الصالحة.

(٢) بتصرف – صحيح مسلم بشرح النووي:كتاب الوصية. باب الوصية بالثلث.

(٣) (بطر الحق) هو دفعه وإنكاره ترفعا وتجبرا. (غمط الناس) معناه احتقارهم. يقال في الفعل منه غمطه يغمطه] ويروى غمص بالصاد المهملة ومعناهما واحد وهو الاحتقار.والحديث رواه مسلم (٢٥٦٤) صحيح مسلم: الجزء الأول. ١ – كتاب الإيمان. (٣٩) باب تحريم الكبر وبيانه. الحديث رقم: ١٤٧ – (٩١).وأبو داود (٤٠٩١)، والترمذي (١٩٩٩)

وسلم: «أَحَبّ الأَعْمَالِ إِلَى الله تَعَالَى أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلّ».[1]

لذلك ينبغي لممارس الرياضة أن يحافظ على مواعيد ثابتة؛ ينشط فيها جسده وذهنه، ويلين فيها عضلاتهِ ومفاصله،كمن يحافظ على قيام الليل أو صيام الاثنين والخميس لينشط فيها روحه، ويقوي صلته بالله تعالى .

ومِنْ ثمَّ نرى أنّ الله تعالى اعتنى بالإنسان ، وجعل خَلْقَهُ فريداً في أحسن تقويم ، وسواه وعدله ، وكرمه وميزه على سائر المخلوقات ، وسخر له كل شئ ، وأسجد له ملائكته ، وجعله خليفة له في أرضه .

***

(١) صحيح مسلم.: الجزء الأول. ٦ – كتاب صلاة المسافرين وقصرها. (٣٠) باب فضيلة العمل الدائم من قيام الليل وغيره. الحديث رقم: ٢١٨ عن عائشة ﵂ .

خَلْقُ الإِنسَان

على الرغم أن مخلوقات الله تعالى كثيرة؛ لا تحصى ولا تعد كما في عالم الطير، وعالم الحيوان، وعالم الحشرات، وعالم الجن، وعالم الملائكة وعالم الإنسان، وكلها أمم تحيا وتموت وترزق بأمر الله الواحد الأحد القائل: {ومَا مِن دَابَّةٍ فِي الأَرْضِ ولا طَائِرٍ يَطِيرُ بِجَنَاحَيْهِ إلاَّ أُمَمٌ أَمْثَالُكُم مَّا فَرَّطْنَا فِي الكِتَابِ مِن شَيْءٍ }(١)

وهذه المخلوقات جاءت متباينة في أشكالها وعقولها وحياتها وأهدافها، منها ما يمشي على بطنه، و منها ما يمشي على رجلين، ومنها ما يمشي على أربع، وهي في أصلها مخلوقة من ماء، قال تعالى: {واللَّهُ خَلَقَ كُلَّ دَابَّةٍ مّن مَّاءٍ فَمِنْهُم مَّن يَمْشِي عَلَى بَطْنِهِ ومِنْهُم مَّن يَمْشِي عَلَى رِجْلَيْنِ ومِنْهُم مَّن يَمْشِي عَلَى أَرْبَعٍ يَخْلُقُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ إنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ}(٢)

وعلى الرغم من ذلك إلا أن الإنسان جاء متميزاً في أمور عديدة؛ في عقله وشكله وقوامه؛ فقد خلقه الله تعالى خلقاً معجزاً، وأوجد فيه ما لم يوجد في غيره من المخلوقات الأخرى، وجعله قادراً على الإتيان بكل الحركات الصعبة والأعمال الشاقة؛ يقول سبحانه وتعالى ممتناً عليه: { الَّذي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ * في أَيّ صُورَةٍ مَّا شَاءَ رَكَّبَكَ}(٣) وقال تعالى: {لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ}(٤) وقال تعالى: { وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ}(٥)

فقد جمع فيه القوة والجمال ، والفهم والإدراك ؛ مما جعله أكرم مخلوقات الله

(١) الأنعام /٣٨
(٢) النور(٤٥)
(٣) الانفطار/٨/٧
(٤) التين /٤
(٥) غافر/٦٤

على الله ؛ قال سبحانه :{وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً } (١)

يقول د/ أمين الخولي (٢) : إن مقاييس جسم الإنسان جاءت متناسبة فيما بينها تناسباً حركياً وظيفياً هائلاً في إمكاناته(٣) ، ومتناسباً مع مقاييس سائر المخلوقات التي سخرها الله تعالى للإنسان؛ فنتأمل قامة الإنسان وأحوال أطرافة، وأماكن مفاصله، وأماكنها الحركية خاصة إذا وقف الإنسان في مواجهة بهيمة مما سخرها الله له، فالحمار الذي يركبه والفرس الذي يمتطيه، والجمل الذي يبرك له فيعلوه الإنسان بأمر الله تعالى(٤) القائل: {وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لا تَعْلَمُونَ } (٥)

فليس بالعقل فقط يستطيع الإنسان أن يتغلب على سائر هذه المخلوقات ولكن لا بدَّ من مهارات أخرى؛ تجعله يتغلب على هذه المخلوقات التي تفوقه في القوة والضخامة والسرعة، وبنظرة سريعة إلى لاعب السرك فإنه لابد له من مهارات فردية تجعله يحاكي هذه الحيوانات التي يستأنسها ويلاعبها .

***

(١) الإسراء /٧٠

(٢) هو الدكتور أمين أنور الخولي ، أستاذ أصول التربية الرياضية بجامعة حلوان له مؤلفات عديدة في التربية الرياضية والترويح وعضو في عدد كبير من الجمعيات العلمية والتربوية العربية والدولية .

(٣) في الأصل إمكانياته ، والصواب ما أثبته .

(٤) الرياضة والحضارة الإسلامية صـ ٥٤ للدكتور أمين أنور الخولي ، أستاذ أصول التربية الرياضية بجامعة حلوان /ط دار الفكر العربي ط/١٩٩٤

(٥) النحل /٨

قُوَةٌ ونَشَاط

لقد عُرف النبيُّ محمدٌ (ﷺ) بالقوة والحيوية والنشاط ، والشجاعة والإقدام, بل إن أصحابه رضي الله عنهم كانوا يجهدون أنفسهم إذا مشوا معه أو صحبوه إلى مكان ما، وهو غير مكترث، وكان قد تجاوز الخمسين من عمره .

قال أبوهريرة (رضي الله عنه): ''مَا رَأَيْتُ شَيْئاً أَحْسَنَ مِنْ رَسُولِ اللّهِ (ﷺ) كَأَنّ الشّمْسَ تَجْرِي فِي وَجْهِه، وَمَا رَأَيْتُ أَحَداً أَسْرَعَ فِي مَشْيِه مِنْ رَسُولِ اللّهِ (ﷺ) كَأَنَّمَا الأَرْضُ تطْوَى لَهُ؛ إِنّا لَنُجْهِدُ أَنْفُسَنَا وإِنّهُ لَغَيْرُ مُكْتَرِثٍ''.(١)

وعَن نافع بن جُبير بن مُطعم عَن عَليّ (رضي الله عنه) قَالَ:»لَمْ يكن النَّبِيُّ (ﷺ) بالطَّويل ولا بالقصير، شَثْنَ الكَفَّين(٢) والقدمين، ضخمَ الرَّأس، ضخمَ الكراديس(٣)، طويل المَسرُبة(٤)، إذا مشى تكفّأ تكفّياً (٥)كأنَّما ينحطُّ من صببٍ، لَمْ أرَ قبلَهُ ولا بعدَهُ مثلهُ (ﷺ).(٦)

وروي في صفته (ﷺ) أنه كان إذا زال زال تقلعا(٧)، ويخطو تكفؤا(٨)، ويمشي

(١) سنن الترمذي (وشرح العلل)،: المُجَلَّد الخَامس أبواب المَنَاقب عَن رَسُولِ الله٣)) ٤٥– بابٌ. لحديث رقم: ٣٧٢٨ ومسند الإمام أحمد.: المجلد الثاني مسند أبي هريرة رضي الله عنه.

(٢) (شثن الكفين والقدمين) بفتح المعجمة وسكون المثلثة وبالنون قال في النهاية أي أنهما يميلان إلى الغلظ والقصر، وقيل هو الذي في أنامله غلظ بلا قصر ويحمد ذلك في الرجال لأنه أشد لقبضهم ويذم في النساء انتهى.

(٣) (ضخم الكراديس) هي رؤوس العظام واحدها كردوس وقيل هي ملتقى كل عظمين ضخمين كالركبتين والمرفقين والمنكبين أراد أنه ضخم الأعضاء أي عظيم الألواح أو العظام أو رؤوس العظام وقال البغوي: الأعضاء .

(٤) (طويل المسربة) بفتح الميم وسكون السين وضم الراء الشعر المستدق الذي يأخذ من الصدر إلى السرة

(٥) (تكفا تكفيا) قال في النهاية أي تمايل إلى قدام.

(٦) سنن الترمذي (وشرح العلل)، : المُجَلَّد الخَامس. أبواب المَنَاقب عَن رَسُولِ اللَّه(ﷺ). ٣٧– بابٌ. الحديث رقم: ٣٧١٦ قال أبو عيسى: هَذا حديثٌ حَسَنٌ صحيحٌ.

(٧) التقلع، رفع الرجل بقوة

(٨) والتكفؤ :الميل إلى سنن المشي وقصده

هونا[١]، ذريع المشية[٢] إذا مشى كأنما ينحط من صبب.... [٣]

وقال الطيبي: (ذريع المشية) أي يرفع القدم من الأرض ثم يضعها، ولا يمسح قدمه على الأرض كمشي المتبختر، كأنما ينحط من صبب أي يرفع رجله عن قوه وجلادة، والأشبه أنّ تكفأ بمعنى صبَّ الشيء دفعةً .[٤]

كل هذا مع تحقق الوقار والسكون ، ورعاية الاقتصاد في مشيته ممتثلاً قوله تعالى { وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا}[٥] وقوله تعالى { وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ } كما روي عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله(ﷺ):إِذَا أَتَيْتُمُ الصَّلاَةَ فَلاَ تَأْتُوهَا وَأَنْتُمْ تَسْعَوْنَ وَأْتُوهَا تَمْشُونَ وَعَلَيْكُمُ السَّكِينَةُ فَمَا أَدْرَكْتُمْ فَصَلّوا وَمَا فَاتَكُمْ فَاقْضُوا».)[٦]

فلم يعرف النبي (ﷺ) حياة الوهن أو الضعف أو الانكماش ، بل كان قوياً في بنيانه ، كما كان قويا في عقيدته وأخلاقه وشمائله .

يذكر لنا التاريخ وبعد مرور خمسين سنة من عمره (ﷺ) أنه خرج إلى الطائف التي تبعد عن مكة نحو خمسين ميلا سيراً على الأقدام ذهابا وإياباً وتعرض (ﷺ) خلال رحلته هذه لأذى القوم حتى إن زيد بن حارثة يحاول عبثاً الدفاع عنه، حتى أُصِيبَ في قدميه وسالت منها الدماء ؛ فهتف يقول: اللهم إليك أشكو ضعف قوتي، وقلة حيلتي، وهواني على الناس ، يا أرحم الراحمين ، أنت رب المستضعفين، وأنت ربي ، إلى من تكلني ؟ إلى بعيد يتجهمني ؟ أم إلى عدو ملكته أمري ؟ إن لم

(١) والهون الرفق والوقار

(٢) والذريع الواسع الخطا؛ أي أن مشيه كان يرفع فيه رجله بسرعة ويمد خطوه؛ خلاف مشية المختال، ويقصد سمته؛ وكل ذلك برفق وتثبت دون عجلة كما قال: كأنما ينحط من صبب

(٣) الجامع لأحكام القرآن، للإمام القرطبي : الجزء ١٣ من الطبعة.سورة الفرقان. الآية: ٦٣

(٤) عون المعبود، شرح سنن أبي داوود للآبادي ١ – كتاب الطهارة٥٥ – باب في الاستنثار. الحديث رقم ١٤٤ :

(٥) الآيتان من سورة لقمان ١٩/١٨

(٦) البخاري : الجزء الأول. ١٤ – كتاب الأذان. ٢٠ – باب: قول الرجل: فاتتنا الصلاةالحديث رقم: ٦٠٩ صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب المساجد ومواضع الصلاة.باب استحباب إتيان الصلاة بوقار وسكينة، والنهي عن إتيانها سعيا.

يكن بك عليَّ غضبٌ فلا أبالي ، ولكن عافيتك هي أوسع لي، أعوذ بنور وجهك الذي أشرقت له الظلمات، وصلح عليه أمر الدنيا والآخرة من أن تنزل بي غضبك، أو يحل علي سخطك، لك العتبى حتى ترضى، ولا حول ولا قوة إلا بك [١]

فلم يعرف النبي(ﷺ)اليأس يوماً ، ولم يتطرق إليه الضعف، فليس هناك أقتل لروح المقاومة من اليأس .

وهذا نموذج آخر للقوة والنشاط الذي كان يتحلى به رسول الله (ﷺ) وكيف كشفت له القوة عن آفاق المستقبل في رحلة الجهاد المضني عندما كان يشارك أصحابه في حفر الخندق.

فبينما جماعة من المسلمين[٢] يعملون في حفر الخندق في الجزء المخصص لهم، ومعهم سلمان الفارسي؛ إذ ظهرت صخرة بيضاء مَرْوة [٣] فكسرت حديد معاولهم وشقت عليهم؛ فقالوا يا سلمان: ارقَ (اصعد) إلى رسول اللّه (ﷺ) فأخبره خبر هذه الصخرة، فإما أن نعدل عنها فإن المعدل قريب، وإما أن يأمرنا فيها بأمره؛ فإنا لا نحب أن نجاوز خطه [٤] فرقي سليمان حتى أتى رسول اللّه (ﷺ) وهو ضارب عليه قبة تركية، فقال يا رسول اللّه، بأبينا أنت وأمنا، خرجت صخرة بيضاء من

---

(١) وهذا يسمى دعاء الطائف وذلك أن المصطفى صلى اللّه عليه وسلم لما مات أبو طالب اشتد أذى قومه له فخرج إلى الطائف رجاء أن يأووه وينصروه فأذاقوه وآذوه أشدَّ من قومه ، ورماه سفهاؤهم بالحجارة حتى دميت قدماه، وزيد مولاه يقيه بنفسه حتى انصرف راجعاً إلى مكة محزوناً فدعى بهذا الدعاء ، فعند ذلك أرسل إليه ربه ملك الجبال فسأله أن يطبق على قومه الأخشبين فقال::بل استأني لعل اللّه أن يخرج من أصلابهم من يعبده) السيرة النبوية، لابن هشام: المجلد الثاني سعي الرسول (ﷺ)إلى الطائف يطلب النصرة ، وموقف ثقيف منه وشكواه (ﷺ)إليه تعالى. و الجامع الصغير. لجلال الدين السيوطي: المجلد الثاني.[تتمة باب حرف الألف]. الحديث رقم: ١٤٨٣ التخريج (مفصلا): الطبراني في الكبير عن عبد الله بن جعفر ، تصحيح السيوطي: حسن

(٢) قال عمرو بن عوف: فكنت أنا وسلمان وحذيفة بن اليمان والنعمان بن مقرن المزني، وستة من الأنصار، في أربعين ذراعا

(٣) والمرو الحجارة البيض، الواحدة مروة. وسمي، بالواحد، الجبل المعروف بمكة. قال في القاموس: المروة حجارة بيض براقة ثوري النار أو أصلب الحجارة.

(٤) أي الخط الذي رسمه لهم.

الخندق مروة فكسرت حديدنا، وشقت علينا، حتى مانحيك فيها قليلا ولا كثيراً. فمرنا فيها بأمرك فإنا لا نحب أن نجاوز خطك؛ فهبط رسول الله (ﷺ) مع سلمان الخندق وأخذ المعول من سلمان (رضي الله عنه)

فقال: باسم الله ثم ضربها فنثر ثلثها ، وخرج منها نور أضاء ما بين لابتيها يعني لابتي المدينة. فقال: الله أكبر أعطيت مفاتيح الشام، والله إني لأبصر قصورها الحمر الساعة من مكاني.

ثم ضرب الثانية، فقطع ثلثا آخر، فبرقت برقة من جهة فارس أضاءت ما بين لابتيها. فقال: الله أكبر أعطيت مفاتيح فارس، والله إني لأبصر قصر المدائن الأبيض الآن؛ فأبشروا بالنصر فسر المسلمون.

ثم ضرب الثالثة وقال: باسم الله فقطع بقية الحجر وخرج نور من قبل اليمن فأضاء ما بين لابتي المدينة حتى كأنه مصباح في جوف ليل مظلم. فقال: الله أكبر أعطيت مفاتيح اليمن ، والله إني لا بصر أبواب صنعاء من مكاني الساعة.[١]

وجاء في صحيح البخاري عن جابر (رضي الله عنه)قال: إنا يوم الخندق نحفر فعرضت كدية شديدة [٢] فجاءوا النبي (ﷺ)فقالوا: هذه كدية [٣]عرضت في الخندق! فقال: أنا نازل، ثم قام وبطنه معصوب بحجر [٤] ولبثنا ثلاثة أيام نذوق ذواقاً [٥] فأخذ النبي (ﷺ)المعول فضرب في الكدية فعادت كثيباً أهيل .[٦]. [٧]

(١) الدر المنثور في التفسير بالمأثور. للإمام جلال الدين السيوطي : المجلد السادس التفسير الآية /١٠-١٢ جامع البيان عن تأويل آي القرآن. للإمام الطبري : الجزء ٢١. سورة الأحزاب. الآية: ١٠

(٢) أي قطعة من الأرض لا تعمل فيها المعاول.

(٣) (كدية) قطعة صلبة من الأرض لا يؤثر فيها المعول.وهي كالصخرة تمنع حافر البئر إذا وصل إليها من الحفر

(٤) أي من ألم الجوع أو خشية انحناء صلبه.

(٥) أي من جنس ما يطعم أو يشرب

(٦) صحيح البخاري، الجزء الثالث. ٦٧ – كتاب المغازي. ٢٧ – باب: غزوة الخندق، وهي الأحزاب. الحديث رقم:٣٨٧٥/٣٨٧٦

(٧) عن عبد الله بن عمرو بن عوف المزني عن أبيه عن جده قال: «خط رسول الله (r)الخندق عام الأحزاب، فخرجت

وهاك نموذج آخر يدل على قوة الرسول صلى الله عليه وسلم في إغاثة الملهوف، ونجدة المستغيث؛ يقول أَنَسُ بْنُ مَالِكٍ(رضي الله عنه): كَانَ رَسُولُ اللّه (ﷺ) أَحْسَنَ النّاس، وَكَانَ أَجْوَدَ النّاس، وَكَانَ أَشْجَعَ النّاس، وَلَقَدْ فَزِعَ أَهْلُ الْمَدِينَة ذَاتَ لَيْلَة ، فَانْطَلَقَ نَاسٌ قِبَلَ الصّوْت[1] فَتَلَقّاهُمْ رَسُولُ اللّه (ﷺ) رَاجعاً، وَقَدْ سَبَقَهُمْ إِلَى الصّوْت، وَهُوَ عَلَى فَرَس لأَبِي طَلْحَةَ عُرْي [2] فِي عُنُقه السّيْفُ وَهُوَ يَقُولُ: «لَمْ تُرَاعُوا. لَمْ تُرَاعُوا». قَالَ: «وَجَدْنَاهُ بَحْراً. أَوْ إِنّهُ لَبَحْرٌ» [3]

وقد كان هذا الفرس معروفا بالبطء والعجز ، وسوء السير وضعف السرعة ؛ فلما رَكِبَهُ رسولُ الله (ﷺ) تحولَ بفضل الله تعالى إلى فرس سريع يسبقُ من سابَقَه.

قَالَ حَمَّادٌ [4]: وَحَدَّثّني ثَابِتٌ أَوْ غَيْرُهُ قَالَ: كَانَ فَرَسَاً لأَبِي طَلْحَةَ يُبَطَّأُ[5]. فَمَا سُبِقَ، بَعْدَ ذلِكَ الْيَوْمِ.

لنا من الخندق صخرة بيضاء مدورة، فكسرت حديدنا وشقت علينا، فشكونا إلى رسول الله (ﷺ)، فأخذ المعول من سلمان، فضرب الصخر ضربة صدعها، وبرقت منها برقة أضاءت ما بين لا بتي المدينة حتى لكأن مصباحا في جوف ليل مظلم، فكبر رسول الله (ﷺ)، وكبر المسلمون، ثم ضربها الثانية، فصدعها وبرق منها برقة أضاء ما بين لابتيها، فكبر وكبر المسلمون، ثم ضربها الثالثة، فصدعها وبرق منها برقة أضاء ما بين لابتيها، وكبر وكبر المسلمون، فسألناه فقال: أضاء لي في الأولى قصور الحيرة ومدائن كسرى كأنها أنياب =الكلاب، فأخبرني جبريل أن أمتي ظاهرة عليها،وأضاء لي في الثانية قصور الحمر من أرض الروم كأنها أنياب الكلاب، وأخبرني جبريل أن أمتي ظاهرة عليها، وأضاء لي في الثالثة قصور صنعاء كأنها أنياب الكلاب، وأخبرني جبريل إن أمتي ظاهرة عليها، فابشروا بالنصر. فاستبشر المسلمون وقالوا:الحمد لله موعد صادق بأن وعدنا النصر بعد الحصر، فطلعت الأحزاب فقال المسلمون {هذا ما وعدنا الله ورسوله وصدق الله ورسوله وما زادهم إلا إيمانا وتسليما} وقال المنافقون: إلا تعجبون! يحدثكم ويعدكم ويمنيكم الباطل، يخبر أنه يبصر من يثرب قصور الحيرة، ومدائن كسرى، وإنها تفتح لكم، وإنكم تحفرون الخندق ولا تستطيعون أن تبرزوا، وأنزل القران {وإذ يقول المنافقون والذين في قلوبهم مرض ما وعدنا الله ورسوله إلا غرورا}الدر المنثور في التفسير بالمأثور. للإمام جلال الدين السيوطي:المجلد السادس التفسير الآية/١٠-١٢

(١) (قبَل الصوت) أي نحوه..

(٢) (عُرْى) أي لا سرج عليه ولا غيره

(٣) صحيح مسلم بشرح النووي: كتاب الفضائل.باب في شجاعة النبي عليه السلام، وتقدمه للحرب.

(٤) سنن ابن ماجه.: الجزء الثاني. (٩) باب الخروج في النفير.الحديث رقم: ٢٧٧٢

(٥) (يبطأ) أي يقال: إنه بطيء في الجري]

وقد كان هذا الفرس يسمى بالمندوب ، فعَنْ أَنَس، (رضي الله عنه)قَالَ: كَانَ بِالْمَدِينَة فَزَعٌ؛ فَاسْتَعَارَ النّبيّ (ﷺ) فَرَساً لأَبي طَلْحَةَ يُقَالُ لَهُ مَنْدُوبٌ ؛ فَرِكِبَهُ فَقَالَ: ''مَا رَأَيْنَا مِنْ فَزَعٍ، وَإِنْ وَجَدْنَاهُ لَبَحْراً'' أَي وجدنا الفرسَ واسعَ الخُطَا.

قال القاضي: وقد كان في أفراس النبي (ﷺ) مندوب فلعله صار إلى أبي طلحة .

قال الإمام النووي: ويحتمل أنهما فرسان اتفقا في الاسم. ثم قال : وفي هذا الحديث فوائد: منها بيان شجاعته (ﷺ) من شدة عجلته في الخروج إلى العدو قبل الناس كلهم بحيث كشف الحال ورجع قبل وصول الناس .

وفيه بيان عظيم بركته ومعجزته في انقلاب الفرس سريعاً بعد أن كان يبطأ وهو معنى قوله (ﷺ): وجدناه بحراً أي واسع الجري.

وفيه جواز سبق الإنسان وحده في كشف أخبار العدو ما لم يتحقق الهلاك.

وفيه جواز العارية وجواز الغزو على الفرس المستعار لذلك.

وفيه استحباب تقلد السيف في العنق، واستحباب تبشير الناس بعدم الخوف إذا ذهب، ووقع .

وفيه جواز تسمية الفرس؛ كما في هذه الأحاديث التي سبق ذكرها .

مَفهُومُ القُوَّةِ في الإِسْلامِ

الدعوة الإسلامية لم تفصل يوماً بين الرياضة كـ(مصدرٍ للقوة)، ومكارم الأخلاق كـ (غايةٍ وهدف) ؛ نرى ذلكَ واضحاً في توجيهاتِ النبي (ﷺ) من خلال الأحاديث السابق ذكرها لمفهوم القوة والشدة والمصارعة والمنافسة .(١)

والشيء العجيب أن القوة لم تأتِ مطلقةً في القرآن الكريم أو السنة النبوية المطهرة، وإنما جاءت مقيدة؛ حرصاً من الدعوة الإسلامية على توجيهها الوجهة الصحيحة لها .

فمن ذلك في القرآن الكريم :{قَالَتْ إِحْدَاهُمَا (٢) يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الأَمِينُ }

وفي السنة النبوية جاء قوله (ﷺ) : المُؤْمِنُ القَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إلى اللَّهِ تَعالى مِنَ المُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وفي كُلٍّ خَيْرٌ .(٣)

وقد ذكر الإمام مسلم في صحيحه طرفاً من منهج الدعوة الإسلامية في تغيير المفاهيم ، وتصحيح التصورات الخاطئة التي وقع فيها أهل الجاهلية قديماً وحديثاً ؛ فنجد أن النبي (ﷺ) يستفيد من هذا المناخ (٤) ليلقي بالحكمة والموعظة الحسنة ،

(١) من ذلك ما جاء عن الْحارِثِ بن سُوَيْد عن عَبْد الله قالَ قالَ رَسُولُ الله (ﷺ): "مَا تَعُدّونَ الصّرَعَةَ فِيكُم؟ قالُوا: الّذي لا يَصْرِعُهُ الرّجَالُ. قالَ: لاَ وَلكِنّهُ الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ".وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنّ رَسُولَ اللّهِ (ﷺ) قَالَ: "لَيْسَ الشّدِيدُ بِالصّرَعَةِ. إِنّمَا الشّدِيدُ الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ .

(٢) قال القرطبي في تفسيره وقد قيل: إنه زوّجه صفوريا وهي الصغرى عن أبي ذر قال: قال لي رسول الله (ﷺ): (إن سئلت أي الأجلين قضي موسى فقل خيرهما وأوفاهما وإن سئلت أي المرأتين تزوج فقل الصغرى وهي التي جاءت خلفه وهي التي قالت: "يا أبت استأجره إن خير من استأجرت القوي الأمين"). قيل: إن الحكمة في تزويجه الصغرى منه قبل الكبرى وإن كانت الكبرى أحوج إلى الرجال أنه توقع أن يميل إليها؛ لأنه رأها في رسالته، وماشاها في إقباله إلى أبيها معها، فلو عرض عليه الكبرى ربما أظهر له الاختيار وهو يضمر غيره /والآية من سورة القصص /٢٦

(٣) صحيح مسلم ٢٠٥٢/٤

(٤) المناخ العامر بالقوة والفتوة واستعراض المهارات .

ويربي النفوس على القيم الباقية والمبادئ السامية؛ فعَنْ عَبْد اللّه بْن مَسْعُود (رضي الله عنه) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللّه (ﷺ) : مَا تَعُدّونَ الصّرَعَةَ فِيكُمْ؟» قَالَ: قُلْنَا: الّذِي لاَ يَصْرَعُهُ الرّجَالُ. قَالَ «لَيْسَ بِذَلِكَ. وَلَكِنّهُ الّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ» .

وعن أبي هُرَيْرَةَ (رضي الله عنه) قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّه (ﷺ)يَقُولُ: ''لَيْسَ الشّدِيدُ بِالصّرْعَةِ'' قَالُوا: فَالشّدِيدُ أَيّمَ هُوَ؟ يَا رَسُولَ اللّهِ قَالَ ''الّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ».

قال الإمام النووي بعد عرضه لهذه الأحاديث : هذا هو الفاضل الممدوح الذي قلَّ من يقدر على التخلق بخلقه ومشاركته في فضيلته .[1]

***

(١) صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب البر والصلة والآداب. باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، وبأي شيء يذهب الغضب.

الرياضة وعلاقتها بالأخلاق

الرياضية البدنية — في عرف الإسلام – لا تؤتي ثمارها المرجوّة إلا إذا صحبتها رياضة رُوحيّة وتربية أخلاقيّة، وإذا كانت الرياضةُ في الإسلام وسيلةً من وسائل اللّهو المباح فإن المسلم لا ينسَى ولا يتناسَى ثوابت دينه وقيمه وأخلاقه التي تربَّى عليها وتعلمَها من مسجده وعلمائه وشيوخه؛ فالمسلم ينبذ العنف والتعصب الممقوت، فلا تدفعه فرحة الانتصار إلى الخروج عن حدود الأدب واللياقة، كما أن الهزيمةَ لا تجعله يسخط على قدر الله أو أن يتلفظ بألفاظ لا تليق به كمسلم ؛ فالقَدَر قد يُخبّئ للإنسان ما يَسُرُّه، وقد تكون الجولات المستقبَلة في غير صالح الفائز الآن، وليس من طبيعة المسلم أن يشمت بالآخرين ولا يحب أن يشمت به أحد، فيجب عليه أن يُحِبّ للناس ما يُحبُّه لنفسه ويَكره لهم ما يكرهه لنفسه.

كما أن المسلم لا يدعو إلى التحزُّب الممقوت الذي يفرّق بين الأصدقاء ويباعد بين الأحباب ويثيرالنِّزاع والخلاف ، لأنه يفهم أن الرياضة قد تكون وسيلة ناجعة في التقارب والتعاضد وإزالة الخلافات الناشئة بين الناس .

وسنرى إن شاء الله في رياضة (مسابقته (ﷺ) بين الإبل) أن الأعرابي سبق بقَعوده ناقة النبيّ صلى الله عليه وسلم التي كانت لا تُسبق، ولما شقَّ ذلك على المسلمين تمثلت الرّوح الرياضيّة الصحيحة عند النبيّ صلى الله عليه وسلم فقال: «إن حَقًّا على الله ألاَّ يرفع شيئًا من الدُّنيا إلا وَضَعه'' وذلك ليهدئ من ثائرة المتحمسين له، وقد سبق أنه قال لعائشة رضي الله عنها عندما سبقها: ''هذه بتلك''.

