

L'activité physique et le sport vus par l'Islam Comment ce processus a évolué au Maroc

Par le Professeur Abdelaziz BENABDALLAH

A l'occasion de la conférence-débat sur « La Femme, l'Islam et l'Activité Physique et le Sport »

Organisée par l'association Nationale Femme Activité Physique et Sport le 14 juin 2004

Un fait marquant à signaler, dans cet exposé, c'est l'étroite corrélation, entre l'instructeur militaire et la formation sportive, ayant, l'un et l'autre, le même élan compétitif : aptitude physique, assise hygiénique et, enfin, un sens commun moral et sportif.

« Un citoyen physiquement fort est plus valable et mieux aimé de Dieu qu'un croyant de faible constitution » (Hadith rapporté par Moseley). Ceci implique qu'un bon citoyen doit prendre soin de sa santé, en procédant à une activité physique, préalablement à tout acte culturel, afin de développer sa force physique et être utile à la société. « Ce sont les actes – dit le Chef du Rite Malékite – qui sanctifient les hommes et non le lieu où ils demeurent ».

L'Islam stimule le comportement agissant du croyant, en préférant le musulman actif au religieux diléttant, ramolli et inactif. Dieu n'agrée point une foi qui n'est pas étayée par des actes (Hadith rapporté par Tirmidhy). L'Islam soutient, aussi, toute activité qui conforte la structuration sereine et esthétique de l'homme, car dit le Prophète : « Allah est beau et Il aime la beauté »

Avec une structuration sportive équilibrée, un fonctionnement somato-physique est assuré, éliminant toute indisposition physiologique ; là, pour l'Islam, le temporel prime le culturel (c'est-à-dire l'acte du culte). Toute infraction à cette législation rigide de la Charia et de la Sounna, est un délit catégorique, car la santé, reconnue comme prioritaire, en souffre.

Une heureuse équation entre le temporel et le spirituel demeure le secret de cet équilibre dont dépend la félicité de l'Être humain. S'agissant des enseignements coraniques ou « traditionnaires », ils englobent les éléments principaux qui régissent le régime alimentaire, la prévention hygiénique à l'encontre de tout comportement susceptible de porter atteinte à la santé de l'esprit et du corps.

D'autre part, le caractère personnel des devoirs religieux, imposés par l'Islam au croyant, est, certes, moins marqué, dans la masse des obligations canoniques, que l'empreinte socio-économique.

Les impératifs d'ordre communautaire créent, entre citoyens, une co-solidarité sociale qui prime toute pratique dévotionnelle. Tout progrès est, ainsi, conditionné, en premier lieu, par l'épanouissement spontané de l'Être. Le pragmatisme créateur de l'Islam bien conçu, est un solide garant pour un renouveau réel qui insuffle à l'Etat islamique modernisé, une structuration qui assure le bien-être matériel du peuple.

Ce pragmatisme est étoffé par un dynamisme initiateur qui fait de l'Islam une religion énergique, sans aucune passivité statique ; dans son recueillement serein et pacifique, le croyant, quel qu'il soit, demeure animé, dans son for intérieur illuminé par autant d'énergie et d'ardeur.

Le comportement naturel du Prophète (psl), dépourvu de tout bigotisme ou religiosité, est caractérisé par les propos de son épouse Aïcha qui, questionnée sur ce que faisait son mari, en rentrant au foyer : « Il se comportait – affirme t-elle – comme tous les êtres humains ».

La marche est, dans le forum sportif, le mouvement naturel, tendant à activer la circulation du sang, par une alimentation adéquate, de tous les membres du corps. Le citoyen ordinaire était astreint, faute de moyens de communication (ânes et mules) qui n'étaient pas toujours à sa portée, à se déplacer, à pied, dans de longs trajets, de village en village. D'après, un hadith, cette marche conforte autant la santé qu'un regain matériel et une acculturation tendant à un échange bénéfique.

