



بررسی ورزش زنان از دیدگاه فقه شیعه/فاطمه زند اقطاعی

مقدمه

یکی از عرصه‌هایی که امروز، زنان به آن وارد می‌شوند و جزء نیازهای قرن حاضر است امر ورزش و تربیت بدنی است. اسلام با ورزش زنان مخالف نیست اما به شرط این که متناسب با خلقت و طبیعت زن باشد و سبب حفظ حرمت و منزلت زن مسلمان گردد و مقدمه و ابزاری برای انجام بهتر رسالت‌هایی که بر دوش دارد باشد.

از این رو این مسأله را با رویکرد فقهی بررسی می‌کنیم تا روشن شود زن با قید مسلمانی چگونه می‌تواند ورزش کند. این مقاله دارای ۴ قسمت است:

الف: جایز بودن ورزش برای بانوان

ب: حجاب و عفاف در ورزش که مشتمل بر سه بخش است: ۱- پوشش اسلامی در ورزش؛ ۲- لباس ورزشی؛ ۳- خودنمایی و تبرج ورزشی.

ج: نگاه به ورزش بر طبق ادله ی قرآنی و روایی و بررسی یددگاه فقهی آن.

د: مبحث اختلاط در ورزش.

الف: جواز ورزش بانوان

هر آن چه موجب نیرومندی و قوت جسم و روح و تقویت امت اسلامی گردد، از نظر اسلام نیکوست؛ زیرا دین اسلام خواهان جامعه ای با نشاط، تن درست و نیرومند است و این جامعه جز با وجود مردان و زنان نیرومند تشکیل نمی‌شود. از این رو در آیات و روایات بسیاری بر اهمیت قوت، قدرت و سلامتی تأکید شده است.

آیات قرآن و اهمیت ورزش

در بعضی از آیات قرآن با متصف کردن خداوند به داشتن قدرت و قوت آن را به عنوان یک اصل قابل ستایش برای باری تعالی معرفی می کند:

۱- «إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ»؛ «به یقین خدا روزی بخش نیرومند استوار است». (ذاریات/۵۸)

۲- «إِنَّ رَبَّكَ هُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيزُ»؛ «پروردگار تو توانا و پیروزمند است». (هود/۶۶)

در بعضی آیات نیز از نیرومندی اولیاء سخن گفته شده و آن را وصف ایشان می داند. (قصص/۲۶)

اهمیت ورزش و تندرستی در روایات

عده ای از روایات به سلامتی و نشاط اهمیت می دهند و آن را برترین نعمت می شمارند؛ مانند سخن امام علی (علیه السلام) که می فرمایند: الصَّحَّةُ أَفْضَلُ النِّعَمِ. تندرستی برترین نعمت هاست. ^۱ در بعضی از روایات بر اصل ورزش و قوی بودن تأکید شده است: رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمودند: «المؤمن استوی خیر واجب الی الله من المؤمن الضعیف؛ «مؤمن نیرومند بهتر و نزد خدا محبوب تر از مؤمنی ناتوان است». ^۲ در برخی روایات نیز ورزشی خاص را سفارش می کنند. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم): «لأسبق الا فی فصل اوصف او حاضر»؛ «مسابقه تنها در تیراندازی، شتردوانی و اسب دوانی جایز است». ^۳

با دقت در آیات و روایات یاد شده و روایاتی که در این باب موجود است، در می یابیم که همه ی آن ها به صورت مطلق بیان شده و اختصاص به زن یا مرد ندارد و این خود نشان می دهد که ورزش برای زنان جایز است چون اگر قرار بود ورزش زنان حرام باشد، خداوند حکیم حتی حکم آن را بیان می کرد.

ب - حجاب و عفاف در ورزش

بعد از اثبات جواز ورزش برای بانوان نخست باید به بحث حجاب و عفاف زن مسلمان بپردازیم، لذا به پوشش زن مسلمان در ورزش اشاره می کنیم.

۱- پوشش زن مسلمان ورزشکار

«وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنَاتِ یَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَیَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا...» (نور/۳۱)

این آیه از جمله آیاتی است که به گونه ای صریح، مستند حکم وجوب پوشش زن در برابر نامحرم می باشد. ^۴ بر مبنای این آیه، زنان نباید زینت خود را در غیر از حالت ضرورت ظاهر کنند و هم چنین زینتی که در آیه استثناء شده صورت و دست ها تا می باشد که بازگذاشتن و آشکار کردن آن ها به زندگی عملی در اجتماع ارتباط پیدا می کند. ^۵

اقوال فقها در پوشش زن در برابر نامحرم

همه ی مراجع می فرمایند: زن باید تمام بدن و موی خود را (به جز گردی صورت و دست ها تا میچ) در برابر مرد نامحرم بپوشاند. ^۶ بنابراین واجب است تمام بدن زن غیر از چهره و دست های او پوشیدن باشد؛ البته عده ای از فقها تصریح کرده اند: در صورتی که آشکار کردن چهره و دو دست باعث ترس از ارتکاب گناه شود، واجب است پوشیده شود. ^۷ از این رو حضور بانوان در ورزش های عمومی مثل پیاده روی که چندان جلب توجه نمی کند، باید مشروط به پوشش تا حدی باشد که در بالا بیان شد.

