

## المختصر الفلسفي للحياة البدنية في التاريخ العربي والإسلامي

أ. م. د اسماعيل خليل

معهد الادارة / الرصافة

أ. د احمد جواد التميمي

الكلية هلتقنية الادارية / بغداد

م . م يسى صفاء هن

الكلية التقنية الإدارية/ بغداد

### Abstract

#### Philosophical Perspective for Fitness in Arabic and Islamic History

Prof. Dr. Ahmed jawad al – Tamimi , Assist. Prof. Dr. Ismail khalil Ibrahim,  
Assist.lec. Yusra safaa Hassan.

The researchers at the forefront of the research mentioned the realization of mankind, since the ancient times, to the importance of physical fitness in this life and the overwhelming in many cases is because of it.

And after human societies have been formed test apart their functions and duties and their individuals developed intentionally their physical fitness via developing training methods and tactics. The Arabs as one of the nations on the earth have had their fitness concerns before and after Islam. The research problem represented in taking into account the issue of fitness previously did not exceed the mentioning evidences of practicing certain colors without searching in philosophical perspective which launched it. The objective of the research is identity the philosophical perspective. Role of fitness in Arabs and Muslims lives.

The researchers deled with Arab live in Arab peninsula before Islam and their interest in equestrian and horse in line with the nature of live that prevailed at that time. The obligations and duties of the Arab can not fulfill it without

**Fitness. Also, the researchers addressed what Islam brought the qualitative move in the live of Arabs of peninsula and the nature of relations between them. And the teachings of Islam and religious obligations and mudane prompted Muslims to go about sports which are the way to get the fitness to fulfill those obligations. The care of sport continued at the time of Caliphs and Umayyad dynasty, while it flourished in the Abbasid state, especially after the development of the science, philosophy, industry, and diversity of sports.**

**The main conclusions are the nature of Arab life in Arabian peninsula before Islam led them care about equestrian and their markets where an arena for exhibiting the capabilities , potentials and cavalry and skills . The attitudes towards sport have changed after Islam. Muslims based in their attitude to fitness to many Quranic verses and honest Hadith , and the sport of the philosophy of the Abbasid state which had drawn its features , the philosophers , thinkers , scientists and educations .**

### ملص البحث

تطرق الباحثون في مقدمة البحث الى ادراك الإنسان منذ القدم لأهمية اللياقة البدنية البدنية في حياته وان الغلبة في كثير من الاحيان تكون بسببها ، وبعد ان شككت المجتمعات البشرية وما افرزته من مهام وواجبات جديدة عمد افرادها لتتمية لياقتهم البدنية عن طريق تطوير وسائل التدريب واساليبه . العرب كأحى امم الارض كالت لهم كالت لهم اهتماماتهم باللياقة البدنية سواء في الجاهلية ام بعد الإسلام . وتمتت مشكلة مشكلة البحث في ان تناول موضوع اللياقة البدنية سابقا لم يتعد نكر شواهد ممارسة ممارسة بعض الوانها دون البحث في المنظور الفلسفي التي لطلت منه، وكان هدف البحث هدف البحث هو التعرف على المنظور الفلسفي لدور اللياقة البدنية في حياة العرب والمسلمين ، تناول الباحثون حياة العرب في الجزيرة العربية قبل الإسلام واهتمامهم واهتمامهم بالفروسية والخيال لسجاما مع طابع الحياة التي ساد في حينها ، وان التزامات ومهام العربي العديدة لايمكن الإيفاء بها دون لياقة بدنية ، كما تناول

الباحثون ما أحدثه الإسلام من نقلة نوعية في حياة عرب الجزيرة وطبيعة العلاقات بينهم ، وان تعاليم الإسلام والالتزامات الدينية والدنيوية دفعت المسلمين الى التوجه نحو الرياضة التي هي السبيل الوحيد للوصول على لياقة بدنية تؤهلهم للإيفاء بتك الالتزامات . واستمر الإهتمام بالرياضة في زمن لخلفاء الراشدين والدولة الأموية، بينما شهدت الرياضة ازدهارا ملحوظا في زمن الدولة العباسية لاسيما بعد تطور ميادين العلوم والفلسفة وصناعة ، وتنوع وتعدد الالعاب الرياضية .

وكلت ابرز الاستنتاجات أن طبيعة حياة العرب في الجزيرة العربية قبل الإسلام دفعتهم الى الإهتمام بالفروسية وان اسواقهم كلت ميدانا لاستعراض قدرات وامكانيات ومهارات الفرسان ، وان التوجهات نحو الرياضة تغيرت بعد الإسلام واستند المسلمون في توجههم نحو الرياضة للوصول على اللياقة البدنية الى العديد من الآيات القرآنية والاحايث النبوية الشريفة ، وان الرياضة كلت جزءا من فلسفة الدولة العباسية التي رسم ملامحها الفلاسفة والمفكرون والعلماء والتربويون

#### التعريف بالبحث :

#### ١-١ مقمة البحث واهميته :

ادرك الانسان منذ القدم اهمية اللياقة البدنية في حياته وذلك عن طريق معايشته اليومية لأخطار كالتحيطه من كل جلب وتهدد حياته واسرته ، وتنازعه المأكل والمأوى ، تلك المعايشة التي مثلت بداية طريق طويل من الخبرات والتجارب لم يكن امامه من خيار سوى استثمارها والافادة منها لضمان حياة اطول واكثر امانا له ولعائلته وتطويرها على وفق مستجدات مايعيشه ليعزز من فرص الإتيار في المذازلات ولصراعات ايا كان مصدرها او اطرافها .

لقد اكتف الانسان ان الغلبة في جس الاحيان للأهوى وان شيئا من شؤون الحياة للحياة لاينجز إلا عن طريق القوة فأدرك قيمتها ودورها وعمد على وفق ماهداه تفكيره تفكيره من سبل ووسائل الى تطويرها . واكتف ان في لسرعة في احيان اخرى نجاة ممن نجاة ممن لا قبل له بمواجهتهم فسعى ليكون اسرع ، وادرك من خلال ما مر به ان

ان زمن لصراع في جس المذازلات قد يطول وان عليه في ظروف معينة ان يجي  
يجي مسرعاً او ان يسير لمسافات طول مما اعتادها لينجو، وهذا يحتاج الى مطاولة في  
مطاولة في القوة والسرعة والعدو والمسير فعمد الى مايعينه على تطوير مطاولته  
وبعد ان شكلت المجتمعات البشرية الاولى نقل افرادها خبراتهم وتجاربهم لها ومنها  
مايتعلق بما اشرفنا له لكنها لم تكن كافية نظراً للمهام والوظائف والواجبات التي افرزتها  
الحياة الجديدة ووضعت امام تحدياتها فعمد لطلاقاً منها لتطويرها بما يؤهلها لأجازها كل  
هب دوره ومهامه وواجباته ، ورفق تطور وسائل التدريب واساليبه واهدافه وغاياته  
تطور للحياة ولم يصل عنها حتى يومنا هذا.

