

الفصل الثالث

التربية البدنية فى العصور الوسطى

- التربية البدنية فى العصور الوسطى الاوربية
- فلسفة التقشف وقهر الجسد والفلسفة اللاهوتيه
- نظام الاقطاع
- التربية البدنية فى الحضارة الإسلامية
- خاتمة.

obeikandi.com

الفصل الثالث

التربية البدنية فى العصور الوسطى

كان أول من استخدم مصطلح العصور الوسطى Middle Ages هم المؤرخون وذلك فى القرن السابع عشر . وإن اختلف المؤرخون فى آرائهم نحو بداية ونهاية تلك العصور . إلا أنه قد أئفق فيما بينهم على إعتبار عام (٤٧٦م) بداية العصور الوسطى فى أوربا وهو العام الذى سقطت فيه الإمبراطورية الرومانية ، بينما حدد عام (١٤٥٣م) لنهاية العصور الوسطى وهو العام الذى سقطت فيه القسطنطينية فى أيدي الأتراك العثمانيين . وفيما يلى سوف نتناول بالدراسة :

- التربية البدنية فى العصور الوسطى الأوروبية .

- التربية البدنية فى الحضارة الإسلامية .

التربية البدنية فى العصور الوسطى الأوروبية

ساد العصور المظلمة (Dark Ages) التى جاءت فى أعقاب انهيار الإمبراطورية الرومانية موجة من التأخر الثقافى . وفى خلال السنوات الطويلة لهذه الحقبة من الزمان اختفت - تقريبا - المدارس التعليمية وأصبحت الأديرة هى المقر الوحيد لتلقى الأفراد لأصول التعليم والتربية .

لكن بالرغم من كل مظاهر التأخر التى صاحبت فتوحات التوتونيين ، البرابرة (Teutonic Barbarian) فى مجالات العلوم والثقافة والتى كانت سببا فى إطلاق مصطلح العصور المظلمة على كل ما يمت بصلة الى تلك الحقبة الزمنية من التاريخ ، إلا أن هذه الفتوحات كانت سندا قويا للنشاط البدنى .

فالتوتونيين البرابرة كانوا قبائل رحالة يتميزون بقوة البدن وكانوا يهتمون بحياة قوامها الصيد وممارسة المناشط البدنية والتدريب على فنون القتال . ولقد استمر الحال على هذا المنوال حتى قامت حركتان فى ذلك الوقت عملتا على

وقف تيار انتشار النشاط البدنى وهما حركة التقشف وقهر الجسد وحركة الفلسفة اللاهوتية .

فمن روما الوثنية التى انحطت فيها كل القيم الأخلاقية ، نمت الديانة المسيحية وازدهرت . ويطلق على العصور الأولى للمسيحية (عصور التهذيب المدرسى) كما كان الإهتمام خلال هذه العصور متجها نحو إصلاح المجتمع الوثنى ومهاجمة بشدة احتفالات المصارعة التى كانت تسبح فى بحار من الدم . وقد أكدت المثل العليا المسيحية فى العصور الوسطى على ما يلى :

- القيمة الكبرى للمسائل الروحية .
- الإهتمام بالحياة الآخرة .
- التساوى الروحى للخلق امام الله .
- شرف العمل وتطبيق مبادئ العدالة فى العلاقات بين الافراد العاملين .
- وحدة البشر .
- خدمة الرب والزملاء والنفوس هى أولى واجبات الفرد .

وقد وجدت التربية المسيحية فى العصور الوسطى وسيلة ناجحة لتحقيق أهدافها ومثلها العليا من خلال اتباع أسلوب حياة الرهبنة الذى يهتم بالتقشف وبالنزهد وبالعزلة وبالرياضة الروحية بهدف السمو بالروح والرقى الخلقى والإعداد للحياة الآخرة . ولذا فقد اعتمدت التربية المسيحية فى تحقيق أهدافها على مبادئ رئيسيين وهما :

- مبدأ الزهد واخضاع الجسد .

- مبدأ التجرد والتنازل عن المسائل الدنيوية .

كما انتشر فى هذه العصور المظلمة فلسفة "ترك ما لقيصر لقيصر وما لله لله" (Rendering unto Caesar the things that are Caesar's and unto God the things that are God's).