وكما أن أخلاق الإسلام تمنع المسلم عند الخصومة والمنافسة من استخدام الألفاظ النابية أو العبارات الجارحة ؛ فتلك من خِصال المنافقين، ففي حديث البخاري

ومسلم: ''أربع مَن كنّ فيه كان مُنافقًا خالِصًا ومن كانت فيه خَصلة منهنّ كان فيه خَصلة من النّفاق حتّى يدعَها: إذا اؤتمن خان وإذا حدَّث كَذَب وإذا عاهَد غَدَر وإذا خاصَم فَجَر'' .

وبذلك يتضح أن الإسلام لا يرضَى الانحراف عن هذه الآداب الرفيعة والقيم السامية في ممارسة الرياضة .

فالمسلم لا يرضى أن يمارِس الرياضة بشكل يؤذِي الآخرين أو أن يسبب لهم قلقا ،كلعب الكرة في الأماكن الخاصّة بالمرور أو حاجات الناس وأسواقهم، أو في أوقات ينبغي أن تُوفَّر فيها الراحةُ للمحتاجين إليها (والإسلام نَهى عن الضَّرر والضِّرار).

كما يأبى المسلم أن يزاول ألعاباً لا تتفق مع دينه وأخلاقه بسبب ما يترتب عليها من انكشاف للعورة أو ارتكاب لمحرم ، أو فعل شيء لا يَليق به ولا يتناسب مع تكوينه ومهمّته ورسالته في الحياة.

***

أركانُ الإسلام وَعِلاقَتُهَا بصحةِ الإنسان

لقد خلق الله تعالى الإنسان من عنصرين أساسين هما الروح والجسد ، وجعل للروح غذاءها المستمد من عبادة الله تعالى والخضوع له ، والانقياد لجلاله ، أما الجسد[١] فإن غذاءه مستمد من الأرض التي يحيا عليها ، ويحتاج منها إلى طعامه وشرابه وغير ذلك ، وهذه الأطعمة وحدها لا تضمن للإنسان صحة سليمة ، وعافية دائمة ، بل لا بد مع الطعام الصحي السليم من حركة دائبة .

والمتأمل في أركان الإسلام وشرائعه يجدُ أنها تأمرُ الإنسانَ بالحركةِ والضرب في الأرض، والسعي وبذل الجهد، والدعوة إلى قوة البدن وسلامته من الأمراض والأوبئة.

فالصلاةُ التي فرضها اللهُ تعالى على المسلمين من عباده، والسننُ التي سنّها لنا رسولُ الله (ﷺ) وما فيهما من قيام وقعود وركوع وسجود وتوَرُّك [٢] وافتِراش [٣] واطمئنان[٤] ، والْتِافات[٥] ؛ فإنها تحفظُ الجسم من الأمراض والترهلات، ثم إن المصلي مأمور أن يسجد على سبعة أعضاء كما في حديث ابن عباس قال: أُمر النبيُّ (ﷺ) أن يسجد على سبعة أعضاء: الجبهة، واليدين، والركبتين، الرجلين. وعنه رضي الله

(١) الذي يحتوي على عضلات ومفاصل وأوردة .....

(٢) التورك: أن يخرج المصلي رجله اليسرى من تحته ويفضي بوركه إلى الأرض) و(تورك المرأة) بأن تجلس على إليتها وتضع الفخذ على الفخذ وتخرج رجلها من تحت وركها اليمنى لأنه أستر لها.قال الأزهري: التَّورُّك في الصَّلاة ضَرْبَان: سُنَّةٌ ومَكْروه، أمَّا السُّنَّة فأن يُنَحّيَ رِجْلَيْه في التَّشهُّد الأخير،ويُلْصِقَ مَقْعَدته بالأرض وهو من وَضْع الوَرك عليها وأمَّا المَكْروه فأن يَضَعَ يَدَيْه على وَرِكَيه في الصلاة وهو قائم. وقد نُهِيَ عنه.والمقصود بالالتفات :لفتُ الرَقبةِ يميناً ويساراً عند التسليم حتى يرى من على يمينه ومن على يساره .

(٣) والافتراش: هو أن يجلس المصلى على رجله اليسرى، وينصب رجله اليمنى، لحديث عائشة رضي الله عنها أن رسول الله (ﷺ) (كان يفرش رجله اليسرى وينصب رجله اليمنى) والافتراش يكون في جميع الجلسات،.وفي الجلوس للتشهد الأوسط وهذه هي السنة .، والتورك أن تنصب رجلك اليمنى وتثنى اليسرى، وتقعد على الأرض، ويكون في الجلسة الأخيرة والتسليمة الثانية ،

(٤) والاطمئنان أن يطمئن يعني يستقر كل مفصل في مكانه ويسكن من الحركة، .

(٥) أقصد بالالتفات : التفات المصلي بالرقبة والرأس يمنةً ويسرةً عند السلام في صلاته وما له من أثر في حركة للعنق.

عنهما ، عن النبي (ﷺ)قال : (أمرنا أن نسجد على سبعة أعظم، ولا نكف ثوبا ولا شعرا)[١]

وفي صحيح مسلم: تَأْكُلُ النّارُ مِن ابْنِ آدَمَ إلاّ أَثَرَ السّجُودِ ، حَرّمَ الله عَلَى النّارِ أَنْ تَأْكُلَ أَثَرَ السّجُودِ.قال الإمام مسلم: ظاهر هذا أن النار لا تأكل جميع أعضاء السجود السبعة التي يسجد الإنسان عليها هي: الجبهة واليدان والركبتان والقدمان. [٢]

ويقدر بعض خبراء الطب الطبيعي والتربية البدنية أن هذه الحركات في مجملها من شأنها أن تعمل على الحفاظ على النغمة العضلية وتنشيطها ، والنغمة العضلية هي الانقباضات العضلية في حدها الأدنى للعضلات الهيكلية الكبرى والتي تعمل في المحافظة على القوام المنتصب للإنسان بشكل متوازن ، وأي ضعف في أحد جوانب أو أسطح الجسم يعرضه للانحراف والتشوه القوامي الذي يفضي بالتالي إلى قصور بعض الوظائف الحيوية للجسم .

فإذا أضفنا المشي في رواح الإنسان للمسجد لأداء الصلاة في مواقيتها ، فإننا بذلك نضمن حداً أدنى للياقة العضلية للإنسان تكفل قدرا مناسبا من الصفات والقدرات البدنية كالمرونة والمطاطية العضلية ، والتوافق العضلي العصبي المتمثل في أداء أركان الصلاة بشكل جماعي موقوت ومتناغم ومنضبط . [٣]

والحج يُعدُّ لوناً من ألوان الجهاد وبذل الطاقة ، حتى أن النبي (ﷺ)سماه جهادا؛ فهو جهاد الضعيف والكبير والنساء؛ فعن الحسين بن علي رضي الله عنهما قال: جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: إني جبان وإني ضعيف! فقال:"هلم

---

(١) صحيح البخاري،: الجزء الأول. ١٦ –كتاب صفة الصلاة. ٤٩ – باب: السجود على سبع أعظم. الحديث رقم ٤٩ – باب: السجود على سبع أعظم.٧٧٦/٧٧٦ – أخرجه مسلم في الصلاة، باب: أعضاء السجود والنهي عن كف الشعر والثوب..، رقم: ٤٩٠

(٢) صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب. باب معرفة طريق الرؤية.

(٣) الرياضة والحضارة الإسلامية صـ٧٣

إلى جهاد لا شوكة فيه: الحج"[1]. وفي رواية عند الطبراني : ألا أدلكِ على جهاد لا شوكة فيه ؟ حج البيت .

قال الإمام المناوي صاحب فيض القدير، شرح الجامع الصغير، (ألا أدلُّكِ) بكسر الكاف بضبط المصنف خطاباً لمؤنث وهي الشفاء[2]

فالمراد أن ثواب الحج يعدل ثواب الغزو، لما فيه من مشقة وبذل جهد وتحمل سفر وصبر على فراق الأهل والوطن .

وأتذكر في هذا الموطن رسولَ الله (ﷺ) وأصحابه رضي الله عنهم عندما قدموا مكة في عمرة القضاء واتهمهم المشركون بالضعف والوهن ؛ فأمر النبي (ﷺ) أصحابه عند الطواف بالبيت بأن يبرزوا أكتافهم اليمنى ويهرولوا في الأشواط الثلاثة الأولى وهو ما يعرف في الفقه الإسلامي بالرمل .

والرمل بالبيت، أي في طواف بيت الله، سرعة المشي مع تقارب الخُطَا، وقيل : هو شبيه بالهرولة ، وأصله أن يحرك الماشي منكبيه في مشيه، واتفقوا على كونه مشروعاً، قال ابن قدامة : الرمل إسراع الخطو من غير وثب. وهو سنة في الأشواط الثلاثة الأول من طواف القدوم ، ولا نعلم فيه بين أهل العلم خلافاً. [3]

وسببه ما روي عن ابن عباس رضي الله عنهما قال : فقال المشركون إنه يقدم عليكم غداً قوم قد وَهَنَتْهُمُ (أضعفتهم) الحمى ولقوا منها شدة ، فجلسوا مما يلي الحجر، وأمرهم النبي صلى الله عليه وسلم أن يرملوا ثلاثة أشواط ، ويمشوا ما بين الركنين ليرى المشركين جلدهم ، فقال المشركون: هؤلاء الذي زعمتم أن الحمى قد

---

(١) مجمع الزوائد لحافظ الهيثمي: المجلد الثالث ٨. كتاب الحج. ٣. باب الحث على الحج. الحديث رقم:٥٢٥٧ورواه الطبراني في الكبير والأوسط ورجاله ثقات

(٢) المجلد الثالث.[تتمة باب حرف الألف]. الحديث٢٨٦٩التخريج (مفصلا): الطبراني في الكبير عن الشفاء جدة عثمان بن سليم أم أبيه تصحيح السيوطي: حسن

(٣) المغني ٣/٣٧٣)

وهنتهم ؛ هؤلاء أجلد من كذا وكذا .[١]

وفي رواية عن ابن عباس ، قال : صفوا له (أي كفار قريش) عند دار الندوة لينظروا إليه وإلى أصحابه؛ (يعني وهم يعتمرون) فلما دخل رسول الله (ﷺ) المسجد اضطبع [٢] بردائه ، وأخرج عضده اليمنى ، ثم قال: رحم الله امرأً أراهم اليوم من نفسه قوة ، ثم استلم الركن ، وخرج يهرول ويهرول أصحابه معه [٣]

وبذلك نجد حرص الدعوة الإسلامية على إبراز قوة أبنائها ونشاطهم وسرعة حركتهم ، كما هو ملاحظ من اضباع النبي (ﷺ) بردائه، وكما في قوله (ﷺ): رحم الله امرأً أراهم اليوم من نفسه قوة .

وشريعة الصيام جاءت لتهذيب الروح ، وتنقية الجسد من الشوائب والجراثيم العالقة به ، والفضلات الزائدة وغير ذلك مما يترسب في جسم الإنسان.

والصوم لا يعني النوم والخمول والتكاسل، ولم يمنع الصومُ رسول الله (ﷺ) وأصحابه من خوض المعارك،وبذل الجهد والطاقة، وقطع المسافات البعيدة وممارسة الجهاد في سبيل الله تعالى .

---

(١) أخرجه البخاري : الجزء الأول ٥٤ – باب: كيف كان بدء الرمل. ومسلم في الحج، باب: استحباب الرمل في الطواف والعمرة..، رقم: ١٢٦٤.وغيرهما

(٢) الاضطباع أن يجعل وسط ردائه تحت الإبط الأيمن ويلقي طرفيه على كتفه الأيسر من جهتي صدره وظهره، سمي بذلك لإبداء الضبعين، قيل إنما فعله إظهاراً للتشجيع كالرمل انتهى. قال القاري: الاضطباع والرمل سنتان في كل طواف بعده سعي، والاضطباع سنة في جميع الأشواط بخلاف الرمل، ولا يستحب الاضطباع من غير الطواف، وما يفعله العوام من الإضطباع من ابتداء الإحرام حجاً أو عمرة لا أصل له بل يكره حال الصلاة انتهى.(راجع تحفة الأحوذي، للمباركفوري: ٩ .كتاب الحج٥٨٥ . باب ما جَاءَ أنّ النبيّ صلى الله عليه وسلم طافَ مُضْطبعا .الحديث رقم: ٥٤ . عن ابن يَعْلَى عن أبيهِ أنّ النبي صلى الله عليه وسلم «طافَ بالبَيْتِ مُضْطَبِعاً وعليه بُرْدٌ». (مضطبعا) الاضطباع هو إعراء منكبه الأيمن ، وجمع الرداء على الأيسر.]

(٣) السيرة النبوية، ابن هشام: المجلد الخامس. عمرة القضاء في ذي القعدة سنة سبع.سبب الهرولة بين الصفا والمروة: (٥/ ١٩).

الاعتِدَالُ في ممارَسَةِ الرِيَاضَة

ولأنّ الإسلامَ دينُ الاعتدال والوسطية؛ فقد حث أتباعه على الاعتدال في كل شئ حتى في ممارسة الرياضة، يقول ابن القيم في كتابه الفوائد: وضابط هذا كله العدل وهو الأخذ بوسط الموضوع بين طرفي الإفراط والتفريط ، وعليه بناء مصالح الدنيا والآخرة، بل لا تقوم مصلحة البدن إلا به، فانه متى خرج بعض أخلاطه عن العدل وجاوزه، أو نقص عنه؛ ذهب من صحته وقوته بحسب ذلك، وكذلك الأفعال الطبيعية كالنوم والسهر والأكل والشرب والجماع والملبس والرياضة والخلوة والمخالطة وغير ذلك إذا كانت وسطا بين الطرفين المذمومين كانت عدلا، وإن انحرفت إلى أحدهما كانت نقصا وأثمرت نقصا، قال أبو الدرداء رضي الله عنه: يا حبذا نوم الأكياس وفطرهم ، كيف يغبنون به قيام الحمقى وصومهم ، والذرة من صاحب تقوى أفضل من أمثال الجبال عبادة من المغترين)[1]وهذا من جواهر الكلام وأدلته على كمال فقه الصحابة وتقدمهم على من بعدهم في كل خير رضى الله عنهم.[2]

فصحةُ البدن منهجٌ دعوي ، وغايةٌ إسلامية (فكما أن زكاة القلب موقوفة على طهارته؛ كذلك زكاة البدن موقوفة على استفراغه من أخلاطه الرديئة الفاسدة) [3]

ولا يتحقق ذلك إلا بالمحافظة والمداومة على ممارسة الرياضة على أن نضع في اعتبارنا « تفاوت القدرات والاستطاعات بين الناس، في ضوء متغيرات كثيرة كالصحة، واللياقة والمهارة ، وتكوين الجسم ، ونمط التغذية والاحتياجات البدنية، وهو المبدأ الذي يشار إليه حديثاً في التربية على أنه مبدأ الفروق الفردية، والذي

(١) أخرجه ابن أبي الدنيا في كتاب اليقين من قول أبي الدرداء انظر تخريج أحاديث الإحياء، للحافظ العراقي المجلد الثالث. كتاب ذم الغرور. الحديث رقم: ١

(٢) الفوائد لابن القيم

(٣) إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان لابن القيم

تناولته الرياضة المعاصرة بتوسع عندما أُبرز مفهوم « الرياضة للجميع» [١]

وهذا يذكرنا بحديث سلمان في البخاري[٢]:إن لربك عليك حقا ، ولنفسك عليك حقا ، ولأهلك عليك حقا ، فأعط كل ذي حق حقه ، وفي رواية: فإن لجسدك عليك حقا ،[٣]{ أي نصيباً من الراحة والرياضة...}وقال تعالى:{وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الآخِرَةَ } أي استعمل ما وهبك الله إياه من مال جزيل ونعمة طائلة وصحة وعافية في طاعة ربك ، والتقرب إليه بانواع القربات التي يحصل لك بها الثواب في الدنيا والاخرة ،{وَلا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا }[٤]أي مما أباح الله لك فيها من المآكل والمشارب والملابس والمساكن والمتع المباحة ، فإن لربك عليك حقاً ولنفسك عليك حقاً، ولأهلك عليك حقاً، ولزوجك عليك حقاً ، ولجسدك عليك حقاً ؛ فآتِ كلَّ ذي حق حقه .

(١) الرياضة والحضارة الإسلامية صـ١٧٩

(٢) ذكره البخاري عن عون بن أبي جحيفة، عن أبيه قال:آخى النبي (ﷺ)بين سلمان وأبي الدرداء، فزار سلمان أبا الدرداء، فرأى أم الدرداء متبذلة، فقال لها: ما شأنك؟. قالت: أخوك أبو الدرداء ليس له حاجة في الدنيا. فجاء أبو الدرداء، فصنع له طعاما، فقال: كل، قال: فإني صائم، قال: ما أنا بآكل حتى تأكل، قال: فأكل، فلما كان الليل ذهب أبو الدرداء يقوم، قال: نم، فنام، ثم ذهب يقوم، فقال: نم، فلما كان من آخر الليل، قال سلمان: قم الآن، فصليا، فقال له سلمان: إن لربك عليك حقا، ولنفسك عليك حقا، ولأهلك عليك حقا، فأعط كل ذي حق حقه، فأتى النبي (ﷺ)فذكر ذلك له، فقال النبي (ﷺ): (صدق سلمان). الجزء الرابع٨٦باب: صنع الطعام والتكلف للضيف. الحديث رقم: ٥٧٨٨

(٣) صحيح البخاري،جـ١ ـ٥٠ – باب: من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع، ولم ير عليه قضاء إذا كان أوفق له.الحديث رقم: ١٨٦٧ و.٥٤ – باب: حق الجسم في الصوم. الحديث رقم:١٨٧٤

(٤) (القصص/٧٧)

اهتِمَامُ الإِسْلامِ بالرِيَاضَة

روى النسائي بإسناد صحيح عن جابر بن عبد الله (رضي الله عنه)قال: سمعت رسول الله (ﷺ) يقول: كلُّ شيءٍ ليس من ذكر الله لهوٌ ولعب [1] إلا أن يكون أربعة:

ملاعبة الرجــل امرأته،

وتأديب الرجــل فرسه،

ومشي الرجل بين الغرضين [2]

وتعليم الرجــل السباحة [3]

وعن بكر بن عبد الله بن الربيع الأنصاري(رضي الله عنه) قال: قال رسول الله(ﷺ): علموا أبنائكم السباحة والرماية، ونعم لهو المؤمنة في بيتها المغزل[4]، وإذا دعاك أبواك فأجب أمك [5]

---

(١) أي أن كل شئ ليس فيه ذكر لله تعالى فهو مذموم لا نفع فيه ولا خير وراءه ، وكل لذة يعقبها ألمٌ في الآخرة ولم توصل إلى لذة هناك فهي باطلة ، (إلا أن يكون أربعة) أي واحد من أربعة.
ولهذا عدّ لذة الرمي بالقوس ، وتأديب الفرس من اللهو المباح لأنه يعين على الجهاد وكلاهما شئ محبوب إلى الله تعالى، فكل ما أعان على حصول محبوب الله فهو من الحق ، وعدّ أيضاً ملاعبة الرجل امرأته من الحق لإعانتها على النكاح المحبوب لله . وقال القرطبي: فيه تحريم الغناء لأنه لم يرخص في شيء منه إلا في هذه الأربعة فيحرم ما سواها من اللهو لأنه باطل كما في خبر آخر

(٢) قال العزيزي: الغرض هو مرمى السهم، يحتمل أن المراد مشيه بينهما في القتال ليجمع السهام المرمى بها أو مبارزة للقتال اهـ

(٣) الجامع الصغير.لجلال الدين السيوطي: المجلد الخامس.باب حرف الكاف]. الحديث رقم: ٦٣١٦ والنسائي عن جابر بن عبد الله وجابر بن عمير. تصحيح السيوطي: حسن ومعجم الطبراني الكبير،: باب الجيم . جابر بن عمير الأنصاري .

(٤) (والمرأة المغزل) أي الغزل بالمغزل لأنه لائق بها والله يحب المؤمن المحترف ويكره البطال وذلك لأن البطالة تجر إلى الفساد لا سيما في شأن النساءً.

(٥) الجامع الصغير. لجلال الدين السيوطي: المجلد الرابع. باب: حرف العين. في الحديث رقم:٥٤٧٨– التخريج (مفصلا): ابن مندة في المعرفة، و أبو موسى في الذيل والديلمي في مسند الفردوس عن بكر بن عبد الله بن الربيع الأنصاري . وتصحيح السيوطي: حسن

قال أحد الحكماء : هذه خصال من رؤوس الأدب فلا ينبغي أن يغفل عنها.

وكان من عادة الصحابة (رضي الله عنه) ممارسة الرياضة بين الحين والآخر تجديداً لنشاطهم، وحرصاً على سلامة صحتهم ، وقوة بنيانهم .

والقرآن الكريم يعطي إشاراتٍ واضحةً إلى أن طبيعة الشباب المسلم عندما يلهو ويلعب ؛ إنما يلهو ويلعب بما هو مباح ومفيد ؛ ففي سورة يوسف يشير سبحانه إلى هذا المعنى في قوله تعالى: {قَالُواْ يَا أَبَانَا إِنَّا ذَهَبْنَا نَسْتَبِقُ [1] وَتَرَكْنَا يُوسُفَ عِندَ مَتَاعِنَا... }[2] إنا ذهبنا ننتضل» وهو نوع من المسابقة ؛ قاله الزجاج.

وقال الأزهري: النضال يكون في السهام، والرهان يكون في الخيل، والمسابقة تجمعهما.

قال ابن العربي: المسابقة شرعة في الشريعة ، وخصلة بديعة ، وعون على الحرب؛ وقد فعلها صلى الله عليه وسلم بنفسه وبخيله، وسابق عائشة رضي الله عنها على قدميه ... على ما سيأتي بيانه إن شاء الله تعالى.

فالاستباق أو السبق في العدو يكون إلى غاية بعينها وكذا في قوله تعالى: {أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبْ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ }[3] قال ابن عباس: يسعى وينشط

''ونلعب'' من اللعب وقيل لأبي عمرو بن العلاء: كيف قالوا ''ونلعب'' وهم أنبياء ؟ فقال: لم يكونوا يومئذ أنبياء .

وقيل: المراد باللعب: اللعب المباح من الانبساط، لا اللعب المحظور الذي هو ضد

(١) قال القشيري أبو نصر: «نستبق» أي في الرمي، أو على الفرس؛ أو على الأقدام؛ والغرض من المسابقة على الأقدام تدريب النفس على العَدْوِ، لأنه الآلة في قتال العدو.
وقال السدي وابن حبان: «نستبق» نشتدُّ جرياً لنرى أينا أسبق.
(٢) سورة يوسف/١٦/١٧
(٣) (يوسف/١٢

الحق؛ ولذلك لم ينكر يعقوب قولهم ''ونلعب''. ومنه قوله عليه السلام: (''فَهَلاّ بِكْراً تُلاَعِبُهَا؟'').[١]

وهذا جابر بن عبد اللّه ، وجابر بن عمير الأنصاري – رضي الله عنهما– يتدربان على الرماية وفنونها في وقت فراغهما، بل إن أحدهما عندما رأى في صديقه فتوراً أو كسلاً يذكره بحديث رسول الله (ﷺ)الداعي إلى النشاط والحيوية.

فعن عطاء بن أبي رباح قال: رأيت جابر بن عبد اللّه، وجابر بن عمير الأنصاري يرميان، فملّ أحدهما، فقال الآخر: أكسلت؟ قال: نعم، فقال أحدهما للآخر: أما سمعت رسول اللّه (ﷺ)يقول: كل شيء ليس من ذكر اللّه فهو لهو، ولعب، وفي لفظ: وهو سهو ولغو، إلا أربعة: ملاعبة الرجل امرأته، وتأديب الرجل فرسه، ومشي الرجل بين الغرضين، وتعلم الرجل السباحة. [٢]

وكان رسول الله (ﷺ) يحب أن يرى في أصحابه المهارات المختلفة ، والمواهب الداعية إلى القوة والنشاط، والحافظة للصحة والبنيان.

***

١) أخرجه مسلم في صلاة المسافرين وقصرها، باب: استحباب تحية المسجد بركعتين، وباب: استحباب الركعتين في المسجد لمن قدم من سفر، رقم: ٧١٥ والبخاري برقم ٢٨٠٥

(٢) نصب الراية، للزيلعي في: الجزء الرابع. كتاب الكراهية. فصل في البيع. الحديث الثالث والأربعون ومجمع الزوائد. للحافظ الهيثمي: المجلد الخامس. ٢٤. كتاب الجهاد. ١٣. (أبواب في الرماية ونحوها). ١. باب ما جاء في القسي والرماح والسيوف.الحديث رقم: ٩٣٩٠ المجلد الثالث. [تتمة موطأ الإمام مالك]أبواب السّير ٢٤– باب اللَّعب بالنَّرْد.الجزء الثالث [ص ٤٣٠] حرف الخاء. الحديث رقم: ٤٠٧٦ وعند النسائي وإسحاق بن راهويه ومعجم الطبراني من حديث جابر بن عبد الله، والبزار من حديث جابر بن عمير مرفوعاً

اهْتِمَامُ الإسلامِ بالأطفَالِ رِيَاضِيّاً

روى ابن عساكر عن معاوية قال: سمعت رسول الله (ﷺ) يقول: من كان له صبي فليتصابَى له .(٣)

والمعنى: أن من كان له ولد صغير- ذكراً كان أو أنثى- فليتصابى له بلطف ولين في القول والفعل، ويفرحه ويدخل عليه البهجة والسرور.

وسبب ورود هذا الحديث ما ذكره أبو سفيان القتبي قال: دخلت على معاوية وهو مستلق على ظهره، وعلى صدره صبيٌ أو صبيةٌ تناغيه! فقلت: أمط هذا عنك يا أمير المؤمنين، قال: سمعت رسول الله صلى الله تعالى عليه وآله وسلم يقول فذكر الحديث .

ولعل ما فعله معاوية (رضي الله عنه) بصبيه أو صبيته كان بسبب ما رآه من رسول الله (ﷺ)، فقد كان نعم القدوة والأسوة لأصحابه ولكل مسلم يبحث عن الحق ؛ فقد كان هذا خلقه مع أولاده وأحفاده ؛ فهو يدرك طبيعة الأطفال واحتياجاتهم في مثل هذه المرحلة العمرية ، فعن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه)قال: رأيت الحسن والحسين على عاتقي النبي (ﷺ) فقلت: نعم الفرس تحتكما! فقال النبي صلى الله عليه وسلم: نعم الفارسان هما.(٤)

وكان (ﷺ) يشاهد ما يدور بينهما من صراع ويشجعهما على ممارسة الرياضة

(٣) الجامع الصغير. لجلال الدين السيوطي: المجلد السادس. [تتمة باب حرف الميم]. الحديث رقم: ٨٩٧٥- (التخريج مفصلا :(ابن عساكرعن معاوية كنز العمال للمتقي الهندي: المجلد السادس عشر. أحاديث متفرقة. الحديث رقم: ٤٥٤١٣ وفيض القدير، شرح الجامع الصغير، للإمام المناوي: الجزء السادس. [تابع حرف الميم]. الحديث رقم:[ص ٢٠٩] ٨٩٧٥ -

(٤) كنز العمال للمتقي الهندي المجلد الثالث عشر. فضل الحسنين رضي الله عنهما. الحديث رقم: ٣٧٦٧٣- المجلد التاسع. ٣٧. كتاب المناقب. ١٥. (بابان في مناقب الحسن رضي الله عنه). ٢. باب فيما اشترك فيه الحسن والحسين رضي الله عنهما من الفضل. الحديث رقم: ١٥٠٧٨-رواه أبو يعلى في الكبير ورجاله رجال الصحيح ورواه البزار ومجمع الزوائد. للحافظ الهيثمي: المجلد التاسع. ٣٧. كتاب المناقب. ١٥. (بابان في مناقب الحسن رضي الله عنه). ٢. باب فيما اشترك فيه الحسن والحسين رضي الله عنهما من الفضل. الحديث رقم: ١٥٠٧٨

الهادفة التي تقوي الجسد وتنشط الذهن ، بل إن الملائكة كانت تشهد ذلك .

فعن أبي هريرة (ﷺ)قال:كان الحسن والحسين (رضي الله عنهما) يصطرعان بين يدي رسول الله (ﷺ)، فجعل يقول : هي حسين . فقالت فاطمة :لم تقول هي حسين ؟ فقال إن جبريل يقول : هي حسين .

