

## تجليات القدرة و العجز في حركة الإنسان من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي

وجهة نظر تأملية تحليلية و نقدية

جامعة زيان عاشور الجلفة

○

د. حناط عبد القادر

### تمهيد :

إن القدرة هي الطاقة الكامنة في كل إنسان و التي تحرك قواه الإرادية لتحقيق أهداف مؤدية إلى غايات فإذا كان كذلك فلم نجد عند الكثير من الناس قدرات كبيرة إلا أنهم لا يصلون إلى غاياتهم الكبرى؟ قد نعزو ذلك إلى ضعف الإرادة و عدم اكتشاف مثل هؤلاء لقدراتهم أو أنهم تائهون لا يعرفون ما يفعلون ... هذا ممكن، و لكن قد لا يعود ذلك للأسباب السالفة الذكر إذ قد يعرف الإنسان أهدافه و غاياته و يعي جيدا طرق الوصول إليها، كما أنه يدرك تمام الإدراك مدى قدراته و إمكانياته و قوة إرادته إلا أنه لا يستطيع السير في هذا السبيل فهو لا محالة عاجز رغم قدرته....!

في حين نجد الكثير من أصحاب العاهات و الأمراض و كذا الذين يعيشون في ظروف طبيعية و اجتماعية قاسية إلا أنهم يحققون نتائج بدنية و فكرية باهرة إنها القدرة رغم العجز.

**مقدمة:** إن جدلية العجز و القدرة تتجسد في المجال الرياضي خصوصا التنافسي منه إذ نرى بعض الرياضيين من دول وصلت إلى رقي حضاري كبير و هؤلاء الرياضيون توفرت لهم كل الشروط المادية و المعنوية إلا أنهم لا يحققون سوى نتائج هزيلة إذا قورنت بالنتائج التي يحققها أقرانهم رغم قسوة الظروف البيئية و الاجتماعية. تجدر الإشارة هنا إلى شروط و ظروف التدريب و المنافسة التي يخضع لها رياضيو فئة ذوي الاحتياجات الخاصة.

- و من هنا نطرح التساؤلات التالية:
- فيما تتجلى جدلية العجز و القدرة في حركة الإنسان من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي؟
- هل هناك رياضيون عاجزون رغم قدرتهم و رياضيون قادرين رغم عجزهم؟
- إلى أي مدى يمكننا التصديق و التجاوب مع نظرية التعويض لـ ألفرد أدلر؟ و هل يمكننا القول في المجال الرياضي بأن كل صاحب عاهة جبار؟

01/ الطبيعة الإنسانية

إن الذين درسوا الطبيعة الإنسانية من القديم أو الحديث لمسوا الكثير من الفوارق في هذه الطبيعة، فالبشر كما يختلفون في أشكالهم و ألوانهم فإنهم يختلفون في أمزجته و طباعهم ، و يشتركون في أن الطبيعة الإنسانية ينتابها الغموض و التعقيد رغم المعلومات الكثيرة و لهذا اختلفت النظرة إلى هذه الطبيعة لأن كل واحد من هؤلاء ينظر إليها من جانبه هو ، فالفلسفة المادية ترى أن الإنسان ظاهرة مادية شديدة التعقيد تتركب من مواد كيميائية مختلفة ، و هي بهذا لا تختلف عن الطبيعة الحيوانية، أما العقليون فيرون بأن الإنسان إنما هو عقل محمول على جسم و ما هو إلا ظاهرة عقلية، و أنه لا وجود للجسم من دون عقل لأنه نتاجه و منشق منه، أما الفلسفة البنائية فنقرر أن الإنسان مادة و روح أي جسم و نفس، في حين ينظر علماء الاجتماع و الأنثروبولوجيا إلى أن الإنسان إنما هو ظاهرة اجتماعية ثقافية، أما علماء تشريح الأعضاء فينظرون إليه على أساس أنه مركب من أعضاء و جسم و له وظائف و نمو، و ينظر علماء النفس إلى الإنسان على أنه ظاهرة نفسية لها وظائفها و مطالبها و حاجاتها، و أن مشكلاته تحدث عندما لا يحصل التوافق بين حاجات الفرد و حاجات المجتمع<sup>1</sup>