لقد استغنى الانسان عبر مسيرة حياته التي تمتد لآلاف السنين عن كثير من لظواهر  
والعادات والاساليب لكنه لم يستغن عن لياقته البدنية وكل ما له علاقة بتطويرها وايجاد  
افاق جديدة لاستثمارها تتجاوز هدف لصراع للمحافظة على الحياة الى اهداف اخرى  
كصحة والمنقصة الرياضية الشريفة وارساء القيم وتمتين الأواصر الإجتماعية  
والترويح .

ان العرب كأمة من امم الارض كلفت لهم اهتماماتهم باللياقة البدنية سواء في  
جاهليتهم او بعد الاسلام وكان لهم السبق في اضافات كان لها دورها في احداث نقلة  
نوعية ولاسيما في المجالين الفلسفي والعلمي ، وان الوقوف عليها يعد امراً مهماً لمعرفة  
جولب تلك الاهتمام والسبق وهو ما يؤكد اهمية البحث التي نحن بصده.

#### ٢-١ مشكلة البحث :

على الرغم من تطرق الجس الى موضوع اللياقة البدنية في حياة عرب الجاهلية وحياة  
العرب بعد الاسلام الا ان تناولهم للموضوع لم يتعد نكر شواهد ممارسة جس الوان  
الرياضة وسرد مقب لدوافع ممارستها دون البحث في المنظور الفلسفي التي لطق منه  
اهتمامهم بها وممارستهم لها وهو مادفع الباحثين لتناوله.

#### ٣-١ هدف البحث :

- التعرف على المنظور الفلسفي لدور اللياقة البدنية في حياة العرب والمسلمين .

١-٤ المجال الزمني :

المدة من ١/١١/٢٠١٢ لغاية ١٥/٤/٢٠١٣

٢- الجزيرة العربية قبل الإسلام

٢-١ حياة العرب في الجزيرة العربية قبل الإسلام

تنوعت حياة عرب الجزيرة العربية بين بدو طابعها الترحال والتنقل طلباً للمرعى ، ومدن سكنتها قبائل اعتمدت التجارة منها واليها سبيلاً لاقتصادها وعد بعضها مركز تجارية لعل من ابرزها مكة .

وعلى الرغم من فارق الحياة بين التنقل والاستقرار إلا ان قاسماً مشتركاً جمع بينهما هو لشجاعة وحب الفروسية ، فالبدوي التي يتنقل باهله وعشيرته وقطعان ماشيته كان عليه حمايتها من الصوص والضوري على حد سواء وهو مايفرض عليه التحلي بالشجاعة وإلا ضاع كل شيء ، والفروسية التي عليه اجادتها لمواجهة الآخرين من الفرسان في صحراء مترامية الاطراف .

اما سكان المدن فكان عليهم التهيؤ للغزو او لصد غزوات الآخرين من جهة وتهيئة وإعداد الفرسان الأشداء لمرافقة قوافل التجارة في ترحالها وحمايتها من قطاع لطرق الذين يتربصون بها شراً من جهة اخرى .

اننا لانعني ان حياة عرب الجزيرة التي كلت عبارة عن ترحال وغزو وقوافل تجارة تجارة ساهت لوحدها في توجههم نحو الفروسية التي ولعوا بها ولعاً شديداً ، بل كان كان هناك عمل اخر لا يقل عنه اهمية هو شموخ العربي وتطلعه للتفاخر والمباهاة ورفع اسم القبيلة عالياً فضلاً عن الوصول على ثناء لشعراء وإطرائهم وهم الذين طالما طالما تغنوا بالفارس والفرس على حد سواء . كان الالباء يغرسون حب الفروسية في في نفوس اولادهم فكان " الناشيء من ابنائهم لا يكاد يصل الى الثامنة من سنه حتى يحتم عليه ان يتعلم ركوب الخيل ويتدرب على فن الفروسية . والعرب كانوا منذ جاهليتهم فرساناً كما تجي الفروسية في عروقهم كما تجي الدماء في الجسم " (٧:٥٥)

(٥٥:٧) . قاد اهتمام العرب بالفروسية وسعيهم لإجادة فنونها الى اهتمام استثنائي بالخيول كيف لا ولا فروسية دون فرس ، فالفرس وفرسه يشكلون وحدة واحدة ويكمل ويكمل احدهما الآخر ، فضلاً عن ان شموخ الفرس وهيبته هي جزء مكمّل لشموخ الفارس وهيبته لذلك فإن عرب الجاهلية لم يكونوا " يهتمون بشيء من لحيوانات قدر قدر اهتمامهم بالخيول ، وكانوا يرون انه لا عز إلا بها ولا قهر للأعداء الا بسببها فكنت تنال تكريمهم الى درجة فضيلها على اولادهم وانفسهم ، وكان للفروسية والفرسان عند العرب في الجاهلية المقام الأكبر والمكانة الاولى بين العشائر والقبائل " (٩) .

ويرى الباحثون ان اهتمام عرب الجاهلية بالخيول لآبد وان امتد ليشمل تدريبها وتكاثر السلالات الأصيلة منها، فكما يحتاج الفارس الى التدريب البدني والمهاري والذهني تحتاج لخيول أيضاً الى تدريب بدني ومهاري وذهني لتستجيب لما يطب منها وليتوفق ادائها مع اداء فارسها ، وهم يعرفون لسابها وسلالاتها كما يعرفون لسابهم وسلالاتهم .

وبعيداً عن كل ماتقدم كان الفرسان يستعرضون قدراتهم وامكاناتهم ومهاراتهم في الأسواق التي كلت تقام في امكن عديدة من مدن الجزيرة وفي اوقات متفاوتة ، وكلت الخيول تجوي في حلبات السباق امام اعين الناس الذين يحرسون على متابعتها والاحتفاء بالفائزين فيها .

