



به ورزش گرای و سرافراز باش  
که فرجام سستی سرافکنندگی است  
ز ورزش میاسای و کوشنده باش  
که بنیاد گیتی به کوشندگی است

ملک الشعرا بهار

واژه «ورزش» و مصدر اصلی «ورزیدن» و دامنه وسیع برساخته‌ها و ترکیبات متنوع

صرفی و معنایی آن، به دلیل

بسامد و تکرار فراوان در

ادب پارسی، چه از

نظر ادبی و چه از

نظر اجتماعی،

از جایگاه

و اهمیت

خاصی

برخوردار

است. ورزش،

شاید از نظر

معنایی، کاربرد

وسیع لغوی دیروز

را از دست داده باشد

و امروزه در جایگاه

خاص تخصصی، آن هم

با مجموعه‌ای از معانی

جدید و محدودتر نسبت

به گذشته، و صرفاً در

معنای اختصاصی: «اجرای مرتب تمرین‌های

بدنی به منظور تکمیل قوای جسمی و روحی

و یا تمرین و مشق و انجام هر کار مداوم برای

هنرمند و کامل شدن و یا ریاضت و حرکات و

اعمال مخصوص روزانه برای قوت اعمال بدنی

و...» در ادب پارسی و جامعه به کار برود اما

ماهیت اصلی خود را از طیف بسیار وسیع معانی

ادبیات دیروز، که به نوعی زیربنای تعبیر امروزی

است، از دست نداده است. از بعد ادبی، گذشته

از دامنه بسیار وسیع برساخته و ترکیبات متنوع

صرفی و معنایی مصدر **ورزیدن**، مانند **ورزش**،

**ورزشخانه**، **ورزشکار**، **ورزشگر**، **ورزشی**،

**ورز**، **ورزیده**، **ورزندگی**، **ورزیدگی**، **ورزنده**،

**ورزیده**، **ورزدادن**، **ورزکار**، **ورزیگر**<sup>۱</sup> و... که

در آثار شعرا و نویسندگان، شواهد متعددی

برای آن‌ها می‌توان یافت، از بعد ادبی -

اجتماعی هم، نپرداختن به ورزش و حرکات

# ورزش، ادبیات، اجتماع

دکتر غلامرضا حیدری

استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر

فرح عزیزی

کارشناس ارشد ادبیات و دبیر دبیرستان‌های اهر



## اشاره

در ادب پارسی، عدم پرداختن به ورزش و حرکات جسمانی، ناپسند و قبیح است و سستی و کاهلی و تن‌پروری از ویژگی‌های زشت بشری محسوب می‌شود. انسان تن‌پرور و تن‌آسا و سست، انسانی بی‌روح، بی‌خرد، سرافکننده و بیمار است. اگر امروزه رشته‌های مختلف ورزشی همچون تیراندازی، پرتاب نیزه، شنا، سوارکاری و... به‌عنوان فعالیتی در کنار دیگر فعالیت‌های اجتماعی بشر از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. در اجتماع دیروزی، صرفاً در کنار فعالیت‌های اجتماعی بشر قرار نمی‌گیرد و خود جزئی از فعالیت اجتماعی و وسیله‌ای برای کسب‌وکار و تداوم زندگی و حیات است.

**کلیدواژه‌ها:** ورزش، اجتماع، ادبیات

جسمانی، ناپسند و قبیح است و سستی و کاهلی و تن‌پروری از ویژگی‌های زشت بشر محسوب می‌شود. انسان تن‌پرور و تن‌آسا و سست، بی‌دین، بی‌روح، بی‌خرد، سرافکنده و بیمار است. در مقابل، انسان پرتحرک و کاری تندرست، نیرومند، توانا، خردمند و پیروز به حساب می‌آید. معاشرت با افراد سست و تن‌پرور و تن‌آسا به‌علت تأثیر منفی آنان بر دیگران، در ادب پارسی نکوهیده شمرده شده است. تندرستی و سلامت که حاصل پرهیز از تن‌پروری و سستی و تن‌آسانی است، در کنار دیگر معیارهای ارزشمند جامعه، بسیار با ارزش تلقی شده است.<sup>۲</sup>

