# ذكرى يوهان ليندهارد

للميجر كراج : السويدي
سكرتير اتحاد تمرينات لنج

ترجمة أبي سلمى

## ترجمة حياته

في الحادي عشر من شهر اكتوبر ١٩٤٧ توفي الاستاذ ليند هارد عن ٧٧ سنة ، وكان حتى نهاية حياته معروفاً بنشاطه في عالم التمرينات. وفي آخر شهر مايو المنصرم كتب موضوعاً عن التمرينات الحديثة في مجلة الاتحاد الدولي لتمرينات « لينغ » وفي هذا الجو الخالي تعرّض لصدمات صحية كبيرة تغلب عليها بتاريخه المشهور في التمرينات . في السنين الأولى من حياته انتهى نواحٍ مختلفة في سلوكه . وبعد مضي عدّة سنوات في عمله بالكلية انضمّ الى مدرسة « اسكوف العليا » ونال شهادتها الأولى في سن الثامنة عشرة . وكانت خدمته الأولى في سلاح المدفعية اذ خدم ضابطاً احتياطيًّا لمدّة سنة . وفي هذه الأثناء تطوّرت ميوله الى الناحية العلاجية ، واجتاز الامتحانات الخاصة في العلوم عام ١٨٩٣ . وكذلك امتحاناته النهائية عام ١٨٩٨ . وفي الأعوام التالية قام بخدمة التمرين الذي كهيب دفعة روحه النشطة الى تحمل كثير من المسئوليات حتى سنة ١٩٠٨ حيث عاد الى بلده بعد مضي سنتين أمضاهما متجولاً في الدانمارك وشرق جرينلاند

وقد ابتدأ بالعمل في البحوث الفيزيولوجية حيث اقتنع ان هذا هو عمله في حياته .

وكان نشاطه في السنة التالية منصبًّا على فيزيولوجية التنفس والدورة الدموية وساعده في ذلك الأستاذان . هازيل باخ — A. K. Haaselbalch وكروغ — A. Krogh وابتدأ احتكاك ليند هارد بالتمرينات سنة ١٩٠٩ حين عيّن مدرساً للتشريح ولنظريات التمرينات لجامعة ( كوبنهاجن ) وعلاقة ذلك بالناحية العملية كموضوع هام في امتحانات الفلسفة . وكان نشاطه العلمي في هذا الميدان الجديد قد جعله مكتشفاً يضع سلوكاً تقليديًّا عالميًّا كخبير في

نظريات التمرينات . وعقب انتهائه من امتحانات الدكتوراه في الطب عام ١٩١٤ عين محاضراً جامعيًّا سنة ١٩١٦ . وفي سنة ١٩١٧ عين أستاذاً في نظريات التمرينات في الجامعة . وفي سنة ١٩٢٠ عين مديراً لمعمل التمرينات النظرية في (كوبنهاجن) ومكنه هذا المركز من زيادة الاحتمالات للبحث في التجارب الفيزيولوجية . وتمكن بماله من مجهودات في التمرينات العملية من اكتساب مركز عميد مقاطعة للتمرينات الداغاركية في معهد كوبنهاجن . ومكث به من عام ١٩٣٠ الى سنة ١٩٣٨ . وكان في سنة ١٩٢٥ عضواً في الجمعية الملكية العلمية الداغاركية . وفي سنة ١٩٢٩ كان ضمن المؤلفين العالميين المعروفين (في العمل الفيزيولوجي — Arbeitsphysiologie) . وفي الخامسة عشرة من حياته كان تفكيره العملي منصبًّا على العمل العضلي . ومن هنا جاءت معظم المرموزات العالمية في هذه الناحية . وفي سنة ١٩١٤ طبع عمله في التمرينات وهو الأول من نوعه الذي أثار أهمية أكثر مما يتصور في كتابه المعروف « التمرينات الخاصة » (وقد أعيد طبعه سنة ١٩١١ وفي سنة ١٩٦٧ . وترجم الانكليزية سنة ١٩٢٩ والى الاسبانية سنة ١٩٤٥) وفيها كتب نقداً لاذعاً لتمرينات (لينغ)، حيث كانت تؤدى في أنحاء انجلترا في بدء القرن العشرين . وقد هاجم (ليند هارد) طريقة لينغ وبصورة خاصة المساة بالتمرينات الاستعراضية ، كانت قيمة هذا العمل منحصرة في ازدياد الاهتمام بالتمرينات . ومن هنا أوجد الصلة بين نظريات التمرينات وعلم وظائف الاعضاء العملي . وفي عرضه لذلك تمكن من إيجاد اتحاد بين أساتذة الفيزيولوجية ومدرسي التمرينات التربوية . وكان لهذا فضل في اكتساب ذكرى دولية كمؤسس لنظريات التمرينات وطبعه كتباً بعد ذلك توفر لديه عدد من المعارضين وبالأخص من السويديين . وفي كتبه الحديثة التي تتعلق بالتمرينات العلاجية السويدية التي قال فيها من قيمة عمل لينغ في تمريناته العلاجية في المعهد المركزي للتمرينات، ولكنه تحول أيضاً الى مهاجمة أصحاب لينغ (ليدبك Lidbeck وجورجي — Georgi وهيلمار لينغ — Hjalmar Ling) وقد تعرض أيضاً براتينج — Branting الى النقد اللاذع الذي أدى الى قيام معارضة في وجه ليند هارد . ومن هذه الناحية تدخل في نواحي متعددة في تاريخ التمرينات حيث استعرض في أعماله أعمال الدكتور وستربلاد Dr. C. A. Westerblad التي تمكن بعد