02/ مميزات الإنسان و قدراته:

شاءت إرادة الله تعالى أن يكون خلق الإنسان خلقا معجزا بكل المقاييس، فقد خلق فيه ما لم يتوفر لغيره من المخلوقات الحية، فجمع فيه الجسم المتين القادر على أداء أكثر الحركات تعقيدا، و على أداء أشق الأعمال صعوبة كما جمع فيه العقل الراجح و الوجدان اليقظ الذي يوجهه الوجهة السليمة الأمر الذي ميز الإنسان و رفع شأنه بين سائر المخلوقات ( و لقد كرّمنا بني آدم و حملناهم في ظلمات البر و البحر و رزقناهم من الطيبات و فضلناهم على كثير ممن خلقنا تفضيلا )

لقد مُنح الإنسان عقلا ساعده على معرفة الحقيقة التي استودعها الخالق في الكون و في مخلوقاته و منح جسما قويا يساعده على السعي في الأرض من أجل العمران و فعل الخير ، و مُنح روحا تهبه العزيمة و المثابرة في مواجهة عوامل الإحباط و القنوط و بذلك يكون خلق الإنسان قد جمع الجوانب السلوكية الأساسية ( المعرفة - الحركة - الوجدان ) في شمول و تكامل . كما مُنح قدرا كبيرا من الطباع و الغرائز و القدرات و التي كثيرا ما يطلق عليها الطبيعة الإنسانية ، و هذه الطبيعة بكل بساطة - هي أكثر ما يحير في الإنسان ( و لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم )<sup>2</sup>

<sup>1</sup> أحمد الطيب. أصول التربية، الإسكندرية، 2003، ص 157-158

<sup>2</sup> أمين الخولي. الرياضة و الحضارة الإسلامية. دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ص 56-57

### 03/ حركة الإنسان البدنية و الفكرية بين السمو و العبثية:

إن الإنسان كما ذكرنا سابقا خُلق ليسعى من أجل عمارة الأرض و هذا السعي يتطلب حركة بدنية و حركة فكرية. و السمو و العبثية في هذه الحركة إنما هما حكمان قيميان يختلفان باختلاف البيئات التي ينتشر فيها البشر على أنحاء المعمورة أي باختلاف الشعوب و الحضارات. فما يراه فرد في حضارة ما على أنه حركة أو فكرة رائدة يراه فرد آخر يختلف في بيئته و حضارته عن الأول على أنه لهو و عبث. و على كل فالظاهرة الحركية لدى الإنسان تشكل أحد أهم أبعاد وجوده الإنساني سواء على المستوى الحياتي ( البيولوجي ) أو المستوى الاجتماعي الثقافي. و يشتمل هدف التنمية الحركية على عدد من القيم و الخبرات و المفاهيم التي تتعهد حركة الإنسان و تعمل على تطويرها و الارتقاء بها. كما تعتمد هذه الحركة على التناسق بين الجهازين العضلي و العصبي<sup>1</sup>

لقد أوضح Bonte أن جسم الإنسان هو أداته في الاتصال و الامتزاج بالأشياء، و مكانته بالنسبة للكون هي مكانة القلب للجسم، و من وظائفها الاستقبالية معالجة المدركات التي هي في مضمونها و جوهرها أفعال، فهو يتيح للإنسان إدراك العالم مباشرة دون وساطة ، و من خلال الجسم يتحد مع العالم. فإن كان الفكر الإنساني يتمثل في شكل رموز و كلمات ومعاني و مقولات، فإن كان الفكر الإنساني يتمثل في أداء البدن و حركاته، حيث تتجسم الأفكار في شكل الحركات<sup>2</sup>