بسیاری از رشته‌های مختلف و متنوع ورزشی که با تعاریف خاص خود، در اجتماع دیروز، جزئی از فعالیت اجتماعی و اصلاً خود زندگی و حیات شمرده می‌شده‌اند، امروزه به‌عنوان فعالیتی در کنار دیگر فعالیت‌های اجتماعی بشر از جایگاه ویژه‌ای برخوردارند و به‌صورت کاملاً تخصصی و حرفه‌ای و حتی دانشگاهی، با تکنیک‌ها و شگردهای پیچیده و متنوع در فضایی کاملاً رقابتی، افتخارآفرین و حتی مدال‌آورند. در ادب پارسی از این نوع ورزش‌ها صرفاً به‌عنوان فعالیت‌ها و اعمال خاص و تفریحات و سرگرمی‌های اجتماعی و ادبی یاد شده است. افراد، به‌خصوص قشر مرفه و اشرافی برای تفریح و خوش‌گذرانی، نرد<sup>۳</sup> و شطرنج<sup>۴</sup> بازی می‌کردند، در میدان، چوگان<sup>۵</sup> می‌زدند و یا به تماشای بازی چوگان می‌پرداختند. اسب‌سواری<sup>۶</sup> علاوه بر کاربردهای جنگی، یکی از ملازمات زندگی بشری و حمل و نقل آن زمان نیز بود. البته گاهی از این فراتر می‌رفت و جای خود را در میداين و شکارگاه‌ها به اسباب سرگرمی و مسرت‌خاطر می‌داد.

امروزه کشتی ورزشی تخصصی است که در میداين ورزشی در کنار دیگر فعالیت‌های اجتماعی برای کسب افتخار برای ورزشکار انجام می‌گیرد؛ در حالی که در گذشته، جدا از خصلت‌ها و منش‌ها و قدرت‌نمایی‌های پهلوانی میدان جنگ و رزم - که حکم مرگ و زندگی داشت و مجالی برای اندیشیدن،

تأمل و اجرای فنون پیچیده امروزی برای جنگجو نبود و چه بسا کوچک‌ترین تعلل و ضعف به قیمت از دست دادن جان آن شخص تمام می‌شد - برخی مواقع از جنگ و رزم به بساط بزم و نشاط و پهلوانی کشیده می‌شد و باعث گرمی مجالس تفریح و خوشی می‌شد. دو نفر با هم کشتی می‌گرفتند و دیگران از تماشای آن لذت می‌بردند. شنا<sup>۷</sup> نیز همچون کشتی علاوه بر امتیاز و مدال‌آوری امروزی، در گذشته بیشتر مایه مسرت و شادی بود و شرایط زندگی و اقلیمی و حتی کسب و کار، زمینه مناسبی برای پرداختن به آن بود.

پس اگر در ادب پارسی به فعالیت‌ها و ورزش‌هایی چون تیراندازی<sup>۸</sup> (پرتاب نیزه)، اسب‌سواری، شنا و... که در ساختار اجتماعی گذشته جزء لاینفک زندگی و حتی وسیله‌ای برای کسب‌وکار و تداوم زندگی به حساب می‌آمده است و نرد و شطرنج و چوگان که جنبه تفریحی و خوشی و مسرت‌خاطر داشته و چه بسا اشرافی هم بوده، توجه و پرداخته شده، صرفاً به دلیل اهمیت و جایگاه آن‌ها در زندگی بشری بوده است.

تصاویر، تعبیر، فضاهای شاعرانه، تشبیهات و استعارات زیبا و نغز بر ساخته از برخی از این اصطلاحات و اسباب و ابزار مربوط بدان و در برخی موارد با ذکر تمام جزئیات آن، صرفاً بازی با کلمات و تعبیر و ابراز فضل و هنر و شاعری و نویسندگی، علاوه بر اینکه نشان از جایگاه اجتماعی این فعالیت‌ها دارد و جایگاه ادبی و هنری و اجتماعی نویسندگان ادبی را بیان می‌کند، در القای پیام‌ها و آموزه‌های اجتماعی و ادبی شاعر و نویسنده بسیار با اهمیت است.

