

نقش اخلاق در تربیت بدنی و ورزش

علی شریعتی - کرج

چکیده

اخلاق یعنی نیرو و سرشت درونی انسان که غیر قابل مشاهده است اما به صورت رفتارهای عین و قابل مشاهده در انسان تبلور می یابد برخی صاحب نظران از اخلاق به عنوان صفات و ویژگی های شخصیتی نسبتاً پایدار و استوار در انسان یاد می کنند در این مقاله اختلاف معنادار بین گذراندن دوره های آموزشی اخلاقی مربیان اشاره شده است .

ضرورت توجه به آموزشهای اخلاقی برای ورزشکاران و مربیان و همچنین تدوین دروسی با عنوان اخلاق کاربردی در ورزش ضروری به نظر می رسد .

کلید واژه ها :

آموزش اخلاقی - مربیان ورزش - برنامه درسی .

مقدمه

ورزش و مسئولیت اخلاقی در ایران کهن همزاد و همراه بوده با رسالت و پاسداری از زندگی خانوادگی فرهنگی ، حقوقی ملی از یکسو و ایستادگی در برابر متجاوزات بیگانگان ، در هدفهای نظامی و جنگی از سوی دیگر بوده است .

دینشاه ایرانی ، هرودت ، گزنفون ، استرابون ، افلاطون ، پلوتارک و دیگر مورخین ایران و جهان به اتفاق نظر دادند که تربیت بدنی و اخلاق در خدمت پاسداری از قلمرو وسیع تربیت و ساخت جامعه صحیح و سالم بوده است . خصلت های پسندیده انسانی به مانند ایثار ، گذشت و جوانمردی را در مبارزات حق طلبانه در جنگ کفر و دین در حفظ شعائر بر حق اسلام و عقاید شیعه همراه با دلبستگی عمیق به آرمان های ملی و کسب استقلال ایران در جنگ با اعراب و تجلی مخلصانه و غرور آفرین داشته اند .

بنابراین همه آنچه در صحنه زدگی علمی و حیات فرهنگی ورزشکار آشکار میشود ناظر بر وجود نوعی اعتقاد و تفکر ویژه ، مجموعه ای از اصول که حراست آشکار می شود ناظر بر وجود نوعی اعتقاد و تفکر ویژه ، مجموعه ای از اصول که حراست از آن مردان معتقد را وا می دارد تا زندگی فرهنگی و مناسبات مادی خود را متناسب با آن اصول سامان دهند ، این تلاش برای ماندن در حوزه اعتقادات دینی ضرورت حراست از جغرافیای فرهنگی عمل به مقتضیات ویژه آن را موجب می شود .

اخلاق زیر مجموعه شخصی ارزش شناسی است ، اخلاق به تعریف خصوصیات و معیارهای اخلاقی کمک می کند و به عنوان پایه ای برای کد رفتاری فرد محسوب می شود ، با معیارهای اخلاقی سوال زیر را می توان پاسخ گفت که بالاترین معیار رفتاری که فرد باید برای نیل به آن تلاش کند چیست ؟ تقویت رفتار اخلاقی (۱) از مهمترین اعمال تربیت بدنی و ورزش است .

قصه پهلوانان و جوانمردان ، قصه جدال هیشگی میان نور و ظلمت و حق و باطل است . فراموشی عهد جوانمردان و عمل پهلوانان به منزله فراموشی شیوه ورزشی آنان و به مثابه فراموشی عهدی است که آدم ابوالبشر به حفظ آن متعهد شد .

پهلوان اهل فتوت چنان اعمال و اقوال خود را مستحیل در خواست حق می کند که جوانمردی وی رخ می نماید : ((بنمای رخ که باغ و گلستانم آرزوست)) از همین منظر است که جوانمردی فتیان که مظهر شخصیت عیاران و پهلوانان و شاطران و مترادف نام ایشان بوده دارای شرایطی بوده که به چهل صفت آراسته باشند ، جوانمردان ، شاطران و فتیان ((ولی)) رکن رکن جوانمردی مطرح است . تنومندی جسم و تادیب بدن مقدمه تادیب نفس است ، تا نفس بد مرد پایبند ((شریعت)) و ((اخلاق)) تابع روح شود و در زمره خادین مقام ولایت وارد گردد . تنها در چنین وصفی است که جوانمردی با دو قوه جسم و معنویت می تواند حافظ حقوق خدا ، حافظ حقوق نبی ، حافظ حق ولایت و بالاخره حارس جان و مال و ناموس و دین مردمان شود و حدود خاکی و فرهنگی آنان را از دستبرد خصم در امان نگهدارد .