و مادامت الحركة هي الشكل الإجرائي للأفكار و أن كل فعل مسبوق بفكرة فسموها و عبثيتها إنما هو من صميم النتائج المترتبة عنها فإذا كانت الأفكار و الحركات تصب في خدمة الإنسانية منمية قيم التوحد و النمو و التطور سواء بالنسبة للأفراد أو المجتمعات فإنها لا محالة محكوم عليها بالسمو و الكمال أما إذا كانت تنمي قيم التفرقة و التطرف و التخلف فبالضرورة هي أفكار و أفعال محكوم عليها بالوضاعة و العبثية. ففطرة الإنسان مجبولة على حب الخير و كراهية الشر.

#### 1- حياة الانسان بين الفكر و أثر الحركة:

##### أ- أهمية الأفكار:

إن أهم ثروة يمكن للإنسانية أن تستثمر فيها هي ما أنتجه الإنسان من أفكار ، و هذه الأفكار لا توتّي أكلها إلا إذا ربطت بشبكة علاقات بين أبناء المجتمع الإنساني. فقد تلم ببعض المجتمعات ظروف أليمة، كأن تحدث فيضانات و زلازل و حروب فتمحو عالم الأشياء محوا كاملا، أو تفقده السيطرة عليه، فإذا حدث فقدان

<sup>1</sup> المرجع السابق ، ص 159.

<sup>2</sup> أمين الخولي. أصول ت.ب.ر، ط3 دار الفكر العربي ، القاهرة 225 ص 151

للثروة الفكرية كان الخراب ماحقا و في هذا السياق يقول المفكر مالك بن نبي ( لا يقاس غنى المجتمع بكمية ما يملك من اشياء بل بمقدار ما فيه من أفكار )<sup>1</sup>

### ب- بين أثر الفكرة و أثر الحركة:

مهما كانت الحركة مدروسة دراسة علمية و هادفة إلى تطوير جسم الإنسان و تفجير أقصى ما لديه من قدرات بدنية فإنها لا تتعدى ذلك، أما الفكرة فإنها تغير حياة شعوب و تحول مسار أمم.

لكل من الحركة و الفكر تأثير لكن شتان بين الإثنين فإذا ما قيست سرعة تأثير كل منهما بالعامل الزماني و المكاني فنجد أن الحركة قد تنمي القدرات البدنية للإنسان و لكن ذلك يتطلب سنين عدة لكن الفكرة قد تنتشر في ظرف قياسي بين أنحاء المعمورة مؤثرة في جموع كثيرة من بني الإنسان سواء كانت هذه الحركة الفكرية دينية كإنتشار الديانة المسيحية أو اليهودية أو الإسلام أو فكرة إقتصادية كالاشتراكية أو الرأسمالية أو حركة علمية كانت انتشار المذاهب الفلسفية و الأدبية و هي اليوم أشد فعالية و سرعة و تأثيرا نظرا للتطور الهائل الذي وصلت إليه تكنولوجيا الإعلام و الاتصال.

إن تأثير الحركة قد ينتهي بسكون يصيبها نظرا لعوائق و حواجز تقف في طريقها و قد تنتهي بموت الإنسان، أما الفكرة فقد يصيبها بعض الخمول إلا أنها ما تفتأ لتتبعث من جديد فالأفكار لا تموت بموت أصحابها و حاملها و هذا جوهر الفرق بين تأثير الحركة و تأثير الفكرة.