<sup>۱</sup> کار ما ورزش است و خواندن درس همه از تنبلی گریزانیم

بهار

یک روز بود ورزش و ورزشگری سبک امروز مرد ورزش اولی و اوقر است

بهار

زن چو مردان پهلوان و رزم جوی محکم و ورزیده و تن پر ز موی

بهار

**معاشرت با افراد سست و تن‌پرور و تن‌آسا به‌علت تأثیر منفی آنان بر دیگران، در ادب پارسی نکوهیده شمرده شده است**



شما دیر مانید و خرم شوید  
به رامش سوی ورزش خود شوید

فردوسی

آبه سختی دهد مرد آزاده تن  
که پایان تن پروری بندگی است

بهار

به تن پرور و کاهل ار بگروی  
تو را نیز چون خود، تن آسان کنند

پروین اعتصامی

تندرستی و رای سلطانی است  
از دو تن پرس و شرح آن بشنو

خاقانی

مپرور تن از مرد رای و هشی  
که او را چو می پروری می کشی

سعدی

فکر آن باش که تو جانی و تن مرکب تو  
جان دریغ است فدا کردن و تن پروردن

شهریار

عاقبت سازد تو را از دین بری  
این خودآرایی و این تن پروری

شیخ بهایی

ز نیرو بود مرد را راستی  
ز سستی کژی آید و کاستی

فردوسی

تن مپرور زانک قربانی ست تن  
دل بیپرور دل به بالا می رود

مولوی

جانن را با تن به پروردن قرین راست، دار  
نیست عادل هر که رغبت زی تن تنها کند

ناصر خسرو

تا جوانی و تندرستی هست  
آید اسباب هر مراد به دست

نظامی

آزمین مقامر است و زمین نطع بُرد و باخت  
ما مردمان چو مهره شطرنج و نرد، شیر  
ادیب الممالک فراهانی

ز نرد زندگی ایمن مشو که طاسک بخت  
هزار طاق پدید آرد از پی یک جفت

پروین اعتصامی

در تخت نرد خاکی اسیر مُششدرم  
زین مهره دو رنگ کز این تخته نرد خاست

خاقانی

پاکبازان طریقت را صفت دانی که چیست  
بر بساط نرد درد اول نَدب جان باختن

سعدی

مهره او سی سیه و سی سپید  
گردش او زیر یکی تخت نرد

مسعود سعد سلمان

- وی نرد را همانند دنیا و بایسته هایش  
وضع کرده است. یعنی هر طرف صفحه را  
به تعداد ماه‌های سال به دوازده خانه تقسیم  
کرده است. «کشکول بهایی»

- از آن بی‌خبر که شش جهت کعبتین  
تقدیر از جهت موش موافق خواهد آمد و  
چهار گوشه تخت نرد عناصر بر روی بقای او  
خواهد افشاند تا زیادکاران غالب دست بدانند  
که با فرودستان مظلوم به خانه گیر بازی  
کردن نامبارک است.

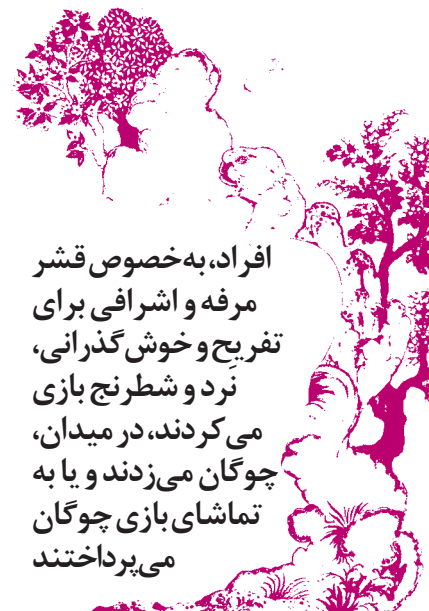
مرزبان‌نامه

- بر بساط این تمهید نرد باختیم.

مقامات حمیدی

زمین چو نطع و قضا و قدر به سان حریف  
مدار چرخ چو شطرنج و در میان مات است

امیر معزی



افراد، به خصوص قشر  
مرفه و اشرافی برای  
تفریح و خوش گذرانی،  
نرد و شطرنج بازی  
می کردند، در میدان،  
چوگان می زدند و یا به  
تماشای بازی چوگان  
می پرداختند

فلک ای دوست به شطرنج همی ماند  
که زمانیت کند مات و گهی فرزین  
پروین اعتصامی

از موت نجاتی نبود شاه و گدا را  
چون عرصه شطرنج جهان خانه مات است  
سیدای نسفی  
ما چو شطرنجیم اندر برد و مات  
برد و مات ما ز توست ای خوش صفات  
مولوی  
- باید که نرد و شطرنج باز باشی و لکن نه  
چنان که مقامر باشی.

قابوس‌نامه  
- گویند سه چیز از فضیلت مردمان هند  
است: کلیله و دمنه، شطرنج و ...  
کشکول بهایی  
- پیاده عاچ چون عرصه شطرنج به سرمی برد  
فرزین می‌شود.

