



## **عنوان : حجاب ، ورزش و اقتدار ایران اسلامی**

دکتر فرزانه تقیان ، استادیار فیزیولوژی ورزشی ، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی ، دانشگاه آزاد اسلامی ، واحد خوراسگان ، اصفهان

تلفن : ۰۹۱۱۳۳۰۸۰۲۴۱

Email : [f\\_taghian@yahoo.com](mailto:f_taghian@yahoo.com)

## چکیده:

مسئله حجاب زن مسلمان به عنوان یک پوشش متعارف به عرف جامعه اسلامی در طول تاریخ مسلمانان، همواره یک مسئله فقهی بوده است که زنان مسلمان بدون توجه به قانون حاکمیت، پوشش خود را حفظ می‌کرده‌اند. خداوند تنها برای دین شرافت و کرامت قائل است و بر همین اساس پارساترین افراد را با کرامت‌ترین می‌داند و حجاب در تعریف خالق انسان یکی از نمادهای پارسایی است. زن مسلمان واقعی، پارسا و با کرامت است و خداوند راضی نیست زیبایی و محاسن چنین زنی در منظر و دید افراد فاسد قرار گیرد تا در بعضی موارد مورد استمتاع و شهوترانی آنان واقع شود.

حجاب و پوشش زن نیز به منزله‌ی یک حاجب و مانع در مقابل افراد نامحرم است که قصد نفوذ و تصرف در حریم ناموس دیگران را دارند. همین مفهوم منع و امتناع در ریشه‌ی لغوی عفت نیز وجود دارد. امروزه ورزش و تربیت بدنی در کشورهای مختلف در حال گسترش است. کسب مدالهای المپیک و جهانی آرزوی هر ورزشکار است. از طرفی هر کشور با کسب مدال میتواند عزت و اقتدار خود را به رخ جهانیان بکشد. از آنجایی که نیمی از مدالهای جهانی توسط زنان کسب میگردد پس در بعد قهرمانی ورزش نیاز به رقابت با دیگر کشورها در حوزه زنان هستیم. برای تحقق این امر ادارات تربیت بدنی باید به چند نکته اهمیت دهند که شامل: ۱) عفاف و حجاب شاخص ارزیابی هیئت‌های ورزشی قرار گیرد. ۲) بانوان ورزشکار سفیران عفاف و حجاب هستند. ۳) الگوسازی مثبت از ورزشکاران مروج فرهنگ و عفاف است.

هدف از این مقاله بررسی اهمیت حجاب در جامعه و نقش حجاب در توسعه ورزش قهرمانی است. جوانان ایران زمین با الگو قراردادن ورزشکاران زن محجبه میتوانند نقش مهمی در افزایش فرهنگ عفاف و حجاب در جامعه ایفا کنند.

## حجاب و عفاف

حجاب و عفاف به عنوان دو ارزش در جامعه بشری و بویژه جوامع اسلامی مطرح است. همواره این دو واژه در کنار هم به کار برده می شوند و در نگاه اول به نظر می آید هر دو به یک معنا باشند، اما با جستجو در متون دینی و فرهنگنامه ها به نکته قابل توجهی می رسیم و آن تفاوت این دو واژه است. در برخی کتب لغت حجاب را این گونه تعریف کرده اند: الحجاب: المنع من الوصول؛ حجاب یعنی آنچه مانع رسیدن می شود. برخی گفته اند: حجب و حجاب هر دو مصدر و به معنای پنهان کردن و منع از دخول است و به عنوان شاهد آیه شریفه ((و من بیننا و بینک حجاب)) را ذکر کرده اند. در دیگر کتابهای لغت حجاب را به معنای ((پرده)) آورده و نوشته اند: امراه محجوبه (محجبه)؛ زنی که پوشانیده است خود را به پوشاندنی. با توجه به معانی ذکر شده درمی یابیم حجاب امری ظاهری و در ارتباط با جسم است، اگر چه این پوشش برخاسته از اعتقادات و باورهای درونی افراد است، ولی ظهور در نشئه مادی و طبیعی دارد؛ یعنی پوشش ظاهری افراد و بویژه زنان را حجاب می گویند، که مانع از نگاه نامحرم به آنان می شود.