ان الإهتمام الإستثنائي بالفروسية من قبل عرب الجزيرة لم يطل دون اهتمامهم بتمامهم بشكل او باخر بأنواع اخرى من الرياضة وممارستهم لها " كالمصارعة والسباحة والتسليق وكذا ، وقد تفننوا في ذلك وجعلوا لكل واحدة منها شروطاً وتقاليد وتقاليد تدل على عنايتهم به وبراعتهم في اتقانه " (٣:٢٧٩) . واذا ما أمعنا النظر في انواع الرياضة المشار اليها نجدها تشترك مع الفروسية في انها تركز على الفردية الفردية في المنازلة ، بمعنى ان إمكانات الفرد وقدراته ومهاراته ولياقتها هي التي تحدد سير المنازلة ونتيجتها وفي هذا مدعاة اكبر للتفاخر والمباهاة مقارنة

بالمنازلات الجماعية التي قد يتحقق فيها الفوز فضل دعم وتعاون لحضاء الفريق او بفعل او بفعل ظروف قد تدير ظهرا احيانا للأجدر . والى جانب ما ذكرناه تميزت حياة عرب الجاهلية بمميزات هي مدعاة لفخر اضافي اذ كفت لشهامة والمروءة والإتصار والإتصار لضعيف والذود عن المرأة وسواها من مكارم الاخلاق .

كذلك تميز عرب الجاهلية بحبهم للترويح التي تناقلوه عن اسلافهم ، فالأسواق كانت ميدانا للترويح لما يدور فيها من شعر وفروسية ، وخارجها كان الترويح يشمل " صيد والرمي بالرماح والنبال لإظهار تمكنهم من فن الرمي ومستوى الدقة في الإصابة راجلين ام ركباناً " (٧٧:٤) .

## ٢-٢ اللياقة البدنية في حياة عرب الجزيرة :

تركزت لطبيعة ونوعية العلاقات الاجتماعية اثارها بوضوح على حياة عرب الجاهلية فكيفوا حياتهم استجابة لها وللمتطلبات التي فرضتها عليهم لذلك كان البدوي " محاربا باقطة ، مقاتلا شجاعا لا يبزه احد في استعمال القوس والحربة وغيرها من سلاح ، وقد كسبت لطبيعة البدوي صفات بيئته ، فهو ضعيف الوزن ، نيف البدن ، قوي نشيط ، يتحمل التعب والمشقات ، وعظيم لصر والاحتمال " (١٢١:٢) .

ويتفق الباحثون عند عبارات عدة منها ان البدوي كان ( محاربا باقطة ) وهنا نقول بعيدا عن لجلب المهاري ان المحارب بحاجة ماسة للياقة البدنية ، فالمحارب او التي يدرك ان حياته تحتم عليه ان يكون محاربا لا بد وان يضع اللياقة البدنية في صلب اهتمامه فمهما بلغت المهارة من تطور الا انها بحاجة الى لياقة بدنية ، واللياقة البدنية كما نعلم لا تخزن ولا سبيل الوصول عليها الا عن طريق تدريبات مستمرة وهذا ما يدفعنا الى القول ان التدريب الرياضي مثل محطة من محطات تكمل إعداد المحاربين .

كذلك عبارة ( قوي نشيط ) ، فالقوة التي هي من اهم لصفات البدنية لا يمكن تتميتها تتميتها وتطويرها الا عن طريق تمرينات تؤدي للتعب على مقاومة ، والنشاط وليد الحركة

وليد للحركة الدائمة وممارسة ممنهجة لأنواع عدة من التمرينات والالعاب الرياضية ، الرياضية ، وإيضاً عبارة ( يتحل التعب والمشقات ) فالتحل صفة بدنية ترتبط بصفات بصفات الأخرى ومركباتها ، وهي حصيلة لتدريبات خاصة تخفف شكلاً وضموناً عن وضموناً عن تدريبات القوة والسرعة . وإذا ما خلا الض اعلاه من اشارة الى صفة صفة السرعة فإن الباحثين يرون ان تلك لايعني اغفال البدوي لها ، فالفروسية واستخدام انواع متعددة من السلاح ومتطلبات القتال وما تفرضه ظروفه ، كلها عوامل عوامل بحاجة الى السرعة حاجتها الى القوة والتحل ، ومن هنا يمكننا ان نتطرق الى الى القول ان صفات القوة والسرعة والتحل هي ابرز لصفات التي يحتاج الفرد تنميتها تنميتها لتطوير لياقته البدنية ، وان من يسعى لتطوير لياقته البدنية عليه ان يهن هذه هذه لصفات وينميتها . بمعنى اخر ان البدوي ما كان له ان يف بهذه لصفات دون دون لياقة بدنية ادرك اهمية دورها في حياته بكل مظاهرها واشكالها وابعادها .

على الجانب الآخر فإن قوافل التجارة التي كلفت هب الحياة الإقتصادية لعرب الجزيرة ويكف بقيادتها اشراف القبائل العربية كلفت بحاجة ماسة الى من يؤمن سلامة ذهابها وعودتها ويحظ للأشراف الذين يقودونها سمعتهم ولأبناء المدن الذين ساهموا فيها بأموالهم وبضاعتهم نصيبهم من الربح والبضاعة وهي مسؤولية غاية في الخطورة والأهمية لتلك فإن اختيار من يتولى تلك المهمة لم يكن بالأمر اليسير " والغلب ان تعهد حراسة القوافل منذ يوم مغادرتها مكانها الى حراس اشداء اقوياء يحملون سلاحهم معهم لمقاومة المعتدين " (١٥٦:٥) .

ان لشدة والقوة واجادة استخدام سلاح بحاجة ماسة الى لياقة بدنية عالية دون ان نغفل حاجتها الى المهارة والحنكة والنكاء ، وان اللياقة البدنية لا تتطور عن طريق طريق لخمول والابتعاد عن الحركة بل تتطور عن طريق التدريب وارتفاع شدته بتقدم بتقدم فتراته مما يعني ان عرب لجاهلية كانوا يتدربون ادراكاً منهم لأهمية دور التدريب في تنمية لياقتهم البدنية التي هي عامل فاعل في تعزيز قدرتهم على



المواجهة والقتال وتحقيق الضرر وحفظ ماء وجه القبيلة وأشرفها امام الآخرين الذين الذين سلموها اموالهم وبضاعتهم املاً في تجارة مريحة .

اما الغزو التي كان سمة غالبية لعلاقة القبائل العربية مع بعضها فإن مادته الأساس هي اجادة القتال والمطاولة فيه لتحقيق الغلبة على الآخرين ، فالمسافات التي يقطعها الفرسان والمشاة وصولاً الى المكان التي تقرر غزوه وهم مدججون بالاسلحة ثم خوض المنازلة ساعة الوصول او اللقاء هي بحاجة الى لياقة بدنية عالية ليس من شك في ادراكهم لدورها ، اذ ليس من المنطقي ان تقطع البولي والقفار لتتزم ساعة اللقاء بسبب التعب . والإتصار في الغزوات او صدها يكب القبيلة شأناً كبيراً ويعطي من مكانتها بين القبائل لا بل يجعل الآخرين يحسبون لها ف حساب ، لذلك كالت القبائل تعد رجالها لساعات لقاء لا تنتهي وهنا نعود مرة أخرى لنشير الى دور اللياقة البدنية الايجابي والمهم في ذلك كله .