وفي الصحيح[١] عن بن عمر (ﷺ)حين سأله رجل عن دم البعوض ، سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : هما ريحانتاي [٢] من الدنيا يعني الحسن والحسين .[٣]

وفي رواية عن جابر (ﷺ) قال: دخلت على النبي صلى الله عليه وسلم وهو يمشي على أربعة، وعلى ظهره الحسن والحسين رضي الله عنهما، وهو يقول: ''نعم الجمل جملكما ونعم العدلان أنتما''[٤]

بل أكثر من ذلك ؛ عندما يكون في مقام القرب من ربه سبحانه فإنه يترأف بالأطفال ، ويصبر عليهم حتى يقضي الطفل حاجته ؛ فعَنْ عَبْد اللّه بْن شَدّاد عَنْ أَبيه قَالَ : «خَرَجَ عَلَيْنَا رَسُولُ اللّه (ﷺ)في إحْدَى صَلاَتَي الْعشَاء ، وَهُوَ حَامِلٌ حَسَنا أَوْ حُسَيْنا ، فَتَقدّمَ رَسُولُ اللّه (ﷺ)فَوَضَعَهُ ،ثُمَّ كَبّرَ للصّلاَة فَصَلّى فَسَجَدَ بَيْنَ ظَهْرَانَيْ صَلاَته سَجَدَةً أَطَالَهَا ، قَالَ أَبي : فَرَفَعْتُ رَأْسي ، وَإذَا الصّبيّ عَلَى ظَهْر رَسُول اللّه (ﷺ) وَهُوَ سَاجدٌ ، فَرَجَعْتُ إلَى سُجُودي ، فَلَمّا قَضَى رَسُولُ اللّه (ﷺ)الصّلاَةَ قَالَ النّاسُ : يَا رَسُولَ اللّه ، إنّكَ سَجَدْتَ بَيْنَ ظَهْرَانَيْ صَلاَتكَ سَجَدَةً أَطَلْتَهَا حَتّى ظَنَنّا أَنّهُ قَدْ حَدَثَ أَمْرٌ ، أَوْ أَنّهُ يُوحَى إلَيْكَ! قَالَ: كُلّ ذَلكَ لَمْ يَكُنْ ،

(١) صحيح البخاري الجزء الثاني. ٢٢ – باب: مناقب الحسن والحسين رضي الله عنهما.الحديث رقم:٣٥٤٣

(٢) (ريحانتاي) مثنى ريحانة، وجه التشبيه أن الولد يشم ويقبل، كما تشم الرياحين]

(٣) الإصابة،لابن حجر: الجزء الثاني. ذكر بقية حرف الحاء. [بقية القسم الأول من حرف الحاء]. الحاء بعدها السين. الفصل: ١٧٢٦ الحسين بن علي بن أبي طالب بن عبدالمطلب بن هاشم الهاشمي أبو عبدالله سبط رسول الله صلى الله عليه وسلم وريحانته

(٤) مجمع الزوائد. للحافظ الهيثمي: المجلد التاسع. ٣٧. كتاب المناقب. ١٥. (بابان في مناقب الحسن رضي الله عنه). ٢. باب فيما اشترك فيه الحسن والحسين رضي الله عنهما من الفضل. الحديث رقم: ١٥٠٧٩

وَلَكِنّ ابْني ارْتَحَلَني فَكَرِهْتُ أَنْ أُعَجّلَهُ حَتّى يَقْضِيَ حَاجَتَهُ».[١]

وهذا يدل على سعة صدره (ﷺ) وهو أقرب ما يكون من ربَّ العزةِ سبحانه لا يحب أن يُفزع ولده أو أن يعجله ، وذلك عندما ارتحله أي اتخذه راحلة له فركب عليه ؛ فأطال السجود رحمة بالصغير حتى ينزل وحده ؛ مما ترتب عليه قلق الصحابة على رسول الله (ﷺ).

وهكذا كان أصحابه(رضي الله عنهم) فقد حرصوا من بعده على السير على منهجه والأخذ بسنته والتخلق بخلقه .

فعن مكحول أن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه)كتب إلى أهل الشام أن علموا أولادكم السباحة والرمي والفروسية.[٢]

وأمر بعض الكبراء معلم ولده أن يعلمه السباحة قبل الكتابة وعلله بأن الكاتب يصاب وليس كذلك السابح[٣]

وفي الأثر: لاعب ابنك سبعاً، وأدبه سبعاً، وصاحبه سبعاً، ثم ألق حبله على غاربه .

وهذا الأثر جامع لكثير من المبادئ الإسلامية السامية ، والقيم التربوية الراقية التي ترعَى الحالةَ النفسية والبدنية لدَى الأطفال .

والأطفال بما لديهم من طاقة عالية وقدرة على الإبداع واستشراف للمستقبل فإن ذلك يحتم على الآباء أن يستثمروا هذه الطاقة فيما يعود عليهم بالنفع والخير، ويكون ذلك بتعليمهم بعض الألعاب التي يرغبون فيها ويميلون إليها وتناسب أجسادهم وقدراتهم .

---

(١) حاشية السندي على النسائي للإمام السندي : الجزء الثاني.١٢ .كتاب التطبيق. ٧٠٣ . باب هل يجوز أن تكون سجدة أطول من سجدة. الحديث رقم:١١٣٥ وكنز العمال للمتقي الهندي: المجلد الثاني عشر. الحسن رضي الله عنه من الإكمال.الحديث رقم: ٣٤٣٠٨ (أخرجه النسائي كتاب الافتتاح باب هل يجوز أن تكون سجدة أطول من سجدة رقم/١١٤٢ ومسند الإمام أحمد. المجلد الثالث. مسند جابر بن عبد الله رضي الله تعالى عنه.حديث شداد بن الهاد رضي الله تعالى عنه.

(٢) كنز العمال للمتقي الهندي المجلد الرابع. فصل في آداب متفرقة.الحديث رقم: ١١٣٨٦وذكره القراب في فضائل الرمي)

(٣) فيض القدير، شرح الجامع الصغير، للإمامِ المناوي الجزء الرابع. حرف العين. [ص ٣٢٨]

حَقُّ المَرأةِ في مَمارَسةِ الرياضَة

روى أبو داود عن عَائشةَ – رضي الله عنها – «أَنّهَا كَانَتْ مَعَ النّبيّ (ﷺ) في سَفَر، قالَتْ: فَسَابَقْتُهُ فَسَبَقْتُهُ عَلَى رِجْلَيّ ، فَلَمّا حَمَلْتُ اللّحْمَ سَابَقْتُهُ فَسَبَقَني فقال: هَذِهِ بِتِلْكَ السّبْقَةِ».(١)

وروى أحمد عن عائشة –رضي الله عنها – قالت: خرجت مع النبي (ﷺ) في بعض أسفاره وأنا جارية ، لم أحمل اللحم ولم أبدن، فقال للناس: تقدموا فتقدموا ، ثم قال لي: تعالي حتى أسابقك ، فسابقته فسبقته ، فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت(٢) ونسيت، خرجت معه في بعض أسفاره ، فقال للناس: تقدموا فتقدموا، ثم قال: تعالي حتى أسابقك ، فسابقته فسبقني، فجعل يضحك وهو يقول: هذه بتلك (٣)

قال صاحب النَّيْل: (وفي الحديث دليل على مشروعية المسابقة على الأرجل وبين الرجال والنساء المحارم ، وإن مثل ذلك لا ينافي الوقار والشرف والعلم والفضل وعلو السنّ؛ فإنه (ﷺ) لم يتزوج عائشة – رضي الله عنها – إلا بعد الخمسين من عمره، ولا فرق بين الخلاء والملأ .(٤)

مِنْ هُنَا يجبُ أن نضع في اعتبارنا عند دراسة هذه الأحاديث ما شرَّعه الإسلامُ من آداب وأخلاق لحماية المرأة والحفاظ عليها ، ويمكن أن نلمس ذلك في قوله (ﷺ) لأصحابه (تقدموا) إذ إن وضع المرأة وحالها عند ممارسة الرياضة وما يكون عليه جسم المرأة أثناء الجري يأبى على الرجال متابعتها والنظر إليها ، إذ إن المرأة المسلمة فُطِرَت على خُلُقِ الحياء والعفاف .

---

(١) تهذيب سنن أبي داود،لابن القيم: ٩ .كتاب الجهاد.٩٠٥ . باب في السبق على الرّجل. الحديث رقم: ٢٥٧٦

(٢) وفي رواية : فلبثنا حتى إذا أرهقني اللحم سابقني فسبقني فقال هذه بتلك".)

(٣) مسند الإمام أحمد بن حنبل : المجلد السادس حديث السيدة عائشة رضي الله عنها.

(٤) نيل الأوطار، للإمام الشوكاني الجزء الثامن. كتاب الجهاد والسير. أبواب السبق والرمي. باب ما جاء في المسابقة على الأقدام والمصارعة واللعب بالحراب وغير ذلك.

ثم إنها لكي تستطيع أن تمارس ما تهواه من الرياضة بحرية كاملة يجوز لها ذلك مع محارمها ؛ فهي لا تحب أن يطلع عليها غير المحارم .

فلم يَحْرِم الإسلامُ المرأةَ من حقّها في ممارسة الرياضة والترويح عن نفسها مادام ذلك في أُطر[1] الشرع الحنيف ، وأن ما يعمّدُ إليه بعضُ المتزمتين من منع تام لممارسة المرأة للرياضة حتى ولو كان ذلك في الإطار الشرعي، لا يمكن تفسيره إلا أنه مخالفة للسنة النبوية المطهرة؛ فضلاً عن إضعاف صحة ولياقة (أمهات المسلمين) وإصابتهن بأمراض قلة الحركة والسمنة وإرهاق القلب [2]، الأمر الذي يترتب عليه خَلْق جيل مصاب بالوهن والضعف والإعياء.

وبالتأمل في سنة النبي (ﷺ) نجد من أخلاقه حسنَ معاملة النساء والعطفَ عليهنّ ، وتقديم العون لهنّ طالما كان ذلك في أُطر الشريعة الإسلامية ؛ وأولى الناس بالإحسان هم الأهل من عيال وأزواج وأخوات وأرحام وأقارب .

عن عَائِشَةَ – رضي الله عنها – قَالَتْ: قالَ رسُولُ اللهِ (ﷺ):"خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لأَهْلِه، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لأَهْلِي.[3]

فقدكان (ﷺ) أحسن الناس عشرةً لأزواجه وعياله وأقاربه؛ حتى أنه كان يرسل بنات الأنصار لعائشة يلعبن معها ، وكانت إذا وهبت شيئاً لا محذور فيه تابعها

---

(١) أطر جمع إطار والمقصود الضوابط الشرعية التي نصت عليها الشريعة السمحاء ، انظر مبحث (.الأُطُرُ الشَّرعِيَّةِ لِمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَة)

(٢) بتصرف (الرياضة والحضارة الإسلامية ...) د/ أمين أنور الخولي /دار الفكر العربي

(٣) تحفة الأحوذي للمباركفوري : ١٢ .كتاب الرضاع .٧٩١ . باب مَا جَاء في حَقّ المَرْأَة عَلَى زَوْجِهَا . و٤٩ .كتاب المَنَاقِب عَنْ رَسُول الله صلى الله عليه وسلم . ٢١٨١ . باب فَضْل أَزْوَاج النبيّ صلى الله عليه وسلم .والحديث رقم:٤٠٥٩ سنن الترمذي (وشرح العلل)،: المُجَلَّد الخَامس. أبواب المَنَاقِب عَن رَسُول اللَّه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْه وسَلَّم. باب ما جَاءَ في فضل من رأى النبي صلى الله عليه وسلم وصحبه. الحديث رقم:٣٩٨٥

عليه، وأراها الحبشة وهم يلعبون [١] في المسجد وهي متكئة على منكبه ، وسابقها في السفر مرتين فسبقها وسبقته ثم قال هذه بتلك .

قال الإمام أبو الفداء إسماعيل بن كثير : وكان من أخلاقه (ﷺ) أنه جميل العشرة، دائم البشر؛ يداعب أهله؛ ويتلطف بهم ويوسع عليهم في نفقته، ويضاحك نساءه حتى أنه كان يسابق عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها يتودد إليها بذلك ، ويجمع نساءه كل ليلة في بيت التي يبيت عندها رسول الله (ﷺ) ؛ فيأكل معهن العشاء في بعض الأحيان ، ثم تنصرف كل واحدة إلى منزلها، وكان ينام مع المرأة من نسائه في شعار واحد، يضع عن كتفيه الرداء وينام بالإزار ، وكان إذا صلى العشاء يدخل منزله يسمر مع أهله قليلاً قبل أن ينام ، يؤنسهم بذلك (ﷺ) ، وقد قال الله تعالى: {لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة} [٢]

ولا شك أن المرأة الصحيحةَ البدن تكونُ بطبيعة الحال أسلمَ فكراً وأقومَ رأياً من أترابها من النساء اللائي لا يمارسن الرياضة؛ إذ إن العقل السليم في الجسم السليم، فهي تستطيع أن تقوم على مصلحة أولادها وبيتها ببراعة ومهارة من منطلق أنها خفيفة الوزن قليلة الشحم؛ تأمل هذا المعنى من قول السيدة عائشة رضي الله عنها (فَلَمّا حَمَلْتُ اللّحْمَ سَابَقْتُهُ فَسَبَقَنِي)[٣]؛ وبالتالي يستطيع الرجل أن يعتمد عليها في أمور كثيرة قد يعجز عن القيام بها وحده.

---

(١) إشارة إلى حديث عروة بن الزبير:قَالَتْ عَائِشَةُ: وَاللّه لَقَدْ رَأَيْتُ رَسُولَ اللّه (r)يَقُومُ عَلَى بَاب حُجْرَتِي. وَالْحَبَشَةُ يَلْعَبُونَ بحرَابِهِمْ فِي مَسْجد رَسُول اللّه (ﷺ)يَسْتُرُنِي بردَائه. لكَيْ أَنْظُرَ إِلَى لَعبِهِمْ. ثُمّ يَقُومُ مِنْ أَجْلِي. حَتَّى أَكُونَ أَنَا الّتِي أَنْصَرِفُ. فَاقْدرُوا قَدْرَ الْجَارِيَة الْحَديثَة السّنّ، حَرِيصَةً عَلَى اللّهْو.

و(الحبشَة) هم جنس من السودان مشهور.(بحرابهم) جمع حربة وهي رمح صغير عريض النصل] والحديث أخرجه مسلم في صلاة العيدين، باب: الرخصة في اللعب الذي لا معصية فيه، رقم: ٨٩٢. صحيح البخاري: الجزء الأول. ٣٦ب: أصحاب الحراب في المسجد. الحديث رقم:٤٤٣

(٢) بتصرف من (مختصر تفسير ابن كثير. اختصار الصابوني) : المجلد الأول. ٤ – سورة النساء. الآية:١٩والآية من سورة الأحزاب .

(٣) سبق تخريجه في بداية هذا المبحث .

وعلى الفتاة المسلمة ألا تحرم نفسها من ممارسة الرياضة المفيدة لبدنها المنشطة لذهنها الحامية لها عند الحاجة، وأن تتجنب الرياضات التي تهين كرامتها وتكشف عورتها وتسيء لسمعتها فرضا الله تعالى أعظم من مدح المادحين المستفيدين من نهش لحوم النساء ، وقد كان العرب يقولون: تَجُوعُ الحُرَّةُ وَلاَ تَأْكُلُ بِثَدْيَيْهَا [1]

ومن ثم فإن المسلمة الحرة تأبى على نفسها أن تمارس رياضة لا تستقيم مع أخلاقها ودينها، فليس كل ما يفعله الغرب يكون مقبولاً لدينا، فنحن أمة لها منهج ولها غاية وتتحرك وفق دستور سماوي وليس وفق ما يستحسنه العقل اليوم ثم يلعنه غداً.

فكل رياضة يترتب عليها كشف عورة أو ضياع وقت بلا فائدة كرياضة كرة القدم النسائية أو كرة الشاطئ أو كرة الماء أو المصارعة بكل أنواعها[2] أو البالية أو السباحة[3] ...كل هذا تستطيع المرأة المسلمة أن تستبدله بما هو خير لها وأكرم وذلك بممارسة رياضة مفيدة لها مع المحافظة دينها وأخلاقها .

---

(١) مجمع الأمثال، لأبي الفضل الميداني: الجزء الأول الباب الثالث فيما أوله تاء. الفصل: ٦١٩ [ص ١٢٣] يضرب في صيانة الرجل نفسه عن خسيس مكاسب الأموال. أي لا تكون ظِئْراً وإنْ آذاها الجوع، ويروى "ولا تأكل ثدييها" وأول من قال ذلك الحارث بن سليل الأسَدي، وكان حليفا لعَلْقَمَة بن خَصَفة الطائي، فزارُه فنظر إلى ابنته الزَّبَّاء – وكانت من أجمل أهل دهرها – فأعْجبَ بَها، فقال له: أتيتُكَ خاطبا، وقد ينكح الخاطب، ويدرك الطالب، ويمنح الراغب، فقال له علقمة: أنت كُفْءٌ كَريم، يقبل منك الصَّفْو، ويؤخذ منك العَفْو، فأقِمْ ننظر في أمرك، ثم انكفأ إلى أمها فقال: إن الحارث بن سليل سيدُ قومه حَسَبا ومَنْصباً وبيتا، وقد خطب إلينا الزبَّاء فلا ينصرفَنَّ إلا بحاجته، فقالت امرأته لابنتها: أيُّ الرجال أحبُّ إليك: الكَهْلُ الجَحْجَاح، الواصلُ المَنَّاح، أم الفتى الوَضَّاح ؟ قالت: لا، بل الفتى الوضاح، قالت: إن الفَتى يُغيرُك، وإن الشيخ يَميرُك، وليس الكَهْل الفاضل، الكثيرُ النائل، كالحديث السنّ، الكثير المَنّ، قالت: يا أمتاه إن الفَتَاة تحبُّ الفتى كَحبّ الرعاء أنيقَ الكلاَ، قالت: أي بُنَية إن الفتى شديد الحجاب، كثير العتاب، قالت: إن الشيخ يُبْلي شبابي، ويدنس ثيابي، ويُشْمت بي أترابي، فلم تزل أمها بها حتى غلبتها على رأيها، فتزوجها الحارث على مائة وخَمسين من الإبل وخادم وألف درهم، فابْتَنَى بها ثم رَحَل بها إلى قومه، فبينا هو ذاتَ يوم جالسٌ بفناء قومه وهي إلى جانبه إذ أقبَلَ إليه شَبَابٌ من بني أسد يعتلجون فتنفَّست صُعَداء، ثم أرْخَتْ عينيها بالبكاء، فقال لها: ما يُبْكِيك؟ قالت: مالي وللشيوخ، الناهضين كالفُرُوخ، فقال لها: ثَكلَتْك أمُّك تَجُوع الحرة ولا تأكل بثدييها.

ثم قال الحارث لها: أما وأبيك لرُبَّ غارة شهدتها، وسَبيَّة أردفتها، وخَمْرة شربتها، فالحقي بأهلك فلا حاجة لي فيك.

(٢) لا أدري كيف تتحول الأنثى الرقيقة العطوف إلى مصارع لايقر له بال إلا بطرح خصمه أرضا ؟ كيف تكون زوجة؟ بل كيف تكون أما ؟!

(٣) أكثر جماهير هذه اللعبة لا يذبون لمشاهدة اللعبة في حد ذاتها بقدر ما يذهبون لمشاهدة أجساد عارية وعورات مكشوفة كأنه سوق للرقيق .

الأُطُرُ الشَّرعِيَّةِ لِمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَة [١]

اتفق علماء الإسلام على أن عورة الرجل ما بين سُرته إلى ركبته ، وأن جميع جسد المرأة عورة ما عدا وجهِهَا وكفَّيْهَا [٢]؛ وعلى ذلك فكلُّ رياضة يمارسها الرجل أو تمارسها المرأة مع الحفاظ على هذا المبدأ الشرعي فلا حرج .

إلا أن هناك بعض الرياضات التي اشتُهِرَت بالتكشف والعري السافر ؛ مثل المصارعة الحرة ، وكرة الماء وكرة الشاطئ ورياضة السباحة والباليه ، وغير ذلك من الرياضات التي تمارس من خلال حمام السباحة .

وقد اختلف السلف والخلف في حكم دخول حمام السباحة على أقوال كثيرة، والأصح أنه مباحٌ للرجال بشرط الستر والغض، مكروهٌ للنساء إلا لحاجة وبشروط نذكرها في آخر هذا المبحث إن شاء الله تعالى .

ومذهب الإمام الشافعي رضي الله تعالى عنه (في استخدام حمام السباحة) الإباحة للرجال بشرط الستر والغض، والكراهة للمرأة حيث لا عذر.

والأصل في ذلك ما جاء عن عَبْد الرَّحْمَن بن أَبي سَعيد الخدري عن أَبيه، قالَ: قالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: «لاَ يَنْظُرُ الرَّجُلُ إِلَى عَوْرَةِ الرَّجُلِ، وَلاَ تَنْظُرُ الْمَرْأَةُ إِلَى عَوْرَةِ المَرْأَة ، وَلاَ يُفْضِي الرَّجُلُ إِلَى الرَّجُلِ فِي الثَّوْبِ الْوَاحِدِ ، وَلاَ تُفْضِي الْمَرْأَةُ إِلَى المَرْأَةِ فِي الثَّوْبِ الْوَاحِدِ [٣].

فكما أن النظر إلى عورة الآخرين منهيٌ عنه، كذلك يحرم على الرجلين لمس بشرة

---

(١) الأطر جمع إطار والمقصود بالأُطُرِ الشَّرعِيَّةِ : الضوابط الشرعية التي وضعها الإسلام لحماية من يمارس الرياضة بكل أشكالها .

(٢) وذلك على خلاف بين العلماء ليس المجال بسطه .

(٣) وأخرجه مسلم وأبو داود والنسائي وابن ماجه. راجع تحفة الأحوذي للمباركفوري كتاب الاستئذان والآداب عن رَسُولِ الله صلى الله عليه وسلم . ١٧٣٣ . باب مَا جَاءَ فِي كَرَاهِيَةِ مبَاشَرَةِ الرَّجُلِ الرَّجُلَ وَالمَرْأَةِ المَرْأَة الحديث رقم: ٢٨٦٩

أحدهما للآخر بغير حائل إلا عند الضرورة ، ويستثنى من ذلك المصافحة، ويحرم كذلك على الرجل لمس عورة غيره بأي موضع من بدنه باتفاق العلماء .

وكذلك الأمر بالنسبة للمرأة فعن عَبْد الله قالَ: قالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: «لاَ تُبَاشِرُ المَرْأَةُ المَرْأَةَ حَتّى تَصِفَهَا لِزَوْجِهَا كَأَنّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا.

والمباشرة بمعنى المخالطة والملامسة ، وأصله من لمس البشرةِ البشرةَ ، والبشرة ظاهر جلد الإنسان ، أي لا تمس بشرةُ امرأةٍ بشرةَ أخرى .

وقوله صلى الله عليه وسلم (حتى تصفها) أي تصف نعومة بدنها وليونة جسدها وجمال قوامها وغير ذلك مما يغري السامع بالطمع فيها .

وقوله صلى الله عليه وسلم (وكأنه ينظر إليها) فيتعلق قلبه بها ويقع بذلك فتنة ، والمنهي عنه في الحقيقة هو الوصف المذكور. قال القابسي[1]: هذا أصل لمالك في سد الذرائع ، فإن الحكمة في هذا النهي خشية أن يعجب الزوج الوصف المذكور فيقضي ذلك إلى تطليق الواصفة ، أو الافتتان بالموصوفة .[2]

قال النووي: في الحديث تحريم نظر الرجل إلى عورة الرجل ، والمرأة لى عورة المرأة، وهذا لا خلاف فيه ، وكذلك نظر الرجل إلى عورة المرأة ، والمرأة إلى عورة الرجل حرام بالإجماع ، ونبه صلى الله عليه وسلم بنظر الرجل إلى عورة الرجل على نظره إلى عورة المرأة وذلك بالتحريم أولى ، وهذا التحريم في حق غير الأزواج ، أما الزوجان فلكل واحد منهما النظر إلى عورة صاحبه جميعها إلا الفرج نفسه ففيه ثلاثة أوجه لأصحابنا أصحها أنه مكروه لكل واحد منهما النظر إلى فرج صاحبه من غير حاجة وليس بحرام.

---

(١) هو أبو الحسن: علي بن محمد بن خلف القابسي، المعافري، المالكي.سمع أبا الفتح، وعليه اعتماده، وصار إمام عصره في الفقه، والحديث.ولد: يوم الإثنين، لست ليال مضين، من شهر رجب، سنة ٣٢٤.وتوفي: في ربيع الآخرة، سنة ٤٠٣، ثلاث وأربعمائة كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون، لحاجي خليفة : باب الحاء المهملة. الحاوي القدسي في الفروع

(٢) تحفة الأحوذي، للمباركفوريكتاب الاستئذان والآداب عن رَسُول الله صلى الله عليه وسلم . ١٧٣٣ . باب مَا جَاءَ فِي كَرَاهِيَةِ مبَاشَرَةِ الرَّجُلِ الرَّجُلَ وَالمَرْأَةِ المَرْأَة . الحديث رقم ٢٨٦٩:

وأما ضابط العورة في حق الأجانب : فعورة الرجل مع الرجل ما بين السرة والركبة، وكذلك المرأة مع المرأة .

وأما نظر الرجل إلى المرأة فحرام في كل شيء من بدنها، فكذلك يحرم عليها النظر إلى كل شيء من بدنه، سواء كان نظره ونظرها بشهوة أم بغيرها. وكذلك يحرم على الرجل النظر إلى وجه الأمرد إذا كان حسن الصورة، سواء كان نظره بشهوة أم لا، سواء أمن الفتنة أم خافها، هذا هو المذهب الصحيح المختار عند العلماء المحققين [١]

ومما هو جدير بالذكر أن العلماء قالوا: إن العورة في الرجل والمرأة تنقسم إلى قسمين: مغلظة ومخففة، ولكل منهما حكم، فالمغلظة للرجل: السوءتان، وهما القُبُل والخصيتان، و الدبر لا غير، والمخففة له ما زاد على السوءتين مما بين السرة والركبة، وما حاذى ذلك من الخلف، والمغلظة للمرأة: جميع بدنها ما عدا الأطراف والصدر، وما حاذاه من الظهر ، والمخففة لها هي الصدر، وما حاذاة من الظهر والذراعين والعنق والرأس ، ومن الركبة إلى آخر القدم، أما الوجه والكفان فهما ليستا من العورة مطلقاً، أما إذا كان كشفُ الوجه واليدين يثير الفتنة لجمالهما الطبيعي أو لما فيهما من الزينة وأنواع الحلي فإنه يجب عليها سترهما ويصيران عورة كبقية أعضاء جسدها[٢]

والعلماء إنما يؤكدون على ذلك من باب سد الذرائع وقطع دابر الفتنة وصيانة الآداب وحفظ الأعراض والأنساب، فإن النظرةَ رسولُ الشهوة [٣] وبريدُ الزنا ورائدةُ الفجور وسهمٌ مسموم من سهام إبليس يصيب القلوب ، وربّ نظرةٍ كانت بذرةً لأخبثِ شجرة؛ فعن عبد الله بن مسعود قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: النظرة سهم

(١) صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب .باب تحريم النظر إلى العورات.

(٢) قال بذلك علماء المالكية وكثير من علماء الفقه (راجع الفقه على المذاهب الأربعة لعبد الرحمن الجزيري في: الجزءُ الخَامس. المعنى. القسم الثاني)

(٣) قال الحراني: وهي نزوع النفس إلى محبوب لا تتمالك عنه

مسموم من سهام إبليس من تركها من مخافتي أبدلته إيماناً يجد له حلاوته في قلبه».[1]

وقيل: مكتوب في التوراة: النظرة تزرع في القلب الشهوة ورب شهوة أورثت حزناً طويلاً وأنشد بعضهم:

تجنبْ الشهواتِ واحـ * ذرْ أن تكونَ لها قتيلا
فلربّ شهوةِ ساعةٍ * قد أورثتْ حُزناً طويلا

وبالتالي فإنه يمكن القول أن رياضة ككرة القدم والسلة وكرة اليد وغيرها من الرياضات التي لا تظهر فيها العورة المغلظة بل يكون (الشورت) فوق الركبة فإنها جائزة مع الكراهة – وذلك خاص بالفتيان دون الفتايات – ويفضل أن يلبس اللاعب إزاراً يصل إلى حد الركبة ليكون ساتراً للعورة المغلظة والمخففة .

وهذه بعض الأحاديث التي تحذر من الاختلاط وكشف العورات دون عذر شرعي؛ فقد جاء عنه (ﷺ) قوله: أنشدُ اللهَ رِجَالَ أمّتي لا يَدخُلُونَ الحَمَّامَ إلا بمئزَر، وأنشِدُ اللهَ نِسَاءَ أُمَّتي لا يَدخُلْنَ الحَمَّامَ. [2] وقولهَ (ﷺ): مَنْ كان يُؤمِنُ باللهِ واليوم الآخرِ فلا يَدخُل الحَمَّامَ بغيرِ إزار، ومن كان يُؤمِنُ بالله واليوم الآخر فلا يُدخِلُ حَلِيلَتَه الحَمَّامَ، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يجلس على مائدة يدار عليها الخمر [3]

عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ عَمْرٍو قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ (ﷺ) (تُفْتَحُ لَكُمْ أَرْضُ الأَعَاجِمِ، وَسَتَجِدُونَ فِيهَا بُيُوتاً يُقَالُ لَهَا الْحَمَّامَاتُ ، فَلاَ يَدْخُلْهَا الرِّجَالُ إِلاَّ بِإِزَارٍ، وَامْنَعُوا

(١) تخريج أحاديث الإحياء، للحافظ العراقي في: المجلد الأول. كتاب أسرار الصيام. الحديث رقم: ٣ – وقال : أخرجه الحاكم وصحح إسناده من حديث حذيفة.

(٢) المعجم لصغير للطبراني المجلد الثالث.[تتمة باب حرف الألف]. الحديث رقم: ٢٧٣٧التخريج (مفصلا): ابن عساكر عن أبي هريرة تصحيح السيوطي: حسن

(٣) المجلد السادس. [تتمة باب حرف الميم]. الحديث رقم: ٨٩٨٤– التخريج (مفصلا): الترمذي والحاكم في المستدرك عن جابر تصحيح السيوطي: حسن

النِّسَاءَ أَنْ يَدْخُلْنَهَا ، إِلاَّ مَرِيضَةً أَوْ نُفَسَاءَ) [1].

(إِلاَّ مَرِيضَةً أَوْ نُفَسَاءَ): فتدخلها وحدها وبإزار عليها، وتغتسل للتداوي.

وفيه دليل على أنه لا يجوز للمرأة أن تدخل الحمام إلا لضرورة.

والأحاديثُ تدلُّ على تقييد الجوازِ للرجال بلبسِ الإزار الساتر للعورة ، ووجوب المنع على الرجال للنساء إلا لعذر كالمرض والنفاس والاغتسال .