گلستان سعدی  
خنک چوگانی چرخ رام شد در زیر زین  
شهبوارا چون به میدان آمدی گویی بز  
حافظ

سرگشته چو چوگانم و در پای سمندت  
می‌افتم و می‌گردم چون گوی به پهلوی  
سعدی

تا تو فرمانبر چوگان سواران نشوی  
نیست ممکن که تو اندر خور میدان باشی  
سنایی  
اگر عاشق در این میدان خورد بر فرق صد چوگان  
به زیر پای اسب او به سر چون گو دوان آید  
سیف فرغانی  
همه کودکان را به میدان فرست  
به بازیدن گوی و چوگان فرست  
فردوسی

چون سواری تو که از شیوه چوگان بازی  
بر سر گوی قمر دست به چوگان شده‌ای  
فروغی بسطامی  
قدرتت چوگان و عالم گوی و میدان لامکان  
فارس چابک‌سوار شاهد میدان تویی  
منصور حلاج

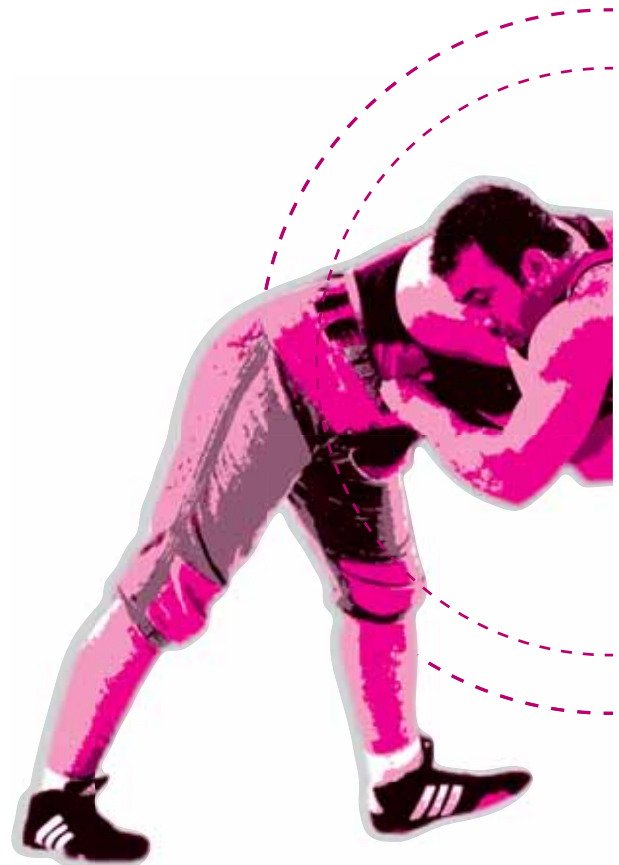
می‌دود چو گوی زرین آفتاب  
ای عجب اندر خم چوگان کیست  
مولوی  
زمان چوگان گردون است و میدان خاک و  
تو بر وی

مگر گویی یک گردنده گویی پیش چوگانش  
ناصر خسرو  
فلک گویی است دایم در تک و پو  
فضای لامکان چوگان آن گوی

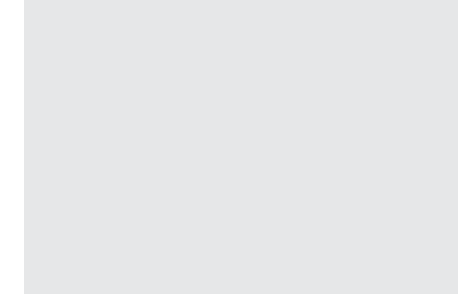
هلالی جغتایی  
- بر وی، نشان زخم چوگان پادشاه است تا  
یکی گوی و موحد باشی.

فیه مافیه  
- بدان که بر اسب نشستن و به نخجیر  
رفتن و چوگان زدن کار محتشمان است،  
خاصه به جوانی.

قابوس‌نامه  
۶ در زیر رانش خنگ سخن توسنی نداشت  
آن کو ز توسن اسب هراسد سوار نیست  
بهار  
نی پاره ای به دست و سواری کنم بر او  
چون طفل کو بر اسب کدوین سوار کرد  
خاقانی



زمین مقامر است  
و زمین نطع بُرد و  
باخت  
ما مردمان چو  
مهرة شطرنج و  
نرد، شیر



## شاهزاده‌ای معلم فرزند خویش را گفت قبل از کتابت وی را شنا آموز. چه، کسی را یابد به جایش بنویسد اما کسی را نیابد، که به جایش شنا کند