فلسفة التقشف وقهر الجسد والفلسفة اللاهوتية

ولقد أدى انتشار الديانة المسيحية إلى اعتراض معظم رجال الدين المسيحي على التربية البدنية ، وإن كان القليل من بينهم قد أدركوا أن للمناشط البدنية بعض الفوائد الصحية التي تعود على ممارستها ، إلا أنه مع مرور الوقت عملت الكنيسة على حذف التربية البدنية من المنهاج الدراسي وعملت على عدم انتشار الكثير من الألعاب والرياضات ، وكان المبرر لذلك هو :

- الانحطاط الخلقي الذي كان طابع الألعاب والرياضات الرومانية كما عرفها المسيحيون .

- انتشار فكرة أن الجسم هو أساس ومصدر كل خطيئة يرتكبها الإنسان .

وبالإضافة إلى استبعاد التربية البدنية من المنهاج الدراسي ، فإن الأديرة حاولت أيضا القضاء على الدوافع الطبيعية للعب لدى الأطفال والنساء ولم تول مدارس الكنائس اهتماما لتلك المناشط ، فيما عدا اهتمامها القليل بالرقص الديني .

إلا أنه كان هناك من ينادى بإدراج التربية البدنية ضمن البرنامج الدراسي ، ومن أوائل القساوسة الذين نادوا بذلك كلمنت (Klement) حيث كان يرى أنه يجب الاهتمام بالمصارعة واللعب بالكرة وتمارين المشي ، كما رأى انه من الضروري ممارسة المرأة للعديد من التمرينات البدنية المناسبة لها .

ولكن الكنيسة لم تهتمُ بآراء كلمنت وكذلك لم تهتم برأى القديس توماس اكويناس حين أيد قيمة التدريب البدني في تكوين الفرد ونموه .

ولقد كان الرهبان يتسابقون فيما بينهم على استحداث الوسائل التي تؤدي الى قهر الجسد . وكان القديس برنارد (Bernard) يرى أن الجسم القوى النشط يحتوى على عقل خامل ، وعلى النقيض من ذلك فإن الجسم الضعيف تزدهر فيه الروح وتشتد قوتها .

وبذلك انتشرت حركة التقشف وقهر الجسد (Asceticism) ونظرت هذه الحركة إلى الجسم على أنه يجب عدم الاهتمام أو العناية به وذلك لانه يُعد مصدرا لكل خطيئة يمكن أن يرتكبها الانسان .

ونادت هذه الحركة بأن عقل الإنسان وبدنه وحدتان منفصلتان ، ولا علاقة لإحدهما بالآخرى . وبذلك ميّز الفكر التقليدى لهذه الحركة بين العقل والجسم . واعتبر العقل أسمى من الجسم وجعل كل منهما ينتمى إلى عالم مختلف ، فالعقل ينتمى إلى عالم مثالى روهي ، بينما ينتمى الجسم إلى عالم الواقع المتدني .

ولقد رأت هذه الفلسفة أن النشاط البدني يهتم بالبدن ويعمل على تقويته وهذا ما يتنافى مع مبادئها ، ولذا اتجهت إلى القضاء على كل الاتجاهات التربوية التي نادت بأهمية ممارسة النشاط البدنية .

وبذلك سعت الديانة المسيحية الى تدعيم وترسيخ فلسفة التقشف وقهر الجسد من أجل السمو بالروح ، والجروح بها بعيدا عن الجسد . إذ إنه من الواجب على الإنسان أن يقضى وقته وحيدا متأملا مفكرا دون أن يهتم ببدنه .

أما حركة الفلسفة اللاهوتية (Scholasticism) فكانت تنظر إلى العقل على أنه ينتمى الى عالم السامية ، وأن الحقائق هي أهم عنصر من عناصر تربية الإنسان وأنه يجب الاهتمام بالنمو العقلي وإهمال النمو البدني للإنسان ، حيث أن هذه الفلسفة تقلل من أهمية البدن بصفته غير هام وغير ضروري بالمقارنة بالعقل . ومن ثم كان الاهتمام مركزا على الحقائق النظرية لأنها تؤدي إلى تدريب العقل ، وإهمال كل ما يتصل بالمهارات الحركية لأنها تدرب الجسم .

نظام الإقطاع

انتشر نظام الإقطاع فى أوربا فى العصور الوسطى وذلك بعد وفاة الامبراطور شارلمان (Charlemagne) فى عام (٨١٤م) فقد كانت وفاته إيذانا بقيام نظام اجتماعى جديد سمي بعصر الإقطاع (Age of Feudalism) . ولقد امتد هذا العصر من القرن التاسع الى القرن الرابع عشر .

