

115676 - ممارسة المرأة للرياضة ، ضوابطها ، وشروطها ، ومخاطرها

السؤال

أنا فتاة ، أبلغ من العمر 15 سنة ، أدرس بالثالثة إعدادي ، وكما تعلمون في المدرسة كأني مادة أخرى لدينا مادة " الرياضة " ، وفي هذه المادة نمارس العديد من الرياضات : كرة السلة ، وكرة اليد ، والكرة الطائرة ، والعدو السريع ، والقفز الطولي ؛ هذا ما يتوفر عندنا من رياضات ، فسؤالي هو : هل يمكن للفتاة المسلمة ممارسة الرياضة ؟ كما لدي سؤال آخر أتمنى الإجابة عنه : وهو أنني كذلك يتوفر عندنا في المؤسسة نادي لكرة السلة فتيات ، وأنا عضوة في هذا النادي ، بحيث يدرّبنا أستاذ ، وفي شهر فبراير نبدأ بخوض مباريات ، حيث نذهب إلى مدينة تبعد عنا تقريبا 30 كلم ، أنا ، والفتيات ، والأستاذ ، وأستاذ آخر ، كمساعد ، والسائق ، وأحيانا ذكور لرياضة أخرى ، ولكن نحن نجلس في الوراء ، والذكور في الأمام مع الأستاذة ، وبالطبع السائق في الأمام ، فهل يجوز لي أن أكمل في هذا النادي ؟ . أرجوكم ، أريد إجابة في أقرب وقت ، مع أنني أريد أن أكون ملتزمة بأوامر الدين ، وأتمنى من الله أن يجزيكم خير الجزاء على موقعكم هذا الرائع حقاً .

الإجابة المفصلة

أولاً:

للرياضة فوائد صحية ، ونفسية ، لا تخفى ، لكن لما كانت الرياضة في عصرنا هذا أصبح لها طابع خاص : كان لا بدّ من وضع ضوابط شرعية لهذه الرياضات ، ومن التزمت بها كانت رياضتها مباحة ، ومن خالفتها صارت اللعبة عليها حراماً ، ومن هذه الضوابط :

1. أن تكون ممارسة الرياضة بعيدة كل البعد عن أعين الرجال ، سواء كان مدرباً ، أو أستاذاً ، أو طالباً ، أو إدارياً ، أو مشاهداً ، ولتحقيق هذا الشرط فإنه لا يجوز تصوير رياضة النساء ؛ لثلاث تقع في أيدي الرجال فيشاهدونها ، فيتخلف الشرط المبيح لممارستها لتلك الرياضة .

ولذا كان الأفضل ، والأحسن ، والأحوط ، والأستر للمرأة أن تمارس الرياضة في البيت ، دون النوادي ، والصالات ، والمدارس ، حتى وإن لم يكن في هذه الأماكن اختلاط ، لأنها لا تأمن أن يصورها أحد الشياطين الذين يتصيدون ذلك ، فيقع ما لا تحمد عقباه . وأما حيث يكون في هذه الأماكن اختلاط ، فلا يخفى منعه ، كما بينا .

2. أن تمارس الرياضة بلباس محتشم ، فلا يحل لها ، ولا للاعبات معها : لبس القصير ، ولا الشفاف ، ولا الضيق من الثياب ، وهذا شرط عام في لباسها أمام الرجال ، وأمام النساء ، لكن يحسن التنبيه عليه هنا ؛ لما يوجد من عدم تحقيق لهذا الشرط في كثير من الرياضات ، النسائية ، والرجالية ، كما هو معروف من لباس السباحة ، والمصارعة ، وكرة القدم والطائرة ، والسلة ، والجمباز ، وغيرها ، ويشترك في هذا الشرط النساء والرجال على السواء ، وما أكثر نقض هذا الشرط وتخلفه في الجنسين .