عفاف نیز دارای معانی گوناگونی است، که در مجموع تعریف کاملی را به ما خواهد داد. راغب اصفهانی در ((مفردات القرآن)) می نویسد: العفه حصول حاله للنفس تمتنع بها عن غلبه الشهوة؛ عفت حالتی درونی و نفسانی است که توسط آن از غلبه شهوت جلوگیری می شود. از مجموع معانی ذکر شده برای حجاب و عفاف می توان نتیجه گرفت که عفاف نوعی حجاب درونی است که انسان را از گناه بازمی دارد. امام خمینی، پیامآور ارزشهای الهی، در باره حجاب و عفاف می فرماید: ((توجه داشته باشید که حجابی که اسلام قرار داده است، برای حفظ ارزشهای شماسست. هر چه را که خدا دستور فرموده است - چه برای مرد و چه برای زن - برای این است که آن ارزشهای واقعی که اینها دارند و ممکن است به واسطه وسوسه های شیطانی یا دستهای فاسد استعمار پایمال شوند، این ارزشها زنده بشوند.))

### ویژگی های عفاف :

- خصلتی انسانی است.
- حالتی درونی است.
- نشانه های بیرونی دارد.

• در رفتار و گفتار بروز می کند.

• با رفتار و نشانه های متناقض، سازگار نیست.

• نه از موضع ناتوانی بلکه از بلندای عزت و اقتدار، صورت می بندد.

شهید مطهری در مسئله حجاب می نویسد: «وقتی زن پوشیده و سنگین از خانه بیرون رود و جانب عفاف و پاکدامنی را رعایت کند افراد فاسد و مزاحم جرأت نمی کنند متعرض آنها شوند.» (۱)

ایشان در ذیل آیه ۶۱ سوره نور (۲) چنین می نویسد: «از جمله «ان يستعففن خیر لهن» می توان یک قانون کلی را استنباط کرد و آن اینست که از نظر اسلام هر قدر زن جانب عفاف و ستر (پوشش) را مراعات کند پسندیده تر است و رخصتهای تسهیلی و ارفاقی که به حکم ضرورت درباره وجه و کفین و غیره داده شده است، این اصل کلی اخلاقی را نباید از یاد برد.» (۱).

## مفهوم و ابعاد حجاب در قرآن

حجاب، به معنای پوشش اسلامی بانوان، دارای دو بُعد ایجابی و سلبی است. بُعد ایجابی آن، وجوب پوشش بدن و بُعد سلبی آن، حرام بودن خودنمایی به نامحرم است؛ و این دو بُعد باید در کنار یکدیگر باشد تا حجاب اسلامی محقق شود؛ گاهی ممکن است بُعد اول باشد، ولی بُعد دوم نباشد، در این صورت نمی توان گفت که حجاب اسلامی محقق شده است.

اگر به معنای عام، هر نوع پوشش و مانع از وصول به گناه را حجاب بنامیم، حجاب می تواند اقسام و انواع متفاوتی داشته باشد. یک نوع آن حجاب ذهنی، فکری و روحی است؛ مثلاً اعتقاد به معارف اسلامی، مانند توحید و نبوت، از مصادیق حجاب ذهنی، فکری و روحی صحیح است که می تواند از لغزش ها و گناه های روحی و فکری، مثل کفر و شرک جلوگیری نماید. علاوه بر این، در قرآن از انواع دیگر حجاب که در رفتار خارجی انسان تجلی می کند، نام برده شده است؛ مثل حجاب و پوشش در نگاه که مردان و زنان در مواجهه با نامحرم به آن توصیه شده اند (۳).

هدف اصلی تشریح احکام در اسلام، قرب به خداوند است که به وسیله تزکیه نفس و تقوا به دست می آید :

إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ : بزرگوار و با افتخارترین شما نزد خدا با تقواترین شماست (۴).

از قرآن کریم استنباط می‌شود که هدف از تشریح حکم الهی، وجوب حجاب اسلامی، دستیابی به تزکیه‌ی نفس، طهارت، عفت و پاکدامنی است. آیاتی هم‌چون :

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ؛ ای رسول ما مردان مؤمن را بگو تا چشم‌ها از نگاه ناروا بپوشند و فروج و اندامشان را محفوظ دارند، که این بر پاکیزگی جسم و جان ایشان اصلح است (۵).

حجاب چشم : قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ : ای رسول ما به مردان مؤمن بگو تا چشم‌ها را از نگاه ناروا بپوشند (۶).

حجاب در گفتار: فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ: پس زنه‌ار نازک و نرم با مردان سخن نگوئید؛ مبادا آن که دلش بیمار (هوا و هوس) است به طمع افتد (۷).

از مجموع مباحث طرح شده به روشنی استفاده می‌شود که مراد از حجاب اسلامی، پوشش و حریم قایل شدن در معاشرت زنان با مردان نامحرم در انحای مختلف رفتار، مثل نحوه‌ی پوشش، نگاه، حرف زدن و راه رفتن است. بنابراین، حجاب و پوشش زن نیز به منزله‌ی یک حاجب و مانع در مقابل افراد نامحرم است که قصد نفوذ و تصرف در حریم ناموس دیگران را دارند. همین مفهوم منع و امتناع در ریشه‌ی لغوی عفت نیز وجود دارد.