وفى نظام الإقطاع ظهرت طبقتان اجتماعيتان وهما : طبقة النبلاء وطبقة العبيد . والنبلاء كانوا هم الذين يمتلكون الأراضى الزراعية الشاسعة ، أما العبيد فكانوا يعملون لدى هؤلاء النبلاء فى زراعة الأرض . ولقد كان السواد الأعظم من الشعب عبيدا .

ولقد كانت تمر تربية الطفل فى عصر الإقطاع بمرحلتين :

- مرحلة التعليم فى المنزل : حيث كانت الأم تلقن طفلها أولى دروسه ، وكانت هذه المرحلة تمتد إلى سن السابعة .

- مرحلة التعليم الشكلى : واتسمت هذه المرحلة بدورها إلى فترتين :

- فترة تبدأ من سن السابعة حتى سن الرابعة عشرة ، ويتم خلالها إعداد الصبى كخادم .

- فترة تبدأ من سن الرابعة عشرة حتى سن الحادية والعشرين ، ويتم خلالها إعداد الصبى كوصيف .

فى عصر الإقطاع كان يُهتم بالطفل من الناحية البدنية منذ سنوات عمره الأولى بغرض تنمية قواه الجسمية وذلك من خلال أدائه للتمرينات وتدريبه على الرماية والقوس والتحطيب واللعب بالسيوف الخفيفة ورمى الأثقال ، وكانت هذه الأنواع من التدريبات تتدرج فى الشدة مع التقدم فى سن الصبى .

كما كان الصبى يمارس رفع الأثقال ، والجرى لمسافات طويلة ، والوثب على ظهر الجياد دون وضع القدم فى الركاب ، وتسلق الجدران بسلم أو بدون ، ورمى الرمح لمسافات بعيدة ، وضرب الكرات الخشبية الثقيلة باستخدام مضارب أو عصى كبيرة . وكذلك كان يتدرب الصبى على السباحة وعلى ركوب الخيل مع استخدام الأسلحة والتدريب على تحمل أنواع الطقس المختلفة - الحر و البارد - والتدريب على التعود على الجوع وعلى النوم لعدد ساعات قليلة .

بينما كان الشاب يتدرب على التصويب على الأهداف سواء وهو فوق جواده أو وهو على قدميه من خلال التدريب على مهاجمة دمية وتوجيه طعنة مباشرة

إلى وسطها، والتدريب على التصويب على حلقة وذلك برمي رمحه داخل الحلقة وهو ممتط جواده ويركض بأقصى سرعة .

ولقد كان أبناء طبقة النبلاء عليهم إختيار طريق من طريقين، فإما أن يختاروا الالتحاق بالكنيسة ليتلقوا إعدادا وتأهيلا دينيا ليصبحوا من رجال الكهنوت ، أو يتركوا باب الفروسية ليصبحوا فرسانا . ولقد كانت الفروسية ذات إغراء أكبر للصبي .

وكانت التربية فى عصر الإقطاع تهتم بتدريب الشباب على الفروسية لكى يحترموا التقاليد الاجتماعية والخلقية سواء فى الحرب أو فى الحياة وكان على الشاب الذى تلقى تدريباته على الفروسية أن يلتزم بميثاق من الأخلاق ويقسم على أن :

- يقاتل من أجل سيده وأن يحفظ له كل الولاء .

- يدافع عن الكنيسة ، وذلك بحماية الفقير والمظلوم وأن يعيد الحق الى أصحابه وأن يتعد عن كل المعاصى والخطايا وأن يؤمن بالمثل العليا المسيحية وأن يحافظ على شعائره الدينية .

- يتعهد بحماية النساء والدفاع عن اليتامى والأرامل منهم ، وكذلك يحارب من أجل سيده .

ولقد كان الفرسان يقبلون على مسابقات الفروسية وعلى ممارسة الصيد ، كما لقى الرقص أيضا شعبية زائدة فى عصر الإقطاع .

وكانت المبارزة والبرجاس من المسابقات التى يشترك فيها الفرسان ، وذلك بغرض الترويح عن انفسهم فى أوقات فراغهم ، أو بغرض الإعداد للقتال .