پوشش زن در برابر زن

فقه‌های شیعه‌ی امامیه قائل به این هستند که زن در برابر زنان دیگر و محارم باید قسمتی از بدن خود (بین ناف تا زانو) را که در اصطلاح به آن عورتین می‌گویند بپوشاند اما پوشش غیر از این قسمت واجب نیست مگر این که بترسد به دلیل پوشش کم دچار فتنه و آسیبی شود و در مقابل زنان غیر مسلمان هم فقها قائل به کراهت شده‌اند (عدم پوشش در برابر زن نامحرم را مکروه می‌دانند). بنابراین حضور زنان برای تماشای ورزش بانوان یا انجام ورزش، در صورتی که ترس ضرر و زبانی نباشد و پوشش به مقدار بالا باشد اشکالی ندارد.

۲- لباس ورزشی

لباس ورزشی دو گونه مطرح می‌شود: لباس مختص و لباس مشترک. لباس مختص خاص هر کدام از زن و مرد است اما لباس مشترک، لباسی است که هم زنان می‌پوشند و هم مردان. از قبیل: گرمکن ورزشی، لباس کاراته و... در احکام فقهی پوشیدن لباس مختص به زنان برای مردان و پوشیدن لباس مختص به مردان برای زنان جایز نیست.^۸

یکی از دلایل این امر را تشبیه بیان می‌کنند. در حدیث آمده است: امام صادق (علیه السلام) از پدرانش نقل می‌کند: که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) مانع می‌شد که مرد شبیه زنان شود و از این که زن در پوشش خود همانند مردان شود، نهی می‌کرد.^۹

علاوه بر آن ممکن است لباس، مختص نباشد ولی لباس شهرت باشد. لباس شهرت لباسی است که پوشیدن آن برای شخص به خاطر رنگ یا کیفیت دوخت یا مندرس بودن آن و عامل دیگر مناسب نیست؛ به طوری که اگر آن را در برابر مردم بپوشد، توجه آنان را به خود جلب می‌کند.^{۱۰} برخی روایات در این باره چنین است: «ان الله یبغض شهره اللباس»^{۱۱} به یقین، خداوند شهرت در لباس را دوست نمی‌دارد.

۳- خودنمایی (تبرج) ورزشی

دلیل آن که در اسلام دستور پوشش به زنان اختصاص داده شده است، این است که خودنمایی و خودآرایی مخصوص زنان است و از نظر تصاحب قلب‌ها و دل‌ها مرد، شکار است و زن شکارچی... و میل خودآرایی و خودنمایی از این نوع حس شکارچی‌گری او ناشی می‌شود.^{۱۲}

مسئله‌ی تبرج در یکی از آیات قرآن به طور صریح مورد نهی قرار گرفته است:

«وَلَا تَبْرَجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَىٰ»^{۱۳}؛ «و مانند روزگار جاهلیت قدیم زینت‌های خود را آشکار نکنید».

تبرج یعنی آشکار کردن و ظاهر ساختن برای مردم، هم چنان که برج در مقابل مردم ظاهر است.^{۱۴}

ورزش نیز از مهم‌ترین راه‌هایی است که زن خیلی بیشتر و بهتر می‌تواند اندام خود را در ورزش نشان دهد و خودنمایی کند. در آیه‌ی ذکر شده در بحث پوشش بعد از این به زنان امر می‌شود زینت‌های خود را بپوشانند و جز برای افراد مذکور آشکار نکنند، آنان را از جلوه‌گری و خودنمایی برحذر می‌دارد.

«...وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ...»^{۱۵}؛ «و پاهای خود را به گونه‌ای به زمین نکوبند تا آن چه از زینتشان نهفته می‌دارند معلوم گردد...».

یک قاعده‌ی کلی را از آیه استثنا می‌کنند: و آن نهی از کوبیدن پا بر زمین، بیانگر نهی از هر چیزی است که توجه نامحرم را به زمینه فساد جلب می‌نماید.^{۱۶} بنابراین هرگونه حرکت یا فعل صادر از سوی زن که سبب تحریک شهوت مرد شود، حرام است.^{۱۷} با این وجود، ورزش‌هایی مثل: دوچرخه‌سواری، اسب‌دوانی، دو میدانی و... در معابر و اماکن عمومی با وجود پوشش مناسب زن، سبب جلب توجه و تحریک و تهییج شهوت جنس مخالف می‌شود بنابراین انجام این امور حرام خواهد بود.