## آثار و فواید حجاب در ابعاد مختلف :

حجاب و پوشش، در ابعاد مختلف، دارای آثار و فواید زیادی است که بعضی از مهم‌ترین فواید آن عبارت‌اند از:

**الف) فایده‌ی حجاب در بُعد فردی :** یکی از فواید و آثار مهم حجاب در بُعد فردی، ایجاد آرامش روانی بین افراد جامعه است که یکی از عوامل ایجاد آن عدم تهییج و تحریک جنسی است؛ در مقابل، فقدان حجاب و آزادی معاشرت‌های بی‌بندوبار میان زن و مرد، هیجان‌ها و التهاب‌های جنسی را فزونی می‌بخشد و تقاضای سکس را به صورت عطش روحی و یک خواست اشباع‌نشده درمی‌آورد. غریزه‌ی جنسی، غریزه‌ای نیرومند، عمیق و دریا صفت است که هرچه بیش‌تر اطاعت شود بیش‌تر سرکش می‌گردد؛ هم‌چون آتشی که هرچه هیزم آن زیادتر شود شعله‌ورتر

می‌گردد. بهترین شاهد بر این مطلب این است که در جهان غرب که با رواج بی‌حیایی و برهنگی، اطاعت از غریزه‌ی جنسی بیش‌تر شده است.

**ب) فایده‌ی حجاب در بُعد خانوادگی :** یکی از فواید مهم حجاب در بُعد خانوادگی، اختصاص یافتن التذاذهای جنسی، به محیط خانواده و در کادر ازدواج مشروع است. اختصاص مذکور، باعث پیوند و اتصال قوی‌تر زن و شوهر، و در نتیجه استحکام بیش‌تر کانون خانواده می‌گردد؛ و برعکس، فقدان حجاب باعث انهدام نهاد خانواده است. یکی از نویسندگان، تأثیر برهنگی را در اضمحلال و خشکیدن درخت تنومند خانواده، این‌گونه بیان کرده است. در جامعه‌ای که برهنگی بر آن حاکم است، هر زن و مردی، همواره در حال مقایسه است؛ مقایسه‌ی آنچه دارد با آنچه ندارد؛ و آنچه ریشه‌ی خانواده را می‌سوزاند این است که این مقایسه آتش هوس را در زن و شوهر و مخصوصاً در وجود شوهر دامن می‌زند. زنی که بیست یا سی سال در کنار شوهر خود زندگی کرده و با مشکلات زندگی جنگیده و در غم و شادی او شریک بوده است، پیداست که اندک اندک بهار چهره‌اش شکفتگی خود را از دست می‌دهد و روی در خزان می‌گذارد .

**ج) فایده‌ی حجاب در بُعد اجتماعی :** بی‌حجابی و بدحجابی باعث کشاندن لذت‌های جنسی از محیط و کادر خانواده به اجتماع، و در نتیجه، تضعیف نیروی کار افراد جامعه می‌گردد. بدون تردید، مردی که در خیابان، بازار، اداره، کارخانه و ... همواره با قیافه‌های محرک و مهیج زنان بدحجاب و آرایش کرده مواجه باشد، تمرکز نیروی کار او کاهش می‌یابد. برخلاف نظام‌ها و کشورهای غربی، که میدان کار و فعالیت‌های اجتماعی را با لذت‌جویی‌های جنسی درهم می‌آمیزند، اسلام می‌خواهد با رعایت حجاب و پوشش، محیط اجتماع از این‌گونه لذت‌ها پاک شده، و لذت‌های جنسی، فقط در کادر خانواده و با ازدواج مشروع انجام شود (۸).

## **راهبردهای گسترش فرهنگ حجاب و عفاف**

- توسعه فرهنگ کنکاش و تفکر در مفاهیم دینی توسط جوانان به منظور پذیرش درونی و قلبی و عمل به آنها؛
- اتخاذ تدابیر مناسب جهت جذب، تربیت و به کارگیری نیروی انسانی شایسته نظیر مدیران، معلمان و اساتید معتقد و عامل به رعایت حجاب و عفاف در کلیه مراکز اداری و آموزشی؛
- تبیین آموزه‌های دینی در خصوص ضرورت رعایت اصول حیا و عفت متناسب با قابلیت‌ها و ویژگی‌های زنان و

مردان و ایجاد تعادل در روابط اجتماعی آنها؛

- احیا و ترویج سنت حسنه امر به معروف و نهی از منکر؛

- ارتقای سطح آگاهی جوانان در خصوص ارتباطات صحیح انسانی و اخلاقی بین آنها و حفظ حدود عفاف و حجاب در جامعه و خانواده؛