وفى المبارزة (Tournaments) كان الفارس يحاول أن يقتل منافسه من فوق حصانه من خلال توجيه ضربات رمحه اليه ، مستخدما فى ذلك مهاراته فى فن الفروسية .

أما فى البرجاس (Jousts) فكان يشترك الكثير من الفرسان فى هذه المسابقة

وذلك بغرض استعراض مهاراتهم وبراعتهم التي اكتسبوها في الفروسية . وفي هذه المسابقة كان الفرسان يصطفون في شكل فريقين ، وعند إعطاء إشارة البدء كان كل فريق يحاول إسقاط الفريق الآخر من فوق جيادهم ، وكانت المباراة بين الفريقين تستمر حتى يعلن فوز أحد الفريقين .

التربية البدنية في الحضارة الإسلامية

بزغ فجر الإسلام في القرن السابع الميلادي . فمن شبه الجزيرة العربية هب الرسول ﷺ حاملا مشعل الهداية والنور مبشرا برسالة سماوية سامية .

ولقد دعا الإسلام الى التجديد الدائم والتطوير في سلوك المجتمع المسلم بقصد إثرائه وإرتقائه من اجل تحقيق الخير والعدل ، وكذلك من اجل تحقيق النمو الشامل للمسلم من خلال الاهتمام بالجوانب المختلفة لشخصيته .

واهتم المجتمع الاسلامي بالتربية البدنية وبهدف التربية الجسمية للمسلم ، كما اهتم بالعديد من الرياضات . وتشير العديد من الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة والأقوال المأثورة على أهمية ممارسة المسلم للرياضة وعلى أهمية العناية بالجسم .

قال الله سبحانه وتعالى في كتابه الحكيم :

﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ﴾ [سورة الأنفال] .

﴿قَالُوا يَا أَبَانَا مَا لَكَ لَا تَأْمَنَّا عَلَى يُوسُفَ وَإِنَّا لَهُ لَنَاصِحُونَ﴾ [١١] أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبْ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾ [١٢] [سورة يوسف] .

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَلْبِسْكُمْ اللَّهُ بَشِيرٍ مِنَ الصَّيْدِ تَنَالُهُ أَيْدِيكُمْ وَرِمَاحُكُمْ لِيَعْلَمَ اللَّهُ مَنْ يَخَافُهُ بِالْغَيْبِ فَمَنْ اعْتَدَىٰ بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾ [٩٤] [سورة المائدة] .

﴿وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ اللَّهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوتَ مَلِكًا قَالُوا أَنَّى يَكُونُ لَهُ الْمُلْكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ أَحَقُّ بِالْمُلْكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَعَةً مِنَ الْمَالِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَلَكُهُ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ [سورة البقرة].

والأحاديث التي رويت عن الرسول ﷺ وكذلك التي رويت عن الصحابة رضی الله عنهم تدل على اهتمام المجتمع الإسلامي بالتربية البدنية وإدراكه لأهميتها للفرد المسلم .

فقد اعتبر رسول الله ﷺ البدن من الحقوق التي يجب على المسلم أن يراعها وقال في ذلك : " إن لربك عليك حقا وإن لبدنك عليك حقا وإن لأهلك عليك حقا ، فأعط كل ذي حق حقه " .

وكذلك روى عن الرسول ﷺ : " اغتتم خمسا قبل خمس ، حياتك قبل موتك ، وصحتك قبل سقمك ، وفراغك قبل شغلك ، وشبابك قبل هرمك ، وغناك قبل فقرك " .

كما روى البيهقي في كتاب الفرائض من سننه أن الرسول ﷺ قال : " كل شيء ليس من ذكر الله فهو لهو أو سهو ، إلا أربع خصال : مشى الرجل بين الغرضين للرمى ، وتأديبه فرسه ، وملاعبته أهله ، وتعليمه السباحة " .

وروى البخاري أن الرسول ﷺ رأى نفرا يتناضلون* - يرمون بالسهم - فقال : " ارموا بنى إسماعيل فإن أباكم كان راميا ، ارموا وأنا مع بنى فلان ، فأمسك أحد الفريقين بأيديهم ، فقال : مالكم لا ترمون ؟ فقالوا : كيف نرمى وأنت معهم ؟ فقال : ارموا وأنا معكم كلكم " .