وكان تنوع تضاريس الارض التي سكنوها بين رمال وتلال وجبال والتي كان عليهم التنقل عبرها قضاء احتياجات حياتهم دور في تطوير لياقتهم البدنية لاسيما وان لكل من تلك التضاريس خواصه التي تخفف عن غيرها . لقد كان كل ما له علاقة بحياة البدوي في الجزيرة العربية يدور في جزء منه حول اللياقة البدنية ويؤكد الحاجة لها وليس من شك في انها كالت قاسماً مشتركاً لحياتهم وثقافة توارثتها الأجيال ولم يقضها ما حصل من تغيير في حياة عرب الجزيرة بسبب الاسلام .

### ٣ - الجزيرة العربية بعد الإسلام

#### ٣ - ١ عرب الجزيرة والإسلام

احدث الإسلام نقلة نوعية في حياة عرب الجزيرة ولس لمجتمع جديد عماده تعاليم الله تعاليم الله سبحانه وتعالى وسنة نبيه (صلى الله عليه وسلم) ومستثمراً للصلال ولسفات ولسفات والقيم الحميدة التي سادت ايام الجاهلية وتوظيفها بما يخدم المسيرة الجديدة الجديدة دينياً ودنيوياً مستهدفاً الإعلاء من كرامة الإنسان وعزته وتسخير امكاناته

وطاقاته لمرحلة جديدة من البناء المجتمعي من جهة ونشر الإسلام الى العالم من جهة  
جهة اخرى .

شهدت العلاقات الاجتماعية تغيراً جذرياً فلم يعد هناك سادة وعبيد بل اصبح  
لجميع سواسية لا يتميز احدهم عن الآخر الا بإيمانه و إخلاصه وعمله من اجل دينه  
ومجتمعه ، وسادت الاخوة بين افراد المجتمع الكبير بدلاً من الغضاء والتناحر والتعب  
القبلي ، وانتهت سنوات الغزو وثقافته فلم يعد العربي يغزو اخاه بل اصبح مدافعاً  
عنه وذائداً عن ماله وعرضه ودينه ، واصبح العمل الجماعي من اجل اهداف مشتركة  
قاسماً لحركة افراد المجتمع ، وشهد مجتمع الجزيرة تماسكاً لم يعهده افراده من قبل فباتوا  
وحدة واحدة بعد ان كانوا شيعاً واحزاباً ، وساد الإضباط والإلتزام حياة الناس بعد  
سنوات الفوضى والانفلات ، وطمت قيم وتقاليدهم كالتقاليد كالتقاليد وتقاليد  
سامية ترتقي بالإنسان وتعلي شأنه ، وتوحدت القيادة بشخص النبي (صلى الله عليه  
وسلم) وشخص للخلفاء الراشدين من بعده ( رضي الله عنهم اجمعين) بعدما تعددت  
القيادات وتنوعت ، وحل العدل بدل الظلم والجور ، وتحطت الاصنام ليعبد الجميع الهاً  
واحداً لا شريك له .

وتغيرت التوجهات نحو الرياضة اسوة بكل ما سقت الإشارة اليه من تغيرات ، الا  
ان الاهتمام بها ازداد تسجماً مع ما بات ينتظر المسلمون من مهام وواجبات دينية  
ودنيوية ، وتصادح الفروسية والخيول بين عرب الجزيرة بعد ان "شجع الرسول على  
اقتناء الخيل وجعلها من فضل ما يكسب الانسان ، وجعل لخير معقود بنواصيها فقال لخير  
معقود في نواصيها لخير الى يوم القيامة " (٦:١٦١)

لقد بدأ مع فجر الإسلام في الجزيرة العربية عهد جديد ، ارضه ذات الارض لكن  
الإنتماء لها اصبح سمة ساكنيها بدلاً من الإنتماء لبقعة محددة منها ، وافراده ذات  
الأفراد لكنهم يدينون بفكر جديد غير دولخل نفوسهم الى اتجاهات لم يألفوها من قبل ،  
عهد مثل بداية لصفحة جديدة من تأريخ العرب والإنسانية .

٣-٢ الإسلام والديانة البدنية :

٣ - ٢ - ١ اللياقة البدنية في صدر الإسلام :

يكل تطوير لصفات البدنية حياة فضل للإنسان في الميادين كافة لأنها تمكن بدنه من القيام بكفاءة بكل ما يطب منه القيام به وفي هذا تعزيز وتوقير للبدن ومكانته ، وللإنسان وقيمه وهو الذي كرمه الله سبحانه وتعالى على سائر خلقه وسخر له كل ما حوله ليحيا بما يتناسب وتلك القيمة والمكانة ، وبكس تلك فإن ضعف البدن وخواره يوقع الإنسان في محطات هوان ويجعله بحاجة لغيره في صغير الامور وكبيرها .

جاء الإسلام بنظام حياة ديني ودنيوي ولكل منهما التزامات وواجبات لا بد من القيام بها والايفاء بمتطلباتها ، ففي مجال الدين فرض الإسلام على المسلمين لجهاد في سبيل الله لشتر الدين بين سائر البشر ومن المفق عليه ان الجهاد يتطب استعدادات بدنية ومهارية تمكن المجاهدين من الإلتصار في معاركهم لذا كان من المهم جداً ان يتمتع المجاهدون بلياقة بدنية جيدة تعينهم على تحقيق اهدافهم ، وهذا يتطب دون شك تدريبات بدنية مستمرة لتنمية لياقتهم البدنية من جهة والحفظ عليها من جهة اخرى لاسيما وان اللياقة البدنية لا تختزن كما هو معروف .

كذلك فإن التدريبات البدنية تلك ولكي توتي ثمارها لابد وان تنفذ بطريقة علمية ومنهجية اذ ان التدريب العشوائي لا يوصل الى الهدف المتوخى منه وهم على علم ودراية بتلك اذ ان لخبرات الخاصة بهذا الامر لبيت بلجديدة عليهم لانهم تناقلوها جيلاً جيلاً بعد جيل في ايام جاهليتهم واستمرت معهم بعد اسلامهم . واذا اضفنا لما تقدم المسؤولية التي بات المسلمون يتحملونها امام الله سبحانه وتعالى لشتر دينه وامام نبيه نبيه (صلى الله عليه وسلم) وامام اخوانهم من غير القادرين على لجهاد وامام انفسهم بعدهم حملة راية الدين لجديد توضح امامنا سعيهم ليكونوا بلياقة بدنية جيدة لا لا تؤهلهم لمواجهة الآخرين فهب بل الإلتصار عليهم ، فالإلتكسار في المعارك سيلقي سيلقي بضلال سلبية عليهم من ابرزها لفسار رقعة الدين لجديد ، وشجيع الآخرين على

الآخرين على مازلة المسلمين حتى في غر دارهم لاسيما بعد ان تبين سمو تعاليم الإسلام وسعيه للمساواة بين البشر والحد من طغيان وظلم وجشع لحاكمين .