- تبیین دیدگاه اسلام در خصوص عفاف، پوشش، حجاب و ضرورت بیان، فلسفه، احکام و دستاوردهای مثبت رعایت آن در جامعه متناسب با شرایط سنی جوانان و نوجوانان با شیوه‌های جذاب؛

- توجه دادن به رعایت و نیز باور پوشش نه به عنوان یک اجبار اجتماعی بلکه به عنوان یک ارزش انسانی، دینی و معنوی و یک باور قلبی جهت مصونیت از زشتی‌ها و آسیب‌های اجتماعی؛

- افزایش آگاهی والدین نسبت به رعایت **حجاب و عفاف** خصوصاً در خانواده و نقش الگویی آنان در این امر؛

- اهتمام جدی نهاد خانواده نسبت به تأمین نیازهای عاطفی و شخصیتی فرزندان به ویژه دختران و تأثیر آن در شکل‌گیری هویت دینی و اجتماعی آنها؛

- تبیین نقش عفاف و حجاب در تقویت هویت ملی و فرهنگی جوانان و تأثیر آن بر استقلال فرهنگی و سیاسی کشور؛  
\*تقویت روحیه تعادل در جوانان در رویکرد آنان به مدگرایی و بیان مستدل و منطقی اثرات و پیامدهای مدگرایی افراطی و پرهیز از تقلید کورکورانه از مدهای غربی و تقویت مدگرایی ملی؛

- تبیین ریشه‌های تاریخی و فرهنگی و نشانه‌های روشن از وجود حجاب و پوشش در ادیان الهی و جوامع دارای سابقه تاریخی و تمدن فرهنگی؛

- زمینه‌سازی اجتماعی مناسب برای دختران و پسران جهت کشف، هدایت و بروز قابلیت‌ها و توانمندی‌ها و تأمین مطالبات خود به منظور جلوگیری از بروز جلوه‌گری‌های نامناسب در حیطه فرهنگ عفاف و حجاب؛

- اختصاص بخشی از موضوعات تحقیقاتی به بررسی «زمینه، علل و موانع گسترش فرهنگ عفاف و حجاب در جامعه» و بررسی تأثیرات محصولات فرهنگی کشور بر این موضوع؛

- توسعه فعالیت‌های بنیادهای ازدواج به منظور جلب مساعدت دولت و خیرین در امر ازدواج جوانان؛

- ارتقای مهارت‌های فنی و حرفه‌ای و توانمندی‌های جوانان جهت توسعه طرح‌های خوداشتغالی و آشنایی با بازار کار و زمینه‌های مختلف فعالیت به عنوان زمینه‌ساز ازدواج، تشکیل خانواده و نهایتاً توسعه فرهنگ عفاف؛

- اهتمام جدی مراکز فرهنگی و کلیه رسانه‌های کشور نسبت به ارائه الگوی مطلوب از عفاف و حجاب در محصولات فرهنگی خود (فیلم، سریال، تئاتر و...) و پرهیز از ایجاد تضاد و تناقض برای جوانان در این امر؛

- جذب، تربیت و به کارگیری نیروی انسانی آگاه و عامل به مبانی دینی عفاف و حجاب در برنامه‌های فرهنگی و تبلیغی؛
- جهت‌دهی و تقویت امر عفاف و حجاب با استفاده از قابلیت‌ها و ظرفیت سازمان‌ها، احزاب، تشکل‌های غیر دولتی و هیئت‌های مذهبی در کشور؛
- سازماندهی مبلغان آشنا به اصول و مبانی فرهنگ عفاف و حجاب به روش‌های صحیح تبلیغ و استفاده بهینه از آنها در مجامع دینی و خودجوش مردمی؛
- نظارت دقیق و همه‌جانبه در امر تولید و نشر کتاب، مطبوعات و مجلات سینمایی در خصوص رعایت حریم عفاف و حجاب از نظر محتوایی و شکلی؛
- تبیین ضرورت رعایت حجاب و عفاف توسط زنان و مردان در برنامه‌های فرهنگی، تبلیغی و هنری و پرهیز از یک‌سونگری؛
- الگوسازی و ایجاد گرایش‌های عمیق و پایدار نسبت به امر **حجاب و عفاف** از طریق معرفی سیره عملی معصومین(ع)، بزرگان علمی و ادبی و فرهنگی، منطبق با مقتضیات زمان و مکان و شرایط سنی جوانان؛
- تبیین عدم مغایرت پوشیدگی، **حجاب و عفاف** با حضور و فعالیت‌های اجتماعی زنان و رفع شبهه تعارض بین آن دو؛
- تربیت و توسعه نیروی انسانی مؤمن، کارآمد و آشنا به مسائل فرهنگی - تبلیغی در امر عفاف و حجاب و پرهیز از برخوردهای خشن، فیزیکی و تحقیرآمیز با متخلفین؛
- هماهنگی و وحدت رویه مستمر و پایدار در برخورد باناهنجاری‌های فرهنگی توسط دستگاه‌های مختلف در چارچوب قانون؛ \* توسعه و تنوع بخشی به الگوهای مناسب حجاب و تبلیغ آن توسط رسانه‌ها به منظور اقتناع روحیه تنوع‌طلبی و حس زیباشناختی جوانان ضمن ترویج و تشویق چادر به عنوان حجاب برتر و پرهیز از تحمیل و اجباری کردن یک الگوی ثابت از حجاب؛
- اتخاذ تدابیر لازم جهت تولید و توزیع اقلام مورد نیاز جامعه در رعایت حجاب؛
- ایجاد زمینه تبادل فرهنگی ملل اسلامی از طریق ارائه الگوها و نمادهای پارچه و لباس ایرانی - اسلامی؛
- تهیه مقررات لازم برای جلوگیری از واردات پارچه و لباس غیر متناسب با فرهنگ عفاف و حجاب(۸).