3. أن لا يكون في الرياضة مقامرة ، ولا رهان .
 4. أن لا تؤدي الرياضة إلى خصومة ، وشحناء ، كما هو مشاهد ومعلوم من حال الأمم والشعوب التي لم تكثف بالتقسيم الجغرافي للتفرقة بينها ، بل زادت عليه بتقسيم الشعب الواحد إلى أنصار ومشجعين لنادي ، مع خصام ومشاجرات مع أنصار ومشجعي النوادي الأخر .
 4. أن تمارس الرياضة في أوقات محدودة ، ولا يجوز أن تُشغل المرأة عن واجباتها الدينية ، والدينية .
 5. عدم تشغيل الموسيقى أثناء التمارين أو اللعب .
 6. عدم التشبه بالكافرات في تسريحتها ، أو لباسها ، أو التسمي باسمها ؛ لما نهينا عنه من التشبه الكفار عموماً ؛ ولما في مثل تلك الأشياء من تعظيم أولئك الكفار .
 7. أن لا تكون اللعبة قتالية فيها ضرب للوجه ، أو الرأس ، ولا يكون فيها طقوس كفرية ، كالانحناء الذي يفعله اللاعبون قبل ممارسة بعض الألعاب .
- فإذا توفرت هذه الشروط : فيجوز ممارسة المرأة للرياضة ، مع أننا ننصح الأخوات بأن يصنَّ أنفسهن ، ويحفظن أوقاتهم ، فلا يضيعنها في مثل هذه الأعمال ، فصيانة المرأة وحمايتها تكونان في الالتزام بأوامر الله ، والتي من أهمها : القرار في البيوت ، وعدم الخروج منها لغير حاجة ؛ امتثالاً لقوله تعالى : (وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ) الأحزاب / 33 . وانظري تفاصيل هذه الشروط مع مزيد بيان لها : أجوبة الأسئلة : (95280) و (78223) و (22963) و (20198) .
- وهذه الضوابط والشروط يمكن للأخت المسلمة أن تتحكم فيها إذا مارست الرياضة مع أخواتها في أماكن خاصة بهن ، مأمونة من اطلاع الرجال عليهن ، أو تسلق المتطفلين عليها .
- وأما تحقيق ذلك في المدارس والمعاهد والجامعات : فإن هذا غير ممكن ، لذا كان إدخال مادة " التربية البدنية " سبباً من أهم أسباب التهتك والانحلال ، وانشكاف العورات ، وموت الحياء ، ثم تكون الطامة الأخرى بوجود مدرب أو أستاذ من الرجال ، ثم بوجود إداريين ، وهكذا حتى تتطور الأمور لما هو مشاهد أصلاً الآن ، ومعلوم من حال كثير من الدول العربية والإسلامية ، للأسف .
- سئل الشيخ عبد الكريم الخضير - حفظه الله - :
- إدخال " التربية البدنية " في مدارس تعليم البنات بما لا يتعارض مع أحكام الشريعة الإسلامية ، ما حكم إدخال مثل هذه المادة في تعليم البنات ؟ .

فأجاب :

المطالبة بدراسة إدخال " التربية البدنية " في مدارس البنات : اتباع لخطوات الشيطان ، الذي نهينا عنه بقوله تعالى : (يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطْوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ) البقرة / 168 ، وقوله جل وعلا : (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السَّلْمِ كَافَّةً وَلَا تَتَّبِعُوا خُطْوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ) البقرة / 208 ، وقوله : (وَمِنَ الْأَنْعَامِ حَمُولَةٌ وَفَرَشَاءُ كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ وَلَا تَتَّبِعُوا خُطْوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ) الأنعام / 142 ، وقوله : (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطْوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطْوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ) النور / 21 .

وقد بيّن الله لنا أتم بيان أن الشيطان لنا عدو ، وأمرنا أن نتخذه عدواً ، والشيطان حريص على إضلال بني آدم ، كما أقسم بعزة الله جل وعلا قائلاً - كما ذكره الله عنه - : (فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ) ص / 82 .
وإذا رأينا ما فعله الشيطان بالنسبة لهذه الرياضة المزعومة ، من إيقاع العداوة والبغضاء ، والصد عن ذكر الله ، مما لا يخفى على أحدٍ ، ويكفيها ما مرت به الدول المجاورة لَمَّا تجاوزوا أمر الله عز وجل ، واتبعوا خطوات الشيطان ، فالخطوة الأولى : أن تلعب الرياضة مع الحشمة ، وفي محيط النساء ، ثم تنازلوا عن هذه الشروط شيئاً فشيئاً ، إلى أن وصل الحد إلى وضع لا يرضاه مسلم ، عاقل ، غيور ، فضلاً عن متدين ، وإذا كان الذكور مطالبين بالإعداد والاستعداد : فالنساء وظيفتهن القرار في البيوت ، وتربية الأجيال على التدين ، والخلق ، والفضائل ، والآداب الإسلامية .

فالذي لا أشك فيه : أن ممارسة الرياضة في المدارس بالنسبة للبنات : حرام ؛ نظراً لما تجر إليه من مفاسد لا تخفى على ذي لب ، ولا تجوز المطالبة بها ، فضلاً عن إقرارها .
" فتاوى الشيخ عبد الكريم الخضير " (1 / 21 , 22) ترقيم الشاملة .

وبإمكانك . أيتها السائلة الكريمة أن تراجعني في موقعنا الأجوبة التالية :

112188 نصيحة لطالبة جامعية بترك جامعتها المختلطة

47554- حديث الطالبة مع مدرستها في الجامعة

8827- كيف تتصرف في مدرسة أكثرها ذكور

82392- سفر المرأة لطلب العلم بلا محرم

1200- أدلة تحريم الاختلاط

79549- حكم تدريس الرجل للفتيات بلا حائل