ويمثل قول الله سبحانه وتعالى في كتابه الكريم ﴿ واعدوا لهم ما استطعتم من قوة ﴾ (١) دعوة صريحة وواضحة للإعداد والتهيئة والاستعداد لمواجهة أعداء الله وأعداء المسلمين ، والإعداد هنا لابد وان يمر عبر بوابة التدريب التي لا سبيل سواه للارتقاء بقدرات المسلمين الذين ليس امامهم سوى تنفيذ ما امرهم الله به . كذلك حيث الرسول (صلى الله عليه وسلم) "المؤمن القوي خير من المؤمن لضعيف وفي كل خير " التي يرجح كفة المؤمن القوي ، فالإيمان التي يمنح المسلم القوة الروحية بحاجة الى قوة بدنية تقف بوجه أعداء الإيمان لتتكامل بها عناصر الإيمان كما ارادها الله سبحانه وتعالى ونبيه (صلى الله عليه وسلم) .

على لجلب الآخر فإن لحيث عن لجهاد والاستعداد له وتهيئة مستلزماته ومنها البدنية لم تكن تعني ابدأ ان يتحول المسلمون الى قوة غاشمة تستعبد الأمم الاخرى بل ان تستثمر تلك القوة في اشاعة العدل ونصرة المظلوم وتحقيق المساواة بين الناس.

ولأن بدن الانسان خلقه الله سبحانه وتعالى وابدع في خلقه فقد فرض علينا اكرامه وحفظه قوياً سليماً معافى وفي تلك جاء في القرآن الكريم : بسم الله الرحمن الرحيم ﴿ لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم ﴾ (٢) ، ومن بين وسائل اكرام البدن جعله قوياً فضغفه ووهنه بسبب اهمال المسلم له يحط من قدر ومكانة الفرد اذ يجعله باستمرار في حاجة لسواه بكل ما يتعلق بحياته من صغير الامور وكبيرها وفي هذا الكثير من المهانة والاذلال للمسلم التي يريده الإسلام قوياً عزيزاً مقتدرًا شلماً ابياً يؤدي ما عليه لدينه ودينه .

وأوجب الإسلام على المسلمين اداء فريض عدة من بينها لصلاة والحج ولصيام وهي ولصيام وهي بمجملها بحاجة الى بدن قوي مؤهل للإيفاء بها ، فلصلاة تضمن حركات حركات رياضية كالثني والمد والحني لأجزاء ومفاصل عدة من لجسم كلجذع والساقين

والساقين والذراعين والرقبة ، ولكي يؤدي المسلم لصلاة لخصه اوقات في اليوم فلا بد ان فلا بد ان يعينه بدنه وبخلاف تلك فإنه اما ان يتخلص عن اداء صلاة او ان يؤديها بتكسل او الإستعانة بوسائل مساعدة لم يحرمها الدين لكنه اباحها للعاجز والسنن وليس وليس لصحيح البدن . وتشتمل منسك لحج على لسير لمسافات طويلة ، والحج والرمي والرمي وهي منسك يحتاج اداءها الى قدر من اللياقة البدنية ولا بد من ان يستعد لها لها الحاج قبل الإقدام عليها .

ويحتاج لصوم الى بدن يتحمل اعباءه من جوع وهش واداء لصلاة وقيام لليل فضلاً عن استمرار الفرد في اداء واجباته واعماله اليومية . ان استمرار هذا الحال لشهر كامل يحتاج دون شك الى بدن قوي ولمطولة تعينه على اداء الفريضة وما يرافقها بالشكل الذي ينبغي اداءها فيه .

ان خير من يمكن ان نشير له كقدوة تتمثل فيه كل ما اشار الباحثون له هو الرسول محمد (صلى الله عليه وسلم) فهو الاسوة لحنه لأمة بص القرآن الكريم اذ كان يتمتع بلياقة بدنية وقدرة على التحمل ولصبر لم يضاويه فيها احد " ولكي ندرك قابلية الرسول البدنية يكفي ان نعلم انه قاد بنفسه سبعاً وعشرين غزوة كلها بعدما تجاوز الثالثة والخمسين من عمره ، وان صحابته كانوا يلجأون اليه وهم يخفرون لخنق حول المدينة كلما صادفوا صخرة قوية صعب عليهم تحطيمها وما اسرع ما كلت تتفتت تحت ضربات مطرقة القوية " (٢٥٠:٦) .

وفي ميدان الدنيا هناك الكثير التي ينتظر المسلم وفي مقدمته العمل واعمار الارض ، فالمسلم مادام قادراً فان عليه العمل لتصيل رزقه ورزق عائلته والا فانه سيكون عالة على مجتمعه وهذا ما يفضه الإسلام وينكره ، وليس ادل على تقدير الإسلام للعمل من انه عده نوعاً من العبادة ليرتقي به ويدفع المسلمون نحوه . والعمل بخس النظر عن طبيعته ونوعيته فهو بحاجة الى جسم صحيح سليم وقدر من اللياقة البدنية يمكنه ليس من اداء العمل فهب بل الاستمرار فيه طالما كالت هناك حاجة له .

كذلك فإن العمل لا يعود بالنفع على الفرد قطبل على المجتمع بأسره ليجعله مجتمعاً منتجاً يوفر حاجاته بجهود افراده بدلاً من اعتماده على ما يرد اليه من المجتمعات الاخرى . وبخلاف ذلك فإن الخمول والتقلص والاعتماد على الغير والإتكال عليه يتسبب في اذلال الفرد والخط من قدره ، ورهن مصير المجتمع وارادته بمجتمعات اخى واضعافه وسلب مصادر قوته وخيراته .

كذلك فإن العمل هو لسبيل الوحيد لإعمار الارض التي عده لخلق سبحانه وتعالى من بين مهام وواجبات الإنسان ومن بين اسباب خلقه ، واعمار الارض يضمن بناءها وتحسينها وتطويرها وهذه العملية تحتاج الى تظفر عوامل عدة من بينها اجسام وسواعد قوية وليس من شك في ان ممارسة الرياضة هي المصدر الأساس للوصول على القوة واللياقة البدنية .