هیئات اگر جسم خارج از مدرسه و مکتب جوانمردی و بدور از فنون و اسباب پهلوانی تنومند شود، چرا که با سببیت تمام خود، مدرمان و ناموس مردمان را به مهلکه می اندازد در اهمیت فتوت می توان صدها رساله و کتاب نام برد مثل فتوت نامه سلطانی، فتوت نامه شهاب الدین سهروردی و نجم الدین زرکوب و خواجه عبدالله انصاری که همگی درباره تربیت نفس، صحت دل و تربیت تمامی رفتار آدمی است.

رو سوی دین کرد و از دنیا بتافت

هر که از علم و فتوت بهره یافت

روضه جان از فتوت گلشن است

دیده دل از فتوت روشن است

هر زمان بخشد صفای دیگرت

گر بود علم فتوت بر سرت

درخشانترین آرمان های ملی ایرانیان با قیام عیاران به ثمر رسیده و کسب استقلال ایران ابتدا به وسیله یعقوب لیث صفاری و بعد به همت آل بویه انجام گرفت که تشیع را نیز مذهب رسمی ایران قرار دادند و در پرتو دین و آئین بزرگ اسلام است که پیامبر اکرم (ص) می فرماید :

ان الله يحب عبده القوی

خداوند بنده نیرومندش را دوست دارد . از جمله فوق ابتدا کلمه ((عبد)) به کار گرفته و سپس کلمه ((قوی)) یعنی خداوند هر انسان قوی و نیرومندی را دوست ندارد بلکه آن فرد نیرومندی را که قبل از نیرومندی بنده فرمانبردار خدا باشد را دوست دارد.

گر بر دگری نکته نگیری مردی

گر بر سر نفس خود امیری مردی

گر دست فتاده ای بگیری مردی

مردی نبود فتاده ای پای زدن

اگر بر سیر تاریخی در ورزش نظر کنیم در خواهیم یافت که در گذشته های دور تربیت بدنی و ورزش با دلایل و نیات مختلفی در زندگی مردم کشورها و در فرهنگ های مختلف حضور پیدا کرده و اصولا در بیشتر فرهنگ های کهن اهداف نظامی و آمادگی جسمانی برای جنگاوری مد نظر بوده است و در بعضی ادیان عبادت خدایان و پرستش بتها بوده است و حتی در چند سده پیش ، بر اثر آموزش های کشیشان مسیحی ، رنج دادن به تن در اروپا رواج داشته است تا روان آدمی تقویت یابد و جاودانه شود . برای مثال حمام کردن در پاریس مفهومی متروک بوده و مکتب های فلسفی پیورنتسیم تفکر تفکر اکولاستیک و زهدگرایی و مکتب های عرفانی مثل بودیسم ، کنفوسیوس ، تصوف اسلامی یو ... که خود باعث ممانعت و پیشرفت ورزش بودند .

بنابراین وقتی به تاریخ اولین المپیک که به سال ۷۷۶ قبل از میلاد در یونان باستان می باشد نظر بیفکنیم مشاهده می کنیم که یوگا و کاراته از شرق باستان سرچشمه گرفته و کنگ فو و ژیمناستیک در سال ۲۶۹ پیش از میلاد در چین گسترش یافته و کوروش در جنگ ها مرهون خصوصیات اخلاقی و آمادگی جسمانی سربازانش بوده و در ایران پیوستگی مذهب و ورزش را در ورزش باستانی می توان مشاهده کرد و ورزش و مذهب در فرهنگ دینی - ملی ایرانی در زورخانه با هم عجین بوده است .

اما با پیشرفت صنعت و تکنولوژی و با وجود آمدن دوره انتقالی بین سالهای سیاه قرون وسطی و آغاز عصر جدید یعنی فاصله قرنهای ۱۴ تا ۱۶ بعنوان دوره رنسانس بر تربیت بدنی و ورزش تاثیر عمده گذاشته است .