يرى الكندي أن الحياة هي نماء عضوي، لا نستطيع أن نحياها وفق صياغات مجردة من الألفاظ و التعابير ، إنما نحياها وفق أطر و أنماط حية متطورة فالحياة حركة و لا نستطيع إيقافها إلا إذا قضينا عليها فلذلك كانت و ستظل الحركة إحدى مؤشرات الحياة و الحركة في نظره تبدل حال الذات، و قد ربط بين التغيير و الحركة فهو لا يتصور حركة بغير جسم و زمان و حالة تغير<sup>2</sup>

### 04/ حاجة الإنسان لممارسة النشاط البدني الرياضي بين المنافسة و الترويح:

إن النشاط البدني الرياضي بمفهومه العريض تعبير عام و واسع يشمل كل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان و يستخدم فيها بدنه بشكل عام ، فهو تغلغل في كل المظاهر و الأنشطة الحياتية اليومية، بدء بالواجبات ذات الطبيعة البيولوجية مرورا بمجالات التربية و العمل و الإنتاج و الدفاع و الاتصال و الخدمات كالترويح و أوقات الفراغ.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مالك بن نبي : ميلاد مجتمع. دار الفكر العربي ، لبنان ، 1974 ، ص 34.

<sup>2</sup> فيصل بدر عون: دراسات في الفلسفة الإسلامية ، كلية الأدب ، جامعة عين شمس. مصر ، 1980 ، ص 175.

<sup>3</sup> أحمد زكي بدوي : معجم العلوم الاجتماعية ، ص 32

و هناك من عرف النشاطات البدنية و الرياضية بأنها : " تتطوي على مجموعة السلوكات الحركية المرتبطة باللعب و يمكن استغلالها في المنافسات الفردية و الجماعية و التي تمكن تطبيقاتها المنهجية المنتظمة في تطوير و تحسين أو صيانة الصفات البدنية و النفسية التي تساهم في تفتح الفرد و تكيفه مع محيطه ، و هي تسعى إلى تكوين الإنسان تكوينا متكاملًا و هناك عدة ألوان لهذا النشاط منها ما هو ترويجي يمارس خلال أوقات الفراغ يهدف إلى تخفيف ضغط و معانات الإنسان المهنية، أو تنافسي يهدف إلى تحقيق نتائج المستوى المحلي أو العالمي<sup>1</sup>

### - هدف الترويح و أنشطة الفراغ:

تشير الأصول الثقافية للرياضة إلى أنها نشأت بهدف التسلية و المتعة و الترويح و شغل أوقات الفراغ ، و مازالت تحتفظ بذلك كأحد أهدافها الذرائعية ، و هو الهدف الذي يرمي إلى إكساب الأفراد المهارات الحركية الرياضية مدى الحياة عن المعلومات و المعارف المتصلة بها<sup>2</sup> ، و إثارة الاهتمام بالأنشطة البدنية نشاطا ترويجيا يستثمره الإنسان في وقت فراغه مما يعود عليه بالقيم الصحية و النفسية و الاجتماعية المفيدة ، و يعبر مفهوم الترويح عن الطرف الانفعالي الذي يشعره الإنسان و ينتج عنه الإحساس بالرضا و بالوجود الطيب و هو يتصف بمشاعر كالانجاز و الانتعاش و القبول و النجاح و السرور و هو يدعم الصورة الايجابية للذات ، كما يستجيب للخبرة الجمالية و هو في النهاية أنشطة مستقلة للفراغ و مقبولة اجتماعيا<sup>3</sup>.

### أ- ممارسة النشاط البدني في الظروف القاسية :

تتميز الطبيعة الإنسانية بقدرات عالية تؤهلها للتكيف مع مختلف الظروف الحياتية القاسية سواء تعلق الأمر بالظروف الطبيعية المحيطة به أو بظروف خَلقية مرتبطة بتكوينه الفيزيولوجي و المورفولوجي كقوة المعاقين أو بالظروف التي تحيط بالمنافسة بحد ذاتها و الفعل الإنساني و حركته يخضعان لآراء و وجهات نظر مختلفة في هذا المجال. منها على سبيل المثال :

### - الممارسة الرياضية و النظرة التشاؤمية:

يرى أبيقور " بأنه مادامت كل لذة يسبقها أو يتبعها ألم و بالتالي يجب تجنبها".