وهذا الذي يحدث في بعض بلاد المسلمين _ في المصايف وحمَّامات السباحة _مما تعم به البلوى وبستشري به الفساد ويتساهل فيه كثير من الناس باجتماعهم في الحمام ، فيجب على الحاضر فيه- إذا كان مضطراً لذلك- أن يصُونَ بصرَه ويدَه عن عَوْرَةِ غيره ، وأن يصون عَوْرَتَه عن بصر غيره ، ويجب عليه إذا رأى من يُخِلُّ أو يتهاون بشيء من هذا أن ينكر عليه لحديث بَهْز بن حَكيم،حدثني أبي عن جَدّي قَالَ: «قُلْتُ يَا رَسُولُ الله عَوْرَاتُنَا مَا نَأْتِي مِنْهَا وَمَا نَذَرُ؟ قالَ: «احْفَظْ عَوْرَتَكَ إِلاّ مِنْ زَوْجَتِكَ أَوْ مما مَلَكَتْ يَمِينُكَ»،فَقَالَ: الرَّجُلُ يَكُونُ مَعَ الرَّجُلِ؟ قالَ: إن اسْتَطَعْتَ أَنْ لاَ يَرَاهَا أَحَدٌ فَافْعَلْ»،قلت: فالرَّجُلُ يَكُونُ خَالِياً، قالَ: «فَالله أَحقّ أَنْ يستحيا مِنْهُ»[2]

وعن عَائِشَةَ رضي الله تعالى عنها أنّ رَسُولَ ا الله صلى الله عليه وسلم نَهَى عنْ دُخُولِ الْحَمّامَات، ثُمّ رَخّصَ لِلرّجَالِ أنْ يَدْخُلُوهَا في المَيَازِرِ» [3]

وفي رواية عَنْ جَابِرٍ رضي الله تعالى عنه، عَنِ النّبِيّ (ﷺ) قَالَ: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ

---

(١) سنن ابن ماجه.: الجزء الثاني. (٣٨) باب دخول الحمام. الحديث رقم: (٣٨) باب دخول الحمام ٣٧٤٨-

(٢) سنن ابن ماجه الجزء الأول. (٢٨) باب التستر عند الجماع.الحديث رقم: ١٩٢٠وسنن الترمذي (وشرح العلل)،: المجلد الرابع.أبواب الاستيذان والآداب، عن رسول الله ٥٦ باب ما جاء في حفظ العورة. الحديث رقم: ٢٩١٩ وسُنَنُ أبي دَاوُد: الجزء الثاني.٣- ت/٢مباب[ماجاء] في التعري. في الحديث رقم: ٤٠١٧

(٣) تحفة الأحوذي، للمباركفوري في: ٤٢ .كتاب الاستئذان والاداب عن رَسُول الله (ﷺ). ١٧٣٨ . باب مَا جَاءَ في دخُولِ الْحَمّام .الحديث رقم: ٢٨٧٨ تهذيب سنن أبي داود لابن القيم ٢٧ .كتاب الحمام. ١٤٩١ . باب. الحديث رقم: ٤٠٠٣

بِالله واليَوْمِ الآخِرِ فَلاَ يَدْخُلِ الحَمّامَ إلاّ بِمِئْزَرٍ»[1].

قال السندي: قوله: «فلا يدخل الحمَّام»هو بالتشديد بيت معروف واللفظ نهي أو نفي بمعنى النهي ، ونَهيهم عن ذلك لأن الدخول فيه لا يخلو عن نظر بعض إلى عورة بعض[2]

«إلا بمئزر» بكسر الميم (وهو الإزار الذي يستر العورة) ورخص به لأنه يؤمن به من كشف العورة ونظر البعض إلى عورة الآخرين ، وظاهره الإطلاق سواء بكونه هناك أحد أجنبي أم لا، فإن الله تعالى أحق أن يُسْتَحَى منه، ولأن الحمام مجمع الشياطين، ولا يجوز التكشف عندهم[3].

وقد ورد أن الإنسان إذا اضطر إلى كشف عورته يسمي الله تعالى؛ فإنه ستر ما بين أعين الجن، وعورات بني آدم ،عن أنس قال: قال رسول الله (ﷺ): سِتْرُ ما بَيْنَ أَعْيُنِ الجِنّ وَعَوْرَاتِ بَنِي آدَمَ أنْ يَقُولَ الرَّجُلُ المُسْلِمُ إذَا أرَادَ أنْ يَطْرَحَ ثِيابَهُ: بِسْمِ اللَّهِ الذي لا إلَهَ إلاَّ هُوَ».[4]

والعرب يومئذ لم يكن يعرفون الحمامات في بلادهم ، ولكنهم كانوا يعرفون الغُدران (جمع غَدير) وفي الحديث إخبار عما سيكون ،وقد كان الآن ؛ففيه معجزة

---

(١) « عورة الرجل » هي من ما بين سرته وركبتيه .حاشية السندي على النسائي، للإمام السندي الجزء الأول. ٤ . كتاب الغسل و التيمم.٢٤٥ . باب الرخصة في دخول الحمام. حديث رقم: ٣٩٥ . باب الرخصة في دخول الحمام

(٢) في الفقه المالكي قال: يندب ستر العورة المغلظة ولو في الظلام، سواء عورة الرجل أو المرأة، ويزاد على عورة الرجل المغلظة العانة والإليتين ويكره كشفها لغير حاجة . و العورة بالنسبة للنظر: يجب على المكلف ستر عورته أمام من لا يحل له النظر إليها، إلا لضرورة كالتداوي فيجوز لها كشفها بقدر الضرورة، ويحرم النظر إلى عورة المرأة والرجل سواء كانت متصلة أو منفصلة مثل شعر المرأة المقصوص. فقه العِبَادات على المذهب المالكي. كتاب الصلاة [ص ١٠٧ – ١٠٨].

(٣) حاشية السندي على النسائي، للإمام السندي: الجزء الأول.٤ .كتاب الغسل و التيمم. ٢٤٥ . باب الرخصة في دخول الحمام.الحديث رقم:٣٩٥

(٤) (٤٣) ابن السني (٢٧٤) ، وهو حديث حسن بشواهده. انظر الفتوحات الربانية ٣٢٧/١، و ٣٨١.انظر كتاب الأَذْكَارُ النَّوَوِيَّة، للإمام النَّوَوي:١١باب ما يقولُ إذا أراد دخول الخلاء.الحديث رقم:٥٦/٣ و٧ بابُ ما يقولُ إذا خلعَ ثوبَه لغُسْلٍ أو نومٍ أو نحوهِمَا.والحديث رقم:٤٣/١

له (ﷺ) لأنه إخبار عن غيب وقد وقع ؛ عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ عَمْرٍو؛ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللهِ (ﷺ) (تُفْتَحُ لَكُمْ أَرْضُ الأَعَاجِمِ. وَسَتَجِدُونَ فِيهَا بُيُوتاً يُقَالُ لَهَا الْحَمَّامَاتُ،فَلاَ يَدْخُلْهَا الرِّجَالُ إِلاَّ بِإِزَارٍ،وَامْنَعُوا النِّسَاءَ أَنْ يَدْخُلْنَهَا،إِلاَّ مَرِيضَةً أَوْنُفَسَاءَ) [١].

وأما بالنسبة للمرأة فإنه لا يحق لها دخول الحمام إلا لضرورة شرعية .

ولم يُرخص الشرع للنساء في دخول الحمامات وما شاكلها ، لأن جميع أعضائهن عورة وكشفها غير جائز إلا عند الضرورة ، مثل أن تكون مريضة فتدخل للدواء ، أو تكون قد انقطع نفاسها فتدخل للتنظيف ، أو تكون جنباً والبرد شديد ولم تقدر على تسخين الماء وتخاف من استعمال الماء البارد ضرراً كما في بعض البلدان ،كل ذلك بشرط عدم وجود رجال أجانب ؛لما يترتب عليه من مفاسد ومحرمات انتشرت بسبب عدم امتثال الأحكام الشرعية والأخلاق الإسلامية التي تحمي المجتمع من الفساد والضياع ، وهذا مما لا يختلف عليه العقلاء في كل زمان ومكان .

قال الإمام الشوكاني : والحديث يدل على جواز الدخول للذكور بشرط لبس المآزر ، وتحريم الدخول بدون مئزر ، وعلى تحريمه على النساء مطلقاً [٢]

عن أَبِي المَلِيحِ الهُذَلِيّ أَنّ نِسَاءً مِنْ أَهْلِ حِمْصَ أَوْ مِنْ أَهْلِ الشّامِ دَخَلْنَ عَلَى عَائِشَةَ، فَقَالَتْ: أَنْتُنّ اللاّتِي يَدْخُلَن نِسَاؤُكُن الْحَمّامَات ؟ سَمِعْتُ رَسُولُ الله (ﷺ) يَقُولُ: ''مَا مِنْ امْرَأَةٍ تَضَعُ ثِيَابَهَا فِي غَيْرِ بَيْتِ زَوْجِهَا إِلاّ هَتَكَتِ السّتْرَ بَيْنَهَا وَبَيْنَ رَبّهَا''. [٣]

وضعت ثيابها : أي خلعت ثيابها،(إلا هتكت):الستر وحجاب الحياء وجلباب الأدب ومعنى الهتك خرق الستر عما وراءه (ما بينها وبين الله تعالى) لأنها مأمورة

(١) سنن ابن ماجه.: الجزء الثاني. (٣٨) باب دخول الحمام. الحديث رقم: (٣٨) باب دخول الحمام ٣٧٤٨-

(٢) نيل الأوطار للإمام الشوكاني الجزء الأول.كتاب الطهارة. أبواب الأغسال المستحبة. باب ما جاء في دخول الحمام.

(٣) تحفة الأحوذي للمباركفوري في:٤٢ كتاب الاستئذان والآداب عن رَسُولِ الله(r) ١٧٣٨ باب مَا جَاءَ فِي دُخُولِ الْحَمّام الحديث رقم، ٢٨٧٩ قال أبو عيسى: هذا حديثٌ حسنٌ

بالتستر والتحفظ من أن يراها أجنبي حتى لا ينبغي لهن أن يكشفن عورتهن في الخلوة أيضاً إلا عند أزواجهن ، فإذا كُشِفَت أعضاؤها في الحمام من غير ضرورة فقد هتكت الستر الذي أمرها الله تعالى به.

قال الطيبي : وذلك لأن الله تعالى أنزل لباساً ليوارى به سوآتهن وهو لباس التقوى فإذا لم يتقين الله تعالى وكشفن سوآتهن هتكن الستر بينهن وبين الله تعالى انتهى.)[١]

والرجال – بما أعطاهم الله تعالى من قوامة ومسئولية — فإنّهم مسئولون عن ذلك يوم القيامة بألا يفتنوا نساءهم ، أي يفعلوا ما يؤدي إلى الافتتان، وذلك بتمكينهنّ من الدخول إلى الحمام ونظر بعضهن إلى عورة بعض، وربما وصف بعضُهنّ بعضاً للأجانب فتقع المراسلة فيقع الزنا . وقد نهى النبي (ﷺ) أن تصف المرأةُ المرأةَ لزوجها أو لغيره لسهولة الاطلاع على بدنها، مما يجوز للمرأة أن تراه ولا يجوز أن يراه الرجل؛ فتصفها (كأنه ينظر إليها) لدقة الوصف وكثرة الإيضاح] فكيف إذا اطلع عليها الرجل ؛ وعن ابن مسعود رضي اللّه عنه قال: قال رسول اللّه (ﷺ) : ''لا تُباشِرِ المرأةُ المَرأةَ فَتَصِفُها لزَوْجِها كأَنَّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا''.[٢]

فيجب على الرجال القيام بحقوقهم نحو النساء ؛فيأخذون على أيديهنّ فيما يجب عليهنّ وفي أنفسهنّ ، فحق عليهم أن يمنعوهنّ مما فيه فتنة منهن أو عليهن، وصدق الله تعالى إذ يقول :{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ}[٣]

قال عليٌّ وقتادة ومجاهد: قوا أنفسكم بأفعالكم ، وقوا أهليكم بوصيتكم [٤]

---

(١) عون المعبود، شرح سنن أبي داوود، للآبادي ٢٧ – كتاب الحمام. ١٤٩١ – باب.الحديث رقم:٤٠٠٧

(٢) (٩٥٦) البخاري (٥٢٤٠) ، وأبو داود (٢١٥٠) ، والترمذي (٢٧٩٣) . ولم أجده في صحيح مسلم

(٣) التحريم /٦

(٤) القرطبي في جامعه جزء ١٨ سورة التحريم.الآية: ٦

وقال الغزالي : ويكره للرجل أن يعطيها أجرة الحمام فيكون كفاعل المكروه.(١)

وحتى لا تخسر أهلك وأحبابك وأولادك الذين تحبهم وتسعى من أجل إسعادهم، وتندم على ذلك يوم القيامة أشد الندم؛ يجب عليك أن تأخذ على أيديهم، وأن تذكرهم بذلك اليوم، وأن تعلمهم أمور دينهم؛ بما يسبب لهم الخشية من الله تعالى، ومن ذلك اليوم الذي لا ينفع فيه الندم ؛ كما قال سبحانه:{قُلْ إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنفُسَهُمْ وَأَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَلا ذَلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ} (٢)

والحق أن بعض الأماكن التي تَضُم بين جنباتها وضمن مبانيها حمامات للسباحة أو للنظافة أو العلاج أو غير ذلك توفر من وسائل الأمن والأمان والاحتراز ما يجعل رواد المكان في اطمئنان ، وذلك لشعورهم بالمسؤولية وأنهم أُمَنا على ما يعملون.

وقد اختلف أصحاب رسول الله (ﷺ) في الدخول إلى الحمّام عندما رأوه وهم رحلتهم إلى الشام، ففي إحياء العلوم: دخل أصحاب رسول الله (ﷺ) حمامات الشام؛ فقال بعضهم: نعم البيت بيت الحمام يطهر البدن.

وقال بعضهم: بئس البيت بيت الحمام يبدي العورات ويذهب الحياء. ولا بأس لطالب فائدته عند الاحتراز عن آفته. انتهى مختصراً.(٣)

ورحم الله الإمام مالك بن أنس عندما فال : (والرّجُلُ لاَ يَدْخُلُ الْحَمَّامَ إِلاَّ مَستُوراً وَيُكْرَهُ لِلنّسَاءِ إِلاَّ لِضَرُورَة)(٤)

(١) فيض القدير، شرح الجامع الصغير، للإمام المناوي في: الجزء السادس. [تابع حرف الميم].الحديث رقم: ٨٩٨٤

(٢) الزمر/١٥

(٣) عون المعبود، شرح سنن أبي داوود، للآبادي٢٧ – كتاب الحمام. ١٤٩١ – باب. الحديث رقم: ٤٠٠٧
ويقال : إن أول من اتخذ له الحمام سليمان عليه والسلام وأول من اتخذها بالقاهرة العزيز بن المعز العبيدي كما في خطط المقريزي، وتاريخ المسيحي

(٤) إِرْشَادُ السَّالك، لعبد الرحمن شهاب الدين البغدادي في : (كتاب جامع) (أي هذا كتاب جامع يجمع جملاً من الواجبات والمسنونات.

وخلاصة القول في هذا أن المسلم الذي يمارس الرياضة –أياً كان نوعها– يحرص على ما يلي[1] :

عدم إبداء العورة المغلظة أو جزء منها، ولو كان ذلك لرجل مثله، أو امرأة مثلها.

- عدم النظر إلى عورة الآخرين .
- عدم وصف شئ من جسد المرأة للآخرين .
- التواضع عند النصر، وعدم الاغترار بالقوة أو إيذاء الآخرين أو إضاعة حقوقهم.
- ألا يترتب على ممارسة اللعبة أو مشاهدتها (أياً كان نوعها) ضياعُ شيءٍ من فرائض الدين ؛ كترك صلاة أو فطر صوم، أو ارتكاب نهي كالمقامرة والكذب في الحلف والأيمان .
- التحلي بمكارم الأخلاق القولية والفعلية إبَانَ ممارسة الرياضة حفاظاً على المظهر الإسلامي، فلا يلعب في طريق الناس فيؤذيهم ، أو يعكر عليهم صفوهم ويقلق مضجعهم.
- الحرص على الاستفادة من النشاط الرياضي سواء كانت الاستفادة جسميةً عضلية أو روحيةً نفسية أو ذهنيةً عقلية؛ ذلك أن الوقت بالنسبة للمسلم هو رأس ماله.
- عدم الاختلاط أو الاجتماع ــ بين الرجل والمرأة ــ المؤدي إلى الريبة والشك .

***

(١) هذه النصائح والإرشادات هي اجتهاد من المؤلف استنبطها من الكتاب والسنة بما يتفق وأخلاق المسلم الرياضي .

عن عبد الله بن عمرو رضي اللّه عنهما قال:قال رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم : «**إنَّ لجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقّاً**»(١)

الفصل الثاني
رِيَاضَات مَارسَهَا الرَّسُولُ (ﷺ) وحَضَّ عَليْها

وفيه عشرةُ مباحث وهي على الترتيب :

- رياضة المشي ((الخطوة المعتادة النشطة)) معنى النسَلان كما جاء في لسان العرب للعلامة ابن منظور .
- رياضة السباحة .
- رياضة المبارزة .((الشيش))
- رياضة الرمي .
- رِيَاضَةُ السِّبَاق بالخيل : وفيه :

فضيلة الخيل (الخيل والخير (– الرسول (ﷺ) يسابق بين الخيل – شروط السَبَق وآدابه – للفرس سهمان ولصاحبه سهم .

- رياضة العدو (الجري).
- رياضة الصيد وفيه : المقصود بقوله تعالى : (مُكَلِّبِينَ).
- رِيَاضَةُ المُصَارَعَة.
- مسابقته (صلى الله عليه وسلم) بين الإبل.
- رياضة رفع الأثقال .

---

(١) صحيح البخاري الجزء الأول. ٥٤ – باب: حق الجسم في الصوم. الحديث رقم: ١٨٧٤و أخرجه مسلم في الصيام، باب: النهي عن صوم الدهر لمن تضرر به..، رقم: ١١٥٩

رياضَةُ المشي
(الخطوة المعتادة النشطة)

(ورياضة المشي) أو ما تسمى بـ (النَّسَلان)كانت من أحبِّ أنواع الرياضة لرسول الله (ﷺ) ففي الشمائل للترمذي عن أبي هريرة (رضي الله عنه) ما رأيت أحداً أسرع من مشيته [١]كأن الأرض تطوى له ، حتى إنا لنجهد أنفسنا وإنه لغير مكترث، وكان يمشي على هينته[٢]، ويقطع ما يقطع بالجهد من غير جهد.[٣]

وكان عُمَرُ (رضي الله عنه) يسرع في مشيته دون تبختر أو خيلاء؛ كما تقول السيدة عائشةرضي الله عنها: كان عُمَرُ سيِّدَ القُرَّاءِ، كان إذا مَشَى أسْرَع، وإذا قال أسْمَع، وإذا ضَرَبَ أوجَعَ.[٤]

ومن بين الصحابة من كان معروفاً بالسرعة في مشيته طلحة بن عبيد الله(رضي الله عنه) كما حكى الواقدي .[٥]

وهذا لا يتعارض مع قوله تعالى:{وَلاَ تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الأَرْضَ

---

(١) (المشية) بكسر الميم أي سريعها مع سعة الخطوة فمع كون مشيه بسكينة كان يمد خطوته حتى كأن الأرض تطوى له (إذا مشى كأنما ينحط من صبب) أي منحدر من الأرض وأصله النزول من علو إلى سفل ومنه صببت الماء والمراد التشبيه بالمنحدر من علو إلى سفل بحيث لا إسراع ولا إبطاء. وخير الأمور أوساطها. قال بعضهم: والمشيات عشرة أنواع هذه أعدلها وبما تقرر يعرف أنه لا تعارض بين الهون الذي هو عدم العجلة وبين الانحدار والتقلع الذي هو السرعة فمعنى الهون الذي لا يعجل في مشيته ولا يسعى عن قصد إلا لحادث أمر مهم، وأما الانحدار والقلع فمشيه الخلقي

(٢) أنه سار على هِينَته أَي على عادته في السُّكون والرِّفق. يقال: امش على هينتك أَي على رِسْلك.

(٣) فيض القدير، شرح الجامع الصغير، للإمام المناوي الجزء الخامس. باب الشمائل الشريفة. الحديث رقم: ٦٧٩٩

(٤)الجامع لأحكام القرآن للإمام القرطبي: الجزء ١سورة البقرة.الآية: ٤٥

(٥) حكى الواقدي قال كان طلحة بن عبيد الله آدم كثير الشعر ليس بالجعد ولا البسط حسن الوجه دقيق العرنين إذا مشى أسرع كان لا يغير شيبه قتل يوم الجمل في جمادى سنة ست وثلاثين(معجم الطبراني الكبير)

وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولاً }[1] قال الإمام القرطبي في تفسير الآية :هذا نهي عن الخيلاء [2] وأمر بالتواضع .

قال الإمام ابن كثير: ليس المراد أنهم يمشون كالمرضى تصنعاً ورياءً ، فقد كان سيدُ ولدِ آدم محمدٌ (ﷺ) إذا مشى كأنما ينحطُّ من صَبَب وكأنما الأرض تطوى له، وقد كره بعض السلف المشي بتضعف وتصنع، حتى روي عن عمر(رضي الله عنه) أنه رأى شاباً يمشي رويداً قال: ما بالك! أأنت مريض؟ قال: لا يا أمير المؤمنين، فعلاه بالدرة وأمره أن يمشي بقوة، وإنما المراد بالهون هنا السكينة والوقار، كما قال رسول الله (ﷺ): ''إذا أتيتم الصلاة فلا تأتوها وأنتم تسعون ، وأتوها وعليكم السكينة ، فما أدركتم منها فصلوا ، وما فاتكم فأتموا''[3]

وعَن عَليّ (رضي الله عنه) قَالَ:''لَمْ يكنِ النَّبيُّ (ﷺ)بالطَّويلِ ولا بالقصيرِ، شَثْنَ الكفَّينِ والقدمينِ، ضخمَ الرَّأسِ، ضخمَ الكَّراديسِ، طويلَ المَسربَةِ، إذا مشى تكفّأ؟؟ تكفّياً كأنَّما ينحطُّ من صببٍ لَمْ أرَ قبلَهُ ولا بعدَهُ مثلهُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وسَلَّم''. [4]

---

(١) لقمان/ ٣٧

(٢) والمختال ذو الخيلاء أي الكبر. والفخور: الذي يعدد مناقبه كبرا. والفخر: البذخ والتطاول. وخص هاتين الصفتين بالذكر هنا لأنهما تحملان صاحبيهما على الأنفة من القريب الفقير والجار الفقير وغيرهم ممن ذكر في الآية فيضيّع أمر الله بالإحسان إليهم. وقيل: إن المقصود بالخيلاء التكبر في المشي. وقيل: تجاوز الإنسان قدره. وقال قتادة: هو الخيلاء في المشي. وقيل: هو البطر والأشر. وقيل: هو النشاط وهذه الأقوال متقاربة ولكنها منقسمة قسمين: أحدهما مذموم والآخر محمود؛ فالتكبر والبطر والخيلاء وتجاوز الإنسان قدره مذموم والفرح والنشاط محمود. فعن ابن مسعود قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرَّة من كبر، فقال رجل: إنه يعجبني أن يكون ثوبي حسناً ونعلي حسناً، فقال: إن الله يحب الجمال، ولكن الكِبْر مَنْ بَطرَ الحق، وغَمَص الناس، أي احتقرهم وافتخر عليهم

وأنشدوا: ولا تمش فوق الأرض إلا تواضعا فكم تحتها قوم همو منك أرفع

وإن كنت في عز وحرز ومَنعة فكم مات من قوم همو منك أمنع

(٣) مختصر تفسير ابن كثير.اختصار الصابوني في: المجلد الثاني. ٢٥ – سورة الفرقان. الآية: ٦٣

(٤) سنن الترمذي (وشرح العلل)،للإمام الترمذي: المُجَلَّد الخامس. أبواب المَنَاقِب عَن رَسُولِ اللَّهِ ٣٧– بابٌ. الحديث رقم:٣٧١٦

وفي صحيح مسلم عَنْ أَنَس(رضي الله عنه) قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللّه (ﷺ) أَزْهَرَ اللّوْن.[١] كَأَنّ عَرَقَهُ اللّؤْلُؤ. إِذَا مَشَىَ تَكَفَّأَ. وَلاَ مَسِسْتُ دِيبَاجَةً وَلاَ حَرِيرَةً أَلْيَنَ مِنْ كَفّ رَسُولِ اللّه (ﷺ). وَلاَ شَمَمْتُ مِسْكَةً وَلاَ عَنْبَرَةً أَطْيَبَ مِنْ رَائِحَةِ رَسُولِ اللّه (ﷺ)[٢]

ومعنى :(إِذَا مَشَىَ تَكَفّأَ) أي يرفع القدم من الأرض ثم يضعها ، ولا يمسح قدمه على الأرض كمشي المتبختر [٣]

وهذه الرياضة (رياضة المشي)أو (الخطوة المعتادة النشطة) أو ما تسمى بـ(النَّسَلان) تحدثت عنها كتب الفقه ومعاجم اللغة .

قال الزجاج كما جاء في الجامع للقرطبي: والنَّسَلان مشيةُ الذئب إذا أسرع ؛ يقال: نسل فلان في العَدْو ينسُل (بالكسر والضم) نسلا ونسولا ونسلانا؛ أي أسرع [٤]

معنى النسَلان كما جاء في لسان العرب للعلامة ابن منظور :

يقال : نسَل الماشي يَنْسِل ويَنْسُل نسْلاً ونَسَلاً ونَسَلاناً: إذا أسرع .

وفي التنزيل العزيز: (وَنُفِخَ فِي الصُّورِ فَإِذَا هُم مِّنَ الْأَجْدَاثِ إِلَى رَبِّهِمْ يَنسِلُونَ) [٥]

قال أبو إسحق: يخرجون بسرعة. وقال الليث: النَّسَلان مِشْية الذئب إذا أسرع.[٦]

ونحن في وقتنا الحاضر نجد الأطباء يطالبون مرضى السكر والسَّمنة وضغط الدم والإمساك وتصلب الشرايين ، وبعض أمراض القلب ، وغير ذلك من بعض الأمراض بالمشي كوسيلة لصحة جيدة ، وقوام رشيق ، وجسد خال من الأمراض .

---

(١) قوله:(أزهر اللون) هو الأبيض المستنير وهي أحسن الألوان. قوله: (كأن عرقه اللؤلؤ) أي في الصفاء والبياض

(٢) الجزء الرابع. كتاب الفضائل. ٢١- باب طيب رائحة النبي (ﷺ)ولين مسه، والتبرك بمسحه الحديث رقم:٨٢ - (٢٣٣٠)

(٣) : المُتَبَخْتِر في مَشْيه، وهي مِشْيَة المتكَبر المُعجَب بنفسه الذي يمشي كِبْراً وبَطَراً

(٤) القرطبي : الجزء ١١. سورة الأنبياء.الآيات: ٩٥ ، ٩٧ عند تفسيره لقوله تعالى:(حَتَّى إِذَا فُتِحَتْ يَأْجُوجُ وَمَأْجُوجُ وَهُم مِّن كُلِّ حَدَبٍ يَنسِلُونَ {٩٦}وساق خبر: شكونا إلى النبي (ﷺ)الضعف فقال: (عليكم بالنسل) أي بالإسراع في المشي فإنه ينشط.

(٥) {يس/٥١}

(٦) لسان العرب.مادة(نسل) وقد نَسَل يَنْسِل نَسْلاً ونَسَلاناً.

ولأن النبي (ﷺ) لا ينطق عن الهوى – فقد جاء بما يعود على البشرية بالنفع في دينها ودنياها ، ما ترك خيراً إلا وأرشدنا إليه ، وما ترك شراً إلا وحذرنا منه .

وكان (ﷺ) يصف رياضة المشي (الخطوة المعتادة النشطة) أو ما يعرف بالنسلان لمن يجد فيه ضعفاً أو إعياء أو كسلاً أو خمولاً ؛ فعن جابر بن عبدالله (رضي الله عنه) قال :شكا ناسٌ إلى رسول الله (ﷺ) المشيَ ؛ فقال : عليكم بالنسلان ؛ فنسلنا فوجدناه أخف علينا [١] قوله:(عليكم بالنسلان): أي الإسراع في المشي ، وهو دون السعى. وفي رواية أخرى عن جابر بن عبد الله (رضي الله عنه) قال: شكا ناس إلى النبي (ﷺ) فدعا لهم وقال : «عليكم بالنسلان».فانتسلنا فوجدناه أخف علينا.[٢]

وفي رواية : أنهم شَكَوا إلى رسول اللَّه (ﷺ)الضَّعْف، فقال: عليكم بالنَّسْل.

قال القرطبي : أي بالإسراع في المشي فإنه ينشط.[٣]

وفي رواية أنهم شَكَوا إليه الإعْيَاء (٤)، فقال: عليكم بالنَّسَلان أي الإسراع في المشي.[٥]

وجاء في صحيح البخاري معنى (يزفون) يسرعون في المشي ، وهو معنى النَّسَلان.

وأشار البخاري – رحمه الله – إلى ما جاء في قصة إبراهيم – عليه السلام – مع قومه حين كسّر أصنامهم {فَأَقْبَلُوا إِلَيْهِ يَزِفُّونَ }[٦] فجاءوا إليه مسرعين يسألونه عنها.[٧]

---

١))كنز العمال للمتقي الهندي:المجلد السادس.آداب متفرقة من الإكمال} في آداب السفر الحديث رقم: ١٧٥٤٢)

(٢) مجمع الزوائد.للحافظ الهيثمي المجلد الخامس٢٤. كتاب الجهاد١٢باب كيف المشي الحديث رقم: ٩٣٧٨ ورواه البزار ورجاله رجال الصحيح.

(٣) الجامع لأحكام القرآن، للإمام القرطبي: الجزء ١٥. سورة يس.الآية: ٥١

(٤) الإعياء وهو التعب الشديد.

(٥) النهاية في غريب الحديث والأثر. للإمام ابن الأثير: المجلد الخامس. حرف النون.باب النون مع السين.

(٦) سورة الصافات (٩٤)

(٧) صحيح البخاري الجزء الثاني٤٦كتاب الأنبياء١٢باب{يزفون}الصافات٩٤النسلان في المشي.الحديث رقم١٢

إذن فـ (النسَلان) هو الإسراع في المشي مع تقارب الخطى، وقيل: (يزفون) يسعون ويسرعون، من الزفيف وهو الإسراع.[1]

والمسلم الذي يحافظ على صلاة الجماعة في المسجد ؛ لا يخلو من نقل الخُطَا ذهاباً وإياباً، وعند زيارة الأصدقاء ، وعيادة المرضى ، وصلة الرحم ، وتشييع الجنائز، والصلح بين المتخاصمين ، وغير ذلك من أعمال البر ، وكلها أعمال يؤجَرُ عليها ، بالإضافة للفوائد الجمة الناتجة عن الحركة المستمرة فهي تُزِيلُ ما ترسبَ في جسمه من دُهُون زائدة ، وفضلاتٍ ضارة .

***

(١) المرجع السابق : الجزء الثالث. ٢٩٠ – باب: تفسير سورة الصافات.