لذت از حال و توسعه جسم و پرورش آن مورد توجه قرار گرفت و مکتب های غربی چون لیبرالیسم ، اومانیسیم ، سکولاریسم ، ناتورالیسم ، ماتریالیسم و و اخلاق و معنویت به دلایل مختلف و به موازات پیشرفت علم و صنعت از نهادهای اجتماعی و معنویت به دلایل مختلف و به موازات پیشرفت علم و صنعت از هادهای اجتماعی فاصله گرفت .

در ایران این جریان قبل از انقلاب مشروطیت آغاز گردید و غرب گرایان سفیر تفکرات و تئوری های غربی در ایران بودند و ورزش های وارداتی که حامل فرهنگ غربی بودند یکی از ابزارهای مناسب در انتقال فرهنگ غرب بود ، توجه قشر جوان به مظاهر غرب بیشتر شد و از میان نهادهای اجتماعی از ورزش به بعد جسمانی و مادی انسان بیشتر توجه شد و ورزشکاران آسیب پذیرتر شدند و با حضور در میادین بین المللی جوانان با فرهنگ غرب بیشتر و بیشتر آشنا شدند .

با مطالعه تاریخ در می یابیم که معنویت ، اخلاق و تربیت جریان ها و برخوردهایی در طول حیات بشر داشته است و نظریه هایی مختلف در این باب وجود دارد .

در نظریه ای که سعی در کاست دادن جسم و بی ارزش جلوه دادن آن می کند هدف خلقت را پرورش روح می داند و توجه به جسم را بزرگترین مانع رشد قوای روحی می داند (هندوئیسم ، بودیسم)

بعضی اهل تصوف اصالت ماده و جسم را به منطقی ماتریالیستی گرایش داده اند و چنین استنباط می کنند که وجود جسم است که روح پرورش و پیدایش یافته و با فناى جسم روح از بین می رود .

و سپس اصالت روح و اصالت جسم که بدن همسفر روح در مسیر جاودانگی می دانند و از طریق فعالیت های بدنی و تقویت بعد جسمانی از طریق قدرت روحی آن را ملاک ارتباط روح و جسم می دانند و اینجاست که نگرش به روح و جسم در فرهنگ ایران متفاوت بوده است .

خواستن از خدا انسان را ملزم به تلاش در کسب مطلوب خویش می کند مولای متقیان حضرت علی (ع) سلامت جسم و زور و بازو را در جهت خدمت به خدا می خواهد ، یعنی هر چیزی بدون خدا بی ارزش است و کیمیای دین است که بر جسم حیوانی انسان اثر می گذارد و آن را با ارزش می کند .

و به قول شهید مطهری ((آدم بودن انسان به خاطر فضایل و خصلت های اخلاقی و ارزشی اوست .))

از نظر زیستی هر چند سال ذرات بدن و سلول های آن عوض می شود و این وجود مادی به اعتقاد عالمان در حال دگرگونی است و این بدن زوال پذیر در پناه موجود مجرد ثابتی چون روح استوار می ماند . جایگزین کردن این اجزا که هر چند سیال مضمحل می شود به عهده حقیقت ذاتی آدمی است .

تن آدمی شریف است به جان آدمیت

نه همین لباس زیباست نشان آدمیت

اگر آدمی به چشم است و زبان و گوش و بینی

چه میان نقش دیوار و میان آدمیت

هماهنگی مجرد با ماده و تنزل یک حقیقت روح و عجین گشتن با جسم از شگفتی های آفرینش است و عبارت اعجاب برانگیز ((فتبارک الله احسن الخالقین)) را خداوند در مورد خلقت انسان احتمالا به دلیل ویژگی مختص انسان در قرآن ذکر فرموده است و خداوند به مصداق ((الله نور السموات و الارض)) فروغ سرمدی جهان هستی است که موجودات به آن وابسته اند و انسان باید به این حقیقت مباهات کند که پرتوی از این نورانیت در وجودش دمیده شود و ذره هایی از نور ملکوت می باشد .

