

# الگوی اسلامی ورزش بانوان

(دریاس ورزش زنان از دیدگاه فقه شیعه)

فاطمه زنداقصاعی

www.ketab.ir

سرشناسه	۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور	الگوی آموزشی ورزش بانوان: بررسی ورزش زنان از منظر فقه شیعه / مولف: فاطمه زندآقچه‌ای
مشخصات نشر	مشهد: انتشارات مرکز
مشخصات ظاهری	۱۴۰ ص.
شابک	978-600-106-246-9
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
عنوان دیگر	بررسی ورزش زنان از منظر فقه شیعه.
موضوع	ورزش -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	ورزش برای زنان
موضوع	تربیت بدنی زنان
رده بندی کنگره	۱۳۹۲ الف ۷: ۹ / BP۲۳۲ / ۸۷
رده بندی دیویی	۲۹۷ / ۴۸۶۵
شماره کتابشناسی ملی	۳۱۲۱۲۸۶



نشر مرندیز

دفتر انتشارات: مشهد، خیابان ایکو، ۷، پلاک ۱۰۰، پ. م. ۹۰، شماره ۸ - شماره ۹۰

دوستان: ۰۵۱-۳۷۲۵۱۳۰۳

تلفن: ۰۵۱-۳۷۲۷۴۷۶۵

[www.marandiz.com](http://www.marandiz.com)

## الگوی اسلامی ورزش بانوان

فاطمه زند اقطاعی

طراح جلد: رسول زینلی‌نیا

صفحه آرای: ریحانه زینلی‌نیا

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۵

چاپ: دقت

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹-۲۴۶-۱۰۶-۶۰۰-۹۷۸

## فهرست مطالب

۹	مقدمه .....
بخش اول: مبانی حکم ورزش بانوان	
۱۵	فصل اول: جایگاه زن در اسلام .....
۱۵	الف. برابری و یکسانی با مرد .....
۱۵	انسانیت یکسان .....
۱۷	قابلیت‌های یکسان .....
۱۹	تکالیف یکسان .....
۲۰	ب. تفاوت و اختلاف .....
۲۱	انواع تفاوت‌ها .....
۲۵	فصل دوم: جواز ورزش برای بانوان .....
۲۵	درآمدی بر ورزش در فقه اسلامی .....
۲۷	الف. آیات قرآن .....
۳۰	ب. روایات .....
۳۵	ج. اصل برائت و جواز ورزش .....
۳۶	حدیث رفع .....

- ۳۸.....عقل و براءت.
- ۳۹.....د. جواز ورزش برای بانوان.
- ۴۳.....فصل سوم: محدوده‌ی جواز ورزش
- ۴۳.....الف. قاعده‌ی لاضرر.
- ۴۵.....ب. حرمت اضرار به نفس.

### بخش دوم: حجاب و عفاف در ورزش

- ۵۱.....فصل اول: وجوب پوشش اسلامی
- ۵۱.....درا
- ۵۳.....الف. پوشش در قرآن
- ۵۳.....۱. آیه ۵۹، سوره‌ی احزاب
- ۵۴.....۲. آیه‌ی ۳، سوره‌ی نور
- ۵۵.....مفهوم زینت
- ۵۷.....اقسام زینت
- ۶۰.....۳. استثنا پوشش
- ۶۲.....ب. دلیل روایی
- ۶۲.....۱. روایات تفسیری
- ۶۴.....۲. روایات وجوب حجاب
- ۶۷.....۳. دلیل سیره بر پوشش بانوان
- ۶۹.....ج. اقوال فقها
- ۶۹.....۱. پوشش در مقابل نامحرم
- ۷۳.....۲. پوشش زن از زن
- ۷۳.....پوشش در برابر زن مسلمان
- ۷۴.....پوشش در مقابل زن غیرمسلمان
- ۷۶.....د. ویژگی پوشش

۸۱	فصل دوم: لباس ورزشی
۸۱	الف. لباس مختص و مشترک
۸۳	ب. لباس شهرت
۸۵	فصل سوم: تبرج ورزشی
۸۵	الف. حب ظهور در زنان
۸۷	ب. تبرج در آیات
۹۱	ج. تبرج در روایات

### بخش سوم: نگاه و اختلاط در ورزش

۹۷	فصل اول: نگاه به ورزش زنان
۹۷	الف. دلیل قرآن
۹۸	شأن نزول
۹۸	معنای غَضَّ بصر
۱۰۰	ب. ادله‌ی روایی
۱۰۳	ج. اقوال فقها در مسئله‌ی نگاه
۱۰۴	۱. نگاه مرد به زن و بالعکس
۱۰۷	۲. نگاه زن به زن
۱۰۹	فصل دوم: فیلم و عکس در ورزش
۱۰۹	تهیه‌ی عکس و فیلم از ورزش زنان
۱۱۰	نگاه به فیلم و عکس بانوان ورزشکار
۱۱۵	فصل سوم: اختلاط در ورزش
۱۱۵	الف. دلیل قرآن
۱۱۸	ب. روایات
۱۱۹	ج. بررسی اقوال فقها
۱۲۲	نتیجه