- منابع**
۱. خلف تبریزی، محمد حسین. (۱۳۶۲). برهان قاطع، به اهتمام محمد معین. جلد‌های ۱، ۲، ۳، ۴. چاپ چهارم. تهران: امیرکبیر.
  ۲. دهخدا، علی‌اکبر. (۱۳۷۷). لغت‌نامه، زیر نظر محمد معین و جعفر شهیدی. ۱۴ جلد، چاپ اول. تهران: مؤسسه لغت‌نامه دهخدا و دانشگاه تهران.
  ۳. رامپوری، شرف‌الدین. (۱۳۶۳). فرهنگ غیث‌اللغات. به کوشش منصور ثروت، چاپ اول. تهران: امیرکبیر.
  ۴. شمیسا، سیروس. (۱۳۷۷). فرهنگ اشارات ادبیات فارسی. چاپ اول. تهران: انتشارات فردوسی.
  ۵. عقیقی، رحیم. (۱۳۷۳). فرهنگ شعری. چاپ اول. تهران: سروش.
  ۶. معین، محمد. (۱۳۷۵). فرهنگ معین. جلد‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶. چاپ نهم. تهران: امیرکبیر.
  ۷. میرزا نیا، منصور. (۱۳۷۸). فرهنگ‌نامه کنایه. چاپ اول. تهران: امیرکبیر.

چون کودکان که دامن خود اسب کرده‌اند  
دامن سوار کرده و میدانست آرزوست

سعدی

به نی سواری طفلان پرد دلت هنوز  
کنون که وقت سواری بر اسب چوبین است  
واعظ قزوینی

با من اگر دعوی کشتی کند  
با دگران پس چه درشتی کند

ایرج میرزا

سوزنی در مدح وی با قافیت کشتی گرفت  
قاضیت شد نرم گردن، گرچه توسن بود  
گست

سوزنی سمرقندی

کیست آرد پشت گردون ستمگر را به خاک  
می‌زند این کهنه کشتی‌گیر، یکسر را به خاک  
صائب

ندارد صرفه‌ای کشتی گرفتن با زبردستان  
بود در خاک دایم هر که با گردون در آویزد  
صائب

به کشتی گرفتن دو شیر ژیان  
گرفتند هر یک دگر را میان

عثمان مختاری

به کشتی گرفتن برآویختند  
ز تن خون و خوی را فرو ریختند

فردوسی

چند جا بندش گرفت اندر نبرد  
تا به کشتی درفکندش روی زرد

مولوی

ولی عیان بود از آن دو دیده خونبار  
که با زمانه گرفته است کشتی بسیار

میرزاده عشقی

چنین آمدست از نقیبان پیر  
که با هیچ نداشت، کشتی مگیر

نظامی

– یکی در صنعت کشتی گرفتن سرآمده  
بود و سیصد و شصت بند فاخر بدانستی و  
هر روز به نوعی کشتی‌گرفتی، مگر گوشه  
خاطرش با جمال یکی از شاگردانش میلی  
داشت سیصد و پنجاه و نه بندش در آموخت  
مگر یک بند که در تعلیم آن دفع انداختی و  
تأخیر کردی.

گلستان سعدی

در یم شوی و شنا ندانی  
گیتی سپری و داری آرام

ادیب الممالک فراهانی

گرفتم که مردانه‌ای در شنا  
برهنه توانی زدن دست و پا

سعدی

حباب از چشمه‌آبی چه جویی  
شنا در آب دریا می‌توان کرد

شاه نعمت‌الله ولی

نیست جز تسلیم ساحل عالم پرشور را  
در محیط بی‌کران دست از شنا باید کشید

صائب

چو نتوان بر کنار افتاد با بحر از شنا کردن  
کمر چون موج باید در میان بحر وا کردن

صائب

دست و پا بیهده زد در غم عشق تو کلیم  
به شنا کس نتواند که ز عمان گذرد

کلیم کاشانی

گرد گرداب مگرد ای ندانی تو شنا  
که شوی غرقه‌چو ناگاهی ناغوش خوری

لبیبی

– آب از سر من گذشت و من شنا ندانستم،  
آب دستار و کفشم برد.

اسرار التوحید

– شاهزاده‌ای معلم فرزند خویش را گفت  
قبل از کتابت وی را شنا آموز. چه، کسی را  
یابد به جایش بنویسد اما کسی را نیابد که  
به جایش شنا کند.

کشکول بهایی

خم ابروی تو در صنعت تیراندازی

برده از دست، هر آن کس که کمانی دارد

حافظ

صد انداختی تیر و هر صد خطاست

اگر هوشمندی یک انداز و راست

سعدی

نیست استاد آن که گاهی تیرش آید بر هدف  
آن کماندار است پیش ما که جمع‌انداز شد

صائب

دخل بی‌جا ندهد غیر خجالت اثری

تیر کج باعث رسوایی تیر انداز است

کلیم کاشانی