إن هاته النظرة لو تبناها بنو الإنسان لكانت وبالاً عليهم و لأصبحت تمثل عائقاً أمام تقدم الإنسانية في مختلف مناحي الحياة، و بالنسبة للنشاط البدني الرياضي فإن الممارس يجد اللذة في الألم بالمعنى المازوشي

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع ، عالم المعرفة ، الكويت ، 1996 ، ص 22.

<sup>2</sup> أمين الخولي : أصول التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، ص 155.

<sup>3</sup> سعد مرسي أحمد : تطور الفكر التربوي ، عالم الكتب ، ط 2 ، 1980 ، ص 146

الإيجابي .... ! و حسب هذا الرأي فالرياضي لا يحقق النتائج العالية إلا بعد آلام ومعاناة التدريب القاسي و الصبر و الثبات أثناء المنافسة لقول الشاعر :

لا تحسبن المجد تمراً أنت آكله \*\*\*\*\* لن تبلغ المجد حتى تلعق الصبر

يرى سبنسر أن الإنسان ذئب للإنسان<sup>1</sup> و أنه ميال لفعل الشر أكثر من ميله لفعل الخير ، لذا فالرياضي أثناء المنافسة نجده يميل للغش و استعمال الحيل كالمنشطات و مخاتلة الحكم و استعمال العنف نحو الخصم ، هذا عند البعض من الرياضيين و لكن علينا أن لا نتمادى مع وجهة النظر هاته فهناك رياضيون يتميزون بأخلاق عالية و حس إنساني مرهف و إن اختلفوا مع خصومهم أثناء المنافسة فهم يلجئون إلى القانون الذي يسير المنافسة و شعارهم التأخي و الروح الرياضية.

#### - الممارسة الرياضية و النظرة التفاضلية:

يرى الرواقيون بأن الإنسان مجبول على الخير ، و إنما الشر يلحقه من مخالطة الأشرار<sup>2</sup> ، فهو في المنافسة يحاول أن يقدم أحسن ما لديه من قدرات و امكانات دون اللجوء إلى الغش و التحايل.

إن هذه النظرة غير موضوعية لكون الإنسان تتنازعه قوى الخير و الشر فإذا ما وجد الصرامة و الحزم أثناء المنافسة فإنه يلتزم بالقوانين و الشروط المفروضة أما إذا لم يجد ذلك فهذا يعني سواد الفوضى و سواد قانون الغاب أي البقاء للأقوى.

#### - النظرة الوسطية للممارسة الرياضية:

إن الطبيعة البشرية تحمل بين طياتها جوانب الخير و الشر ، فهي ليست كلها خيرة، و لا كلها شريرة و إنما هناك من الناس من يحب الخير و يعمل به ، و ذهب الكثير من المفكرين إلى أن الإنسان يكتسب جانب الخير و الشر بالتطبع لا بالطبع، و ذلك من خلال التنشئة الاجتماعية و في هذا السياق يقول الإمام الغزالي " إن الصبي قابل للخير و الشر جميعا و إنما أبواه يميلان به إلى أحد الجانبين " و الإنسان أقرب للخير من حيث أنه إنسان.

و بالتالي فالنشاط البدني الرياضي أداة مؤثرة و سلاح فعال في تنمية الجانب الخيري في الإنسان أثناء الممارسة سواء كانت ترويحوية أو تنافسية.

<sup>1</sup> أحمد الطيب : مرجع سابق ، ص 168

<sup>2</sup> نفس المرجع ، نفس الصفحة.

