



بررسی پدیده ورزش از منظر اسلام

زهرا زهادت پور^۱، محبوبه بارانی^۲

۱- دانشجوی پزشکی عمومی، عضو کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران

۲- کارشناس تربیت بدنی

چکیده

از روزی که خداوند بشر را خلق فرمود، نیاز به ورزش و تربیت بدنی نیرومند و قوی از جانب این مخلوق به خوبی حس شد چه از جنبه دفاع شخصی و یا کسب معاش و چه از جهت مقابله و رویارویی با طبیعت پیرامونش. نیاز بشر به ورزش و تربیت بدنی در طول روزگاران همواره وجود داشته و هیچگاه نبود که انسان خویش را از داشتن بدنی سالم و قوی بی نیاز ببیند. هرچه زمان جلوتر می‌رفت به گونه‌های مختلف، انسان ضعیف از انجام اموری که توانایی لازم را داشته باز می‌تواند (هر زمان به مقتضای خودش) بعد از ظهر و ترویج شریعت اسلام که این دین همواره پیروانش را به داشتن بدنی سالم و قوی تشویق و ترغیب می‌کند، مسئله پرورش بدن به منظور برخورداری از روانی سالم در میان مسلمانان جایگاه ویژه‌ای یافت. امروزه شاهد گسترش رشته‌های ورزشی و اقبال مردم به ورزش می‌باشیم. میلیون‌ها نفر به امر ورزش مشغولند و میلیون‌ها نفر علاقه مند به رویدادهای ورزشی‌اند. با توجه به اهمیت تبیین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی، این سؤال مطرح می‌شود که اسلام نسبت به ورزش و ورزشکار چه دیدگاهی دارد؟ این مقاله می‌کوشد در حد بضاعت خود با استفاده از آیات و روایات به پاسخ این سؤال بپردازد. در این نوشتار به روش تحلیلی - توصیفی انواع ورزش‌هایی که در متون دینی مطرح شده مورد بررسی قرار می‌گیرد و اهمیت ورزش از جنبه‌های گوناگون بیان می‌شود. در ادامه، ویژگی‌های ورزشکار مسلمان و بایدها و نبایدهای اخلاقی در این زمینه مطرح می‌گردد.

واژگان کلیدی: ورزش، اخلاق، بایدهای اخلاقی، نبایدهای اخلاقی