## **برنامه‌ریزی راهبردی در حوزه فرهنگ عفاف**

به منظور آفت‌زدایی از حضور گسترده زنان در حیات اجتماعی می‌بایست برنامه‌ها و سیاست‌هایی تدوین و اعمال کرد



که از طریق آنها زنان بتوانند بصورت توأمان هم به حفظ حجاب و عفاف خود نایل آیند و هم در جهت رشد و توسعه جامعه خود به ایفای نقش پردازند.

برخی از راهکارهای علمی که می‌توانند در جهت تحقق چنین آرمانی مؤثر واقع گردند به قرار زیر می‌باشد:

- ۱) تعریف استانداردهای فرهنگی مناسب در زمینه حجاب که با مبانی دینی و ملی کشور مطابقت داشته باشند .
- ۲) تبیین آموزه‌های دینی در خصوص ضرورت رعایت اصول حیا و عفت در روابط اجتماعی .
- ۳) استفاده از آراء و نظریات اندیشمندان و صاحب‌نظران حوزوی و دانشگاهی امین و آگاه به اصول مترقی اسلام به منظور تبیین صحیح مسأله حجاب .
- ۴) احیا و ترویج سنت حسنه امر به معروف و نهی از منکر
- ۵) سپردن بخش اعظم اجرای پروژه ترویج حجاب و عفاف به زنان به عنوان متولیان اصلی این امر .
- ۶) تبیین فلسفه و پیامدهای مثبت فرهنگی، اجتماعی، روانی و اخلاقی عفاف و حجاب در عرصه‌های مختلف زندگی و اثرات منفی عدم رعایت آن در سست شدن بنیان‌های اخلاقی جامعه .
- ۷) توجه دادن به رعایت پوشش نه به عنوان یک اجبار اجتماعی، بلکه به عنوان یک ارزش انسانی، دینی و معنوی جهت مصونیت از زشتی‌ها و آسیب‌های اجتماعی
- ۸) راهنمایی و هدایت همراه با دقت، ظرافت، خیرخواهی و دوستی کسانی که قصد نادیده‌گرفتن هنجارهای جامعه را دارند .
- ۹) اختصاص بخشی از موضوعات تحقیقاتی به بررسی زمینه، علل و موانع گسترش فرهنگ عفاف و حجاب در جامعه
- ۱۰) اهتمام جدی نسبت به ارائه الگوی مطلوب از عفاف و حجاب و پرهیز از ایجاد تضاد و تناقض در این امر .
- ۱۱) به کارگیری نیروی انسانی آگاه و عامل به مبانی دینی عفاف و حجاب در برنامه‌های فرهنگی و تبلیغی
- ۱۲) استفاده بهینه از مبلغان آشنا به اصول و مبانی فرهنگ عفاف و حجاب
- ۱۳) الگوسازی و ایجاد گرایش‌ات عمیق و پایدار نسبت به امر حجاب و عفاف از طریق معرفی سیره عملی معصومین
- ۱۴) تبیین عدم مغایرت پوشیدگی، حجاب و عفاف با حضور و فعالیت‌های اجتماعی زنان و رفع شبهه تعارض میان این دو مسأله .
- ۱۵) برخورد همراه با رأفت اسلامی و پرهیز از برخوردهای خشن، فیزیکی و تحقیرآمیز با متخلفین .
- ۱۶) اتخاذ تدابیر لازم جهت تولید و توزیع اقلام مورد نیاز در رعایت حجاب .