05/ تجسيد جدلية العجز و القدرة في حركة الإنسان أثناء المنافسة الرياضية:

إن الحركة الرياضية هي أرقى أنواع الحركة عند الإنسان فهي ذات أهداف نفعية تنعكس على الجوانب المادية للفرد كتطوير الصفات البدنية نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ( القوة ، السرعة ، الرشاقة ، المرونة ، ... إلخ ). أما على المستوى النفسي فتتمى الثقة بالنفس و كل القوى الإرادية للفرد و تسهم بصفة عامة في عملية التكيف النفسي و الاندماج الاجتماعي<sup>1</sup> . فإذا كانت الحركة الرياضية أرقى أنواع الحركة الإنسانية فإن المنافسة هي أرقى أنواع النشاط البدني الرياضي و تهدف إلى تجسيد و تحقيق الأهداف المرسومة من خلال التدريب البدني و النفسي و الخططي الطويل و الشاق و المضني تحت ظروف طبيعية و خلقية قاسية ( الرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة ). في خضم هذه الظروف نجد الكثير من الرياضيين الذين توفرت لهم كل الشروط و الإمكانيات المادية و المعنوية و البيئية لا يصلون إلى المنافسات النهائية في حين نجد متنافسين آخرين لم يتوفر لهم حتى الثلث مما توفر لأقرانهم سابق الذكر إلا أنهم يحصلون على نتائج رياضية عالمية باهرة... ! و هنا تتجلى قدرة العجز للفائزين و عجز القدرة عند الخاسرين فهذا ما يجعلنا نتجاوب مع قول المفكر ألفرد أدلر في نظريته حول التعويض. إذ نرى و نشاهد مرارا و تكرارا رياضيين يملكون من القدرات البدنية و المادية ما يؤهلهم لتحقيق نتائج تشرفهم و تشرف أوطانهم و لكنهم لم يفعلوا ... ! في حين نجد رياضيين ينتمون لدول فقيرة و تديروا في ظروف قاسية فعلوها بنجاح و شرفوا أوطانهم بأعلى التشريفات و حققوا أعلى المراتب و لو قدر لنا تقديم نموذج حي و أكثر تجسيدا لهذه الفكرة أو ما أسميه بـ **قدرة العجز و عجز القدرة من خلال حركة الإنسان** نجد في أولمبياد بكين للعام 2008 خير مثال: إذ تحصل رياضيو المنتخب الوطني في مختلف الرياضات على نتائج هزيلة رغم توفر كل الشروط و الإمكانيات في حين تحصل مواطنوهم من ذوي الاحتياجات الخاصة في أولمبياد بكين في نفس العام على مراتب جد مشرفة في حدود إمكانياتهم و قدراتهم أليست بحق تجسيد لمقولة " كل صاحب عاهة جبار " و أن هناك رياضيون عاجزون رغم قدرتهم و هناك رياضيون قادرين رغم عجزهم

على سبيل الختم :

إن العجز عند الإنسان لا يعود في كثير من الأحيان لضعف الإرادة و عدم معرفة الأهداف و الغايات المنشودة كما أنه لا يرتبط بعاهات فيزيولوجية أو مورفولوجية إنما يرجع في كثير من الأحيان إلى حالات سيكولوجية متداخلة الظروف و المجاري و المعالم لا تتعلق بكل ما ذكر سابقا. و إلا كيف نفسر وصول الكثير من أصحاب الأمراض و العاهات إلى الشهرة العالمية في شتى مجالات الحياة من رجال دين و سياسة و فكر و أدب و رياضة و فن. بل أكثر من ذلك فقد أصبحوا منظرين فيها، و يمثلون تيارات فكرية صارت تسهم في بناء الأنساق الحضارية سواء كانت مادية أو روحية تتحول إلى إرث إنساني تراكمي يمد الحضارات القادمة بقوة دافعة لا تتضب ...

<sup>1</sup> أمين الخولي ، أصول التربية البدنية ، مرجع سابق، ص 125.

إن هذا ليجعلنا نقف مندهشين مذهولين أمام تلك النتائج التي حققها مثل هؤلاء. و من هنا نلخص استنتاجين هامين:

**أولاً:** هنالك أقوام عاجزون رغم قدرتهم. كما أن هناك أقوام قادرين رغم عجزهم.

**ثانياً:** إن كل إنسان سليم العقل و الروح مشروع نجاح يحمل بين طياته عوامل الفشل<sup>1</sup>

<sup>1</sup> عوامل الفشل : العجز النفسي.