مولای متقیان علی (ع) جوانمرد بزرگ تاریخ جهان در فرازی از دعای کمیل با خدای خود چنین می گوید :

((الاهی قو علی خدمتک جوارحی)) . ((خداوند اعضا و جوارح مرا در راه خدمت به خودت قوی گردان))

و یا در جایی دیگر فرموده اند :

((اشجع الناس من غلب هواه)) ((شجاع ترین افراد کسانی است که بر هوای نفس غلبه نمایند .

((

انسان کامل ، قهرمان همه ارزش های اخلاقی و انسانی است ، جمع کردن آن صلابت در برابر دشمنان و لطافت بین مومنان و رقت قلب در مقابل مستمندان و یتیمان از حضرت علی (ع) قهرمانی ساخته که در تمامی میدان های انسانیت از او فاتح جاودانه ساخته است سالهای سال است ما در ورزش حکایت ((آن چه خود داشت ز بیگانه تمنا می کرد)) مردان بزرگ و سرآمد خود را فراموش کردیم و چون به غلط رو به غرب ایستاده بودیم پشتمان به خودی بود . برای آرامش به ریلکسیشن و مدیتیشن پناه بردیم و پای بست علوم و دانشی گشته ایم که فرسنگها با اعتمادمان فاصله دارد در حالی که خیلی راحت تر می توانستیم پوریای ولی بشویم و از نظر اخلاقی هزارها چون او داشته باشیم . وقتی دشمن بر ما می تازد جان بر سر تیم بگذاریم . کوشیدیم همه بچه هایمان رونالدو و اریک کانتونا شوند و کمتر سعی کردیم بدانیم چرا سیاوش کشته شد ، داستان بیژن هومان چه بود .

چون از ابر بینیم همی باد غم ندانم که نرگس چرا شد دژم

چرا نرگس نگران شد ! برای چه کسی گریه کرده ؟ اسفندیار کیست ؟ در زندگیش چه کرده که مرگش اینگونه همه را اندوهگین کرده حتی بلبل به زبان پهلوی از داغش می نالد ، این چه حکمتی است وقتی سیاوش با آن همه مظلومیت کشته می شود ما برای جک فیلم تایتانیک گریه کنیم .

اگر آراسته بودیم به اخلاق پهلوانی و شاهنامه ای بی شک روزی می رسید که فردوسی پا به قلبهای ما می گذاشت و قصه هایش در افکار پریشان ما جان می گرفت او که از ستایش خدای

جهان آفرین و رسولش شروع کرده و بعد به وصف عقل و تقوای انسان و نصایح اخلاقی پرداخته ، اگر شاهنامه در دست تک تک جوانان ما قرار می گرفت . اگر می دانستیم که فردوسی با قلبی پاک و چشمانی تیزبین و ذهن پویا و قلمی پرتوان شاهنامه را برای وحدت ملی خلق کرده برای انسان کامل ، آن وقت بلوزهایی با عکس هنرپیشه های خارجی نمی پوشیدیم . چرا که این جا سرای ایران است با افتخارات ایران . اگر صدای شیبه رخس رستم ، سرزمین ایران را به لرزه در بیاورد دیگر هیچ ایرانی حاضر نبود به خودش اجازه نمی داد کاستی ها را جلوی لنز دوربین ببرد .

اگر به عیاران و شاطران و پهلوانان وفتیان خود نیم نگاهی داشتیم و اگر به قول و غزل آشنا بودیم و اول تزکیه می شدیم و سپس تعلیم می گرفتیم سالهای سال خودمان را به جای دیگری تجربه نمی کردیم .

باور کنید غباری از غربت بر آیه این چراغ هدایت انسانی نشسته است . و جای آن دارد که از خودمان و در شخصیت و اخلاق ورزشیمان چهره ای بروز دهیم که شایسته فرهنگ ماست و از یاد نبریم ورزش در نزد ما سابقه ای دارد به قدمت فرهنگی که ریشه های ستبر در آبخور عمیقش دوانده ایم .