والإسلام يريد للمجتمع المسلم ان يتمتع ابناؤه بصحة اذ ان نقشي الامراض واعتلال الابدان يوهنان المجتمع ويحولان دون اداء دوره في التقدم والبناء والتطور والدفاع عن سيادته وكرامته ومن المؤكد ان للياقة البدنية دور فاعل في مقاومة المرض ومواجهته والحد من تفاقم اثاره السلبية على البدن ، وفي ذلك يقول الرسول محمد صلى الله عليه وسلم ) (( من اصبح معافى في جسده، آمناً في سربه ، عنده قوة يومه ، فكأنما خيرت له الدنيا )) ، ولو توقفنا عند كلمة معافى لوجدنا انها تعني لغوياً دفع العلة والبلاء والسوء ، والعافية هي لصحة التامة . ان دفع العلل والتمتع بصحة التامة لا يتحقق من فراغ بل هنالك مقومات تقود اليه ومن بينها ممارسة الرياضة ، واذا ما جمعنا بين هذا الحث وشجيع الرسول صلى الله عليه وسلم ) وحثه المسلمين على ممارسة الرياضة ، نجد ترابطاً واضحاً بينهما وان بإمكاننا القول ان صل هذا الترابط هو علم النبي صلى الله عليه وسلم) بدور الرياضة وعلاقتها بصحة الإنسان .

ان جميع ما أشرنا له من شؤون الدين والدنيا لا يقصر على الرجال البالغين بل يشمل جميع افراد المجتمع من لصغار والكبار ، الرجال والنساء ، لذلك فرض لهم

لهم الرسول (صلى الله عليه وسلم) نصيب في الرياضة ، فالمجتمع لايعني الكبار فقط ، قط ، او الرجال دون النساء ، فالجميع افراد فيه وان اختلفت ادوارهم ومهامهم وواجباتهم ، فصغار هم المستقبل ولا بد من إعدادهم والإهتمام بهم ، والكبار هم بناءة لحاضر والمستقبل القريب والمدافعون عن الدين والارض والعرض ولا بد من ان من ان يكونوا مؤهلين لتلك ، والنساء هن مربيات الأجيال والقائمات على شؤون الأسرة الأسرة ولا سبيل لإعداد اجيال المستقبل دون امهات قادرات على اداء رسالتهن كما كما ينبغي ، والقاسم المشترك بين كل ما اشرفنا اليه ومن اشرفنا لهم هو الرياضة .

وعندما آل الامر الى لخلفاء الراشدين (رض) فإن اهتمامهم بالرياضة وأن يتمتع المسلمون بقدر من اللياقة البدنية يعينهم على الإيفاء بما هو موكل لهم ، تلك الإهتمام لم يقص بل ربما ازداد تسكاً منهم بنهج الرسول (صلى الله عليه وسلم) من جهة ، وادراكاً لمتطلبات المرحلة الجديدة من حياة الامة الإسلامية سواء المتعلق منها باستكمال بناء الدولة التي وضع لسها وقواعدها الرسول (صلى الله عليه وسلم) وبناء الفرد المسلم والإيفاء بمستلزمات شر الدين الإسلامي في بقاع الارض كافة ، وكلها مهام تتطو من بين ما تتطلبه الإعداد البدني للجميع لتلك لم يكن مستغرباً ان تبني الدولة يصل الإسلام الى مشارق الارض ومغاربها وهو تأكيد حي لنوعية وطبيعة التأهيل البدني التي كان عليه المسلمون وقتذاك .

### ٣ - ٢ - ٢ اللياقة البدنية في زمن الدولة الأموية :

استمر اهتمام خلفاء بني امية بالرياضة ، ولعل استثمار الرياضة في مجالي الإعداد العسكري والترويح كان طاغياً على ما سواهما من مجالات وان كان تلك لايعني اهمال المجالات الأخرى ، ومما لاشك فيه فإن الفتوحات التي قتت في زمن الدولة الأموية انما تحقت فضل لجيوش المؤهلة لتحقيق النصر في معاركها تلك التأهيل التي يشمل جوبل عديدة من بينها الكفاءة البدنية للمقاتلين والتي تعد من بين العوامل الحاسمة في صمود المقاتلين وهزيمة الأعداء .

ان لحيث عن اهمية اللياقة البدنية الجني لا تقصر فقط على ظروف القتال بل تمتد لتشمل ما قبل تلك ونعني تحمل لجني لمساق التنقل من مكان لآخر لاسيما وان التنقل كان يتم سيراً لجنس لجنس وعلى ظهور الخيل للجنس الاخر ، كذلك تحمل متغيرات لجنس ولصمود بوجهها من حر او برد ، وتحمل ظروف العيش في المعسكرات والتي قد تمتد احياناً لفترات طويلة .

ان الإعداد البدني الذي تحدث عنه يجب ان يتم في وقت السلم ، او قبل تحرك لجنس لمهامها بفترات زمنية ومن هنا يرى الباحثون واستناداً لما تم من فتوحات ان الإعداد البدني للجنس كان يأخذ حيزاً من اهتمام الخلفاء والقادة العسكريين ، وكان يتم بطريقة ممنهجة ومدروسة على يد افراد مؤهلين للقيام بالمهمة غير اليسيرة تلك . ان ما تقدم ينطلق من وجهة نظر الباحثين ادراك ووعي لأهمية الإعداد البدني واللياقة البدنية في تأهيل المقاتلين وعدهما من العناصر الرئيسية للإتصار .

اما الإهتمام بالترويح ولا سيما المتعلق منه بالخيول وسباقاتها فانه يصب أيضاً في قناة اللياقة البدنية اذ ان ممارسة اية لعبة رياضية قصد الترويح لا بد وان تسهم في تطوير اللياقة البدنية للفرد التي هو بحاجة لها لممارسة الرياضة جنس النظر عن دوافع واسباب ممارسته لها وليس بالغير الإهتمام بالخيول وسباقاتها لانه اهتمام متوارث عن الالباء والاجداد ومن هنا كان " اهتمام الخلفاء والقواد بهما واخذوا يستكثرون من لخبول ويتفننون في تضميرها ، كما ولعوا بسباقات الخيل وتشتوا لها ميادين عديدة اهمها الميدان في الرصافة من ارض لشام ، فضلاً عن ممارستهم لرياضة لصيد كوسيلة للترويح واتقان مهارات الرمي بالاسلحة المختلفة " (٨:١٧٢).