Le Royaume du Maroc a toujours conforté une telle occurrence, en assurant un hébergement complet à son promoteur. Dans chaque douar (village), tout un chacun trouve, sûrement, tout le long de son trajet, gîte et nourriture (Mission scientifique du Maroc, Villes et Tribus du Maroc Casablanca et les Chaouias T. 2 p. 101). Le Messager d'Allah, Mohammed, n'a pas manqué de donner de bons exemples, dans diverses conjonctures agissantes. Il engagea, un jour, un véritable corps à corps (Mouçâra') contre un champion arabe, connu sous le nom de Rokana ; Il gagna aisément le round principal par un knock-out décisif. Le Prophète participait, par ses propres chevaux, à des concours hippiques ; comme il s'engageait, d'après le grand traditionniste Boukhari, dans des courses de chameaux.

Le Maroc a connu, depuis plus de mille ans, de tels hippismes. A la fin du XIX siècle, le Cheikh Arabe du Sahara de Guelfe, avait accueilli le Sultan Hassan 1er, par des groupes de cavaliers qui s'élançaient au galop, en tirant des coups de fusil, appelé Fantasia. Auparavant, le lancement de la poudre n'accompagnait guère ce genre de carrousel, jusqu'à l'an 1274 après J.C., lors de la bataille de Tlemcen (Histoire d'Ibn Khaldoun, en parlant de Mérinide Yacoub) (1)

D'autres compétitions se caractérisaient, alors, par des lancements de flèches à arc, des tirs à l'arbalète, ou des armes de trait, escrime (Moussayafa) ou duel (Moubâraza) à l'épée. Il y eut, au XIIème siècle, sous le 1er Almohade, une sorte d'école d'administration marocaine dont l'effectif qui atteignit, trois mille étudiants, fournissait à l'Etat marocain, son cadre supérieur. Parallèlement aux sciences traditionnelles, qui comportaient certaines disciplines techniques d'obéissance sociale, on y donnait des cours d'équitation, de tir, de natation et de rame. A Marrakech, alors capitale, un vaste étang fut aménagé, à cet effet. On fait remonter à cette institution l'origine du mouvement scoutiste marocain.

L'éminent historien français, Doutté remarqua dans son ouvrage sur (Marrakech, p 325) « que la koura (balle) était, principalement jouée par les tolbas (les étudiants) à Haha (2) ; ils étaient d'abord divisés en deux camps qui se lançaient alternativement la balle avec le pied » ; C'est là, à notre sens, le football anglais, importé, alors, à Mogador, chef-lieu de Haha, par des immigrants juifs. Doutté cite d'autres divertissements publics en faisant allusion à la fantasia à cheval, la lutte et l'escrime. Dans ce contexte, l'Islam qui reconnaît aux animaux le droit de protection, comme celui des Droits de l'homme, interdit aux croyants d'inciter des bêtes à se combattre entre elles (Hadith rapporté par Dawoud et Tabarany). Il ne s'agit, nullement, de la Tauromachie qui est l'art de combattre les taureaux, dans l'arène ; c'est là le torero, en Andalousie, importé à Fès, sous les Mérinides. C'est pourquoi, l'hippisme, notamment, dans tous ses aspects, est lié à une haute moralité, régie par les lois de la chevalerie. C'est là un genre sublime d'altruisme où une personne d'esprit réellement sportif s'expose sciemment à la mort, pour tirer une autre d'un péril.

Omar Ibn El Khattab, deuxième Khalife du Prophète, a préconisé, ainsi, pour tout citoyen digne, de joindre à une finesse morale, une capacité physique, assise sur une virilité à toute épreuve, animée par un sens sportif, lui-même étoffé par des élans de l'homme courageux et gymnaste, qui se taillait en véritable compétition, avec les grands athlètes en yoga, course ou hippisme.

Dans des centres de ralliement maraboutiques, tant au Sud qu'au Nord du Royaume, des écoles de tir s'éparpillaient, bien conscientes que leur mouvement est marqué par un impact dévotionnel. Le Prophète a bien précisé qu'un garde-côtes, veillant sur la sécurité d'une partie du Royaume, est bien mieux côté, auprès, d'Allah, qu'un prier, se consacrant à son culte, tout un siècle. La Bataille de Wadi El Makhazen (dite des Trois Rois), ainsi que la guerre du Rif, sont autant de témoignages de l'interférence maraboutique, en l'occurrence ; les grands soufis du Royaume y avaient participé, d'après un historien contemporain, auteur de « Mirât el mahasine. » « Plusieurs des mobiles qui font le bon soldat animent l'armée nationale – affirme le publiciste français Godard (3) : la croyance religieuse, l'amour de l'indépendance et du sol natal »