وعن خالد بن يزيد الجهنى قال : «كان عقبة بن عامر يمر بى فيقول ياخالد اخرج بنا نرمى ، فقال ياخالد تعال أخبرك بما قال رسول الله ﷺ فقال : قال رسول الله :

- " إن الله يدخل بالسهم الواحد ثلاثة نفر الجنة : صانعه المحتسب في صنعه الخير ، والرامي به ، ومنبله " .

(*) التسابق فى الرمى .

- "وارموا واركبوا وأن ترموا أحب إلى من أن تركبوا" .
- " ليس اللهو إلا في ثلاثة : تأديب الرجل فرسه ، وملاعبته امرأته ، ورميه بقوسه ونبله " .
- " ومن ترك الرمي بعد ما علمه رغبة عنه فإنه نعمة كفرها أو قال كفر بها " .
- وعن أبي ثمامة بن شفي أنه سمع عقبة بن عامر رضى الله عنه يقول : سمعت رسول الله ﷺ وهو على المنبر يقول : «إن القوة الرمي ، ألا إن القوة الرمي» .
- وعن سعد بن أبي وقاص قال : قال رسول الله ﷺ :
- "عليكم بالرمي فإنه خير لعبكم" .
- " تعلموا الرمي فإن ما بين الهدفين روضة من رياض الجنة " .
- " من وضع رداءه فمشى بين الهدفين كان له بكل خطوة عتق رقبة " .
- وعن أبي سلمى بن نافع قال : قلت لرسول الله ﷺ للولد علينا حق كحقنا عليهم؟ قال : «نعم حق الولد على الوالد أن يعلمه السباحة والرمي والكتابة وأن يورثه طيباً» .
- وعن قيس بن أبي حازم قال : " رأيت خالد بن الوليد يوم اليرموك بين هدفين ومعه رجال من أصحاب محمد ﷺ قال : أمرنا أن نعلم أولادنا الرمي والقرآن " .
- وعن زيد بن حارثة أن عمر بن الخطاب كتب إلى أمراء الشام أن يتعلموا الرمي ، ويمشوا بين الغرضين حفاة ، ويعلموا صبيانهم الكتابة والسباحة " .
- وعن النزال بن سبرة قال : " كتب إلينا عمر بن الخطاب ثلاثاً تعلموا المشي حفاة ، واحتفوا وشمروا الأزر ، وتعلموا الرمي " .
- ولقد روى القرطبي عن الرسول ﷺ قال : " ارموا واركبوا فإن ترموا خير لكم من أن تركبوا " .
- وأركان الرمي أربعة : السرعة - شدة الرمي - الإصابة - الإحراز . كما أن الرمي يحتاج إلى أربعة : القوس - الوتر - السهم - الرامي .

وقال عمر بن الخطاب رضى الله عنه : «علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل» .

والفروسية فى الإسلام تتحدد فى أربعة أنواع وهى :

- ركوب الخيل والكر والفر .

- الرمى بالقوس .

- المطاعنة بالرماح .

- المداورة بالسيوف .

وفى بعض الروايات أن الرسول ﷺ كان يعلف أفراسه بنفسه وأنه كان يمتلك خمس أفراس وهى : الطرب ، اللزاز ، اللحيف ، السكب ، المرتجز .

ويشير أمين الساعاتى إلى أن الرسول ﷺ قد أصدر أول نظام عن الفروسية وأن من أهم ما جاء به ما يلى :

- المساواة بين قدرات الجياد بحيث لا يجوز إقامة السباقات إلا بين الخيول المتكافئة من حيث السن والدم والحجم والتدريب . .

- ضرورة تساوى الحوافر والخفاف أساسا يجب مراعاته فى بداية السباق وكذلك وضع دليل فى نهاية المسافة لتحديد نهاية السباق .

- تحديد ثلاث مسافات للسباق وتحديد الجياد المشاركة فى كل منها وذلك وفقا لأعمارها .

- عدم السماح باشتراك جياد الحاكم أو الأمير الذى سوف يقوم بتقديم الجوائز للفائزين فى السباق .

- النهى عن الوقوف فى طريق الفرس أثناء السباق .

- النهى عن السباق بجوادين بمعنى إذا تعب أحدهما ركب الآخر المجانب له .

وقد طبق هذا النظام للفروسية لأول مرة فى المدينة المنورة وأجرى أمام الرسول ﷺ .

- وعن ابن عمر أن رسول الله ﷺ سابق بين الخيل وأعطى السابق .