ان الإشارة الى ممارسة الخلفاء والقواد للفروسية لايعني ابداء اهانها عليهم دون بقية الناس الذين يمثلون المادة الأساس للعمل والبناء ولجهاد ، ويرى الباحثون الباحثون ان عامة الناس كلت تمارس الفروسية ومايرتبط بها الى جلب لعبات



رياضية اخرى من بينها الرمي ولصيد قصد الترويح ، فما يمارسه الحكام اياً كانت كلت صفتهم من لعبات يستمد من اللعبات لشائعة في بلدانهم والتي تمارسها شعوبهم شعوبهم وهم جزء منها ، وان ما يمارسه الحكام يمكن ان ينتقل الى عامة الناس ليمارسوه بدورهم وان كان الهدف منه الترويح . ان ممارسة الرياضة قصد الترويح الترويح لا يخلو من تأثيرات ايجابية على لياقة الفرد ، ولا يمكن ان يتم دون تمتع الفرد بقدر ما من اللياقة البدنية ، بمعنى آخر ان ممارسة اللعبات الرياضية بهدف الترويح يجب في جلب اللياقة البدنية وتطورها مهما كان حجم تلك التطور ونوعه . ان ونوعه . ان ما يريد الباحثون بيانه هنا ان الترويح لايعني اللهو واضاعة الوقت والتلخص من ضغوط حياة قهطبل له اثار ايجابية على صحة الفرد وتحسين لياقته البدنية لياقته البدنية وهي ميزة قد يجهلها قطاع لا يستهان به من الناس .

### ٣ - ٢ - ٣ اللياقة البدنية في زمن الدولة العباسية :

ساهم التطور الحضري في زمن الدولة العباسية في ازدهار ميادين الحياة كافة ومن بينها الرياضة ، وليس مغالاة القول انها كلفت - لي الرياضة - من بين عوامل ومقومات تلك التطور، فتأثير مجالات الحياة بعضها في البعض الاخر امر لايمكن اغفاله او نكرانه وليس من حضارة ترتقي بمجالات حياتية دون اخرى فالرقي لايتحقق الا اذا كان البناء متوازناً وشاملاً ويخدم كل مجال من مجالاته المجالات الاخرى ، لذلك ( تنوعت منطلقات ممارسة الرياضة ما بين عسكري يهدف إلى إعداد المسلم للجهاد ، وصحي يسعى للحفاظ على صحة المسلم ليتمكن من القيام بما عليه من واجبات وأعباء دينية وحياتية ، وترويحي يخرج بالفرد من لسياقات الثابتة التي تحتويها مفردات يومه ، ويمثل تنوعاً مشروعاً لها . ونشاط علمي تناول فلسفة الجسم ووظائف عضائمه وتغذيته ، والإصابات الرياضية التي تلحق به وعلاجها ، وتربوي يبحث في موقع التربية الرياضية وقيمتها داخل المنظومة القيمية للمجتمع ، وأهمية التوجه نحو الأبناء بأعمار مبكرة لما له من أثر ايجابي في تراكم البناء القيمي لسليم للأفراد ) ( ٤ : ٨١ ) .

ان مايريد الباحثون قوله هنا ان التطور في ميادين العلوم ولطب ولصناعة والفلسفة والزراعة وسواها ساهم في تطور الرياضة وترسيخ ايمان الناس بفوائدها واهميتها لتلك توجهوا بمخلف شرئهم نحو ممارستها ، ولا يفوتنا هنا ان نشير الى ان هناك دوافع اخرى مضافة منها الرفاهية التي عاشها الناس في تلك الزمن فكانت دافعا لممارسة الرياضة ، وكذلك ممارسة الخلفاء للعديد من لعباتها وشغفهم بها وإنفاق الأموال لطائفة على ميادينها وملاعبها وشجيع عامة الناس على ممارستها وتكريم لبطالها والمبرزين فيها وإغداق المكافآت عليهم ، وهما امران كان لهما دور مؤثر لا يقل عن ما سبق ذكره من اسباب ودوافع .

كذلك تنوعت اللعاب الرياضية بدءاً من الفروسية مروراً بالمصارعة والسباحة والعدو ورمي السهام ولشطرنج ولصولجان وانتهاء بلعبة رمي البندق ، ولا شك في ان هذا الكم الكبير من اللعاب استقطب اعداداً كبيرة ولا سيما لشباب مما يعني ان الفئة التي تشكل ضمانة المستقبل كلت صحيحة الأبدان وعلى قدر من اللياقة البدنية دون ان يعني ذلك ان بقية الفئات لم تكن كذلك ومما يؤكد مذهبنا اليه توسع رقعة الدولة العباسية فضل الفتوحات التي تستلزم تهيئة جنود مقاتلين تم إعدادهم بدنياً ومهارياً للقتال ، وشموخ وتميز البناء في شتى الميادين والتي يتطب سواعد ولجسام تقوم بأعبائه ، وعقول ابدعت وعلت الدنيا ولا احد ينكر دور الرياضة في ابداعها استلهاماً لمقولة ( العقل لسليم في لجسم لسليم ) والتي يرى الباحثون ان التفوق للضلي في زمن الدولة العباسية قد جسدها في مجالي النظرية والتطبيق .

ومما يستحق الإشارة له هنا ان متغيراً نوعياً في دفع الناس لممارسة الرياضة ظهر في زمن الدولة العباسية هو اتفاق اراء الفلاسفة والاطباء والتربويين على اهمية الرياضة في حياة الناس ، وحثهم على ممارستها وابرز اثارها الايجابية على مجمل مفاصل حياتهم .

ونظراً للرقى العلمي التي ساد بين الناس في تلك الفترة فان وقع تلك الدعوة عليهم كان ايجابياً بشكل كبير جداً لم يقصر على زيادة أعداد ممارسي الرياضة فهب بل شمل تعدد اللعاب الرياضية وبشكل غير مسبوق مقارنة بالفترات الزمنية لسابقة واصبحت ممارسة الرياضة تتم عن قناعة تستند الى العلم وليس الى الارث القبلي والمجتمعي .

ان تنوع اللعاب الرياضية يسهم في استقطاب اعداد اكبر من الناس نحو الرياضة مما يعد سبيلاً مهماً لتمتع مجاميع كبيرة من السكان من مخف الأعمار ومن كلا الجنسين بقدر من اللياقة البدنية يتناسب وحال وحاجة كل منهم لها وهو ما يوصل في النهاية الى شعب يتمتع بصحة والقدرة على العمل والإبداع والإبتكار والإنتاج والدفاع عن الوطن .

لم تقصر مساهمة العلماء والاطباء والفلاسفة على حث الناس على ممارسة الرياضة قط لكنها وضحت دورها في حياة الاطفال وما يقدم لهم منها وما يسمح لهم بممارسته من لعباتها في اوقات راحتهم او خلال فترات دراستهم ، والتناوب بين اللعب والدراسة ، ومراعاة شدة الحمل وبما يتناسب ونمو العظام والمضلات والمفاصل ، ودور النشاط في اقبال الاطفال على الدراسة ، وبذلك يتحقق التناغم بين الدراسة والرياضة .