رِيَاضَةُ السِّبَاحَة

فهذه رياضة السباحة بما تحتويه من قوة وفنون، ومهارات خاصة، لا تتوافر عند كل الناس كان يحب أن يراها (ﷺ) في أصحابه .

فعن سُليمان التيمي(رضي الله عنه) قال:"كان رسول الله (ﷺ) يعجبه أن يكون الرجل سَابحا راميا.[١]

وزعم بعضُهم أن المصطفى (ﷺ) لم يَعُمْ ؛ لأنه لم يثبت أنه سافر في بحر ، ولا في الحرمين بحر ؛ ونوزع بما أخرجه البغوي عن ابن أبي مليكة أن المصطفى (ﷺ) دخل هو وأصحابه غديراً [٢] فقال: يسبح كل رجل إلى صاحبه فسبح كل رجل منهم إلى صاحبه حتى بقي أبو بكر والمصطفى (ﷺ)فسبح إلى أبي بكر واعتنقه.

وعن ابن عباس(رضي الله عنه)قال: قال رسول الله (ﷺ):خيرُ لهوِ المؤمن السباحة [٣]،وخير لهو المرأة المغزل [٤]

وعلى ذلك سار صحابة رسول الله – صلى الله عليه وسلم ورضي عنهم – مقتدين برسولهم وداعين إلى سنته ومنهجه في شتى مناحي الحياة .

فعن مكحول أن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه) كتب إلى أهل الشام ؛ أن علموا

(١) الدر المنثور في التفسير بالمأثور. للإمام جلال الدين السيوطي: المجلد الرابع. من سورة الأنفال الآية ٦٠

(٢) و الغَديرُ القطعة من الماء يُغادرها السيل وهو فعيل في معنى مُفاعَل الغَدير، وكُلّ موضع يجتمع فيه الماء. وغَديرُ خُمّ: اسمُ غَيْضَة هُناكَ، بها غَديرُ ماء سَمّ، (على بُعد ثلاثة أمْيال) بالجُحْفَة بين الحَرَمَين.أو هو موضِعٌ بين مكة والمدينة تصَبُّ فيه عينٌ هُنَاك، وبينهما مسجدٌ للنَبي صلى الله عليه وسلم.

(٣) علم السباحة : هذا من فروع علم الملاحة، وأنه يحصل بالمزاولة والإدمان وأكثر ما يحتاج إليه الملاحون ، ورأيت أشخاصاً لهم يد طولي في هذا العلم، ولها أنواع كثيرة منها: السباحة في الإبحار والأنهار قائما، ومنها: قاعدا، ومنها: مستلقيا على الظهر، إلى غير ذلك من الصور التي يعرفها أهلها.، وتوجد رسالة تسمى: الباحة في السباحة رسالة للشيخ جلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي.المتوفى: سنة إحدى عشرة وتسعمائة. (كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون، لحاجي خليفة)المجلد الثاني: السحاب المركوم، الممطر بأنواع الفنون وأصناف العلوم. باب السين المهملة. علم السباحة.)

(٤) التخريج (مفصلا): ابن عدي في الكامل عن ابن عباس ، تصحيح السيوطي: ضعيف

أولادكم السباحة[١] والرمي[٢] والفروسية.).[٣]

وعن أبي أمامة أن سهل بن حنيف قال: كتب عمر(رضي الله عنه) إلى أبي عبيدة بن الجراح (رضي الله عنه) أن علموا غلمانكم العوم ومقاتليكم الرمي.[٤]

وقيل لأبي هاشم الصوفي: فيم كنت؟ قال : في تعليم ما لا ينسى وليس شيء من الحيوان عنه غنى. قيل: ما هو؟ قال: السباحة.[٥]

والعقلاء يوصي بعضُهم بعضاً بتعلم السباحة ؛ لما لها من أهمية في حياة الناس ، فهي منجاة من الهلاك وعون لممارسها على النجاة عند الغرق .

قال عبد الملك للشعبي:علّم ولدك العوم ؛فإنهم يجدون من يكتب عنهم،ولا يجدون من يسبح عنهم؛ وقد غرقت سفينة فيها جماعة من قريش فلم يعطب ممن كان يسبح إلا واحداً ولم ينج ممن كان لا يسبح إلا واحداً [٦]

قال ابن سعد في الطبقات: كان أسيد بن حضير[٧] يكتب بالعربية في الجاهلية وكانت الكتابة في العرب قليلة وكان يحسن العوم والرمي وكان يسمّي من كانت فيه هذه الخصال في الجاهلية وأول الإسلام بالكامل ؛ وكانت قد اجتمعت في أسيد وفي سعد بن عبادة ورافع بن خديج. [٨]

(١) (علموا أبناءكم السباحة) بالكسر العوم لأنه منجاة من الهلاك وعون له على النجاة عند الغرق .

(٢) (والرمي) بالسهام ونحوها لما فيه من الدفع عن نفسه ومهجته وأهل بيته وماله وعرضه عند لقاء العدوّ

(٣) كنز العمال للمتقي الهندي: المجلد الرابع. فصل في آداب متفرقة الحديث رقم:١١٣٨٦(القراب في فضائل الرمي)

(٤) كنز العمال للمتقي الهندي: المجلد الرابع. فصل في آداب متفرقة. الحديث رقم: ١١٣٨٦-١ لحديث رقم: ٤٥٩٥٢- (العوم: السباحة. يقال: عام يعوم عوما. هـ ٣٢٣/٣)

(٥) فيض القدير، شرح الجامع الصغير للإمام المناوي الجزء الرابع. حرف العين. الحديث رقم:٥٤٧٧

(٦) فيض القدير، شرح الجامع الصغير للإمام المناوي: الجزء الرابع. حرف العين الحديث رقم: ٥٤٧٧

(٧) أُسَيد بن حُضَير (الذي كان رئيس الأوسَ يوم بُعَاث ، ومن أحسن الناس صوتاً بالقرآن، وكان أحد المشهود لهم بالعقل وأحد النقباء) قال الذهبي عن أبي ليلى قال كان أسيد بن حضير رجلا ضاحكا مليحا، فبينا هو عند رسول الله (صلى الله عليه وسلم)يحدث قوما ويضحكهم فطعنه رسول الله (صلى الله عليه وسلم)بإصبعه في خاصرته، فقال أوجعتني قال فاقتص، قال يا رسول الله : إن عليك قميصا ولم يكن علي قميص، قال فرفع رسول الله(صلى الله عليه وسلم) قميصه، قال فاحتضنه، ثم جعل يقبل كشحه، وقال بأبي وأمي يا رسول الله ثم أردت هذا

(٨) فيض القدير، شرح الجامع الصغير للإمام المناوي الجزء الرابع. حرف العين. الحديث رقم:٥٤٧٨

وأمر بعض الكبراء معلم ولده أن يعلمه السباحة قبل الكتابة ؛ وعلَّلَهُ بأنَّ الكاتب يصاب وليس كذلك السابح[١]

والمنافسة في الألعاب المفيدة والتي تعود على ممارسها باللياقة والقوة والمهارة، وبكل ما هو نافع في الحرب خاصة عند مواجهة الأعداء ، أجازها الفقهاء ، ومن ذلك السباحة والرماية وغيرها .

فعند الشافعية قالوا: يجوز المسابقة بغير عوض بالبقر والكلاب والطيور، ولا يجوز في السفن الشراعية ، وأما غيرها من السفن البخارية والسيارات والغواصات والطائرات فإنه تجوز المسابقة بها إذ القاعدة عند الشافعية جواز المسابقة بكل نافع في الحرب ، وتحل المصارعة والمسابقة في السباحة «العوم في الماء»، والمشي بالأقدام. والوقوف على رجل واحدة، ولعب الشطرنج والكرة، وحمل الأثقال، والمشابكة بالأصابع. فكل هذا يحل بدون عوض.[٢]

***

(١) فيض القدير، شرح الجامع الصغير للإمام المناوي الجزء الرابع. حرف العين. الحديث رقم:٥٤٧٨

(٢) الفقه على المذاهب الأربعة. لعبد الرحمَن الجزيري الجزء الثاني. كتاب الحظر والإباحة. مبحث المسابقة بالخيل وغيرها والرمي بالسهم ونحوه.

رياضة المبارزة (الشيش)

رياضة المبارزة أو (الشيش)كانت ولا زالت ، من أحبّ الرياضات إلى النفوس ، وكان أولاد الصحابة في عهد رسول الله (ﷺ) يرقبون أبطالَ المبارزةِ من فوق بيوتهم ومن فوق الأطم[1] حباً في هذا النوع من الرياضة .

روى البيهقي من طريق حَمّاد بن يزيد عن هشام بن عروة عن أبيه عن عبد الله بن الزبير (رضي الله عنه) قال : جعلت يوم الخندق مع النساء والصبيان في الأطم ، ومعي عمر بن ابي سلمة فجعل يطأطئ لي فاصعد على ظهره فأنظر قال : فنظرت الى أبي وهو يحمل مرة ها هنا ومرة ها هنا، فما يرتفع له شيء إلا أتاه ، فلما أمسى جاءنا الى الأطم قلت يا أبتِ ، رأيتك اليوم وما تصنع . قال : ورأيتني يا بني ؟ قلت : نعم. قال : فدى لك أبي وأمي .[2]

ولأن الشبابَ نشأ على حبّ الرياضةِ وخاصة المبارزة ؛ لما فيها من استعراض للرشاقة وسرعة الحركة ؛ نجد شاباً كعليّ بن أبي طالب(رضي الله عنه) يفتك بفارس مُعَلَّم شجاع هو عمرو بن عبد ودّ ؛ ففي غزوة الأحزاب لقيه عليُّ بنُ أبي طالب فقال له: يا عمرو إنك كنتَ عاهدت الله لا يدعوك رجلٌ من قريش إلى إحدى خلتين إلا أخذتها منه ! قال : أجل ! قال له علي: فإني أدعوك إلى الله وإلى رسوله وإلى الإسلام . قال : لا حاجة لي بذلك . قال : فإني أدعوك إلى النَّزال(المبارزة) قال له :لِمَ يا ابنَ أخي ؛ فوالله ما أحبُّ أن أقتلك .

قال له عليّ : لكني والله أحب أن أقتلك .

فحَمِيَ عَمرو عند ذلك فاقتحم عن فرسه ، فعقره وضرب وجهه ، ثم أقبل علَى

(١) الأُطُمُ بالضَّم: بناءٌ مُرْتَفِع وجمعه آطام ومنه الحديث:حتى توارت بآطَام المدينة يعني أبْنِيَتها المُرْتَفِعَةَ كالحصون.
(٢) البداية والنهَاية ، للإمام ابن كثير : الجزء الرابع . فصل (نزول قريش بمجتمع الاسيال يوم الخندق)

عليّ فتنازلا وتجاولا، فقتله عليٌّ (رضي الله عنه)وخرجت خيلهم منهزمة حتى اقتحمت من الخندق هاربة ؛ وقال علي بن أبي طالب في ذلك:

نصرَ الحجارةَ من سفاهةِ رأيه ونصرتُ ربَّ محمدٍ بصوابِ
فصدرت حين تركته متجدلا كالجذع بين دكادكٍ وروابي
وعففت عن أثوابه ولو أنني كنت المقطر بزني أثوابي
لا تحسبن الله خاذل دينه ونبيه يا معشر الاحزاب [1]

ويلا حظ من هذه الواقعة –كأدبٍ من آداب المبارزة– أن علياً لم يخرج للمبارزة إلا بعد أن سمح له النبي بذلك ؛ قال القرطبي: وفي الخروج عن الصف للمبارزة خلاف على قولين أحدهما: أنه لا بأس بذلك إرهابا للعدو، وطلبا للشهادة وتحريضا على القتال.

ثم يقول رحمه الله : وقال أصحابنا: لا يبرز أحد طالبا لذلك، لأن فيه رياء وخروجا

---

(١) وذكر الحافظ البيهقي في دلائل النبوة عن ابن اسحاق في موضع آخر من السيرة قال خرج عمرو بن عبد ود وهو مقنع بالحديد فنادى من يبارز فقام علي بن أبي طالب فقال أنا لها يا نبي الله فقال انه عمرو اجلس ثم نادى عمرو ألا رجل يبرز فجعل يؤنبهم ويقول أين جنتكم التي تزعمون أنه من قتل منكم دخلها أفلا تبرزون إلي رجلا فقام علي فقال أنا يا رسول الله فقال اجلس ثم نادى الثالثة فقال :

ولقد بححت من النداء * لجمعهم هل من مبارز ووقفت إذ جبن المشجع * موقف القرن المناجز
ولذاك إني لم أزل * متسرعا قبل الهزاهز ان الشجاعة في الفتى * والجود من خير الغرائز

قال: فقام علي رضي الله عنه فقال يا رسول الله أنا فقال: انه عمرو فقال :وان كان عمرا فأذن له رسول الله صلى الله عليه وسلم فمشى اليه حتى أتى وهو يقول

لا تعجلن فقد أتاك * مجيب صوتك غير عاجز في نية وبصيرة * والصدق منجي كل فائز
إني لأرجو أن أقي * م عليك نائحة الجنائز من ضربة نجلاء * يبقى ذكرها عند الهزاهز

فقال له عمرو : من أنت؟ قال : أنا علي . قال : ابن عبد مناف؟ قال : أنا علي بن أبي طالب . فقال: يا ابن أخي مِنْ أعمامك مَنْ هو أسنُّ منك ؛ فاني أكره أن أهريق دمك . فقال له عليٌّ: لكني والله لا أكره أن أهريق دمك .

البداية والنهاية ،للإمام ابن كثير:الجزء الرابع.فصل (نزول قريش بمجتمع الاسيال يوم الخندق) ان الشجاعة في الفتى * والجود

من خير الغرائز والسيرة النبوية، لابن هشام: المجلد الرابع. غزوة الخندق في شوال سنة خمس.علي يقتل عمرو بن عبد ود.

إلى ما نهى الله عنه من لقاء العدو [١] وإنما تكون المبارزة إذا طلبها الكافر؛ كما كانت في حروب النبي (ﷺ) يوم بدر وفي غزوة خيبر، وعليه درج السلف.

ومما يميز المبارزة على غيرها من أعمال القتال أن القاتل له سلب المقتول كما قال الإمام أحمد بن حنبل : لا يكون السلب للقاتل إلا في المبارزة خاصة.)[٢]

ويلاحظ أيضا عند المبارزة استحباب الفخر لإرهاب العدو وقد ذكر النووي في كتاب الأذكار عند حديثه عن الجهاد (١٦١بابُ استحباب الرَّجَز[٣]حالَ المبارزة. الحديث رقم٢/٥١٤) وذكر عن البراء أيضاً قال: رأيتُ النبيّ صلى الله عليه وسلم ينقلُ معنا التراب يومَ الأحزاب، وقد وارى الترابُ بياضَ بطنه وهو يقول:

''اللَّهُمَّ لَوْلا أنْتَ ما اهْتَدَيْنا وَلا تَصَدَّقْنا وَلا صَلَّيْنـــا

فأنْزِلَنـــنْ سَكِينَةً عَلَيْنـــا وَثَبِّتِ الأقْدَام إنْ لاقَيْنا

إنَّ الأُلـــى قَدْ بَغَوْا عَلَيْنا إذَا أرَادُوا فِتْنَةً أبَيْنـــا

وكان نبيُّ الله داوود[٤]عليه السلام من بين الأنبياء الذين عُرفوا بالقوة في المبارزة والنزال {وَقَتَلَ دَاوُودُ جَالُوتَ وَآتَاهُ اللّهُ الْمُلْكَ وَالْحِكْمَةَ وَعَلَّمَهُ مِمَّا يَشَاء}[٥]

---

(١) (وذلك إشارة إلى حديث جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال:قال رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم خيبَر "لا تَتَمَنَّوْا لقَاءَ العَدُوّ، فإنَّكُمْ لا تَدْرُونَ ما تُبْتَلوْ بِهِ مِنْهُمْ، فإذَا لَقِيتُمُوهُمْ فَقُولُوا: اللَّهُمَّ أنْتَ ربُّنا وَربُّهُمْ، وَقُلُوبُنا وَقُلُوبُهُمْ بيَدِكَ، وإنَّمَا يَغْلبُهُمْ أنْتَ)".

(٢) الجامع لأحكام القرآن، للإمام القرطبي الجزء ٨ سورة الأنفال. الآية: ٤١

(٣) و الرَّجَزُ بفتحتين ضرب من الشعر فهو كهيئة السجع إلا أنه في وزن الشّعرِ ويُسَمَّى قائلُه راجزاً، كما يُسمى قائلُ بُحُورِ الشّعرِ شاعراً. قال الحربي: ولم يَبْلُغني أنه جَرَى على لسان النبي صَلى اللّه عليه وسلم من ضُرُوب الرَّجَز إلاّ ضَرْبَان: المَنْهوك، والمَشْطُور. ولم يَعُدَّهما الخليلُ شعراً، فالمَنْهوكُ كقوله في رواية البَراء أنه رأى النبي صلى اللّه عليه وسلم على بَغْلَة بيضاء يقول: أنا النَّبيُّ لا كَذبْ أنا ابن عَبْد المُطَّلبْ ، والمشطور كقوله في رواية جُنْدب أن النبي صلى اللّه عليه وسلم دَمِيَت إصبعه فقال: هلَ أنتِ إلاّ إصبعٌ دَميتِ * وفي سبيل اللّه ما لَقيت

(٤) داود بن زكريا بن رشوى، وكان من سبط يهوذا بن يعقوب بن إسحاق بن إبراهيم عليهم السلام، وكان من أهل بيت المقدس جمع له بين النبوة والملك بعد أن كان راعيا وكان أصغر إخوته وكان يرعى غنما، وكان له سبعة إخوة في أصحاب طالوت .

(٥) البقرة/٢٥١

قوله تعالى : '' وَقَتَلَ دَاوُودُ جَالُوتَ '' وذلك أن طالوت الملك اختار (داوود) ذلك الفتى الشجاع المبارز من بين قومه لقتال جالوت ، وكان جالوت من أشدِّ الناس وأقواهم وكان يهزم الجيوش وحده ، وكان قَتلُ جالوت وهو رأس العمالقة على يد داوود عليه السلام.

يروى أنه لما حضرت الحرب قال داود في نفسه: لأذهبنّ إلى رؤية هذه الحرب، وكان طالوت قد وعده إن من قتل جالوت أن يزوجه ابنته ، ويشاطره نعمته، ويشركه في أمره ، فوفى له ، ثم آل الملك إلى داود عليه السلام مع ما منحه اللّه به من النبوة العظيمة ، ولهذا قال تعالى: {وَآتَاهُ اللّهُ الْمُلْكَ } الذي كان بيد طالوت ، {وَالْحِكْمَةَ} أي النبوة بعد شمويل[1]{ وَعَلَّمَهُ مِمَّا يَشَاء } أي مما يشاء اللّه من العلم الذي اختصه به عليه السلام كصنعة الدروع ومنطق الطير.

***

(١) قيل: هو شمويل بن بال بن علقمة ويعرف بابن العجوز. ويقال فيه: شمعون: وإنما قيل: ابن العجوز لأن أمه كانت عجوزا فسألت الله الولد وقد كبرت وعقمت فوهبه الله تعالى لها. ويقال له: سمعون لأنها دعت الله أن يرزقها الولد فسمع دعاءها فولدت غلاما فسمته «سمعون»، تقول: سمع الله دعائي، والسين تصير شينا بلغة العبرانية، وهو من ولد يعقوب..

رِيَاضَةُ الرَّمي

رِيَاضَةُ الرَّمي من أسمى الرياضات التي أكد عليها الإسلام ، وحرص الرسول (ﷺ) علي ممارستها وتدريب أصحابه عليها ، واشترك معهم في التمارين والمناورات والمعارك ، واعتبر ذلك من أجلّ العبادات وأسمى القربات التي يدفع بها المسلم الشرور عن نفسه وأهله وماله وعرضه ووطنه .

ولما نزلت : {وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ[1]وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدْوَّ اللّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِن دُونِهِمْ لاَ تَعْلَمُونَهُمُ اللّهُ يَعْلَمُهُمْ } [2] فسر النبي(ﷺ) القوة هنا بالرمي فقد روى الإمامان مسلم والبخاري عَنْ أَبِي عَلِيَ، ثُمَامَةَ بْن شُفَيَ أَنَّهُ سَمِعَ عُقْبَةَ بْنَ عَامِرٍ (رضي الله عنه)يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّه صلى الله عليه وسلم، وَهُوَ عَلَى الْمِنْبَرِ، يَقُولُ {وَأَعِدّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوّةٍ} أَلاَ إِنّ الْقُوّةَ الرّمْيُ. أَلاَ إِنّ الْقُوّةَ الرّمْيُ. أَلاَ إِنّ الْقُوّةَ الرّمْيُ»[3]

وفي هذا إشارة إلى ما ينبغي أن يكون عليه المسلم من كامل اللياقة والمهارة حتى إذا دُعيَ إلى الجهاد كان مستعداً . فعَنْ عُقْبَةَ بْن عَامِرٍ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّه (ﷺ)يَقُولُ"سَتُفْتَحُ عَلَيْكُمْ أَرَضُونَ. وَيَكْفِيكُمُ اللّهُ. فَلاَ يَعْجِزُ أَحَدُكُمْ أَنْ يَلْهُوَ بِأَسْهُمِه"[4]

ولقد كان النبي (ﷺ) يشارك بنفسه في التدريبات والتماربن ؛ التي تحثهم على بناء أجسادهم ، وقوة عضلاتهم ، وتعلمهم كيف يدافعون عن أنفسهم ؛ فعن يزيد

(١) (قوة) من رمي وتدريب وآلات حرب

(٢)الأنفال /٦٠

(٣) صحيح مسلم بشرح النووي، : كتاب الإمارة. باب فضل الرمي والحث عليه، وذم من علمه ثم نسيه.
صحيح البخاري: الجزء الثاني. ٦٠ – كتاب الجهاد والسير. ٧٧ – باب: التحريض على الرمي.

(٤)صحيح مسلم بشرح النووي، : كتاب الإمارة. باب فضل الرمي والحث عليه، وذم من علمه ثم نسيه. جـ٤صـ٥٨١

بن أبي عبيد قال: سمعت سلمة بن الأكوع (رضي الله عنه)قال:مر النبي (ﷺ)على نفر من أسلم ينتضلون[1]، فقال النبي (ﷺ): (ارموا بني إسماعيل، فإن أباكم كان راميا، ارموا وأنا مع بني فلان)[2]. قال: فأمسك أحد الفريقين بأيديهم، فقال رسول الله (ﷺ): (ما لكم لا ترمون). قالوا: كيف نرمي وأنت معهم؟ فقال النبي (ﷺ): (ارموا فأنا معكم كلكم)[3]

وعَنْ شُرَحْبِيلَ بْنِ السِّمْطِ أَنَّهُ قَالَ لِعَمْرِو بْنِ عَبَسَةَ (رضي الله عنه): يَا عَمْرُو حَدِّثْنَا حَدِيثا سَمِعْتَهُ مِنْ رَسُولِ اللهِ (ﷺ)قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ (ﷺ) يَقُولُ: «مَنْ شَابَ شَيْبَةً فِي سَبِيلِ اللهِ تَعَالَى كَانَتْ لَهُ نُورا يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَمَنْ رَمَى بِسَهْمٍ فِي سَبِيلِ اللهِ تَعَالَى بَلَغَ الْعَدُوَّ أَوْ لَمْ يَبْلُغْ كَانَ لَهُ كَعِتْقِ رَقَبَة .[4]

قال القرطبي في جامعه: ولما كانت السهام من أنجع ما يتعاطى في الحروب والنكاية في العدو وأقربها تناولا للأرواح ، خصها رسول الله صلى الله عليه وسلم بالذكر لها والتنبيه عليها.[5]

ومِن ثَمّ نجد أن السهم الواحد يُؤجَر من ورائه الذي يصنعه، والذي يرمي به، والذي يناوله ؛ فعن عُقْبَةَ بن عَامِرٍ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ الله (ﷺ) يَقُولُ: ''إِنّ الله عَزّ وَجَلّ يُدْخِلُ بالسّهْمِ الوَاحِدِ ثَلاَثَةَ نَفَرٍ الْجَنّةَ صَانِعَهُ يَحْتَسِبُ فِي صُنْعَتِهِ الْخَيْرَ ، وَالرّامِي بِهِ ، وَمُنَبّلَهُ، وَارْمُوا وَارْكَبُوا ، وَإِنْ تَرْمُوا أَحَبّ إِلَيّ مِنْ أَنْ تَرْكَبُوا، لَيْسَ مِنَ اللّهْوِ إِلاّ

(١) (ينتضلون) يتسابقون في الرمي.

(٢) (فلان) ابن الأدرع، وقيل اسمه سلمة ابن ذكوان]

(٣) صحيح البخاري: الجزء الثاني. ٦٠ –كتاب الجهاد والسير. ٧٧ – باب: التحريض على الرمي. الحديث رقم: ٢٧٤٣

(٤) حاشية السندي على النسائي، للإمام السندي: الجزء السادس.٢٥ .كتاب الجهاد.١٥٩١ . باب ثواب من رمى بسهم في سبيل الله عز وجل. الحديث رقم:١٥٩١

(٥) جـ٨ الأنفال

ثَلاَثٌ تَأْدِيبُ الرَّجُلِ فَرَسَهُ وَمُلاَعَبَتُهُ أَهْلَهُ وَرَمْيُهُ بِقَوْسِهِ وَنَبْلِهِ. وَمَنْ تَرَكَ الرَّمْيَ بَعْدَ مَا عَلِمَهُ رَغْبَةً عَنْهُ فَإِنَّهَا نِعْمَةٌ تَرَكَهَا أَوْ قَالَ كَفَرَهَا»(١)

بل أعجب من ذلك أن النبي (ﷺ)كما جعل تعلُّمَ الرمي قُربةً وطاعة، جعل تركه معصية وذنباً؛ لذا نجد أن أصحابه كانوا حريصين على ممارسة رياضة الرمي، والمشي بين الغرضين، ومعاينة المشقة فيها، فلم يمنعهم من ممارستها طول العمر أو كبر السن، بل اعتبروا تركها بعد العلم بها نوعاً من المعصية؛ فعَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ شَمَاسَةَ أَنَّ فُقَيْماً اللَّخْمِيَّ قَالَ لِعُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ(رضي الله عنه): تَخْتَلِفُ بَيْنَ هَذَيْنِ الْغَرَضَيْنِ، وَأَنْتَ كَبِيرٌ يَشُقّ عَلَيْكَ(٢). قَالَ عُقْبَة: لَوْلاَ كَلاَمٌ سَمِعْتُهُ مِنْ رَسُولِ اللّهِ (ﷺ)لَمْ أُعَانِيه. قَالَ الْحَارِثُ: فَقُلْتُ لاِبْنِ شُمَاسَةَ: وَمَا ذَاكَ؟ قَالَ: إِنَّهُ قَالَ ''مَنْ عَلِمَ الرَّمْيَ ثُمّ تَرَكَهُ، فَلَيْسَ مِنّا، أَوْ قَدْ عَصَى''.(٣)

قال الإمام النووي: وفي هذه الأحاديث بيان فضيلة الرمي والمناضلة والاعتناء بذلك بنية الجهاد في سبيل الله تعالى، وكذلك المشاجعة وسائر أنواع استعمال السلاح، وكذا المسابقة بالخيل وغيرها كما سبق في بابه، والمراد بهذا كله التمرن على القتال والتدرب والتحذق فيه ورياضة الأعضاء بذلك.(٤)

وهكذا تبقى يد المسلم قوية ومهارته فائقة ولياقته عالية؛ ينال بها النصر والتمكين في الدنيا، ويبلغ بها أعلى الدرجات في الآخرة؛ فعَنْ أَبِي نُجَيْح السّلَمِيّ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّهِ (ﷺ) يَقُولُ: «مَنْ بَلَغَ بِسَهْمٍ فِي سَبِيلِ اللّهِ فَهُوَ لَهُ دَرَجَةٌ فِي الْجَنّةِ».

---

(١) تهذيب سنن أبي داود، لابن القيم ٩ .كتاب الجهاد٨٦١ . باب في الرمي الحديث رقم٢٥١١ للإمام أبو زكريا يحيى بن شرف النووي: باب. كتاب الجهاد. الحديث رقم: ٢٣٤ –

(٢)يعلق الشيخ محمد الغزالي – رحمه الله – على ذلك فيقول : فانظر كيف يبقى الشيوخ المسنون على دربتهم في إصابة الهدف ومهارة اليد ونشاط الحركة ، إن الإسلام يفترض المقدرة على القتال فيوجبها على الشباب والشيوخ جميعاً .فقه السيرة صـ٢٢١

(٣) صحيح مسلم بشرح النووي، : كتاب الإمارة. باب فضل الرمي والحث عليه، وذم من علمه ثم نسيه.جـ٤صـ٥٨١

(٤) صحيح مسلم بشرح النووي، : كتاب الإمارة. باب فضل الرمي والحث عليه، وذم من علمه ثم نسيه.جـ٤صـ٥٨١

فَبَلّغْتُ يَوْمَئِذٍ ستّةَ عَشَرَ سَهْما قَالَ: وَسَمِعْتُ رَسُولَ اللّهِ (ﷺ)يَقُولُ: «مَنْ رَمَى بِسَهْمٍ فِي سَبِيلِ اللّهِ فَهُوَ عِدْلُ مُحَرّرٍ».(١)

وكَانَ سعدُ بنُ أَبِي وقاص(٢) (رضي الله عنه)أحدُ العشرة المبشرين بالجنّة أولَ من رمى بسهم في سبيل الله، وله مناقب كثيرة ، وهو الذي كان يقول: أي بني تعلموا الرماية فإنها خير لعبكم.وذلك لحديث رواه عن رسول الله(ﷺ):عليكم بالرمي؛ فإنه من خير لعبكم(٣)

فالقتال في الإسلام ليس نيلا لمغانم أو استعبادا للضعفاء وإنما لإحقاق الحق وإزهاق الباطل وإقرار العدل وقهر الظلم والاستبداد من أولئك الذين بغوا وترصدوا للمسلمين وأرادوا إن يعيدوها جاهلية يأكل القوي فيها الضعيف، وينال الغني من الفقير ويكون الحال كما قال القائل:

تعدوا الذئابُ على مَن لا كلابَ له وتتقي صولةَ المستأسدِ الضَّاري

أو على حد قول زهير بن أبي سلمة: (ومن لا يظلم الناس يُظلم).