Des écoles soufies avaient aménagé, au Nord du Maroc, des forums de tir, d'escrime et de football. A Beni Messara, près de Wazzan, un groupe de cinquante à cent cinquante jeunes, suivaient des entraînements quotidiens. Dans chaque village, des camps étaient réservés à ces sportifs tireurs, qui puisent leurs fusils et lances, dans un magasin collectif dit Dar es-silâh (maison des armes). Le Moqaddem, chef de la zaouïa locale, supervisait et orientait ces camps d'entraînement, englobant des tireurs dont l'âge s'échelonnait entre quinze et soixante quinze ans (4)

La femme musulmane eut sa part dans la compétition sportive, telle l'épreuve de course, qui semble assez loin de certaines contingences féminines. « Tenez bien compte - a affirmé le Messenger d'Allah – de l'état de la jeune fille, qui est dans la fleur de son âge et qui aime se divertir » (hadith de Boukhari) Aïcha, épouse du Prophète s'y engagea, un jour, contre son mari, dans une course à pied où elle eut le dessus. Cette compétition qui réunit un couple, se répéta, plus tard, où Aïcha, devenue obèse, fut défaite ; ce qui l'incita, sur ordre de son mari, à observer un strict régime. Une heureuse sveltesse de la ligne s'ensuit. Ces marques de belles lignes permirent à la femme de réussir de telles performances. Le beau sexe admis, principalement, dans l'expression lyrique des sentiments (5), accéda au forum, réservé jusqu'ici à l'homme, celui de l'armée. La femme s'y imposait, non seulement, en tant qu'infirmière – comme semblent le préciser, certains publicistes, parmi les non féministes – mais comme véritable combattante.

Le Prophète (psl) a autorisé une de ses compagnes, Oum Haram, à s'engager dans l'avenir, avec son mari Abou Ayyoub, dans la bataille Marine, qui aboutit à la conquête de Constantinople. Son tombeau est bien marqué, aujourd'hui, comme martyr, dans l'île de Crète.

L'historien Ibn Athir a cité Safia comme un exemple sublime d'héroïsme. Edouard Gibb rapporte l'anecdote saisissante de ces femmes de Damas qui, surprises par l'ennemi, alors que leurs maris combattaient, loin de la ville, se défendirent vaillamment : elles manipulaient, à merveille, le dispositif logistique de l'époque et abattirent une trentaine de soldats ennemis, en usant de sabres, lances et flèches. Dans un épisode de la célèbre bataille de Yarmouk, une armée improvisée à la dernière heure, fit subir à l'ennemi, une défaite humiliante. Asmâa, fille de Yazid, tua, à elle seule, neuf soldats. On cite, d'autre part, le cas de plusieurs femmes qui ont combattu, côte à côte, avec leurs maris (dont la nièce et la soeur du Prince Ossâma, lors des Croisades, en Palestine). L'exemple de Ghazala, qui mit en déroute l'armée Omeyyade d'El Hajjaj, est passé en proverbe : Cela n'empêchait guère, les salons littéraires, de rayonner, en Arabie et ailleurs, sous les auspices de dames élégantes, telle Soukaïna, petite fille d'Ali, gendre du Prophète. Chaque capitale avait son salon ; à Bagdad, celui d'Al Fadl, et à Grenade, celui de Meznoun et de Wallada, au IX siècle.

Au Maroc, Vanouh, fille de Bountiân, est une des figures les plus brillantes de l'Epoque Almoravide (XI ème siècle) ; encore vierge, elle défendit, seule, par le sabre, le palais royal de Marrakech ; avant de tomber sous les coups des Almohades, qui prirent d'Assaut la

capitale, en l'an 545 de l'hégire.

Les tribus Mérinides luttèrent contre les Beni Ziân, à Tlemcen, comportant de vaillantes combattantes.