وروى عن ابن اسحاق : " أن ركانة بن عبد يزيد بن هاشم بن عبد المطلب ابن عبد مناف كان أشد قريش ، فخلا يوما برسول الله ﷺ في بعض شعاب مكة ، فقال له رسول الله ﷺ : " ياركانة ، ألا تتقى الله وتقبل ما أدعوك إليه ؟ قال : إنى لو أعلم أن الذى تقوله حق لاتبعتك ، فقال رسول الله ﷺ : أفرأيت إن صرعتك ، أتعلم أن ما أقول حق ؟ قال : نعم ، قال : فقم حتى أصارعك ، فقام ركانة إليه فصارعه ، فلما بطش به رسول الله ﷺ أضجعه ، وهو لا يملك من نفسه شيئا ، ثم قال : عد يامحمد ، فعاد فصرعه . "

وعن أحمد وأبو داود : سابق الرسول الكريم عائشة فسبقته فى الأولى وسبقها فى الثانية ، قالت : " سابقنى رسول الله ﷺ فسبقته ، فلبثت حتى إذا أرهقنى اللحم سابقنى فسبقنى ، فقال : هذه بتلك . "

وعن سلمة بن الأكوع أن رجلا من الأنصار لا يسبق* ، فأخذ يتحدى الناس أن يسابقوه إلى المدينة ، فقام له سلمة بن الأكوع واستأذن من الرسول ﷺ فسابق الرجل حتى سبقه ابن الأكوع إلى المدينة ، وقال الرسول ﷺ : « خير رجالنا سلمة بن الأكوع » .

وعن طريقة الرسول ﷺ فى المشى يقول أبو هريرة : " ما رأيت أحدا أسرع من رسول الله ﷺ فى مشيه ، وكأنما الأرض تطوى له . . . إنا لنجهد أنفسنا وهو غير مكترث . . . "

وتدل كذلك أوصاف الرسول ﷺ على قوة بنيته ومتانة تركيبه ، فقد جاء فى كتاب الشفاء للقاضى عياض عن أوصاف الرسول ﷺ بأنه : كان واسع الصدر ، عظيم المنكبين ، ضخم العظام ، عبل العضدين والذراعين والأسافل ، رحب الكفين والقدمين ، ربه القد ، ليس بالطويل البائن ولا القصير المتردد .

ومن ثم فقد كان رسول الله ﷺ مثلاً يحتذى به فى ممارسة مختلف أوجه النشاط البدنى والرياضات التى كانت معروفة وشائعة فى ذلك الوقت .

(*) سريع العدو .

ومن أقوال الرسول ﷺ خير دليل على أن الإسلام كان يهتم بالمنشط البدنية وذلك من أجل العناية بالبدن ومن أجل دفع العدوان .

والتربية الإسلامية تهدف إلى العمل من أجل الدنيا، كما تهدف إلى العمل من أجل الآخرة ومن الأحاديث الشريفة التي تدل على ذلك .

- "ليس خيركم من ترك الدنيا للآخرة ولا الآخرة للدنيا ، ولكن خيركم من أخذ من هذه وهذه " .

- " اعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا واعمل لآخرتك كأنك تموت غدا " .

- " الهوا والعبوا فإننى أكره أن يرى فى دينكم غلظة " .

فالإسلام يولى الجانب المادى عناية لا تقل عن تلك التى يوليها للجانب الروحى من خلال الموازنة بين جوانب الإنسان المادية والروحية .

وفيما يلى توضيح لأهم اتجاهات التربية الإسلامية فى العصور الوسطى وفقا لما يراه سيد ابراهيم الجيار :-

- امتزاج العلم بالعقيدة : وذلك حتى يكون العلم نافعا وموجها لفعل الخير .

- ربط العلم بحاجات البشر : من أجل إشباع الهدف الدينى والدينىوى فى آن واحد .

- الإشادة بالعقل : لأنه وسيلة العلم والمعرفة والأداة الرئيسية لبلوغهما .

- الاعتراف بالفردية : مع تأكيد أهمية خصائص النمو المختلفة فى العملية التربوية .

- الاهتمام بعلوم الدين والدنيا : مع ترجيح كفة العلوم الدينية على العلوم الدنيوية .

خاتمة

من دراستنا للتربية البدنية فى العصور الوسطى يتضح اختلاف الاهتمام بها فى أوروبا وفى الحضارة الإسلامية، وذلك كان مرجعه إلى العقائد الدينية والفلسفات التربوية التى كانت سائدة فى تلك العصور .