دراسته أعواماً من نيل شهادات أكبر من دين Dane وليندهارد. وهذه الكتب كأعماله ليند هارد جميعها مكتوبة باختيار دقيق في الكلمات وبعرض سليم ونقد صريح صادق وحتى ان أي قارىء خال من أية فكرة عن تقاليد لينغ يجد في كلام ليند هارد مهاجمة لطريقة لينغ

حتى اذا ما تمكن ليند هارد من جمع أعماله في كتاب متواضع وكذلك عمله بالتمرينات وفي طريقة التربوية ونظرياته نجد أنه تجاوز حدود السلسلة الفيزيولوجية الى اتخاذ طريقة لينغ بعد تصحيحها وفي خلال حصوله على تأييد من مصادر معروفة مهمة لكي يقوم بتمريناته الراسمة، وبنفس الوقت خلال وجوده مؤيداً باستاذيته العالمية في التمرينات الرياضية الفيزيولوجية قد حصل على منزلة رفيعة جعلته يهب دراسته الفريدة للمبادىء التي استحدث الى دراسة نقدية ومساعدة البحوث السيكولوجية التي ارتقت وتحسنت في بداية القرن العشرين. ولذلك فان موته يعتبر ضربة أليمة للتمرينات البدنية إذ أنه من المؤسف ان أيامه الأخيرة كانت تحاط بسحب من النزع القاسي

* * *

ولقد كتب ليندهارد محاضرة وحديثاً في نهاية يونيو سنة ١٩٤٧ وفيها بين سلوكه تجاه أصحاب تمرينات لينغ في السويد. وهذه المحاضرة لا تنفي رأيه تماماً فيما ذكرنا سابقاً. بل يوضح فيها أنه يعارض لينغ في مادة التمرينات العلاجية. ولا يمكنه بأي يقلل من عظمة لينغ من حيث التكوين الجثماني. ويعترف أيضاً في محاضرته أن هيلمار لينغ أحدث تقدماً في بحث تاريخ التمرينات بالاشارة الى جدول التمرينات التي أعطت نظاماً في كلية الجهود التي عارضه بشدة وان ورثة لينغ بعد موته أقروا أبحاث لينغ كما هي دون تقدم، وحتى في محاولة تحسينها بدراسة التوازن الخاصة بنظم الجسم ومحاولة ربط التمرينات بها. وكان ضمن من هاجمهم برانتينغ Branting عميد المعهد المركزي للتمرينات والذي نظم هذه العلاقات.

وأخيراً يقرر ليند هارد أن هناك فترة مرت به حتى وصل الى نظرياته من تمرينات لينغ لأنه بدأ يدرك أخيراً وبالتدريج أن الأخطاء التي حدثت نتيجة لأعمال لينغ في التمرينات لا يمكن أن تؤخذ عليه في القرن العشرين.