۱۷) توسعه و تنوع بخشی به الگوهای مناسب حجاب به منظور اقناع روحیه تنوع طلبی و حس زیباشناختی زنان، در ضمن ترویج و تشویق چادر به عنوان حجاب برتر (۳).

## حجاب و قهرمانی در ورزش

« اتفاقاً حجاب محدودیت است » حجاب نمی گذارد که دختر در هر رشته ورزشی وارد شود و قهرمان گردد، چرا که برخی از رشته ها را نمی توان با حجاب انجام داد. دختران بدحجاب راحت تر می توانند کار پیدا کنند و درآمدی کسب کنند، چون فضای بسیاری از شغل ها و کارها، برای یک دختر باحجاب مناسب نیست. یک دختر، هرگز نمی تواند با حفظ حجاب کامل و رعایت حلال و حرام خدا ستاره سینما شود، امکان ندارد. دختر، بدون حجاب زیباتر است، پس حجاب، جلوه گری دختر را در محدود می کند. بسیاری از دخترانی که از حجاب فراری اند و آن را محدودیت می دانند، منظورشان از محدودیت همین هاست و حق دارند که آن را محدودیت بدانند.

حجاب هم مثل هر وظیفه و تکلیف دیگری سختی های خود را دارد، ولی به راه راست هدایت نمی شود آن کس که همواره از سختیها فرار کند و هیچ محدودیتی را نپذیرد. محکم بگوییم که حجاب محدودیت است، ولی تنها فرق انسان و حیوان این است که انسان برای رسیدن به کمالش قدرت محدود کردن خود را دارد، اما حیوان ندارد. به نظر می رسد که این روش، بهتر باشد و با قرآن سازگارتر. خدا نیز در قرآن تعارف را کنار گذاشته و راحت از سختی نماز گفته است، تا کسی فکر نکند که نماز راحت الحلقوم است. خداوند بیخود و بیجهت از روش تربیتی لقمان را تأیید نکرد. لقمان کاربلد بود و می دانست چگونه فرزندش را تربیت کند. به او گفت: نماز را بپا دار و به معروف امر کن و از منکر بازدار و بر آن چه بر تو آمد صبر کن. "یا بُنَیَّ اَقِمِ الصَّلَاةَ وَاْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَاَنْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاَصْبِرْ عَلٰی مَا اُصَابَكَ" (۹). در این صورت هر مشکلی که بر سر راه فرزند می آید، او را از مسیر حق خسته نمی کند، چرا که همه مشکلات موجود در مسیر حق را طبق قاعده می داند. البته می دانم که در مسیر حق با همه مشکلاتش بیشتر خوش می گذرد. و انسان مؤمن در همین دنیا نیز بهره بیشتری از سعادت دارد. ولی نباید از مشکلات و مکافات و محدودیتهای مسیر حق را ندید گرفت و منکر شد.

## حجاب مانع ورزش دختران!؟

دختر مسلمان آمریکایی عضو تیم بسکتبال ایالت ماساچوست که یکی از بهترین بازیکنان بسکتبال تاریخ آمریکا شده، دین و حجاب خود را عامل اصلی ستاره شدنش دانست "، بلقیس عبدالقادر" که اخیراً رکورد بیشترین امتیاز در یک مسابقه را شکست، طی اظهاراتی می گوید: دین برای من در مقام اول اهمیت دارد و از همه چیز برایم مهم تر است.

حجاب مانع ورزش کردن من نیست و هیچ مشکلی را برایم به وجود نمی آورد زیرا به گفته های مردم در مورد حجابم توجه زیادی نمی کنم. من روزه هم می گیرم. روزه هم برایم مشکل ساز نیست. گرسنگی و تشنگی برایم مهم نیست و مشکلی در ورزش کردنم ایجاد نمی کند. "بلقیس عبدالقادر" که در حال حاضر یک دانش آموز دبیرستانی است، در ادامه اظهارات خود می گوید: من به دینم افتخار می کنم و همواره بر بیشتر آموختن تعالیم دین مبین اسلام اصرار می ورزم. با وجود اینکه در کشوری مسیحی هستم، اما بسیاری از اطرافیانم به دین من احترام می گذارند. من از تمام آنان سپاسگذارم. وی همچنین افزود: در این ماه رمضان، هر روز وقت تمرین که وقت اذان مغرب میشد، مربی تیم که احترام زیادی برای من قائل است، دقایقی به من اجازه می داد تا برای افطار کردن، تمرین را رها کنم. این کار کمک زیادی به من می کرد. حتی وقتی وقت نماز می شود، تمرین متوقف شده و به من اجازه داده می شود که نماز بخوانم.