ففى العصور المظلمة (Dark Ages) فى أوروبا قامت حركتان عملتا على وقف تيار انتشار النشاط البدنى وهما حركة التقشف وقهر الجسد وحركة الفلسفة اللاهوتية .

فقد أدى انتشار الديانة المسيحية إلى اعتراض معظم رجال الدين المسيحى على التربية البدنية ومع مرور الوقت عملت الكنيسة على حذفها من المنهاج الدراسى وعملت على عدم انتشار الكثير من الألعاب والرياضات .

ويُطلق على العصور الأولى للمسيحيين (عصور التهذيب المدرسى) حيث كان الاهتمام متجها نحو إصلاح المجتمع الوثنى ومهاجمة بشدة احتفالات المصارعة التى كانت تسبح فى بحار من الدم .

كما وجدت التربية المسيحية فى العصور الوسطى وسائل ناجحة لتحقيق أهدافها ومثلها العليا من خلال اتباع أسلوب حياة الرهبة الذى يهتم بالتقشف وبالزهد وبالعزلة وبالرياضة الروحية بهدف السمو بالروح والرقى الخلقى والإعداد للحياة الآخرة .

وبذلك سعت الديانة المسيحية إلى تدعيم وترسيخ فلسفة التقشف وقهر الجسد من أجل السمو بالروح والجنوح بها بعيداً عن الجسد، حيث يجب على الإنسان أن يقضى وقته وحيداً متأملاً مفكراً دون أن يهتم ببدنه .

ولذا فإن التربية البدنية لم تحظ بالاهتمام والعناية بها نتيجة لتلك الفلسفات والمعتقدات الدينية التى كانت سائدة فى تلك العصور .

أما فى نظام الإقطاع ، فقد كان يُهتم بالطفل من الناحية البدنية منذ سنوات عمره الأولى بغرض تنمية قواه الجسمية وذلك من خلال أدائه للتمرينات وتدريبه

على الرماية والقوس والتحطيب واللعب بالسيوف الخفيفة ورمى الأثقال . وكانت هذه الأنواع من التدريبات تتدرج فى الشدة مع التقدم فى سن الصبى .

وكذلك كان الصبى والشاب يتدرب كل منهما على العديد من أوجه النشاط البدنى .

كما كانت التربية فى عصر الإقطاع تهتم بتدريب الشباب على الفروسية لكى يحترموا التقاليد الإجتماعية والخلقية سواء فى الحرب أو فى الحياة . وكان الفرسان يقبلون على مسابقات الفروسية وعلى ممارسة الصيد والرقص . وكانت المبارزة والبرجاس من المسابقات التى يشترك فيها الفرسان وذلك بغرض الإعداد للقتال من خلال تنمية مهاراتهم فى فن الفروسية .

وبذلك نجد أنه تم الاهتمام بالتربية البدنية فى عصر الإقطاع وخاصة برياضة الفروسية لإعتبارها وسيلة هامة لاعداد المقاتلين وبما يتمشى مع النظم السياسية والاجتماعية التى كانت سائدة فى هذا العصر .

أما عن التربية البدنية فى الحضارة الإسلامية فقد اهتم المجتمع الإسلامى بها بهدف التربية الجسمية للمسلم ، وكذلك اهتم بالعديد من الرياضات . كما أشارت العديد من الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة والأقوال المأثورة إلى أهمية ممارسة المسلم للرياضة وإلى أهمية العناية بجسمه .

ومن أهم الرياضات التى أكدت عليها الآيات القرآنية والأحاديث النبوية والأقوال المأثورة الرماية، وركوب الخيل، والسباحة، كما أكدت على أهمية العناية والاهتمام بالبدن .

ويشار أيضا إلى أن الرسول ﷺ قد أصدر أول نظام عن الفروسية وقد طبق لأول مرة فى المدينة المنورة وأجرى أمام الرسول ﷺ .

كما كان رسول الله ﷺ مثالا يُحتذى به فى ممارسة مختلف أوجه النشاط الرياضى التى كانت معروفة وشائعة فى ذلك الوقت .

ويرجع اهتمام الإسلام بالتربية البدنية إلى دعوته إلى الاهتمام بالإنسان ككل من جميع الجوانب البدنية والروحية والعقلية .