وشملت مساهماتهم وضع لمس تدريب الرياضيين ومرحل التدريب ومحطاته وادواته وطرق علاج الإصابات الرياضية والكثير سواها من القواعد التي تنظم ممارسة الرياضة دون ان تغفل نصيب عامة الناس .

ويؤى الباحثون ان بإمكانهم القول ان الرياضة كلت جزءاً من فلسفة الدولة التي رسم ملامحها الفلاسفة والمفكرون والعلماء والتربويون بعيداً عن الاجتهادات والاهواء ، ووضعتها خلفاء بني العباس موضع التطبيق وأولوها اهتماماً وعناية لم تحض بهما سابقاً ، واستثمروها ايجابياً في بناء حضارة شعت على العالم بأسره وما زلت بصماتها واثارها شلخصة الى الان .

#### ٤ - الاستنتاجات

- \* دفعت طبيعة حياة العرب في الجزيرة العربية قبل الإسلام الى توجيههم واهتمامهم بالفروسية الى الحد التي بت فيه جزءاً لا يتجزأ من حياتهم .
- \* قاد اهتمام العرب بالفروسية الى اهتمامهم ورعايتهم وعنايتهم بالخيل وتدريبها وتكاثر سلالاتها الأصيلة .
- \* كلت اسواق العرب في جاهليتهم ميداناً لاستعراض قدرات وامكانيات ومهارات الفرسان .
- \* لم يجل الاهتمام الكبير بالفروسية دون ممارسة عرب الجاهلية للعديد من اللعبات الرياضية كلسبحة والصارعة والتسليق كضاً .
- \* مثل الغزو وصد الغزوات وحماية قوافل التجارة والتفاخر والمباهاة أهم دوافع ممارسة الرياضة عند عرب الجاهلية .
- \* ان ممارسة الرياضة بما يكفل تحقيق الأهداف اعلاه لابد وان يمر عبر بوابة اللياقة البدنية .
- \* شهدت العلاقات الإجتماعية بين القبائل العربية تغيراً جذرياً بعد البعثة النبوية .
- \* ان التوجهات نحو الرياضة تغيرت بعد الإسلام اسوة بالتغيير التي طال نواحي للحياة كافة .

\* رسخ الإسلام مبادئ الفروسية والإهتمام بالخيال بين عرب الجزيرة ونقله الى سائر لشعوب التي دخلت الإسلام فيما بعد .

\* حث الإسلام الإنسان على الإهتمام ببدنه وتوقيره لأن الله سبحانه وتعالى كرمه ، ولأنه المكف بأداء المهام والواجبات المطلوب من الفرد اداءها لتسيير شؤون حياته العامة والخاصة .

\* ان الإسلام كظام ديني وديني فرض على المسلمين مهام جديدة من بينها الجهاد واداء العبادات والعمل من اجل بناء الأرض واعمارها وان يكون لكل المسلمين دور في تلك وهذه المهام لابد للقيام بها من لياقة بدنية .

\* ان التمتع بلياقة بدنية جيدة للإيفاء بمتطلبات الحياة وواجباتها الدينية والدنيوية لا يتحقق الا عن طريق تدريب يتم بشكل علمي ومنهجي بعيداً عن الإرتجال والعشوائية .

\* استند توجيه وتوجه المسلمين نحو الفروسية وللوصول على اللياقة البدنية الى العديد من الايات القرانية والاحايث النبوية لشريفة .

\* لم تقصر توجهات الدين الإسلامي على فئة محددة من المجتمع بل شملت فئات المجتمع كافة صغبرها وكبيرها نساءها ورجالها اذ لكل منهم دوره في الحياة حاضرها ومستقبلها .

\* استمر الإهتمام بالرياضة في زمن لخلفاء الراشدين تسكاً بنهج النبي وسنة النبي (صلى الله عليه وسلم) .

\* تؤكد الفتوحات الإسلامية التي قت في زمن الدولة الأموية اهتمام خلفاء بني امية بالرياضة وان يتمتع جنود الفتاح بلياقة بدنية تؤهلهم لمشاق الجهاد ومتطلباته .

\* ان الترويج التي ظهر الإهتمام به في زمن الدولة الأموية صب أيضاً في تطوير اللياقة البدنية.

\* كان للرياضة دور واضح في التطور الحضري التي تحقق في زمن الدولة العباسية ،  
حاجة التطور الى مجتمع يتمتع بصحة واللياقة البدنية لتحمل اعباء بناء الحضارة .

\* ساهم تطور العلوم والفلسفة والزراعة والصناعة في الإرتقاء بالرياضة وزيادة  
اهتمام الناس بها والتوجه لممارستها .

\* كان من بين ثمار التطور الرياضي التنوع التي شهدته اللعابات الرياضية وتعددها  
بدءاً من الفروسية مروراً بالسباحة والرمي وانتهاءً ببولجان ولتطرنج

\* ان تنوع اللعابات الرياضية وزيادة عددها يسهم في استقطاب أعداد اكبر من الناس  
نحو الرياضة ولاسيما قطاع الشباب .

\* ان الرياضة كلت جزءاً من فلسفة الدولة التي رسم ملامحها الفلاسفة والمفكرون  
والعلماء والتربويون ووضعتها الخلفاء العباسيون موضع التطبيق .

#### المصدر...إدار

##### ١- القرآن الكريم

٢- احمد سوسة ؛ العرب واليهود في التاريخ : ( بغداد ، دار الحرية للطباعة ، ١٩٧٢ ) .

٣- اسعد اطس ؛ لحياة الإجتماعية في القرنين الثالث والرابع . مقال منشور في مجلة المجمع العلمي  
العراقي . المجلد الثاني : (بغداد ، شركة النشر ولطباعة العراقية ، ١٩٥٢) .

٤- اسماعيل خليل ابراهيم ؛ لس فلسفة التربية الرياضية في العراق على ضوء  
الفهم الإجتماعي . اطروحة دكتوراه . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧ .

٥ - جواد علي ؛ تأريخ العرب قبل الإسلام . ج٨ . القسم الإجتماعي والثقافي :  
(بغداد ، مطبعة المجمع العلمي العراقي ، ١٩٥٩) .

٦- محمد هـن العيدروس ؛ الدولة الإسلامية الاولى . ط١ : (الاسكندرية ، دار الكتب  
الحديث ، ٢٠٠١) .

٧- محمد كل علي ؛ الرياضة البدنية عند العوب : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، ب.ت.) .

٨- مصطفى الرافي ؛ ضارة العوب في الصور الزاهرة . ط١ : (بيروت ، دار الكتب اللبناني ، ١٩٦٠) .

- ٩

**WWW.alwaei.com**