این دختر جوان مسلمان در ادامه می گوید: امیدوارم که حجاب من برای دیگر الگو باشد. آرزو می کنم که دیگر دختران مسلمان هم با حجاب خود با قدرت وارد عرصه های مختلف شوند تا ستاره شوند و به همگان نشان دهند که حجاب هیچ گونه مانعی برای زنان مسلمان نیست

### **وظایف تربیت بدنی در آئین نامه راهکارهای اجرایی گسترش فرهنگ عفاف و حجاب به شرح زیر است:**

- (۱) گسترش و بهینه سازی فرهنگ عفاف در مراکز آموزشی و سالن های ورزشی سازمان تربیت بدنی و افزایش ضریب اطمینان خانواده ها نسبت به رعایت حریم عفاف و حجاب در ورزشگاه ها و سالن های مخصوص بانوان.
- (۲) اختصاص مراکز ورزشی مناسب برای بانوان جهت گذراندن اوقات فراغت و فضا سازی مناسب جهت برخورداری زنان از آزادی عمل در رعایت حجاب.
- (۳) کنترل سالن ها و مجتمع های ورزشی بزرگ و کوچک از نظر رعایت پوشش و حجاب.
- (۴) دقت نظر در «صلاحیت متقاضیان» تأسیس اماکن ورزشی به منظور جلوگیری از ورود افراد ناباب و فاقد صلاحیت اخلاقی و . . . در این گونه مشاغل.
- (۵) شناسایی اماکن ورزشی غیرمجاز و رسیدگی به تخلفات این گونه مراکز (اعم از دارای مجوز و فاقد مجوز) در خصوص عدم رعایت مقررات مصوب مربوطه.

۶) تقلیل مشکلات موجود در مراکز ورزشی و ارائه‌ی راهکارهای مفید جهت رفع آنها، اطلاع‌رسانی مناسب به مدیران، شاغلین و مراجعین این‌گونه اماکن برای پیشگیری از بروز تخلفات اجتماعی و ایجاد فضای سالم برای استفاده بهینه از امکانات ورزشی توسط خانواده‌ها.

۷) استفاده نکردن از مربیان مرد برای خانم‌ها و مربیان زن برای آقایان.

۸) عدم استفاده از نوارهای صوتی و تصویری غیرمجاز در اماکن ورزشی.

۹) جلوگیری از آوردن تلفن‌های همراه مجهز به دوربین عکاسی و فیلمبرداری به مراکز آموزشی مختص بانوان.

۱۰) عدم ورود بانوان به سالن‌های ورزشی مختص آقایان و بالعکس تحت هر عنوان، تماشاگر و ...

۱۱) تذکر جدی توسط مدیر مربوطه به افرادی که در ورود به اماکن ورزشی عفاف و حجاب را رعایت نمی‌کنند.

۱۲) طراحی لباس‌های مناسب برای بانوان ورزشکار در راستای حفظ حریم عفاف و حجاب.

۱۳) توجه به شیوه‌های تبلیغاتی مناسب و مرتبط و استفاده از تعالیم دینی مرتبط با فرهنگ عفاف و سلامت جسم و

روح.

۱۴) تجلیل و تشویق ورزشکاران مروج فرهنگ عفاف.

۱۵) تبلیغ و الگوسازی مثبت از افراد و تیم‌های اعزامی ورزشی که مروج ارزش‌های اخلاقی و فرهنگ عفاف در خارج از کشور هستند.

۱۶) بلاغ چارچوب‌های روشن برای برگزاری جشنواره‌ها و مراسم افتتاحیه و اختتامیه و شرایط حضور حاضران در آن در داخل و خارج از کشور.

۱۷) برگزاری کلاس‌های آموزشی جهت آشنایی مربیان و ورزشکاران با احکام و موازن حجاب و عفاف.

۱۸) تأکید بر اجرای مقررات انضباطی جهت گسترش فرهنگ عفاف.

### **سوال اول :- تأثیر حجاب اسلامی در رقابتهای بین المللی ورزش بانوان چیست؟**

هر شخص منصف و محقق می‌داند که احکام حجاب در ادیان و نیز در قرآن و اسلام بی‌فایده و اثر مطلوب نیست حتی در کشورهای غیر اسلامی البته طبق مطالعات و جستجو در اخبار ورزشی بانوان این نتیجه حاصل شده که بسیاری از تازه مسلمانان غربی مخصوصاً زنان با دیدن حجاب و پایداری زنان ورزشکار بر حفظ آن در رقابتهای متمایل و علاقمند به اسلام شده‌اند و یقیناً زیبایی معنوی بسیار بیشتر و با ثبات تر و شیرینتر از زیبایی‌های مادی و دنیایی بوده و خواهد بود. دشمنی‌های برخی مسؤولین خارجی و یا دیگران در ورزشگاههای خارجی نیز ناشی از حکومت لائیک یا ضد اسلامی و ارتباط نزدیک سیاستهای آنان با صهیونیستهای اشغالگر فلسطین می‌باشد...