فربما كان الظلم سبباً من أسباب عدم الاعتداء وفي المثل الإفرنجي: (من أراد السلم فليعد للحرب).(٤)

ولكني أتساءل؛ إلى متى سيظل المسلمون يغطون في نومهم ، ويلتحفون الصمت وإذا ما استيقظوا استنكروا بألسنتهم ثم عادوا فناموا، على الرغم من أن جرائم الاستعمار كانت مدعاة لأن يثور الأحرار من المسلمين في العالم العربي والإسلامي

(١) حاشية السندي على النسائي،للإمام السندي: الجزء السادس. ٢٥ .كتاب الجهاد. ١٥٩١ . باب ثواب من رمى بسهم في سبيل الله عز وجل. الحديث رقم: ٣١٣٤ ومسند الإمام أحمد. : المجلد الرابع. مسند الشاميين. حديث عمرو بن عبسة رضي الله تعالى عنه. وأول مسند الكوفيين.حديث أبي نجيح السلمي رضي الله تعالى عنه.

(٢) هو أبو إسحاق سعد بن أبي وقاص (وأبو وقاص هو مالك بن أهيب بن عبد مناف بن زهرة بن كلاب بن مرة بن كعب بن لؤي) القرشي الزهري ،أحد العشرة المشهود لهم بالجنة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُم

(٣) الجامع الصغير. لجلال الدين السيوطي: المجلد الرابع.باب: حرف العين. الحديث رقم:٥٥٢٥ التخريج (مفصلا): الطبراني في الأوسط عن سعد تصحيح السيوطي: صحيح

(٤) راجع رسالة (واجبُ المُسْلِمِينَ في نُصْرَةِ وَدَعْمِ إِخْوَانِهِمُ الْفِلِسْطِينيّينَ) للمؤلف ، منشورة بمجلة الوحدة الإسلامية العدد ال٦ بيروت لبنان

لتحرير أوطانهم، وأن يكونوا دائما على أهبة الاستعداد وكامل الياقة.

فعَنْ أَبي هُريرة رضي الله عنهُ قالَ: قالَ رسول الله (ﷺ): ''مَنْ ماتَ ولمْ يَغْز ولمْ يُحدّثْ نَفْسهُ بهِ ماتَ على شُعْبةٍ مِنْ نفاق''[1] قال العلماء : فيه دليل على وجوب العزم على الجهاد .

وما ضعف المسلمون إلا منذ أن أخذوا من الدين بعض مظاهره ، وتركوا جوهره الداعي إلى القوة والعزة والمنعة .

***

(١) (على شعبة من نفاق): أي على نوع من أنواعه صحيح مسلم بشرح النووي: كتاب باب ذم من مات ولم يغز، ولم يحدث نفسه بالغزو.

رِيَاضَةُ السِّبَاق بالخَيْل

وفيه :

- فضل الخيل (الخيل والخير)
- الرسول (ﷺ) يسابق بين الخيل
- شروط السَبَق وآدابه
- للفرس سهمان ولصاحبه سهم

تمهيد

قال تعالى :{وَالْعَادِيَاتِ ضَبْحًا[1] * فَالْمُورِيَاتِ قَدْحًا * فَالْمُغِيرَاتِ صُبْحًا * فَأَثَرْنَ بِهِ نَقْعًا * فَوَسَطْنَ بِهِ جَمْعًا}[2]

أقسم الله سبحانه وتعالى بالخيل وصهيلها[3] وغبارها ، وقدح حوافرها[4] النارَ من الحجر

قال الإمام أبو الفداء إسماعيلُ بن كثير: يُقْسِمُ تعالى بالخَيل إذا أُجريت في سبيله، فعَدَت وضَبَحَت، وهو الصوت الذي يُسمَع من الفرس حين تعدو، {فالموريات قدحاً} يعني اصطكاك نعالها للصخر، فتقدح منه النار، {فالمغيرات صبحاً} يعني

(١) وقال الفراء: الضبح: صوت أنفاس الخيل إذا عدون. والضبح مد أضباعها في العدو السير.
قال ابن عباس: ليس شيء من الدواب يضبح غير الفرس والكلب والثعلب، وإنما تضبح هذه الحيوانات إذا تغيرت حالها من فزع وتعب أو طمع. يقال : ضَبَحَت الخيلُ في عَدْوها تَضْبَحُ ضَبْحاً: أَسْمَعَتْ من أفواهها صوتاً ليس بصهيل ولا حَمْحَمَة؛ وقد نَطَقَ به القُرْآنُ وضَبَحَ يَضْبَحُ ضَبْحاً وضُباحاً: نَبَحَ.

(٢) العَادِيَات/١-٥

(٣) الصهيل : أصوات الخيل. قال الجوهري: الصَّهيل والصُّهال صوت الفرس مثل النَّهيق والنُّهاق. وفي حديث أُمّ زَرْع: فَجَعَلَني في أَهْل صَهِيل وأَطِيط؛ تريد أَنها كانت في أَهل قِلَّة فَنَقَلها إِلى أَهل كَثْرة وثَرْوة، لأَن أَهل الخيل والإِبلَ أَكثر من أَهل الغَنم. والعربُ لا تعتد بأصحاب الغنم وإنما يعتدون بأهل الخيل والإبل. يقال : صَهَلَ الفرسُ يَصْهَل ويَصْهُلُ صَهيلاً. وفَرَس صَهَّالٌ: كثير الصَّهيل. وفي حديث أُمّ مَعْبَد: في صوته صَهَلٌ؛ حِدَّةٌ وصَلابة من صَهيل الخيل وهو صوتها.والحَمْحَمَةُ : هي صوت الفرس، دون الصهيل إذا طَلَبَ العَلَفَ أو رَأَى صَاحِبَهُ فاستأنَسَ إِلَيه وقيل: إن صهيل الخيل يرهب الجن، وإن الجن لا تقرب دارا فيها فرس، فالصَّهيلُ صَوْتُ الفَرَسِ في أَكْثَرِ أَحْوَالِهِ .الثغاء: هو صوت الشاة. الصياح: هو صوت الإنسان والأطيط: أصوات الإبل وحنينها، الرغاء: صوت البعير.

(٤) والحوافِرُ: جمعُ حَافِر ويكونُ للدَّابَّة. عَنِ الخَليل: تَقُولُ العَرَبُ في حِكَايَة صَوْتِ حَوَافِرِ الخَيْلِ عَلَى الأَرْض: حَبَطْقَطِقْ ، وأَنْشَدَ من مجزوءِ الرمل :جَرَتِ الخَيْلُ فقالَتْ حَبَطْقَطِقْ ، حَبَطْقَطِقْ . قَالَ ابْنُ الأَعْرَابِي: وَمِثْلُها الدَّقْدَقَةُ

الإغارة وقت الصبح وقوله تعالى: {فأثرن به نقعاً} يعني غباراً في مكان معترك الخيول،{فوسطن به جمعاً} أي توسطن ذلك المكان .(١)

وروي أن رسول الله صلى الله عليه وسلم بعث سرية إلى أناس من بين كنانة، فأبطأ عليه خبرها، وكان استعمل عليهم المنذر بن عمرو الأنصاري، وكان أحد النقباء؛ فقال المنافقون : إنهم قتلوا؛ فنزلت هذه السورة إخبارا للنبي صلى الله عليه وسلم بسلامتها، وبشارة له بإغارتها على القوم الذين بعث إليهم. وممن قال: إن المراد بالعاديات الخيل، ابن عباس وأنس والحسن ومجاهد. والمراد الخيل التي يغزو عليها المؤمنون .

واعتبر النبي (ﷺ) اللهو بالخيل ؛ كإجرائه ذهاباً وإياباً ؛ وتدريبه على الكرّ والفرّ؛ كل هذا لهوٌ مباحٌ لما يترتب عليه من استعداد للقتال ، وتأهب للجهاد.

أخرج ابن عدي في الكامل عن ابن عمر(رضي الله عنه) قال رسول الله (ﷺ): أَحبُّ اللهو(٢) إلى الله تعالى إجراء الخيل(٣) والرمي .(٤)

قال العلماء : أي مسابقة الفرسان بالأفراس بقصد التأهب للجهاد.(٥)

وكان عمر بن الخطاب(رضي الله عنه) يأمر أصحابه في ذلك بالتخشن في عيشهم لئلا

(١) قال ابن العربي: أقسم الله بمحمد صلى الله عليه وسلم فقال:»يس. والقرآن الحكيم» [يس: ١]، وأقسم بحياته فقال:»لعمرك إنهم لفي سكرتهم يعمهون» [الحجر: ٧٢]، وأقسم بخيله وصهيلها وغبارها، وقدح حوافرها النار من الحجر، فقال: «والعاديات ضبحا».. . الآيات الخمس.

(٢) أي اللعب وهو ترويح النفس

(٣) وقال الراغب: والخيل في الأصل اسم للأفراس والفرسان جميعاً قال الله تعالى {ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم} ويستعمل في كل منهما منفرداً وسميت خيلاً لاختيالها أي إعجابها بنفسها ومن ذكر الجهاد علم أن الكلام في الرجل ، قال الفراء: الخير في كلام العرب والخيل واحد،وواحد الخيل خائل،وقيل لا واحد له

(٤) الجامع الصغير.لجلال الدين السيوطي:المجلد الأول باب حرف الألف. الحديث:٢١٦ التخريج (مفصلا): ابن عدي في الكامل عن ابن عمر

(٥) فيض القدير، شرح الجامع الصغير، للإمام المناوي: الجزء الأول. حرف الهمزة.الحديث رقم:٢١٦

يتنعموا فيركنوا إلى خفض العيش ، ويميلوا إلى الدعة ؛ فيجبنوا ويحتموا عن أعدائهم، فكان يأمرهم بقوله: " اخشوشنوا وتمعددوا[١] وانزُوا على الخيل نَزْوا[٢] واقطعوا الركب وامشوا حفاة "

فضل الخيل (الخيل والخير)

اعلم أخي الفاضل أن في الخيل خيراً كثيرا، ورزقاً وفيراً ، وأجرُها عند الله عظيم؛ وذلك إذا أُعدت وجُهزت لإرهاب أعداء الله تعالى والمعتدين الغاصبين.قال تعالى:{وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدْوَّ اللّهِ وَعَدُوَّكُمْ}[٣]

قال القرطبي في جامعه عن تخصيص الخيل بالذكر في الآية السابقة: إن الخيل لما كانت أصل الحروب وأوزارها التي عقد الخير في نواصيها، وهي أقوى القوة، وأشد العدة، وحصون الفرسان، وبها يجال في الميدان ، خصها بالذكر تشريفا، وأقسم بغبارها تكريما. [٤]

ثم يبين سبحانه أن الخيل كانت ومازالت زينة محببة للنفس لما فيها من عوامل القوة والفتوة والجمال والألفة والمودة ؛ فهي تخطف الألباب وتجذب الانتباه ؛ قال تعالى :{زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاء وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ

---

(١) تَمَعْدَدَ، أي: تَزَيَّا بزيّ مَعَدّ في تَقَشُّفِهِمْ، أو تَنَسَّبَ إليهم، أو تَصَبَّرَ على عَيْشِهِمْ القاموس المحيط الفيروز آبادي باب الدّال. فَصْلُ العَيْن أراد تَشَبَّهوا بعَيْش مَعَدّ بن عدنان. وكانوا أهل غلظ وَقَشف: أي كونوا مثْلَهم ودَعُوا التَّنَعُّم وزِيَّ العَجَم.النهاية فِي غريب الحديث المجلد الرابع. حرف الميم. باب الميم مع العين

(٢) وثَبَ يقال: نَزَوْتُ على الشيء أَنْزُو نَزْواً، إذا وثَبْتَ عليه.

(٣) الأنفال /٦٠

(٤) جـ ٨ سورة الأنفال

وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ[١] وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ}[٢]

ويبين سبحانه ما في هذه المخلوقات من تلبية لحاجات الإنسان الحسية والمعنوية التي تتمثل في الجمال والزينة والاستمتاع برؤيتها؛ قال تعالى :{وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لاَ تَعْلَمُونَ }[٣]

يقول الشهيد سيد قطب رحمه الله تعالى :وهذه اللفتة لها قيمتها في بيان نظرة القرآن ونظرة الإسلام للحياة ؛ فالجمال عنصر أصيل في هذه النظرة ، وليست النعمة هي مجرد تلبية الضرورات من طعام وشراب وركوب ؛ بل تلبية الأشواق الزائدة على الضرورات تلبية حاسة الجمال ووجدان الفرح والشعور الإنساني المرتفع على ميل الحيوان وحاجته .[٤]

يؤكد هذا ما أورده البخاري عن أبي صالح السمان، عن أبي هريرة (رضي الله عنه) أن رسول الله (ﷺ) قال: (الخيل لرجل أجر، ولرجل ستر، وعلى رجل وزر[٥]: فأما الذي له أجر، فرجل ربطها في سبيل الله[٦]، فأطال بها في مرج[٧] أو روضة[٨]، فما أصابت في طيلها[٩] ذلك من المرج أو الروضة كانت له حسنات، ولو أنه انقطع

(١) وأما المسوّمة: فعن ابن عباس رضي الله عنهما المسومة الراعية، والمطهمة الحسان، قال مكحول: المسومة الغرة والتحجيل

(٢) – آل عمران/١٤

(٣)– النحل/٨

(٤) في ظلال القرآن للشهيد سيد قطب ط دار الشروق جـ٤صـ٢١٦١

(٥) (أجر) ثواب. (ستر) لحاله وفقره. (وزر) إثم وثقل.

(٦) (سبيل الله) أعدها للجهاد.

(٧) (فأطال بها في مرج) شدها بحبل طويل، يربط طرفه برجلها والطرف الآخر بوتد وتترك ترعى، وهو الطيل. والمرج الأرض الواسعة ذات الكلأ والماء.

(٨) (روضة) أرض ذات خضرة.

(٩) (في طيلها): الحبل التي تربط به ويطول، لترعى

طيلها، فاستنت[١] شرفا أو شرفين[٢]، كانت آثارها وأرواثها[٣]حسنات له، ولو أنها مرت بنهر فشربت منه، ولم يرد أن يسقي(٤)كان ذلك حسنات له، فهي لذلك أجر.

ورجل ربطها تغنيا وتعففا[٥]، ثم لم ينس حق الله في رقابها[٦]، ولا ظهروها[٧]، فهي لذلك ستر. ورجل ربطها فخرا ورياء[٨] ونواء [٩] لأهل الإسلام ، فهي على ذلك وزر) [١٠].

وقد عقد الإمام البخاري — رحمه الله تعالى – في صحيحه باباً أسماه : باب الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيامة ، وذكر فيه عدة أحاديث منها :

عن عبد الله ابن عمر (رضي الله عنه)قال:قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم):(الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيامة).[١١] وفي رواية عن أنس ابن مالك (رضي الله عنه)قال:قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم):(البركة في نواصي الخيل).[١٢]

وعَنْ جَرِيرِ بْنِ عَبْدِ اللّهِ (رضي الله عنه)قَالَ: رَأَيْتُ رَسُولَ اللّهِ (صلى الله عليه وسلم) يَلْوِي نَاصِيَةَ فَرَسٍ

(١) (فاستنت) أفلتت ومرحت.

(٢)(شرفا) ما ارتفع من الأرض.

(٣) (أرواثها) جمع روث وهو ما تلقيه الدواب من فضلات.

(٤)(ولم يرد أن يسقي)أي لم يقصد سقيها، ومع ذلك يكون له هذا الأجر، فلو قصد هذا لكان أجره أعظم.

(٥) (تغنيا) استغناء عن الناس بطلب نتاجها. (تعففا) عن سؤالهم بما يعمله ويكتسبه على ظهورها.

(٦) (حق الله في رقابها) أي يؤدي زكاتها إن كان أعدها للتجارة.

(٧) (ولا ظهورها) أي لا يحمل عليها فوق ما تطيق، ولا يمتنع عن الإعانة بركوبها، أو الحمل عليها في سبيل الله تعالى وهو الجهاد.

(٨) (فخرا) لأجل التفاخر بها. (رياء) مراءاة للناس.

(٩) (نواء) معاداة.

(١٠) صحيح البخاري الجزء الثاني.٤٧ كتاب المساقاة (الشرب).١٣ باب: شرب الناس وسقي الدواب من الأنهار. الحديث رقم:٢٢٤٢

(١١) صحيح البخاري الجزء الثاني. ٦٠ –كتاب الجهاد والسير. ٤٣ – باب: الخيل معقود في نواصيها الخير إلى يوم القيامة. الحديث رقم: ٢٦٩٤ – أخرجه مسلم في الإمارة، باب: الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيامة، رقم: ١٨٧١.

(١٢) البخاري الجزء الثاني. ٦٠ –كتاب الجهاد والسير. ٤٣ – باب: الخيل معقود في نواصيها الخير إلى يوم القيامة. الحديث رقم:٢٦٩٦ [أخرجه مسلم في الإمارة، باب: الخيل في نواصيها الخير إلى يوم القيامة، رقم: ١٨٧٤.

بإِصْبَعه، وَهُوَ يَقُولُ: ''الْخَيْلُ مَعْقُودٌ (١) بِنَوَاصِيهَا(٢) الْخَيْرُ(٣) إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ: الأَجْرُ وَالْغَنِيمَةُ''.

وعَنْ عُرْوَةَ البَارِقِيّ (رضي الله عنه)(٤)قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللّه (ﷺ): ''الْخَيْرُ مَعْقُوصٌ بِنَوَاصِي الْخَيْلِ» قَالَ فَقِيلَ لَهُ: يَا رَسُولَ اللّه بِمَ ذَاكَ؟ قَالَ: «الأَجْرُ وَالْمَغْنَمُ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ».

قال الإمام القرطبي:وقرن النبي (ﷺ) الخير بنواصي الخيل بقية الدهر لما فيها من الغنيمة المستفادة للكسب والمعاش، وما يوصل إليه من قهر الأعداء وغلب الكفار وإعلاء كلمة الله تعالى.(٥)

قوله (ﷺ): ''الخيل معقود بنواصيها الخير إلى يوم القيامة الأجر والغنيمة'' وفي رواية: ''الخير معقوص بنواصي الخيل'' وفي رواية: ''البركة (٦) في نواصي الخيل». المعقود والمعقوص بمعنى ، ومعناه ملويٌ مضفورٌ فيها، والمراد بالناصية هنا الشعر المسترسل على الجبهة.

قال العلماء: وفي هذه الأحاديث استحباب رباط الخيل واقتنائها للغزو وقتال أعداء الله، وأن فضلها وخيرها والجهاد باق إلى يوم القيامة.

من هنا يمكن القول: إن الخيل نعمة لمن امتطاها أو اقتناها في سبيل الله، ونقمة على من جعلها مفاخرة واقتناها رياء ولم يؤد حق الله تعالى فيها .(٧)

---

(١) (معقود) ملازم لها، كأنه مربوط فيها.

(٢) (نواصيها) جمع ناصية وهي الشعر المسترسل على الجبهة.

(٣) (الخير) العاجل وهو الربح والغنيمة، والآجل وهو الثواب عند الله عز وجل]

(٤) قوله: (عن عروة البارقي) وهو منسوب إلى بارق وهو جبل باليمن تركته الأزد وهم الأسد بإسكان السين فنسبوا إليه،

(٥) الجامع لأحكام القرآن سورة النحل

(٦) (البركة) الزيادة والنماء والخير]

(٧) وأما الحديث الآخر: «الشؤم قد يكون في الفرس» فالمراد به غير الخيل المعدة للغزو ونحوه، أو أن الخير والشؤم يجتمعان فيها، فإنه فسر الخير بالأجر والمغنم، ولا يمتنع مع هذا أن يكون الفرس مما يتشاءم به. قوله: (رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يلوي ناصية فرس بإصبعه) قال القاضي: فيه استحباب خدمة الرجل فرسه المعدة للجهاد.

ولعل هذا التقسيم يزيد الأمر وضوحاً :

قال ابن كثير : وحبُّ الخيل على ثلاثة أقسام:

تارة يربطها أصحابها معدةً لسبيل اللّه؛متى احتاجوا إليها غزوا عليها ، فهؤلاء يثابون.

وتارة تُربط فخراً ونِواء (مفاخرة ومعارضة) لأهل الإسلام فهذه على صاحبها وزر.

وتارة للتعفف واقتناء نسلها ولم ينس حق اللّه في رقابها فهذه لصاحبها ستر [١]

الرسُولُ (ﷺ) يُسَابِقُ بينَ الخيل

روى البخاري ومسلم عن نافع، عن عبد الله بن عمر رضي الله عنهم أن رسول الله (ﷺ) سابق [٢] بين الخيل التي أضمرت[٣] من الحفياء[٤]، وأمدها[٥] ثنية الوداع[٦]، وسابق بين الخيل التي لم تضمر من الثنية إلى مسجد بني زريق (٧)، وأن عبد الله بن عمر كان فيمن سابق بها.[٨] وفي رواية أخرى للبخاري يوضح فيها مسافة هذا السباق ؛ فيذكر عن نافع، عن ابن عمر رضي الله عنهما قال:سابق رسول الله (ﷺ) بين الخيل التي قد أضمرت، فأرسلها من الحفياء، وكان أمدها ثنية الوداع

(١) مختصر تفسير ابن كثير.اختصار الصابوني المجلد الأول. ٣ – سورة آل عمران. الآية:١٤

(٢) (سابق) من المسابقة، وهي السبق الذي يشترك فيه اثنان فأكثر، على جائزة أو بدونها.

(٣) (اضمرت)من الإضمار، والضمور وهو الهزال،والخيل المضمرة هي التي ذهب رهلها فقوي لحمها واشتد جريها. يقال أضمرت وضمرت وهو أن يقلل علفها مدة وتدخل بيتاً كنيناً وتجلل فيه لتعرق ويجف عرقها فيجف لحمها وتقوى على الجري.

(٤) (الحفياء) موضع بقرب المدينة.

(٥) (أمدها) غايتها ونهاية المسافة التي تسابق إليها.

(٦) (ثنية الوداع) الثنية هي الطريق في الجبل، وبين ثنية الوداع وبين الحفياء خمسة أميال أو أكثر. سميت بذلك لأن الخارج من المدينة يمشي معه المودعون إليها.

(٧) (بني زريق) أضيف ألمسجد إليهم إضافة تمييز لا ملك].

(٨) صحيح البخاري، للإمام البخاري: الجزء الأول. ٩ – باب: هل يقال: مسجد بني فلان. وجدت الكلمات في الحديث رقم: ٤١٠ وأخرجه مسلم في الإمارة، باب: المسابقة بين الخيل وتضميرها، رقم: ١٨٧٠.

فقلت[1] لموسى: فكم كان بين ذلك؟ قال: ستة أميال أو سبعة – وسابق بين الخيل التي لم تضمر، فأرسلها من ثنية الوداع، وكان أمدها مسجد بني زريق – قلت: فكم بين ذلك؟ قال: ميل أو نحوه – وكان ابن عمر (رضي الله عنه) ممن سابق فيها.[2]

وفي رواية قَالَ عَبْدُ اللهِ ابن عمر(رضي الله عنه): فَجِئْتُ سَابِقاً. فَطَفّفَ بِي الْفَرَسُ الْمَسْجِدَ.) أي علا ووثب إلى المسجد وكان جداره قصيراً، وهذا بعد مجاوزته الغاية لأن الغاية هي هذا المسجد وهو مسجد بني زريق والله أعلم.[3]

شُرُوطُ السَبَقِ وآدَابُه

قال الإمام النووي — رحمه الله تعالى – :حديث مسابقة النبي (ﷺ) بين الخيل المضمرة وغير المضمرة، وفيه جواز المسابقة بين الخيل وجواز تضميرها، وهما مجمع عليهما للمصلحة في ذلك وتدريب الخيل ورياضتها وتمرنها على الجري ، وإعدادها لذلك لينتفع بها عند الحاجة في القتال كراً وفراً .

واختلف العلماء في أن المسابقة بينها مباحة أم مستحبة، ومذهب أصحابنا أنها مستحبة لما ذكرناه، وأجمع العلماء على جواز المسابقة بغير عوض بين جميع أنواع الخيل قويها مع ضعيفها ، وسابقها مع غيره سواء كان معها ثالث أم لا، فأما المسابقة بعوض فجائزة بالإجماع، لكن يشترط أن يكون العوض من غير المتسابقين أو يكون بينهما ويكون معهما محلل وهو ثالث على فرس مكافئ لفرسيهما، ولا

(١) (فقلت) القائل هو أبو إسحاق أحد رواة الحديث]

(٢) صحيح البخاري الجزء الثاني. ٦٠ –كتاب الجهاد والسير. ٥٨ – باب: غاية السبق للخيل المضمرة.الحديث رقم: ٢٧١٥

(٣) صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب الإمارة. باب المسابقة بين الخيل وتضميرها.

يخرج المحلل من عنده شيئاً ليخرج هذا العقد عن صورة القمار، وليس في هذا الحديث ذكر عوض في المسابقة.(١)

قال القرطبي (رحمه الله) في جامعه : وهذا الحديث مع صحته في هذا الباب تضمن ثلاثة شروط؛ فلا تجوز المسابقة بدونها، وهي:

الأول : أن المسافة لا بد أن تكون معلومة.

الثاني : أن تكون الخيل متساوية الأحوال.

الثالث : ألا يسابق المضمر مع غير المضمر في أمد واحد وغاية واحدة.

والخيل التي يجب أن تضمر ويسابق عليها،وتقام هذه السُّنّة فيها هي الخيل المعدة لجهاد العدو لا لقتال المسلمين في الفتن.

هذا ، وقد وضع النبي(ﷺ) للسَبَق من الشروط والآداب ما يضمن السلامة والأمان للمتسابقين ؛ فعن أبي هُرَيْرَةَ عن النبيّ (ﷺ) قال: ''لا سَبَقَ إلاّ في نَصْلٍ أوْ خُف أوْ حَافِرٍ''.

(لا سَبَق) قال في النهاية: هو بفتح الباء ما يجعل من المال رهناً على المسابقة.

والمعنى لا يحل أخذ المال بالمسابقة (إلا في نصل) أي للسهم(أوخُفٍ)أي للبعير (أو حافر) أي للخيل.

وقال ابن الملك: المراد ذو نصل كالسهم، وذو خف كالإبل والفيل، وذو حافر كالخيل والحمير، أي لا يحل أخذ المال بالمسابقة إلا في أحدها وألحق البعض بها المسابقة بالأقدام .

قال في شرح السنة: ويدخل في معنى الخيل البغال والحمير، وفي معنى الإبل الفيل،

(١) صحيح مسلم بشرح النووي، كتاب الإمارة. باب المسابقة بين الخيل وتضميرها.
(بغل) هو ولد الفرس من الحمار. و (البراذين) جمع برذون وهو غير العربي من الخيل والبغال، من الفصيلة الخيلية، كبير الخلقة، غليظ الأعضاء، قوي الأرجل، ضخم الحوافر]

قيل لأنه أغنى من الإبل في القتال، وألحق بعضهم الشد على الأقدام والمسابقة عليها، وفيه إباحة أخذ المال على المناضلة لمن نضل، وعلى المسابقة على الخيل والإبل لمن سبق، وإليه ذهب جماعة من أهل العلم لأنها عدة لقتال العدو، وفي بذل الجعل عليها ترغيب في الجهاد، قال سعيد بن المسيب: ليس برهان الخيل بأس إذا أدخل فيها محلل، والسباق بالطير والرجل وبالحمام وما يدخل في معناها مما ليس من عدة الحرب ولا من باب القوة على الجهاد، فأخذ المال عليه قمار محظور. وسئل ابن المسيب عن الدحو بالحجارة فقال لا بأس به، يقال فلان يدحو بالحجارة أي يرمي بها..[1]

وفي مسند الإمام أحمد... عن أبي لبيد لمازة بن زبار قال:أرسلت الخيل زمن الحجاج والحكيم بن أيوب أمير على البصرة قال فأتينا الرهان فلما جاءت الخيل قلنا لو ملنا(لو أتينا) إلى أنس بن مالك فسألناه أكنتم تراهنون على عهد رسول الله (ﷺ)فأتيناه وهو في قصره في الزاوية فسألنها فقلنا : يا أبا حمزة أكنتم تراهنون على عهد رسول الله (ﷺ)، أفكان رسول الله (ﷺ) يراهن؟ قال: نعم والله ، لقد راهن رسول الله (ﷺ) على فرس له يقال له شجة فسبق الناس فانتشى لذلك وأعجبه. وفي رواية : فقال نعم لقد راهن على فرس له يقال له سبحة فسبق الناس فهش لذلك وأعجبه.[2]

وفي رواية عن نافع عن ابن عمر (رضي الله عنه) قال: سبق النبي (ﷺ) بين الخيل وأعطى السابق.[3]

وهذا يدل على أن الرسول (ﷺ) لم يكن موقفه من السباق مجرد السماح يه، وإنما الحض عليه، بل وتكريمه للفائز .[4]

---

(١) تحفة الأحوذي، للمباركفوريكتاب الجهاد .١١٣٩ . بابُ مَا جَاء في الرِّهَانِ والسَّبَق .الحديث رقم:١٧٠٣

(٢) مسند الإمام أحمد. المجلد الثالث.مسند أنس بن مالك رضي الله تعالى عنه.

(٣) مسند الإمام أحمد.: المجلد الثاني.(مسند عبد الله بن عمر بن الخطاب رضي الله تعالى عنهما).

(٤) الرياضة والحضارة الإسلامية صـ٩٧

للفَرَسِ سَهمَانِ وَلِصَاحبِهِ سَهْمٌ

ومما يدل على تقدير الإسلام للفرس والفارس أن النبي (ﷺ) جعل للفرس من الغنيمة سهمين أي نصيبين، وللفارس سهماً واحداً، وللراجل الذي يقاتل بدون فرس جعل له سهماً واحدا .