Sous les Wattassides, Lalla Aïcha dite Al – Horra, une des immigrées de l'Andalousie, engagea, comme administratrice de Tétouan, une lutte acharnée contre l'envahisseur ; elle avait, à cet effet, de nombreux vaisseaux, dans lesquels, elle harcelait les côtes ibériques. Ses démêlés avec Don Alfonso, gouverneur de Ceuta, sont restés célèbres (Hesperis XLII, p.222)

Sous les Alaouites, Gabriel Charmes, cite dans son ouvrage « Ambassade au Maroc » (page 215), l'héroïne berbère Roqeyya bent Hdiddou, qui gouvernait la tribu d'Ait Zdek, comme célèbre amazone, qui, à l'âge de soixante ans, assaillit un bataillon français, commandé par le Général Azmoun, Gouverneur général, par intérim, de l'Algérie.

La femme rifaine, celle de Beni Touzine, luttait à côté de son mari ; à Gueznaya, elle y participait, comme membre du Conseil de la commune, armée de son fusil, prête à toute défense, contre un ennemi éventuel ou quelques bêtes féroces, qui ne manquaient guère à Jbala.

Une institution a été établie, sous le règne de Moulay Ismail, au musée des Oudayas, à Rabat, près de l'embouchure de Bouregreg, pour former des cadres marins, sur le double plan de la rame et du tir. Un tel aviron était destiné à propulser toute embarcation, dans le but d'édifier des escadres de défense maritime (6). Grâce ainsi à la compétitivité de nos citoyens marins, une flotte nationale de quatre cents unités, la première en Méditerranée, selon André JULIEN, fut alors constituée, croisant dans les eaux palestiniennes, contre les croisés. Un bloc stratégique fut également aménagé à Gibraltar. Son petit fils, le Sultan Mohammed Ben Abdallah avait édifié d'autres institutions, au sein de soixante quatorze forts dont le programme intégrait des disciplines sportives. Des experts sur le tir étaient, alors, importés de Constantinople.

Des milliers de jeunes gens étaient entraînés, sous les Alaouites, dès leur bas âge, pour former des cadres sur le triple plan sportif, militaire et même artisanal ; leur grade dans la hiérarchie de la « garde – noire » du Palais royal, dépend du degré de leur qualification.

La prière, un des piliers de l'Islam, ne manque pas d'impact physiologique ou d'effet sur l'état d'âme du prieur, grâce à des oraisons, correspondant aux cinq phases du mouvement solaire, dans sa rotation galactique (crépuscule de l'aube, lever du soleil, zénith, coucher du soleil et crépuscule du soir). Le croyant est astreint à s'aligner sur ces conjonctures, en vue d'un équilibre bien ajusté. Un hadith de Tabarany souligne bien « qu'une veillée en oraison élimine du corps tout mal biologique ». Un autre hadith met en exergue une autre motivation dans l'élaboration de l'équilibre somato-psychique, « à partir de deux bienfaits que beaucoup de gens n'apprécient guère à leur juste valeur : la santé et le loisir » (Bokhari). « Prenez soin de vous-même, clame le Prophète », car à tout mal répond effectivement une médication curative ou préventive (7). A. Carrel (1873-1945), évoque l'effet de la prière en disant : « la prière agit sur l'esprit et le corps »... ; les milieux où l'on prie se caractérisent par une certaine puissance du sentiment du devoir et de la responsabilité ; l'influence de la prière, quand elle est vraiment fervente, est comparable à cette glande à sécrétion interne, qui consiste en une sorte de transformation mentale et organique... ; dans la profondeur de la conscience, une flamme s'allume, alors, chez l'homme qui se voit tel qu'il est, en découvrant son égoïsme, son impunité, ses erreurs de jugement, son orgueil ; un réajustement intérieur s'ensuit, en harmonie avec les activités nerveuses et morales... »

D'après le Docteur Farès Agoumi, neurologue de l'Université Américaine : « La prière chez les musulmans, avec ce qu'elle comporte comme mouvements de genuflexion et de prosternations, fortifie les muscles dorsaux et assouplit les mouvements de la colonne vertébrale, surtout si la personne commence à le faire, dès le bas âge. Des physiothérapeutes préconisent des mouvements pour la fortification de la musculature dorsale inférieure, ressemblant à certains mouvements de la prière ».