## سوال ۲: آیا پوشش اسلامی، مانع رقابت برابر بانوان نیست؟

رقابتهای ورزشی اسلامی با حمایت و پشتیبانی سازمان کنفرانس اسلامی در مکانهای سرپوشیده یا محصور و محافظت شده انجام می گیرید و شرایط آنان بسیار یکسان است. اما در رقابت بانوان ورزشکار مسلمان و محجوب با زنان و مردان بین المللی و غیر مسلمان شرایط و مقررات ویژه بی تنظیم و به اجرا درآمده است که مورد تأیید مراجع و فقیهان شیعه و سنی نیز می باشد از جمله اولویت پوشش مو بر گردن و دست ها و نیز اختیار خاص ورزشکار بانو در رقابت جهانی خود در انتخاب پوشش و حجاب کامل چادر یا مانتو یا لباس گرم کن یا ویژه ی آن رشته و در سایر رشته ها که لباس یا اختلاط در آن مغایر حرمت و ارزش و حیا بانوی مسلمان باشد عقلا و شرعا شرکت و رقابت جایز نخواهد بود.

## سوال ۳: راهکارهای فراهم آمدن شرایط برابر با دیگر ورزشکاران چیست ؟

به یقین از آنجایی که اختلافات مذهبی اعتقادی و سیاسی و فرهنگی بسیار آشکاری در بین بانوان ورزشکار بین المللی وجود دارد شاید همانند جدا نمودن اتوبوس و قطار یا بخش زنان از مردان در ایران و ژاپن و چین و برخی کشورهای توسعه یافته بخاطر درخواست مردم متعهد و فواید ویژه ی آن ، در رقابتهای بین المللی نیز سازمان ملل و کنفرانس اسلامی و شرکت های ورزشی تابعه ی آنها بتوانند با تدابیر مشابه و اختصاص مکانها و میدانهای مخصوص بانوان ورزشکار با امکانات خاص و ویژه ی آنها و نیز مقررات و آئین نامه های تنظیم شده در جهت حفظ آزادی امنیت و آسایش ورزشکاران زن از هر دین و آئین و کشور به نتایج شگفت انگیز و رضایت بخشی دست یابند.

## نتیجه گیری :

بانوان ورزشکار محجبه ایرانی سفیران عفاف و حجاب در میادین ورزشی هستند . ورزش انسان را شاداب و با نشاط نگه می دارد بنابراین باید خانواده ها به ورزش اهمیت فراوانی دهند. اهمیت دادن به امر ورزش در جامعه ضروری بوده و جامعه ای که ورزش در آن حاکم باشد با نشاط و با طراوت است . امروزه جنگ نرم دشمن بر کسی پوشیده نیست و مردم ایران با رهنمودهای خردمندانه مقام معظم رهبری، این بار نیز مانند پروژه های تهاجم و شیبخون فرهنگی دشمن، توطئه های آنها در قالب جنگ نرم را خنثی می کنند. بانوان ورزشکار ایرانی در مسابقات برون مرزی با حفظ شئونات جایگاه زن مسلمان را به جهانیان نشان دادند، به طوری که به الگویی برای دیگر بانوان کشورهای اسلامی تبدیل شدند. بانوان ورزشکار ایرانی با حفظ جایگاه زن در عرصه ورزش با پای بندی به اخلاق و عفاف به مبارزه با جنگ نرم دشمن پرداختند و امر به معروف را در میدان ورزشی انجام دادند. ترویج بدحجابی و بی بند و باری از شگردهای اصلی دشمن برای مبارزه با نظام اسلامی است که بانوان ورزشکار محجبه کشورمان در این عرصه برای مقابله با این توطئه به

درستی مقابله کرده‌اند. لذا دانشجویان ما با دیدن ورزشکاران محجب و مدال آور باید به این مساله اعتقاد پیدا کنند که قهرمانی در کنار حفظ ارزشهای ملی مذهبی بسیار با ارزش و دوست داشتنی است .

منابع :

(۱) مطهری ، مرتضی . مساله حجاب ، ۱۳۷۵ ، ص ۱۷۷

(۲) سوره نور ، آیه ۶۱

(۳) <http://goharenab.blogfa.com>

(۴) سوره حجرات ، آیه ۱۳

(۵) سوره نور ، آیه ۳۱

(۶) سوره نور ، آیه ۳۰

(۷) سوره احزاب ، آیه ۳۲

(۸) <http://kamsedamohamad.mihanblog.com>

(۹) سوره لقمان ، آیه ۱۷