225943 - Le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) et ses compagnons pratiquaient-ils du sport?

question

Je voudrais me livrer à des exercices sportifs afin d'être plus fort. Mais je préfère m'y prendre conformément à l'islam. Le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) s'y liverait-il? Quelle est la forme de nage pratiquée par le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) et ses compagnons?

la réponse favorite

Louange à Allah.

Mouslim (2664) a rapporté d'après Abou Hourayrah (p.A.a) que le Messager d'Allah (bénédiction et salut soient sur lui) a dit : « le croyant fort est plus aimé d'Allah que le croyant faible, mais tous les deux sont bons. » Cette force est à la fois physique et spirituelle comme nous l'avons expliqué dans la réponse donnée à la question n° 10238.

Le Très-haut a dit: « Et leur prophète leur dit: « Allah, vraiment l'a élu sur vous, et a accru sa part quant au savoir et à la condition physique. » (Coran,2:247) Il lui a accordé une faveur scientiqifique et physique. Autrement dit, Il l'a mis audessus de vous par rapport au savoir et à la condition physique qui implique la bonne opinion et la force physique, deux choses qui permettent de bien gérer les affaires de la royauté.C'est parce que quand on possède de bonnes idées qu'on est capable d'appliquer , on réalise une bonne gestion.Si on manque l'un des deux, on échoue.Si on est physiquement fort mais intellectuellement faible, on ne maîtrise pas le pouvoir comme le veut la loi. On peut utiliser la force avec impertinence. De même la possession d'idées qu'on n'est pas capable de mettre en exécution, ne sert à rien.» Extrait du Tafsir de Saadi (p.107)

Un corps fort et sain aide le fidèle à bien obéir à Allah à travers la pratique de la prière, le jeûne, le

pèlerinage,le djihad et d'autres.La faiblesse et la maladie empêchent de se livrer à bien d'actes d'obéissance.Abou Dawoud (3107) a rapporté d'après Ibn Amer que le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) a dit: « quand un homme rend visite à un malade, qu'il dise: seigneur, gueris Ton serviteur de sorte qu'il puisse réprimer Ton ennemi ou marche pour aller prier. » Hadith jugé bon par al-Albani dans Silisilatoul ahaadith as-sahihah (1365)

Parmi les règles religieuses qu'il faut respecter dans la pratique des jeux et exercices sportifs aptes à renforcer le corps:

- la recherche de la récompense divine, trouver une force qui facilite la pratique du culte et le soutien à l'oprimé;

- que la prtique n'implique aucune violation de la loi religieuse comme le fait de s'incliner devant ses collègues, de se frapper le visage, de se mettre à nu, de pratiquer un jeu de hasard,etc;

- que la pratique du sport ne détourne pas des pratiques cultuelles, de la piété filiale et d'autres importantes priorités;

- que la discipline ne fait l'objet de dépenses excessives qui entraînent un réel gaspillage et que gestion se pratique dans tous les cas avec modération et droiture. Voir pour en savoir davantage voir la réponse donnée à la question 218489 .

Nous n'avons pas trouvé dans la Sunna que le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) exerçait les pratiques sportives connues. Allah le Puissant et Majestueux l'avait comblé de Ses bienfaits et doté d'une double force physique et spirituelle. Ce que nous savons surement à cet égard est ceci:

Premièrement, le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) a lutté contre Rukaanah avant sa conversion à l'islam. Il a été rapporté par Abou Dawoud (4078) que le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) a lutté contre Rukaanah et l'a battu. Hadith jugé bon par al-Albani dans al-Irwaa (5/329)

Deuxièmement, la course qu'il a engagée contre Aicha (p.A.a). Abou Dawoud (2578) et Ahmad (26277) ont rapporté qu'Aicha a dit: « j'étais sortie avec le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) au cours de l'un de ses voyage à un moment où j'étais encore une gamine d'une faible corpulence. Il (le Prophète) dit aux gens : « avancez » et ils l'ont fait. Ensuite, il me dit : viens pour que moi et toi nous engagions une course…Nous l'avons fait et j'ai l'ai remportée. Il s'est tu et a attendu que je ne devienne plus grosse. Quand je suis sortie avec lui dans un autre voyage, il dit aux gens : avancez et ils l'ont fait. Esuite,il m'a dit: viens que nous engagions une course.. Nous l'avons fait et il m'a devancée et il s'est mis à rire en disant : cette fois-ci contre cette fois-là. » Hadith jugé authentique dans Sahih d'Abou Dawoud.

Troisièmement, le tir. Al-Boukhari a rapporté dans son Sahih (3373) que Salamah ibn al-Akwaae (p.A.a) a dit: « le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) est passé auprès d'un groupe des Aslam qui se livrait à un exercice de tir. Il leur a dit: « tirez, ô descendants d'Ismail!Votre ascendant était un (bon tireur) Tirez! Je me range du côté du clan Tel. Une partie des tireurs se sont alors arrêtés…Le Messager d'Allah (bénédiction et salut soient sur lui) leur a dit: pourquoi avez-vous arrêté de tirer? »- « Ò Messager d'Allah, comment continuer de tirer alors vous vous êtes rangé de l'autre côté (concurrent)? »- « alors, tirez je vous supporte tous. »

Nul doute que les Compagnons (p.A.a) s'entraînaient à la pratique de l'équtation , à des arts de compbat et au marathon, et en tiraient une grande force.Ces affaires varient naturellement d'une époque à une autre et d'un état à un autre.

S'agissant de la natation, un hadith sûr fait dire au Prophète (bénédiction et salut soient sur lui): « toute chose autre que le rappel d'Allah relève du jeu,exception faite de quatre choses: folattrer avec sa femme, dresser son cheval, marcher entre deux objectifs (sur un champ de tir) et l'apprentissange de la natation. » (rapporté par an-Nassaie dans as-Sunan al-Koubraa (8889) et jugé authentique par al-Albani dans as-Sahihah (315)

Nous ne savons rien qui soit rapporté du Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) relatif à sa pratique de la natation.Quant à la tradition: « apprenez à vos enfants la natation, le tir et l'équitatation », nous ne sachions pas qu'elle provienne du le Prophète (bénédiction et salut soient

sur lui) dans ces termes. Il est vrai qu'on a rapporté une version proche: « apprenez à vos enfants la natation et le tir, et à la fille le tricotage.» Ce hadith est très faible. Voir as-silsilah adh-dhaeefah par Cheikh al-Albani (3876-3877)

Allah le Très-haut le sait mieux.