J'ai constaté lors d'une séance de Yoga, à Paris, dans les années soixante dix, que maints états, mis alors en scène, concordent avec ceux de la Prière. Même dans les ablutions canoniques, une étroite corrélation émerge : les deux principes taoïstes du yin et yang. Ainsi, dans les ablutions qui devancent les prières, l'écoulement des eaux sur les membres du corps, doit s'effectuer de haut en bas, comme le yin et le yang, et vice-versa, de même, lors de toute prosternation, les bouts des pieds doivent se toucher, pour maintenir le cours du circuit et la continuité du flux ou courant psychique, sinon un court-circuit provoquerait la rupture du courant. D'un caractère musclé, mais souple, le citoyen ne doit céder en rien, à l'excentricité ; on a présenté un jour au Prophète (psl), un croyant obèse, avec un embonpoint excessif. « Qu'est ce demande -t-il - ? « C'est une bénédiction de Dieu (lui répondirent-ils) ; « non ! répliqua - t - il, c'est un châtiment ».

Dans le vieux Maghreb, toute oeuvre entreprise, en vue de protéger l'hygiène et la santé publique, était prioritairement la bienvenue.

D'autre part, le jeûne même, autre pilier de l'Islam, constitue outre son impact social, un atout d'équilibre vital, entre le « somatisme » spirituel et les composantes physiologiques. Malheureusement, l'Islam tend aujourd'hui, à se figer dans des ankyloses, conçues parfois comme facteurs spirituels. L'heureuse note de concordance qui sublimait la cité islamique originelle, consciente du concept créateur de l'équilibre, est de plus en plus faussée, par une déviation des principes coraniques qui font de l'altruisme et de l'abnégation d'ordre sportif, le support et le critère de la foi sublime agissante.

(1) Cette poudre était lancée par une sorte de Naft (ou Nafd = Canon) au XIIIème siècle, alors que le canon n'a vu le jour en Europe, d'après certains historiens, que dans la bataille de Crécy-en-Ponthieu, entre la France et l'Angleterre, en 1346.

(2) Moulieras, parle, dans son ouvrage, « le Maroc Inconnu » (publié en 1895), de ce jeu de Balle, dans les deux régions du Nord (Djebala et Rif).

(3) Description et Histoire du Maroc p. 150

(4) « Le Maroc Inconnu »

(5) En Musique, des centaines de chanteuses auraient suscité, dans toutes les capitales d'Orient et d'Andalousie, l'admiration de tout le Monde.

(6) Des cours de natation et de rame, obligatoires dans les programmes militaires marocains, avaient permis la formation d'officiers qualifiés.

Les Almoravides (XI^{ème} siècle), où leur flotte croisait dans les eaux palestiniennes, contre les Croisades, d'après Alphonse VII, roi de Castille, dans ses Mémoires. Un siècle plus tard, Abdel Moumen créa une flotte de quatre cents navires, considérée par André Julien dans son Histoire de l'Afrique du nord, comme la première flotte méditerranée, dont Saladin a pu profiter, en faisant appel au Khalife Yacoub el Mansour, qui le dota de cent vingt unités. En l'an 555 de l'hégire, connue comme l'année des cinq cinq, Abdel Moumen fit de Gibraltar, son premier fort stratégique, renforcé par un puissant mécanisme de défense. « Les Arabes restèrent pendant longtemps, les seuls maîtres de la méditerranée » (Gustave le Bon, Civilisation des Arabes p. 284)

- (7) Sur le plan social, les Etats édifient des hôpitaux. Les Almohades, sont les premiers à avoir aménagé des centres de formation militaro sportive, au Maroc, Millet analysa l'envergure d'un hôpital, construit au XII^{ème} siècle, à Marrakech. Il affirme dans son ouvrage (les Almohades, 1928 p. 130) : « Cet hôpital, non seulement – dit- il – laissait bien derrière lui, les maladreries et les hôtels-Dieu de notre Europe chrétienne, mais ferait encore honte aujourd'hui (c'est à dire en 1928) aux tristes hôpitaux de la ville de Paris ». A Fès, un hôpital traitait les neurasthéniques, en essayant d'agir sur les nerfs des patients, par la musique andalouse.