مظاهر ورزش حرفه ای را از خود دور نکنیم، خرید و فروش بازیکنان ، بازار گرمی دلان در پایان فصل قراردادها ، بی تعهدی ورزشکاران به باشگاه خود به خاطر افزایش قیمت و تراکت تبلیغاتی نشدن و تعصب به تیم و باشگاه داشتن ! ورزش کنیم جهت بالابردن شعور دینی و ملی و حس

مسئولیت پذیری ، همچنین پرداختن به انواع بازیهای آموزنده فرد را از خودخواهی و گرایش به فردیت بیرون آورده ، تمایلاتش به اجتماع و افراد دیگر تعلق می یابد ، قهرمان میدان ورزشها به موازات بارسازی جسم باید روح خود را گرمی بدارد و از گونه دنائت و رذالت اجتناب نماید . خود را برتر آن بداند که با دروغ ، تهمت و غیبت و مانند آن به مقصد برسد و نباید اجازه دهد که به این حقارت و ناتوانی روح مبتلا شود و از روح خود بکاهد و بدانیم و آگاه باشیم که از ازل ورزش با تربیت جسم و روح و مسئولیت اخلاقی همزاد و همراه بوده است.

ما حاصل کلام این که تربیت بدنی و ورزش در سی است که بدون بهره وری از آن انسان هرچه اندیشمند تر باشد بهره دهی کافی نمی تواند داشته باشد .

باید فرهنگ واژه های تن و تن پروری ، لهو و لعب ، بازی و ... که در جامعه ما با ورزش خلط شده را تبیین و تشریح نماییم تا مردم ورزش و تربیت بدنی را مذموم ، نا پسند و چرخ پنجم نشمارند .

باید بگوییم که ورزش سرگرمی نیست ، از علمی نشات می گیرد به نام تربیت بدنی و ورزش یک قدرت است ، ورزشی که اهرم مفید اجتماعی است که می تواند تمامی مظاهر اخلاقی و تربیتی را برای ساختن مردان و زنان مطلوب جامعه فراهم نماید .

لذا لازم است بیش از آنها که ورزش می کنند ، آنها که ورزش را می آموزند به اهمیت کار خود واقف باشند و آنها که برنامه ریزی می کنند این اهمیت را باور کنند که سازندگی دینی و اخلاقی در ورزش مخصوصا در ورزشهای شخصی و محلی مثل بوسیدن خاک ، خواندن اشعار و گفتن

اذکاری چون یا علی ، تقویت کلماتی چون ایمان ، اعتقاد ، توکل و توسل ، مبارزه با نفس و خویشتن داری و پرهیز از آگهی تجاری شدن باید در اهم کارها قرار گیرد .

باید الگوسازی نمود و گفت : طول زندگی مهم نیست بلکه این ارتفاع زندگی است که اهمیت دارد مثل پوریای ولی - مرحوم تختی و شهید فهمیده و نهایتا تربیت بدنی را آسان نپنداریم که مشغله ای است بس مهم که آثار منفی غفلت از آن سالهای سال می ماند و مزمن می شود و آنقدر شایسته توجه است که یک طرح عمیق و سپس یک بسیج همگانی را در بر می انگیزد .))
به امید آرزو انشا الله))

علی شریعتی - شهرستان کرج

نشانی کرج - صندوق پستی ۳۱۵۳۵/۴۹۱

منابع و ماخذ

۱- مبانی تربیت بدنی ، دبورا . آ. وست چارلز . آ. برچر ترجمه احمد آزاد ، انتشارات کمیته

ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران

۲- فصلنامه ورزش ، تابستان و پائیز ۷۱ شماره ۱۷ و ۱۸

۳- روانشناسی و رفتار ورزشی ، دکتر آن ماری برد ، مترجم حسن مرتضوی ، انتشارات

سازمان تربیت بدنی دفتر تحقیقات و آموزش

۴- رفتار سازمانی ، فردلوتانز ، ترجمه دکتر غلامعلی سرمد ، انتشارات موسسه بانکداری ایران

، تابستان ۷۲ .

۵- مجله تدبیر ، شماره ۷۸ ، آذرماه ۷۶

۶- بحارالانوار ، جلد ۷۰

۷- وسایل الشیعه ، ح عاملی جلد اول

۸- منشور تربیتی ، نسل جوان ، اصل های ۹۰ تا ۹۸

پی نوشت ها :

1-moral conduct

2-puritanis

3-ascholasticism