أخرج البخاري – رحمه الله تعالى – عن نافع ، عن ابن عمر رضي الله عنهما أن رسول الله (ﷺ)جعل للفرس سهمين ولصاحبه سهما.(١)

وهذا ما حدث يوم خيبر ويوم حنين ويوم قريظة ... فعَنِ ابْنِ عُمَرَ(رضي الله عنه)أَنَّ النَّبِيَّ (ﷺ)أَسْهَمَ، يَوْمَ خَيْبَرَ، لِلْفَارِسِ ثَلاَثَةَ أَسْهُمٍ: لِلْفَرَسِ سَهْمَانِ، وَلِلْرَّجُلِ سَهْم (٢)

وقد جمع الإمام المنذري في عون المعبود شرح سنن أبي داود ما جاء في هذا الباب ثم قال : وأخرجه البخاري ومسلم والترمذي وابن ماجه. ولفظ الترمذي ومسلم «أن رسول الله (ﷺ)قسم في النفل للفرس سهمين وللراجل سهماً'' ولفظ البخاري ''أن رسول الله (ﷺ) جعل للفرس سهمين ولصاحبه سهماً'' وفي لفظ آخر ''قسم رسول الله (ﷺ) يوم خيبر للفرس سهمين وللراجل سهماً'' قال فسره نافع فقال: إذا كان مع الرجل فرس فله ثلاثة أسهم، فإن لم يكن له فرس فله سهم.

لفظ ابن ماجه «أن النبي (ﷺ)أسهم يوم خيبر للفارس ثلاثة أسهم للفرس سهمان وللرجل سهم'' انتهى كلام المنذري (٣)

وأخرج الطبراني في «معجمه»، والدارقطني في «سننه» عن قيس ابن الربيع عن محمد بن علي عن أبي حازم مولى أبي رهم عن أبي رهم، قال: شهدت أنا، وأخي

---

(١) صحيح البخاري ، الجزء الثاني. ٦٠ – كتاب الجهاد والسير. ٥١ – باب: سهام الفرس. الحديث رقم:٢٧٠٨

(٢) سنن ابن ماجه الجزء الثاني. (٣٦) باب قسمة الغنائم. الحديث رقم: ٢٨٥٤"

(٣) عون المعبود، شرح سنن أبي داوود، للآبادي ٩ – كتاب الجهاد٩٩١ – باب في سهمان الخيل الحديث رقم: ٢٧٣٤

وقال الفقهاء : وإذا حضر الفارس الوقعة وكان معه أكثر من فرس، لا يعطى إلا عن فرس واحد].

خيبر، ومعنا فرسان، فقسم لنا رسول الله (ﷺ) ستة أسهم: للفرسين أربعة أسهم، ولنا سهمين، فبعنا نصيبنا ببكرين.

وعن يحي بن عباد بن عبد الله بن الزبير عن جده،y)) قال: ضرب رسول الله (ﷺ)عام خيبر للزبير ابن العوام بأربعة أسهم: سهم له، وسهم لأمه، وهي صفية بنت عبد المطلب، وسهمين لفرسه.(١)

ومن أصحاب النبي(ﷺ) من لم يكن يجيد رياضة الفروسية ، فشكا إلى رسول الله (ﷺ)فدعا له فثبته الله عزّ وجلّ .

فهذا جرير بن عبد الله (رضي الله عنه)يبرز حكايته مع رياضة الفروسية فيقول: وَلَقَدْ شَكَوْتُ إِلَيْه (ﷺ)أَنّي لاَ أَثْبُتُ عَلَى الْخَيْلِ. فَضَرَبَ (ﷺ)بِيَدِه فِي صَدْرِي وَقَالَ:''اللّهُمّ ثَبّتْهُ وَاجْعَلْهُ هَادِياً مَهْدِيّا''.

لذا كلفه النبي (ﷺ)بمهام الفارس كما ذكر الإمام مسلم عَنْ جَرِيرِ بْنِ عَبْدِ اللّهِ الْبَجَلِيّ. قَالَ: قَالَ لِي رَسُولُ اللّهِ (ﷺ): ''يَا جَرِيرُ أَلاَ تُرِيحُنِي مِنْ ذِي الْخَلَصَة(٢)

(بَيْتِ لِخَثْعَمَ كَانَ يُدْعَى كَعْبَةَ الْيَمَانِيَةِ). قَالَ: فَنَفَرْتُ فِي خَمْسِينَ وَمِائَةِ فَارِسٍ. وَكُنْتُ لاَ أَثْبُتُ عَلَى الْخَيْلِ. فَذَكَرْتُ ذَلِكَ لِرَسُولِ اللّهِ (ﷺ) فَضَرَبَ يَدَهُ فِي صَدْرِي فَقَالَ: ''اللّهُمّ ثَبّتْهُ. وَاجْعَلْهُ هَادِياً مَهْدِيّا''.

قَالَ: فَانْطَلَقَ فَحَرّقَهَا بِالنّارِ. ثُمّ بَعَثَ جَرِيرٌ إِلَى رَسُولِ اللّهِ (ﷺ)رَجُلاً يُبَشّرُهُ. يُكْنَى أَبَا أَرْطَاةَ، مِنّا. فَأَتَى رَسُولَ اللّهِ (ﷺ)فَقَالَ لَهُ: مَا جِئْتُكَ حَتّى تَرَكْنَاهَا كَأَنّهَا

(١) نصب الراية، للزيلعي : الجزء الثالث. كتاب السير. فصل في كيفية القسمة.الحديث العاشر
وفي رواية أن ذلك كان يوم بدر وعن عبد الله بن الزبير عن الزبير، قال: أعطاني رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم بدر أربعة أسهم: سهمين لفرسي، وسهماً لي، وسهماً لأمي من ذوي القربى .نصب الراية
(٢) (ذي الخلصة) بيت أصنام كانت تعبدها دوس وخثعم وبجيلة ومن كان ببلادهم.

جَمَلٌ أَجْرَبُ. فَبَرّكَ رَسُولُ اللهِ (ﷺ) عَلَى خَيْلٍ أَحْمَسَ [1]وَرِجَالِهَا، خَمْسَ مَرّاتٍ. وقَالَ فِي حَدِيثِ مَرْوَانَ: فَجَاءَ بَشِيرُ جَرِيرٍ، أَبُو أَرْطَاةَ، حُصَيْنُ بْنُ رَبِيعَةَ، يُبَشّرُ النّبِيّ (ﷺ) .[2]

(١) (أحمس)قبيلة من العرب

(٢) صحيح مسلم بشرح النووي كتاب الفضائل. باب من فضائل جرير بن عبد اللّه، رضي اللّهُ تعالى عنه.وكان النبي يحبه ويدنيه منه . والبخاري االجزء الثاني. ٦٠ – كتاب الجهاد والسير. ١٥١ باب: حرق الدور والنخيل. الحديث رقم: ٢٨٥٧

وأخرجه مسلم في فضائل الصحابة، باب: من فضائل جرير بن عبد الله رضي الله عنه، رقم: ٢٤٧٦.

ذكر مسلم عَنْ جَرِيرٍ قَالَ: مَا حَجَبَنِي رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم مُنْذُ أَسْلَمْتُ. وَلاَ رَآنِي إِلاّ تَبَسّمَ فِي وَجْهِي.

رِيَاضَةُ العَدْو (اختِرَاقُ الضَّاحِيَة)

لقد تحدث القرآن الكريم عن السبق عند حديثه عن يوسف (عليه السلام) وإخوته فقال سبحانه: {وَجَاؤُواْ أَبَاهُمْ عِشَاء يَبْكُونَ * قَالُواْ يَا أَبَانَا إِنَّا ذَهَبْنَا نَسْتَبِقُ وَتَرَكْنَا يُوسُفَ عِندَ مَتَاعِنَا فَأَكَلَهُ الذِّئْبُ وَمَا أَنتَ بِمُؤْمِنٍ لَّنَا وَلَوْ كُنَّا صَادِقِينَ }(٣)

اختلف المفسرون في المراد بـ (نَسْتَبِقُ) هل هو الرمي بالسهام، أم العدو (الجري)، أم السباق بالخيل، قال القرطبي: قوله تعالى: «نستبق» نفتعل، من المسابقة.

وقيل: أي ننتضل؛ وهو نوع من المسابقة . قاله الزجاج.

وقال الأزهري: النضال في السهام، والرهان في الخيل، والمسابقة تجمعهما.

قال القشيري أبو نصر: «نستبق» أي في الرمي، أو على الفرس ؛ أو على الأقدام؛ والغرض من المسابقة على الأقدام تدريب النفس على العدو ، لأنه الآلة في قتال العدو ، ودفع الذئب عن الأغنام .

وقال السدي وابن حبان: «نستبق» نشتد جريا لنرى أينا أسبق.

قال ابن العربي: المسابقة شرعة في الشريعة، وخصلة بديعة، وعون على الحرب؛ وقد فعلها صلى الله عليه وسلم بنفسه وبخيله، وسابق عائشة (رضي الله عنها) على قدميه (٤)

ويحكي لنا سلمة بن الأكوع (رضي الله عنه) ماكان من حال رسول الله (صلى الله عليه وسلم) وأصحابه عندما يكونون في سفر أو في غزوة ماذا كانوا يفعلون ؛ فعند عودتهم من الحديبية وهم في طريقهم إلى المدينة يقول سلمة بن الأكوع : ثُمّ أَرْدَفَنِي رَسُولُ اللّه (صلى الله عليه وسلم)وَرَاءَهُ عَلَى الْعَضْبَاء. رَاجِعِينَ إِلَى الْمَدِينَة. قَالَ: فَبَيْنَمَا نَحْنُ نَسِيرُ. قَالَ: وَكَانَ رَجُلٌ مِنَ الأَنْصَارِ لاَ يُسْبَقُ شَدّاً، قَالَ: فَجَعَلَ يَقُولُ: أَلاَ مُسَابِقٌ إِلَى الْمَدِينَةِ؟ هَلْ مِنْ مُسَابِق؟

(٣) سورة يوسف/١٦/١٧

(٤) الجامع لأحكام القرآن، للإمام القرطبي في: الجزء ٩سورة يوسف الآية: ١٧

فَجَعَلَ يُعيدُ ذَلكَ. قَالَ: فَلَمّا سَمِعْتُ كَلاَمَهُ قُلْتُ: أَمَا تُكْرِمُ كَرِيماً، وَلاَ تَهَابُ شَرِيفاً؟ قَالَ: لاَ. إلاّ أَنْ يَكُونَ رَسُولُ اللّه (ﷺ). قَالَ قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللّه بأَبِي وَأُمّي ذَرْنِي فَلأَسَابقَ الرّجُلَ. قَالَ: ''إنْ شئْتَ'' قَالَ قُلْتُ: اذْهَبْ إلَيْكَ. وَثَنَيْتُ رِجلَيّ فَطَفَرْتُ فَعَدَوْتُ. قَالَ: فَرَبَطْتُ عَلَيْه شَرَفاً أَوْ شَرَفَيْن أَسْتَبْقي نَفَسي. ثُمّ عَدَوْتُ في إثْره. فَرَبَطْتُ عَلَيْه شَرَفاً أَوْ شَرَفَيْن.ثُمّ إنّي رَفَعْتُ حَتّىَ أَلْحَقَهُ. قَالَ: فَأَصُكّهُ بَيْنَ كَتفَيْه. قَالَ قُلْتُ: قَدْ سُبقْتَ وَاللّه. قَالَ: أَنَا أَظُنّ .قَالَ : فَسَبَقْتُهُ إلَى الْمَدينَة.قَالَ: فَوَاللّه مَا لَبثْنَا إلاّ ثَلاَثَ لَيَال حَتّىَ خَرَجْنَا إلَى خَيْبَرَ مَعَ رَسُول اللّه (ﷺ).[1]

قال الإمام النووي معلقاً على هذا الحديث :وأعلم أن في هذا الحديث أنواعاً من العلم سوى ما سبق التنبيه عليه ، منها بعث الطلائع وجواز المسابقة على الأرجل بلا عوض ، وفضيلة الشجاعة والقوة، ومنها مناقب سلمة بن الأكوع(رضي الله عنه) ، ومنها جواز الثناء على من فعل جميلاً واستحباب ذلك إذا ترتب عليه مصلحة .[2]

***

(١) صحيح مسلم بشرح النووي: كتاب الجهاد والسير. باب غزوة ذي قرد وغيرها.
(٢) المرجع السابق .

رِيَاضَةُ الصَّيد

كان العرب ـ ولا زالوا ـ يهتمون برياضة الصيد ؛ باعتبارها رياضة مواجهة المتاعب، والتغلب على المخاطر ، ثم إنها تفيد الإنسان في معاشه مباشرة ، من طعام وغذاء، و من مكسب مادي يحصّله من وراء صيده الثمين .

والصيدُ ثابتٌ بالكتاب والسنة:

فأما الكتاب فجاء قولُ الله عزّ وجلّ :{يَا أَيُّهَا الَّذينَ آمَنُواْ لَيَبْلُوَنَّكُمُ اللّهُ بِشَيْءٍ مِّنَ الصَّيْدِ تَنَالُهُ أَيْديكُمْ وَرِمَاحُكُمْ لِيَعْلَمَ اللّهُ مَن يَخَافُهُ بِالْغَيْبِ فَمَنِ اعْتَدَى بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ * يَا أَيُّهَا الَّذينَ آمَنُواْ لاَ تَقْتُلُواْ الصَّيْدَ وَأَنتُمْ حُرُمٌ.... }(١) وقال تعالى: {وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا }(٢)

فالأمر في الآية الكريمة بالاصطياد يفيد حل الصيد.

قوله جل ثناؤه: { وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا } أي إذا تحللتم من إحرامكم جاز لكم أن تصطادوا ما شئتم مما أنعم الله به عليكم، فلا حرج عليكم في اصطياده، واصطادوا إن شئتم حينئذ، والأمر هنا للإباحة.

ويبين سبحانه ما يحل لهذه الأمة من طعام وغذاء، ومنها بطبيعة الحال الصيد الذي يقتنصه الصائد، فيقول جلّ ثناؤه:{يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمُ الطَّيِّبَاتُ وَمَا عَلَّمْتُم مِّنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تُعَلِّمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللّهُ فَكُلُواْ مِمَّا أَمْسَكْنَ عَلَيْكُمْ وَاذْكُرُواْ اسْمَ اللّهِ عَلَيْهِ وَاتَّقُواْ اللّهَ إِنَّ اللّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ}(٣)

والآية نزلت بسبب عدي بن حاتم ، وزيد بن مهلهل (رضي الله عنهما) وهو

(١) المائدة/٩٤
(٢) المائدة /٢
(٣) المائدة /٤٠

زيد الخيل الذي سماه رسول الله (ﷺ) زيد الخير؛ قالا: يا رسول الله، إنا قومٌ نصيد بالكلاب والبزاة ، وإن الكلاب تأخذ البقر والحمر والظباء ، فمنه ما ندرك ذكاته، ومنه ما تقتله فلا ندرك ذكاته، وقد حرم الله الميتة؛ فماذا يحل لنا ؟ فنزلت الآية[١].

ونلاحظ من لطائف التعبير القرآني أن الجوارح وهي غير عاقلة عبر عنها بضمير العقلاء ي قوله تعالى ولم يقل (تعلمونها)و(أمسكت عليكم) كما هو الشأن في خطاب غير العاقل وذلك أنها حين دربت واستجابت إلى ما دربت عليه كانت أهلاً لأن تتسم بسمة أصحاب العقول) فخوطبت خطاب العقلاء [٢]

ولما رأى النبي (ﷺ) من عدي حِرْصَه الشديد على ممارسة الصيد ، وحرصه على تحري كسب الحلال في مطعمه وغذائه ؛ أسدَى له هذه النصائح ؛ فعَنْ عَدِيّ بن حاتم رضي اللّهُ عنْهُ قالَ: قال لي رسولُ الله (ﷺ):

«إذا أَرْسَلْت كَلْبك فاذكر اسمَ اللّه عليه ،

فإنْ أَمْسَكَ عليكَ فأَدْرَكْتَهُ حَيّاً فاذْبحهُ،

وإنْ أَدْرَكْتهُ قد قَتَلَ ولم يأكلْ منْهُ فَكُلْهُ،

وإنْ وجدْتَ مَعَ كَلْبك كَلْباً غَيْرَهُ وَقَد قَتَلَ فلا تأكُلْ، فإنك لا تدري أَيُهُما قَتَلَهُ،

وإنْ رَمَيْتَ سهمك فاذْكر اسم الله، فإن غاب عنك يوْماً فَلمْ تجدْ فيه إلا أَثَرَ سهمك فكُل إن شئت، وإن وَجَدتَهُ غريقاً في الماءِ فلا تأكلْ» [٣]

ويوضح لنا صاحب سبل السلام ما في الحديث من مسائل فيقول – رحمه الله – :

المسألة الأولى: أنه لا يحل صيد الكلب إلا إذا أرسله صاحبه ؛ فلو استرسل بنفسه

(١) الجامع لأحكام القرآن، للإمام القرطبي: الجزء ٦ سورة المائدة.الآية: ٤

(٢) التفسير القرآني للقرآن عبدالكريم الخطيب صـ ١٠٣٧

(٣) صحيح البخاري، الجزء الرابع. ٨ – باب: الصيد إذا غاب عنه يومين أو ثلاثة.الحديث رقم: ٥١٦٧
صحيح مسلم بشرح النووي،:كتاب الصيد والذبائح وما يؤكل من الحيوان. باب الصيد بالكلاب المعلّمة.
صحيح مسلم: الجزء الثالث. ١ – باب الصيد بالكلاب المعلمة. الحديث رقم (١٩٢٩)

لم يحل ما يصيده عند الجمهور، والدليل قوله (ﷺ): ''إذا أرسلت'' فمفهوم الشرط أن غير المرسل ليس كذلك.

المسألة الثانية: في قوله: «فاذكر اسم الله عليه» هذا مأخوذ من قولهِ تعالى: {واذكروا اسم الله عليه} فإن ضمير «عليه» يعود إلى ما أمسكن ؛ يعني : وسموا عليه إذا أدركتم ذكاته ، أو إلى ما علمتم من الجوارح أي سموا عليه عند إرساله كما أفاده الكشاف.

وكذلك قوله: ''إن رميت فاذكر اسم الله'' دليل على اشتراط التسمية عند الرمي، وظاهر الكتاب والسنّة وجوب التسمية[١]

المقصود بقوله تعالى: (مُكَلِّبِينَ)

ومن قال: إن المراد بقوله تعالى: { وَمَا عَلَّمْتُم مِّنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ [٢]}[٣] الكلاب خاصة، وأن ما سوى ذلك لا يصح الصيد به؛ رُدَّ عليهم بحديث عدي بن حاتم ، قال: سألت رسول الله (ﷺ)عن صيد البازي [٤]، فقال: «ما أمسك عليك فكل»[٥]

(١) سبل السلام ، شرح بلوغ المرام، للصنعاني كتاب الأطعمة.باب الصيد والذبائح

(٢) فقوله: {مكلبين} صفة للقانص، وإن صاد بغير الكلاب في بعض أحيانه،والجوارح الكواسب، وسميت أعضاء الإنسان جوارح لأنها تكسب وتتصرف ؛عن الحسن قال: كل ما علم فصاد: من كلب، أو صقر، أو فهد، أو غيره.

عن ابن عباس يعني بالجوارح: الكلاب الضواري والفهود والصقور وأشباهها

عن ابن طاوس، عن أبيه قال: من الكلاب وغيرها، من الصقور والبيزان وأشباه ذلك مما يعلم.

عن ابن عمر، قال: أما ما صاد من الطير والبزاة من الطير، فما أدركت فهو لك، وإلا فلا تطعمه.

وأولى القولين بتأويل الآية، قول من قال: كل ما صاد من الطير والسباع فمن الجوارح، وإن صيد جميع ذلك حلال إذا صاد بعد التعليم، لأن الله جل ثناؤه عم بقوله: {وما علمتم من الجوارح مكلبين} كل جارحة، ولم يخصص منها شيئا، فكل جارحة كانت بالصفة التي وصف الله من كل طائر وسبع فحلال أكل صيدها.

(٣) الآية/ ٤ من سورة المائدة

(٤) البَازِي واحد البُزَاة التي تصيد قال في القاموس: البازي ضرب من الصقور وقال فيه: الصقر كل شيء يصيد من البزاة والشواهين. قال أبو داود في سننه بعد رواية حديث الباب: الباز إذا أكل فلا بأس به، والكلب إذا أكل كره وإن شرب الدم فلا بأس تحفة الأحوذي، للمباركفوري١٧ .كتاب الصَّيْد ٩٩١ . باب ما جاءَ في صَيْد الْبُزَاة. الحديث رقم: ١٤٦٩

(٥) سنن الترمذي (وشرح العلل)، للإمام الترمذي : المجلَّد الثالث. أبوابُ الصَّيد [؟؟عَن رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيهِ وسَلَّم]. ٣ – بابٌ في صيدِ البُزاة. الحديث: ١٤٩٣

قال الإمام الطبري: فأباح صيد البازي وجعله من الجوارح ؛ فإن ظن ظان أن في قوله {مكلبين} دلالة على أن الجوارح التي ذكرت في قوله: {وما علمتم من الجوارح}هي الكلاب خاصة، فقد ظن غير الصواب، وذلك أن معنى الآية: قل أحل لكم أيها الناس في حال مصيركم أصحاب كلاب الطيبات وصيد ما علمتموه الصيد من كواسب السباع والطير. (١)

وجاء في صحيح البخاري ؛ قال ابن عباس(رضي الله عنه): إن أكل الكلب فقد أفسده، إنما أمسك على نفسه، والله يقول: {تعلمونهنَّ مما علمكم الله}. فتُضرب وتُعلَّم حتى تترك.

وقال عطاء: إن شرب الدم ولم يأكل فكل. (وما علمتم ..) أحل لكم ما اصطدتموه بالحيوانات الجارحة المعلمة. والجوارح: كل ذي ناب من السباع وذي مخلب – ظفر – من الطير . (مكلبين) مروضين ومؤدبين، مأخوذ من الكلب لأن التأديب للصيد أكثر ما يكون في الكلاب.(٢)

أما السنة فجاءت حافلة بالحديث عن الصيد والصائدين .

منها ما رواه البخاري ومسلم أنّ أَبَا ثَعْلَبَةَ الْخُشَنِيّ (رضي الله عنه) يَقُولُ: أَتَيْتُ رَسُولَ اللّهِ (صلى الله عليه وسلم)فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللّهِ إنّا بِأَرْضِ قَوْمٍ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ. نَأْكُلُ فِي آنِيَتِهِمْ. وَأَرْضِ صَيْدٍ أَصِيدُ بِقَوْسِي، وَأَصِيدُ بِكَلْبِيَ الْمُعَلّمِ. أَوْ بِكَلْبِيَ الّذِي لَيْسَ بِمُعَلّمٍ. فَأَخْبِرْنِي مَا الّذِي يَحِلّ لَنَا مِنْ ذَلِكَ؟

قَالَ: ''أَمّا مَا ذَكَرْتَ أَنّكُمْ بِأَرْضِ قَوْمٍ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ، تَأْكُلُونَ فِي آنِيَتِهِمْ. فَإِنْ وَجَدْتُمْ غَيْرَ آنِيَتِهِمْ، فَلاَ تَأْكُلُوا فِيهَا. وَإِنْ لَمْ تَجِدُوا، فَاغْسِلُوهَا ثُمّ كُلُوا فِيهَا.

وَأَمّا مَا ذَكَرْتَ أَنّكَ بِأَرْضِ صَيْدٍ، فَمَا أَصَبْتَ بِقَوْسِكَ فَاذْكُرِ اسْمَ اللّهِ ثُمّ كُلْ. وَمَا

(١)) بتصرف:جامع البيان عن تأويل آي القرآن للإمام الطبري الجزء السادس سورة المائد ة في تأويل الآية/ ٤٠

(٢) صحيح البخاري : الجزء الرابع. ٧ – باب: إذا أكل الكلب.

أَصَبْتَ بِكَلْبِكَ الْمُعَلّم فَاذْكُرِ اسْمَ اللهِ ثُمّ كُلْ. وَمَا أَصَبْتَ بِكَلْبِكَ الّذِي لَيْسَ بِمُعَلّمٍ فَأَدْرَكْتَ ذَكَاتَهُ، فَكُلْ''.(١).

عن عدي بن حاتم قال: قلت: يا رسول الله، إني أرسل كلبي(٢) وأسمّي، فقال النبي (ﷺ): (إذا أرسلت كلبك وسمَّيت، فأخذ فقتل فأكل فلا تأكل، فإنما أمسك على نفسه). قلت: إني أرسل كلبي فأجد معه كلباً آخر، لا أدري أيهما أخذه؟ فقال: (لا تأكل، فإنما سمَّيت على كلبك ولم تُسمّ على غيره، وسألته عن صيد المعراض(٣)، فقال: (إذا أصبت بحدّه فكل، وإذا أصبتَ بعرضه فقتل فإنه وقيذ (٤)، فلا تأكل).

وهذا نموذج لأحد أبطال الصيد على عهد رسول الله (ﷺ) فعن أبي صالح مولى التوأمة(٥): سمعت أبا قتادة قال:كنت مع النبي (ﷺ)فيما بين مكة والمدينة وهم محرمون، وأنا رجل حِلٌّ (٦) على فرس، وكنت رقَّاء على الجبال، فبينا أنا على ذلك، إذ رأيت الناس متشوِّفين لشيء، فذهبت أنظر، فإذا هو حمار وحش، فقلت لهم : ما هذا؟ قالوا : لا ندري، قلت : هو حمار وحشي، فقالوا: هو ما رأيت، وكنت نسيت

(١) صحيح البخاري،: الجزء الرابع. باب: ما جاء في التَّصَيُّدِ.الحديث رقم: ٥١٧٠ و ٩ – باب إذا وجد مع الصيد كلباً آخر
صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب الصيد والذبائح وما يؤكل من الحيوان. باب الصيد بالكلاب المعلّمة
(٢) ذكر القرطبي رحمه الله تعالى في تفسيره.: وقد ذكر بعض من صنف في أحكام القرآن أن الآية تدل على أن الإباحة تتناول ما علمناه من الجوارح، وهو ينتظم الكلب وسائر جوارح الطير، وذلك يوجب إباحة سائر وجوه الانتفاع، فدل على جواز بيع الكلب والجوارح والانتفاع بها بسائر وجوه المنافع إلا ما خصه الدليل، وهو الأكل من الجوارح أي الكواسب من الكلاب وسباع الطير؛ وكان لعدي كلاب خمسة قد سماها بأسماء أعلام، وكان أسماء أكلبه سلهب وغلاب والمختلس والمتناعس، قال السهيلي: وخامس أشك، قال فيه أخْطَب، أو قال فيه وثاب (.جـ٦صـ٦٦)
(٣) المعراض بكسر الميم وبالعين المهملة وهي خشبة ثقيلة أو عصا في طرفها حديدة وقد تكون بغير حديدة وقيل: هو عود دقيق الطرفين غليظ الوسط، إذا رمي به ذهب مستويا. وإنما يصيب بعرضه دون حده.
(٤) (وقيذ) أي الموقوذة ، وهو المقتول بشيء غير محدد كالخشب والعصا ونحوه
(٥) التوأمة بنت أمية بن خلف الجمحية هي مولاة صالح بن أبي صالح مولى التوأمة قيل لها ذلك لأنها ولدت مع أخت لها في بطن وقال بن سعد أمها ليلى بنت حبيب التميمية
(٦) غير محرم بحج أو عمرة

سوطي، فقلت لهم: ناولوني سوطي ، فقالوا : لا نعينك عليه(١)، فنزلت فأخذته، ثم ضربت في أثره، فلم يكن إلا ذاك حتى عقرته، فأتيت إليهم، فقلت لهم: قوموا فاحتملوا، قالوا: لا نمسُّه، فحملته حتى جئتهم به، فأبى بعضهم، وأكل بعضهم، فقلت: أنا أستوقف لكم النبي (ﷺ)، فأدركته فحدثته الحديث، فقال لي: (أبقي معكم شيء منه). قلت: نعم، فقال: (كلوا، فهو طُعْمٌ أطعمكموها الله).

ذلك بعض ما ورد في السنة الكريمة في شأن الصيد ؛ وهو كما ترى يشير إلى اهتمام الإسلام بمصدريه – القرآن والسنة — بهذه الرياضة التي احترفها العرب منذ زمن طويل .

وقد وضع العلماء شروطاً لممارسة هذا النوع من الرياضة ، وهي مفصلة في المذاهب الفقهية، ولكني أذكر هنا رأي الحنابلة ؛ قالوا: الجوارح نوعان:

أحدهما: ما يصيد بنابه كالكلب والفهد وكل ما أمكن الاصطياد به.

ثانيهما: ذو المخلب – بكسر الميم – كالبازي والصقر والعقاب والشاهين وغيرها، ويشترط في إباحة الصيد بالنوعين كونها متعلمة، كما قال تعالى: {وما علمتم من الجوارح مكلبين تعلمونهن مما علمكم الله، فكلوا مما أمسكن عليكم}

وتعليم النوع الأول منها أي الكلب وغيره يكون بثلاثة أشياء:

الأول: أن يطيع صاحبه إذا أرسله،

والثاني: أن ينزجر إذا زجره صاحبه، سواء في حال مشاهدته الصيد أولا.

الثالث: أن لا يأكل مما يصيد. على أن هذه الشروط إنما هي في الكلب خاصة، أما الفهد وغيره فيكفي فيه ترك الأكل لتعذر انزجاره بزجر صاحبه، ولا يلزم تكرار ترك الأكل، بل يجزئ تركه مرة واحدة، فإذا تناول من صيد فيحرم أكل هذا الصيد الذي تناول منه، ولا يخرج بذلك عن كونه متعلماً، فلو اصطاد بعدها ولم يأكل حل

(١) لأنهم محرمون بحج أو عمرة ، وهذا ممنوع عليهم .

صيده. وإن شرب الكلب دم الصيد ولم يأكل منه فلا يحرم.

أما تعليم النوع الثاني فهو بأمرين :

أحدهما: أن يطيع إذا أرسل، ويرجع إذا دعي ؛ أما ترك الأكل فليس شرطاً في حقه، فما اصطاده حلال ولو أكل منه ، ويشترط في ذي المخلب أن يجرح الصيد فلو قتله بعد رميه أو خنقه لم يبح.

وهم يقولون بحرمة صيد الكلب الأسود البهيم ،كما يحرم اقتناؤه لحديث صحيح [1] عملوا بظاهره كما لا يحل صيد الخنزير [2]

وتنقسم آلة الصيد إلى قسمين: جماد، وحيوان.

فالأولى: كالرمح والسيف والسهم يرمي به الصائد صيده لقوله تعالى: {تناله أيديكم ورماحكم} .