۲۴	پیشنهادها
۲۵	ضمیمه‌ی ۱: تبرج ورزشی
۲۷	ضمیمه‌ی ۲: نگاه به ورزشکاران
۲۹	ضمیمه‌ی ۳: اختلاط زن و مرد در ورزش
۳۱	منابع و مأخذ

www.ketab.ir

دوم

ورزش بنا به تعریف نوعی بازی سازمان یافته است که در آن تمرین و حرکاتی به منظور تربیت قوای جسمانی و روحانی و کسب مهارت لازم انجام می شود. امروزه با پیشرفت علم و تحول در نوع زندگی مردم نیاز به ورزش امری جدی افتاده است و اختصاص به جنس خاصی ندارد؛ زیرا پی ریزی یک جامعه ی سالم و بانشاط، با تندرستی و توانمندی زنان و مردان آن جامعه امکان پذیر است. به همین جهت ورزش و تربیت بدنی برای زنان به دلیل نقش مادری و تربیت نسل آینده یک نیاز اساسی و اجتناب ناپذیر است.

در دین مبین اسلام نیز مقوله ی ورزش بیگانه نیست. آیات و روایات بسیاری بر اهمیت تندرستی، نیرومندی تن و ... به عنوان ابزاری برای تکامل روح تأکید شده است.

از سویی دیگر به دلیل ویژگی های خاص زنانه و تفاوت های کهن با مرد دارد و نیز حفظ شرافت و کرامت زن، حد و مرزها و حریم های برای ورزش او در نظر گرفته شده است. در این تحقیق سعی شده این مقوله از دیدگاه فقهی بررسی شود.

از طرفی در بحث ورزش بانوان، دیدگاه های مخالف و موافقی وجود دارد. برخی به دلیل آن که به ورزش زنان و بحث تساوی حقوق زن و مرد با نگاه غرب گرایانه می نگرند، موافق ورزش بانوان هستند و عده ای نیز ضررها



و آسیب‌هایی که از ناحیه‌ی ورزش متوجه زنان می‌شود را مدنظر قرار می‌دهند و مخالف آن هستند. با توجه به این دیدگاه‌ها و از طرفی فقدان اثری جامع در این مقوله که اهمیت و ضرورت ورزش بانوان را بر اساس دیدگاه‌های اسلامی تبیین و مبانی شرعی و احکام فقهی آن را بر اساس ادله‌ی قرآنی و روایی و مستندات فقه شیعه بیان کند، انجام این پژوهش را ضروری می‌نماید.

به این ترتیب دو دسته اهداف را می‌توان برای این پژوهش برشمرد: اهداف ایجابی، شامل شناخت هویت ورزش زنان بر اساس موازین اسلامی، بررسی اهمیت مسأله‌ی پوشش، نگاه، تبرج در ورزش زنان و تحکیم و تقویت ارزش‌های اسلامی، فعالیت‌های ورزشی بانوان و اهداف سلبی، شامل پرهیز از ورزش‌های غیرمعیاری اسلام و مخالف منزلت زنان، پرهیز از خودنمایی، اختلاط در میدان‌های ورزشی و مسابقات بین‌المللی و... بنا به اهداف یادشده، سبب این کتاب در سه بخش دسته‌بندی شده است:

۱. مبانی و حکم ورزش بانوان؛ در فصل اول به جایگاه زن در اسلام پرداخته؛ در فصل دوم جواز ورزش برای بانوان را بررسی کرده و در فصل سوم محدوده‌ی آن بحث شده است.
۲. حجاب و عفاف در ورزش؛ در فصل اول به مقدار پوشش از منظر فقه و در فصل دوم به لباس ورزشی پرداخته شده است و در فصل سوم با رویکردی به گزینه‌ی خودنمایی در ورزش، اصل عفاف برای زن تأکید می‌شود؛
۳. نگاه و اختلاط در ورزش؛ در فصل اول مباحث نگاه به ورزش، فصل دوم مباحث مربوط به فیلم و عکس زنان ورزشکار و در فصل سوم مسأله‌ی اختلاط در ورزش بررسی شده است.

امید که در نهایت توانسته باشیم الگوی صحیحی از ورزش بانوان ارائه دهیم تا در پرتو ورزش، حیثیت اسلامی و انسانی او محفوظ بماند. در خاتمه درود می‌فرستم بر روان پاک مدیریت فقید مدرسه علمیه نرجس مرحومه خانم طاهایی که درس و نصایح ماندگارشان چراغی است فراروی بانوان مسلمان؛ همچنین از استاد محترم سرکار خانم مرادی در راهنمایی این اثر و نیز از دختر عزیزم تشکر و قدردانی فراوان می‌کنم. و عرض می‌کنم: هست از آن خداست.

فاطمه زنداقطاعی

Zand1382@yahoo.com

بهار ۹۵

مشهد مقدس

www.ketab.ir