ج: نگاه به ورزش بانوان

۱- ادله‌ی قرآنی و روایی در مسئله‌ی نگاه کردن

«قُلْ لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَرَزَكُنَّ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ. وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ...»^{۱۸}؛ به مردان با ایمان بگو دیده فرو نهند و پاکدامنی ورزند که این برای آنان پاکیزه تر است. زیرا خدا به آن چه می کنند آگاه است؛ و به زنان با ایمان بگو: دیدگان خود را [از هر نامحرمی] فرو بندند و پاکدامنی ورزند.

مورد بحث در آیه کلمه «غض» است. غض در لغت به معنای نقصان در دیدن و صدا یا خیره نگاه نکردن می باشد.^{۱۹}

در تفسیر نمونه آمده است:

آیه نمی گوید مؤمنان چشمانشان را فرو ببندند، بلکه می گوید باید نگاه خود را کوتاه کنند و این تعبیر لطیفی است؛ به این منظور که اگر انسان به راستی هنگام راه رفتن با زنی نامحرم رو به رو شود، بخواهد چشم را به کلی ببندد، ادامه ی راه رفتن برایش ممکن نیست، اما اگر نگاه را از اندام و صورت او برگیرد و چشم خود را پایین اندازد گویی از نگاه خویشتن کاسته و آن صحنه ی ممنوع را از منطقه ی دید خود حذف کرده است.^{۲۰}

۲- فقه و مسأله ی نگاه

در فقه اسلامی در باب مسأله ی نگاه به دو ملاک کلی بر می خوریم:

الف: ریه و لذت بردن

ب: تحریک و تهییج جنسی

این دو مورد اگر از راه های نامشروع باشد حرامند و دو عنوان متقابل هستند. ریه و تلذذ به مشاهده و تحریکات جنسی و عرضه و نمایش مربوط می شود. از جمله ملاک هایی که برای حرمت آن وارده شده است، ایجاد فساد می باشد.^{۲۱}

عده ای از فقها نیز در بیان حکم نگاه مرد به زن و بالعکس، نگاه بدون سبب را حرام می دانند و نگاه به چهره و دست را مکروه می شمارند.^{۲۲} عده ای دیگر نیز در جواز استثناء نگاه به دست و صورت، نگاه اتفاقی را جایز و استمرار آن را ممنوع می دانند.^{۲۳} مراجع امروز می فرمایند: نگاه به نامحرم اگر بدون قصد لذت و ترس افتادن به گناه باشد و باعث مفاسد و انحرافات اخلاقی نشود، اشکالی ندارد.^{۲۴}

بنابراین اگر نگاه به ورزش زنان مستلزم فساد شود یا به قصد ریه و لذت باشد، جایز نیست. در مسأله نگاه زن به زن نیز چنین است:^{۲۵} در واقع بانوان می توانند به تماشای ورزش بانوان بروند یا هنگام ورزش به جز عورتین به بدن یکدیگر نگاه کنند. اما نگاه با لذت حرام است.

د: اختلاط

یکی دیگر از مباحثی که در ورزش بانوان مطرح می شود، اختلاط آن ها با مردان است. به این صورت که آیا زنان و مردان می توانند به طور مختلط ورزش نمایند یا این که به همراه مردان در ورزشگاه ها برای مسابقه یا تماشای آن حضور یابند؛ گرچه مکان آن دو از هم جدا باشد؟

از جمله روایاتی که در مذمت اختلاط، وارد شده چنین است:

از رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) روایت شده است: که ایشان زنان را از رفت و آمد در وسط کوچه نهی می کردند و می فرمودند: «زنان هنگام راه رفتن از وسط کوچه راه نروند، بلکه از کنار بروند».^{۲۶}

امام علی (علیه السلام) نیز به مردان هشدار می دهند: «ای مردم عراق! به من خبر دادند که بدن زن های شما در راه ها با بدن مردان تماس پیدا می کند، آیا شرم نمی کنید؟»^{۲۷}

اقوال فقها در بررسی حکم اختلاط بر محور کراهت دور می زند ۲۸ نظر مراجع در محیط مختلط اگر نگاه گناه آلود انجام نشود و ترس افتادن به حرام نباشد، اشکال ندارد ولی با این وجود سزاوار است مسؤولان کشور اسلامی فکری برای جدایی مجالس مختلط نمایند و برخی فقها مانند آقای صافی و بهجت چون اختلاط مرد و زن در معرض فساد است آن را جایز نمی دانند.^{۲۸} البته این مکروه بودن در صورتی است که مجلس به هیچ وجه حرام نباشد و الا اختلاط حرام است؛ مثل آن جا که تماس بدنی داشته باشند که در حرمت آن گفته شده است:

«هنگامی که نگاه به نامحرم حرام باشد، لمس کردن نیز به طریق اولی حرام است. پس اگر بگوییم نگاه به چهره و دو دست زن نامحرم جایز است، به جواز لمس آن قائل نیستیم، زیرا دلیلی بر استثنای لمس وجود ندارد».^{۲۹}

پی نوشت ها:

۱. رک: عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، غررالحکم و دررالکلم، مصطفی درایتی، مشهد، ضریح آفتاب، ۱۳۸۱، ص ۶۲۵.
۲. محمد محمدی ری شهری، حکمت نامه جوان، مهری مهرین، قم، دارالحديث، چاپ سوم، ۱۳۸۵، ص ۱۲۰.
۳. محمد بن حسن عاملی، وسایل الشیعه، قم، آل البيت لاحیاء التراث، چاپ سوم، ج ۱۹، ص ۲۵۳.
۴. رک: علی اکبر کلانتری، فقه و پوشش، قم، بوستان کتاب، چاپ سوم، ۱۳۸۳، ص ۳۹.
۵. رک: همان، صص ۳۹-۵۹.
۶. مجتبی حسینی، احکام نگاه و پوشش مطابق با نظر ده تن از مراجع عظام، قم، دفتر نشر معارف، ۱۳۸۵، ص ۹۷.
۷. رک: محمد کاظم طباطبائی، العروه الوثقی، تعلیقات عده فی الفقها، ج ۱، ص ۴۵۱.
۸. زین الدین جبر عاملی، الروضه البهیة فی شرح اللمعه الدمشقیه، تعلیق علی حسینی، ج ۲، ص ۱۴.
۹. محمد بن حسن حر عاملی، همان، ج ۲۰، ص ۲۲۱.
۱۰. علی خامنه ای، اجوبه الاستفتائات، تهران، انتشارات بین المللی الهدی، ۱۳۸۱، ص ۳۰۴.
۱۱. محمد بن حسن حر عاملی، همان، ج ۵، ص ۲۴.
۱۲. مرتضی مطهری، مسأله ی حجاب، ص ۷۳.
۱۳. سوره ی احزاب، آیه ۳۳.
۱۴. محمد طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۶، ص ۴۸۲.
۱۵. سوره ی نور، آیه ۳۱.
۱۶. خالد غفوری، اظهار زینت و حکم آن، فصلنامه ی تخصصی فقه اهل بیت، سال ۱۴، شماره ۵۴، ۱۳۸۷، ص ۱۷۹.
۱۷. محمد مهدی شمس الدین، الستر و النظر، ص ۸۸.
۱۸. نور، آیات ۳۰-۳۱.
۱۹. حسن بن محمد فضل راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ترجمه سید غلامرضا خسروی، ج ۲، ص ۷۰۰.

۲۰. ناصر مکارم شیرازی و دیگران، تفسیر نمونه، ج ۱۴، ص ۴۳۷.
۲۱. رک: محمد مهدی آصفی، بازیگری زن در سینما و تئاتر، فصلنامه فقه اهل بیت، سال ۶، شماره ۲۲، ص ۹۰.
۲۲. رک: محمد بن حسن بن علی طوسی، المبسوط فی فقه الامامیه، بیروت، انتشارات دارالکتب الاسلامی، ۱۴۱۲، ج ۴، ص ۱۶۰.
۲۳. رک: یوسف بحرانی، حدائق الناضره فی احکام العتره الطاهره، بیروت، دارالاحیاء التراث، ۱۴۱۳ق، ج ۲۳، صص ۴۹-۵۵.
۲۴. مجتبی حسینی، احکام نگاه و پوشش، ص ۵۴.
۲۵. رک: زین الدین جبر العاظمی، الروضه البهیة فی شرح اللمعه الدمشقیه، تعلیق علی حسینی، ج ۲، ص ۳۷۶.
۲۶. رک: محمد بن حسن حر عاملی، همان، ج ۲۰، ص ۱۸۵.
۲۷. همان، ص ۲۳۵.
۲۸. رک: محمد کاظم طباطبایی، العروه الوثقی، مع تعلیقات عده من الفقهاء، ج ۲، ص ۷۶۵.
۲۹. مسعود معصومی، احکام روابط زن و مرد، قم، انتشارات بوستان کتاب، ۱۳۸۲، ص ۱۷۶.
۳۰. رک: محمد فاضل لنکرانی، تفصیل الشریعه فی شرح التحریر الوسيله، قم، تحقیق و نشر فقه الاثمه اطهار، ۱۴۲۱، ص ۳۹.