والثاني: الجوارح ؛ وهي كلاب الصيد ونحوها من الحيوانات المفترسة كالنمر والفهد والأسد إذا تعلمت الصيد، ومثلها سباع الطير كالشواهين.

فأما القسم الأول فإنه يشترط له شروط: منها أن يصيب الحيوان بحده أو بنصله، فإذا رماه بسكين أو سيف أو حربة أو سهم فأصابه بحدها أو نصلها فقتله فإنه يحل، أما إذا أصابه بعرضها فقتله ثقلها ، ولم يدركه حياً ويذبحه فإنه لا يحل، ومثل ذلك ما إذا رماه بعصا أو خشبة أو حجر لاحدَّ له فأماته فإنه لا يحل، وكذلك إذا نصب له شبكة أو شركاً فاختنق بها ومات قبل أن يذبحه فإنه لا يحل، وكذا إذا رماه برصاص البنادق أو رشها فأماته فإنه لا يحل.

المالكية – قالوا: إنه لم يوجد نص من المتقدمين في الصيد برصاص البنادق ولكن

---

(١)عنْ عَبْد الله بن مُغَفّل قال قال رَسُولُ الله (ﷺ):"لَوْلاَ أنّ الْكِلاَبَ أُمّةٌ مِنَ الأُمَم لأمَرْتُ بِقَتْلِهَا فَاقْتُلُوا مِنْهَا الأَسْوَدَ الْبَهِيمَ». عونُ المعبود، شرح سنن أبي داوود، للآبادي ١١– كتاب الصيد. ١٠٤١ –باب اتخاذ الكلب للصيد وغيره. الحديث رقم: ٢٨٤٣

(٢) الفقه على المذاهب الأربعة لعبد الرحمن الجزيري: الجزء الثاني كتاب الحظر والإباحة مباحث الصيد والذبائح.

كثيراً من المتأخرين يوثق بهم قالوا: يحل أكل ما يصطاد به ويميته لأنه يريق الدم ويسرع في القتل أكثر من غيره، والغرض من الذكاة الشرعية إنما هو الإجهاز السريع على الحيوان كي يستريح من التعذيب؛ فكلما كان أسرع في الإجهاز عليه كان استعماله أحسن، ولا يشترط أن يكون الجرح بالشق بل يصح أن يكون بالخرق أيضاً[1].

***

(١) الفقه على المذاهب الأربعةلعبد الرحمن الجزيري: الجزء الثاني. كتاب الحظر والإباحة. مباحث الصيد والذبائح. شروطه. الشروط المتعلقة بآلة الصيد.

رِيَاضَةُ الْمُصَارَعَة

مما لاشك فيه أن رياضة المصارعة من الرياضات التي تبني الجسم والعقل معاً، وتعطي صاحبها مهارة فائقة ومرونة تامة؛ ولا حرج في ذلك فقد حرص النبي(ﷺ) وأصحابه(رضي الله عنهم) على ممارستها قبل البعثة وبعدها ، وفي ذلك وردت الآثار والأحاديث التي تدعو الشباب إلى بناء أجسادهم وعقولهم معاً من خلال هذه اللعبة؛ فإن الجسم السليم فيه عقل سليم .

ولما تمثله المصارعة من أهمية في حياة المسلمين ؛ نجد واحداً من كبار العلماء في علوم الحديث يؤلف رسالة يسميها(المسارعة إلى المصارعة) يجمع فيها ما ورد عن رسول الله (ﷺ) من أحاديث تدعو إلى ممارسة رياضة المصارعة ؛ ذكر صاحب كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون كتاباً بعنوان :المسارعة إلى المصارعة رسالة لجلال الدين السيوطي. ذكرها في: (فهرست مؤلفاته).في: فن الحديث.[1]

وذكر ابن كثير في تفسير قوله تعالى (عليها تسعة عشر) قال : وقد قيل: إن (أبا الأشدين) قال: يا معشر قريش اكفوني منهم اثنين ، وأنا أكفيكم منهم سبعة عشر؛ إعجاباً منه بنفسه ، وكان قد بلغ من القوة فيما يزعمون أنه كان يقف على جلد البقرة، ويجاذبه عشرة لينزعوه من تحت قدميه، فيتمزق الجلد ، ولا يتزحزح عنه، قال السهيلي: وهو الذي دعا رسول الله (ﷺ)إلى مصارعته ، وقال: إن صرعتني آمنت بك ، فصرعه النبي (ﷺ) مراراً فلم يؤمن (نسب ابن اسحاق خبر المصارعة إلى

(١) كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون، لحاجي خليفة: باب الميم. المسارعة، إلى المصارعة.

ركانة بن عبد يزيد [١]، قال ابن كثير ولا منافاة بين ما ذكراه والله أعلم [٢]

قال ابن حجر في الإصابة : إن قصة المصارعة مشهورة لركانة بن عبد يزيد وقد أورده الترمذي وابن قانع وغيرهما[٣]

وروى عبد الرزاق عن معمر عن يزيد ابن أبي زياد قال : صارع النبي صلى الله عليه وآله وسلم أبا ركانة في الجاهلية ؛ وكان شديدا ، فقال : شاة بشاة ؛ فصرعه النبي صلى الله عليه وآله وسلم ؛ فقال : عاودني في أخرى ؛ فصرعه النبي صلى الله عليه وآله وسلم ؛ فقال: عاودني ؛ فصرعه صلى الله عليه وآله وسلم الثالثة فقال أبو ركانة : ماذا أقول لأهلي ، شاة أكلها الذئب ، وشاة نشزت، فما أقول في الثالثة؟! فقال النبي صلى الله عليه وآله وسلم : ما كنا لنجمع عليك أن نصرعك فنغرمك خذ غنمك .

وفي رواية لأبي داود في المراسيل عن سعيد بن جبير قال : فصارعه فصرعه فأخذ الشاة فقال ركانة : هل لك في العود ؟ ففعل ذلك مرارا ؛ فقال يا محمد : ما وضع جنبي أحد إلى الأرض ، وما أنت بالذي تصرعني ؛ فأسلم ورد النبي (ﷺ) عليه غنمه.[٤] [٥]

---

(١) (رُكَانة) بضم أوله وتخفيف الكاف بن عبد يزيد بن هاشم بن عبد المطلب بن عبد مناف المطلبي من مسلمة الفتح ثم نزل المدينة ومات في أول خلافه معاوية)
نقلاً عن : تحفة الأحوذي للمباركفوري: ٢٣ .كتاب اللباس ١١٩٧ . باب العمائم على القلانس الحديث رقم: ١٧٨٨

(٢) مختصر تفسير ابن كثير. اختصار الصابوني: المجلد الثالث– سورة المدثر. الآية٣١ –

(٣) الإصابة، لابن حجر الجزء الثاني. حرف الراء [ص:٤٣٣]. القسم الرابع [فيمن ذكر في كتب الصحابة غلطا] [ص:٥١٧].
الراء بعدها الكاف. الفصل:٢٧٧١ و [ص:٤٣٣]. القسم الأول [من ذُكِرَ له صحبة، وبيان ذلك]. الراء بعدها الكاف. الفصل ٢٦٩١

(٤) قال الحافظ إسناده صحيح إلى سعيد بن جبير إلا أن سعيدا لم يدرك ركانة. قال البيهقي وروى موصولا وفي كتاب السبق لأبي الشيخ من رواية عبيد الله بن يزيد المصري عن حماد عن عمرو بن دينار عن سعيد بن جبير عن ابن عباس مطولا.

(٥) نيل الأوطار للإمام الشوكاني الجزء الثامن. كتاب الجهاد والسير أبواب السبق والرمي. باب ما جاء في المسابقة على الأقدام والمصارعة واللعب بالحراب وغير ذلك

وفي هذه الأحاديث عدة فوائد:

في ذلك دليل على جواز المصارعة بين المسلم والكافر ، وهكذا بين المسلمين ولا سيما إذا كان المراد منها التدرب على الجهاد والاستعداد للقتال ، أوكان يرجو حصول خصلة من خصال الخير بذلك ، أو كسر ثورة كبر متكبر ، أو وضع مترفع بإظهار الغلبة له ، وكما رُوى من مصارعته (صلى اللّه عليه وآله وسلم) ركانة .

وحرصاً من النبي (ﷺ) على ألا تأخذ هذه الرياضة طريقاً غير الحق ؛ نجد أن النبي(ﷺ) يدعو أصحابه إلى إعمال عقولهم عندما يدعو داعي الغضب ، وعند مواجهة المشاكل والأزمات ؛ فلا ينفعل الإنسان أو يقع في قبضة شيطان فيندم على ما كان .

عن الْحارث بن سُوَيْد عن عَبْد الله (رضي الله عنه) قالَ : قالَ رَسُولُ الله (ﷺ): ''مَا تَعُدّونَ الصّرَعَةَ [1] فِيكُم؟ قالُوا: الّذي لا يَصْرِعُهُ الرّجَالُ. قالَ: لاَ وَلكِنّهُ الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ»[2]

ولهذا قال النبي (ﷺ) للذي قال له أوصني: ''لا تَغْضَبْ'' فردّد مِراراً، قال: ''لا تَغْضَبْ'' [3] فلم يزده في الوصية على لا تغضب مع تكراره الطلب ، وهذا دليل ظاهر في عظم مفسدة الغضب وما ينشأ عنه ، وفي رواية أنه (ﷺ)قال في الذي اشتد غضبه: ''إني لأعرف كلمة لو قالها لذهب عنه الذي يجد أعوذ بالله من الشيطان الرجيم''

قال الإمام النووي : وفي هذا إشارة إلى أن الغضب في غير الله تعالى من نزغ

(١) والصرعة بضم الصاد وفتح الراء وأصله في كلام العرب الذي يصرع الناس كثيراً،

(٢) (رواه البخاري في صحيحه كتاب الأدب باب الحذر من الغضب (٣٤/٨) ورواه مسلم في صحيحه كتاب البر والصلة باب فضل من يملك نفسه عند الغضب وبرقم/٢٦٠٨/.و تهذيب سنن أبي داود، لابن القيم: ٣٧ .كتاب الأدب. ١٧٠٥ . باب من كظم غيظا. الحديث رقم:٤٧٧١

(٣) صحيح البخاري : الجزء الرابع – 76 .باب: الحذر من الغضب . الحديث رقم5765 : عن أبي هريرة رضي الله عنه

الشيطان، وأنه ينبغي لصاحب الغضب أن يستعيذ فيقول: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم وأنه سبب لزوال الغضب.[١]

***

(١) صحيح مسلم بشرح النووي،: كتاب البر والصلة والاداب.باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، وبأي شيء يذهب الغضب.

مُسَابَقَتُهُ – ﷺ – بَينَ الإِبِلِ

وأما مسابقته بين الإبل ففي صحيح البخاري عَنْ أَنَس (رضي الله عنه)قَالَ: كَانَتْ لِرَسُولُ اللّه صلى الله عليه وسلم نَاقَةٌ تُسَمّى الْعَضْبَاءَ [1] لاَ تُسْبَقُ فَجَاءَ أَعْرَابِيّ عَلَى قَعُودٍ فَسَبَقَهَا فَشَقّ عَلَى الْمُسْلِمِينَ فَلَمّا رَأَى مَا فِي وُجُوهِهِمْ قَالُوا: يَا رَسُولَ اللّه سُبِقَتِ الْعَضْبَاءُ قَالَ: «إِنّ حَقّا عَلَى اللّهِ أَنْ لاَ يَرْتَفِعَ مِنَ الدّنْيَا شَيْءٌ إِلاّ وَضَعَهُ». وفي صحيحه أيضا عن حميد عن أنس بهذه القصة وقال (ﷺ): إن حقا على الله عز وجل أن لا يرفع شيئا من الدنيا إلا وضعه . [2]

تأمل قوله (ﷺ) في اللفظ الأول: أَنْ لاَ يَرْتَفِعَ مِنَ الدّنْيَا شَيْءٌ إِلاّ وَضَعَهُ ، وفي اللفظ الثاني : أن لا يرفع شيئا من الدنيا إلا وضعه ، فجعل الوضع لما رفع وارتفع، لا لما رفعه سبحانه ؛ فإنه سبحانه إذا رفع عبده بطاعته وأعزه بها لا يضعه أبدا .[3]

والمتأمل في هذه الأحاديث يرى حرص النبي (ﷺ) على ممارسة الرياضة بنفسه وتشجيعه عليها ، خاصة في مثل هذه الرياضات التي تعود على ممارسها بالنفع ، كما نرى أن في مسابقة الإبل والخيل تمرينا على الفروسية والشجاعة والإقدام .

---

(١) فائدة: (العضباء(لقب ناقة النبي (r)وهي بمعنى القصواء، من العضب وهو القطع والقصواء، بالفتح هي الناقة المقطوعة الأذن في الأصل، والعضباء في الأصل مشقوقة الأذن، وكان لرسول الله (r) ناقة تسمّى بهذين الاسمين، وكان ذلك لقباً لها، ولم تكن مشقوقة الأذن ولا مقطوعتها، كذا في «فتح الباري» وغيره وكانت ناقته تسمى «العضباء» وبغلته «الشهباء» وحماره «يعفور» وجاريته «خضراء.]. واسم شاته التي يشرب لبنها عينة.) وبغلته دلدل وحماره عفير. وفيه شاته بركة، ولابن سعد في الطبقات من رواية إبراهيم بن عبد الله من ولد عتبة بن غزوان: كانت منايح رسول الله صلى الله عليه وسلم من الغنم سبعا: عجوة وزمزم وسقيا وبركة ورشة وإهلال وأطراف ، كانت له شاة تسمى قمر

(٢) صحيح البخاري،: الجزء الثاني. ٦٠ – كتاب الجهاد والسير. ٩٥ – باب: ناقة النبي (r)الحديث رقم: ٢٧١٦ / ٢٧١٧

(٣) (ابن القيم في كتابه الفروسية)

بالإضافة إلى ما فيها من جمال وجلال وآيات دالة على قدرة الله عزّ وجلّ {أَفَلا يَنظُرُونَ إِلَى الإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ }[1]وفي الحديث الصحيح (الإبل عز لأهلها، والغنم بركة، والخير معقود في نواصي الخيل إلى يوم القيامة)[2] ، قال ابن كثير في تفسير الآية: فإنها خلق عجيب وتركيبها غريب ، فإنها في غاية القوة والشدة ، وهي مع ذلك تنقاد للقائد الضعيف، وتؤكل وينتفع بوبرها ويشرب لبنها، ونبهوا إلى ذلك لأن العرب غالب دوابهم كانت الإبل ، وكان شريح القاضي يقول: أخرجوا بنا حتى ننظر إلى الإبل كيف خلقت، وإلى السماء كيف رفعت! أي كيف رفعها الله عزَّ وجلَّ عن الأرض هذا الرفع العظيم .

***

(١) {الغاشية /١٧

(٢) الحديث رقم: ٣٠٣٩ – التخريج (مفصلا): ابن ماجة عن عروة البارقيت صحيح السيوطي: صحيح

رِيَاضَةُ رَفعِ الأثقَالِ

رياضة رفع الأثقال تنمي القوة الجسدية ، وترفع اللياقة البدنية، وهي وسيلة وليست غاية؛ لأن الاهتمام بتقوية الجسم وإعداده لتحمل المشاق أمرٌ محمود شرعاً وعقلاً ، ولأن ذلك مما يحفظ على المسلم صحته، ويعينه على إقامة الدين والجهاد في سبيل الله، وأداء العبادات التي تحتاج إلى قوة جسمية كالجهاد والحج ومساعدة المسكين والمحتاج والزود عن نفسه وأهله ووطنه، عن أبي هُريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله (ﷺ):" المُؤْمِنُ القَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إلى اللَّه تَعالى مِنَ المُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وفي كُلّ خَيْرٌ، احْرِصْ على ما يَنْفَعُكَ، واسْتَعِنْ باللَّه وَلاَ تَعْجِزْ... (١)

والإسلام عندما يُقرُّ رياضةً من الرياضات ويدعو لمزاولتها ، لا يجعلها غاية في نفسها، بل يعتبرها وسيلة لصيانة الحقوق وتذليل العقبات والدفاع عن الحرمات ؛ ولأن القوة من أهم أسباب النصر والتمكين في الأرض، ودحض الباطل ودحره أينما وجد ؛ نجدُ أن الدعوة الإسلامية تُعلِي من قدرها وترفعُ من شأنها ولا تجعلها مطلقة بل تضع لها من القيود والضوابط والآداب ما يصونها وينطلق بها في طريق الحق والخير.

وهي – أي رياضة رفع الأثقال – رياضة قديمة ؛ أقرَّها النبي (ﷺ)ولم ينكر على أصحابه ممارستها ؛ طالما كان الغرض هو الترويح عن النفس ، والمحافظة على الصحة، كانت الرياضة مباحة، وإذا اشتملت على محرَّم كتضييع الصلاة، أو كشف العورات أو اختلاط الرجال بالنساء أو العكس كانت حراماً؛ فعن أنس(رضي الله عنه) قال:

---

(١) (صحيح مسلم كتاب البر والصلة والاداب. باب في الأمر بالقوة وترك العجز. والاستعانة بالله، وتفويض المقادير لله ٤/٢٠٥٢) ، وتكملة الحديث (وإنْ أصابَكَ شَيْءٌ فَلاَ تَقُلْ: لَوْ أني فَعَلْتُ كَذا كانَ كَذا وكَذا، وَ لَكِنْ قُلْ قَدَّرَ اللَّهُ وَما شاء فَعَلَ، فإنَّ «لَوْ» تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطانِ».

مرَّ رسول الله (ﷺ) بقوم يرفعون حجراً، فقال: ما هذا؟ فقالوا: يا رسول الله هذا حجر، كنا نسميه حجر الأشد، فقال: ألا أدلكم على أشدكم؟ أملككم لنفسه عند الغضب.(١)

وفي رواية أن النبي (ﷺ) مرَّ بقوم يرفعون حجراً فقال : ما يصنع هؤلاء؟ قالوا: يرفعون حجراً يريدون الشدة ، فقال النبي (ﷺ):أفلا أدلكم على من هو أشد منهم؟ – أو كلمة نحوها – الذي يملك نفسه عند الغضب».(٢)

وهذه الرياضة تعرف بـ (الرَّبْعُ) وهي رياضة تقوم على التباري الشريف، قال العلامة ابن منظور في لسان العرب: الرَّبْعُ: إِشالةُ الحجر ورَفْعُه لإِظْهار القوَّةِ.(٣)

وعن علي رضي الله عنه قال: مرَّ النبيُّ – صلى الله عليه وسلم – على قوم يرفعون حجراً ، فقال: إن أشدَّكم أملكُكم عند الغضب ، وأحلمكُم من عفَا بعد قَدرة. (٤)

ولكن الملفت للنظر في هذا الإقرار من رسول الله (ﷺ) أنه أعقبه بنصيحة وتوجيه نبوي يستدعي التوقف ويسترعي التفكر .

أولاً: أن رياضة رفع الأثقال لا شك أنها تغري صاحبها بالقوة ، وقد تدفعه إلى الاعتداء أو على الأقل سرعة الانتقام عند الغضب ؛ خاصة إذا اهتمَّ ببناء جسمه على حساب عقله وروحه ؛ لذلك جاء التوجيه النبوي (أفلا أدلكم على من هو أشد منهم؟– أو كلمة نحوها– الذي يملك نفسه عند الغضب) وفي رواية علي (إن أشدَّكم أملكُكم عند الغضب ، وأحلمكُم من عفَا بعد قدرة)(٥)

(١) كنز العمال للمتقي الهندي المجلد الثالث.كظم الغيظ. الحديث رقم: ٨٧٥٠
(وفي الحديث إشارة إلى تهذيب القوة وعدم الوقوع تحت طائلة الهوى ورغبة الانتقام؛ فالقوي حقاً هو الذي يملك نفسه عند الغضب)
(٢) مجمع الزوائد. للحافظ الهيثمي: المجلد الثامن. ٣٣. كتاب الأدب. ٧٨. باب فيمن يملك نفسه عند الغضب. ص.١٣٢ الحديث رقم: ١٢٩٨١
(٣) لسان العرب، للعلامة ابن المنظور.مادة (ربع)
(٤) كنز العمال للمتقي الهندي المجلد الثالث باب: الحلم. الحديث رقم: ٨٥١٧
(٥) سبق تخريج هذه الأحاديث في نفس المبحث .

وروى الإمام مسلم في صحيحه [1] عدة أحاديث تصحح هذا المفهوم وتبين أن القويَّ الحق هو الذي يملك أعصابه ويسيطر عليها ويكبح جماح نفسه عند الغضب؛ فعَنْ عَبْد اللّه بْن مَسْعُود قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللّه (ﷺ): مَا تَعُدّونَ الصّرَعَةَ فيكُمْ ؟» قَالَ: قُلْنَا: الّذي لاَ يَصْرَعُهُ الرّجَالُ. قَالَ «لَيْسَ بِذَلِكَ. وَلَكِنّهُ الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَب .

وعَنْ أَبي هُرَيْرَةَ أَنّ رَسُولَ اللّه (ﷺ) قَالَ: «لَيْسَ الشّديدُ بِالصّرَعَةِ. إِنّمَا الشّديدُ الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَب .

وفي رواية أَنّ أَبَا هُرَيْرَةَ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّه (ﷺ) يَقُولُ: «لَيْسَ الشّديدُ بالصّرْعَةِ» قَالُوا: فَالشّديدُ أَيّمَ هُوَ؟ يَا رَسُولَ اللّهِ قَالَ «الّذي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَب».

ثانياً : أن هذه الرياضة – مثلها مثل رياضة رفع الأثقال – قد يكون الاهتمام بالناحية الشكلية فحسب من عضلات مفتولة وجسد ممشوق ، تتحول هِمَّةُ اللاعب إلى بناء جسمه وإبراز عضلاته فقط ، وتصبح هذه غايته التي يحيا لها ، ويموت من أجلها، ويقف مفتخراً بجسمه، مزهواً بقوته معجباً بعضلاته ؛ فهذا هو ما ذمّه الإسلام بمثل قوله تعالى: {وَلا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ}[2] وقوله تعالى :{وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِن يَقُولُوا تَسْمَعْ لِقَوْلِهِمْ كَأَنَّهُمْ خُشُبٌ مُّسَنَّدَةٌ}[3].

ثالثاً : أن هذه العضلات المفتولة عندما يتوقف صاحبها عن ممارسة الرياضة فإنها تتحول إلى ترهلات ودهون داخل الجسم تؤذي صاحبها وتكون عليه وبالاً؛

(١) صحيح مسلم بشرح النووي، ا كتاب البر والصلة والاداب. باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، وبأي شيء يذهب الغضب.
(٢) { سورة لقمان/١٨}
(٣) { سورة المنافقون /٤}

تعكر صفوه وتنغص عليه حياته تماماً كما كانت يوماً ما تسعده وترضيه؛ لأنها من الرياضات التي تمارس في حالة (وقوف) بخلاف رياضة مثل السباحة أو المشي فإن عضلات الجسم كلها تتفاعل وتتحرك، وهذا أشبه بالماء الجاري فإنه لا يحمل الشوائب على عكس الماء الراكد فإن الشوائب تكثر فيه.

لذلك ننصح بالتوسط والاعتدال في ممارسة رياضة رفع الأثقال[1] لما لها من أضرار على ممارسها عندما يتخلى عنها بعدما كان يدمنها .

والتوسط له فوائد منها : أن حمل أثقال اليدين نصف ساعة يومياً يؤدي إلى خفض مخاطر التعرض لأمراض القلب بنسبة ٢٣٪ ... جاء ذلك في تقرير لجامعة هارفارد قسم الصحة العامة . وأشار التقرير إلى أن رياضة رفع أثقال اليدين تعتبر ثاني أفضل رياضة بعد رياضة الجري لمدة ساعة أسبوعياً التي تقلل مخاطر التعرض لأمراض القلب بنسبة ٤٢٪...[2]

(١) (وكذلك الحال بالنسبة لرياضة كمال الأجسام فإنه ينطبق عليها ما ينطبق على رياضة رفع الأثقال)

(٢) نشرته مجلة أكتوبر المصرية صـ٥٥عدد ١٣٨٠بتاريخ ٢٠٠٣/٤/٦م

الخَاتِمَةُ

إنّ الإسلامَ دينُ حضارةٍ زاهرة ، وقيم راسخة ، وأهداف سامية ؛ لا يفصلُ بينَ التربيةِ البدنية والتربيةِ الروحية ؛ فكلاهما غايةٌ للإصلاح ، وعليهما تدورُ رحَى الإسلام .

- لذا نرى أن الدعوة الإسلامية في ظل تطور الوسائل الحياتية الحديثة ؛ من وسائل نقل حديثة ومصاعد ووحدة التحكم عن بعد (ريموت كنترول) وغير ذلك ؛ تُلزم كلَّ مسلم بممارسةِ رياضةٍ ما ؛ حمايةً له من الوقوع فريسةً لأمراضٍ عديدة تهاجمه؛ نتيجةً لقلةِ الحركة وكثرة الطعام ؛ في ظل حياة خاملة رتيبة (sedentary life).
- فعلى كل مسلم؛ رجلاً كان أو امرأة ، شيخاً كان أو شاباً ، صغيراً كان أو كبيراً ، أن يأخذ بنصيبهِ من العمليةِ الرياضية، وذلك حَسْبَ سِنّهِ ووزنهِ وعمله، ويُفَضَّل في ذلك استشارة متخصص من أهل الخبرة في هذا المجال ، وأخصُّ بالذكر هنا الأطفال الذين يمارسون لعبة رياضية معينة، ولا يحصلون من ورائها على ما تصبو إليه أنفسُهم من مراكزَ متقدمة أو ميدليات أو جوائز؛ فإذا به ينصرفُ عن تلك اللعبة، بل قد ينصرف عن ممارسةِ الرياضة نهائياً، والأولَى أن يواظبَ على تلك اللعبة طالما أنّه يحبها، وتناسبه بدنياً وفنياً .
- ومن ثم يتضح دور المدارس والجامعات والأندية في تفريخ جيل رياضي ليس بالضروري أن يكونوا أبطالاً فحسب، ولكن حرصاً على الصحة التي هي تاجٌ على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى.
- على الحكومات الإسلامية والعربية أن تضع في اعتبارها عند تقسيم المدن

الجديدة أن يكون هناك طرق ومسارات في كل منطقة ، وحول الأماكن العامة لكبار السن والنساء يجدون من خلالها منفذاً لممارسة رياضة المشي والجري، وأعتقد أن ذلك سيوفر على هذه الحكومات كثيراً من الأموال الطائلة التي تنفقها على المرضى الذين وقعوا فريسة للمرض بسبب عدم توافر مثل هذه الأماكن لممارسة الرياضة.

- لذ كان من الضروري خلق ثقافة رياضية لدى المسلمين – رجالاً ونساء، شيوخاً وأطفالاً – كل حسب قدرته حرصا على استهلاك السعرات الحرارية الزائدة في الجسم نتيجة الإفراط في الطعام فإذا لم يفعل ترسبت في صورة دهون زائدة تؤدي إلى السمنة والبدانة ثم الإصابة بالأزمات القلبية ، وأمراض الرئة والجهاز التنفسي ، والتهاب المفاصل ، وتآكل الغضاريف ، وخاصة مفصل الركبة.
- الحفاظ على الآداب والقيم والأخلاق الإسلامية أثناء وبعد ممارسة الرياضة في ضوء (الأُطُرُ الشَّرعِيَّةِ لِمُمَارَسَةِ الرِّيَاضَة) والتي جاءت ضمن ثنايا هذا الكتاب، مع المداومة على ممارسة الرياضة في مواعيد ثابتة، مع استحضار النية لتحويل العادة إلى عبادة يُثَابُ فاعلُها.
- وليس هناكَ ما يمنعُ من الأخذِ بالرياضةِ بمفهومِهَا المعَاصِر، وبتوجيهاتها الإسلامية الأصيلة ، كما أنه ليس هناك ما يمنع من الأخذِ بالتقنياتِ الحديثة التي تُنظم اللعبة الرياضية، طالما لا تتعارض مع مبادئ الإسلام وقيمه وأخلاقه.

وآخِرُ دَعوَانَا أنِ الْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ د. مَنصُور مَنْدُور

الفهـــرس

تقريظ بقلم الأستاذ الدكتور/ عبد الله بركات عميد كلية الدعوة الإسلامية جامعة الأزهر بالقاهرة ٤
تقريـظ بقلم فضيلـة الشيخ جمال قطب رئيس لجنة الفتوى بالأزهر الشريف ٥
تقديم بقلم الكاتب الصحفي الأستاذ خالد المعينا ٧
مقدمة الطبعة الثانية ١٢
مقدمة الطبعة الأولى ١٤
التمهيد ١٦
الفصل الأول أَهَمِّيَّةُ الرِّيَاضَةِ فِي حَيَاةِ الْمُسْلِم ١٩
هل ممارسة الرياضة من السنة النبوية ؟ ٢٠
ثانياً : منزلة السنة النبوية من التشريع الإسلامي ٢٢
هل ممارسة الرياضة تحتاج إلى نية ؟ ٢٥
خَلْقُ الإنسان ٢٨
قوةٌ ونشاط ٣٠
مَفهُومُ القُوَّةِ في الإسْلام ٣٦
الاعتدال في ممارسة الرياضة ٤٤
اهتمام الإسلام بالرياضة ٤٦
اهتمام الإسلام بالأطفال رياضياً ٤٩
حق المرأة في ممارسة الرياضة ٥٢
الأطر الشرعية لممارسة الرياضة ٥٦

الفصل الثاني : رياضات مارسها الرسول (ﷺ) وحض عليها ٦٦
رياضة المشي (الخطوة المعتادة النشطة) ٦٧
رياضة السباحة ٧٢
رياضة المبارزة ٧٥
رياضة الرمي(الرماية) ٧٩
رِيَاضَةُ السِّبَاق بالخيل ٨٤
فضل الخيل (خيل والخير) ٨٦
الرسول (ﷺ) يسابق بين الخيل ٩٠
شروط السَبَق وآدابه ٩١
للفرس سهمان ولصاحبه سهم ٩٤
رياضة العدو (الجري) ٩٧
رياضة الصيد ٩٩
رِيَاضَةُ المُصَارَعَة ١٠٧
مسابقته ﷺ بين الإبل ١١١
رياضة رفع الأثقال ١١٣
الخاتمة ١١٧
المحتويات ١١٩