

An illustration of a dark blue mountain peak with orange contour lines. A path, marked with orange circles and squares, leads from the bottom left towards the summit, where an orange flag is planted.

مسیر تعالی: از سلامت جسم تا اوج پهلوانی

تبیین راهبردی رهنامه ۲۹ (سلامت و ورزش)
بر اساس دیدگاه‌های رهبر معظم انقلاب اسلامی

تقدیم به جوانان، ورزشکاران و مدیران آینده‌ساز ایران

قطب‌نمای اخلاق

(روحیه پهلوانی و معنویت)

پرچمداران ارزش‌ها

(زنان ورزشکار در عرصه‌های جهانی)

قله الهام بخش

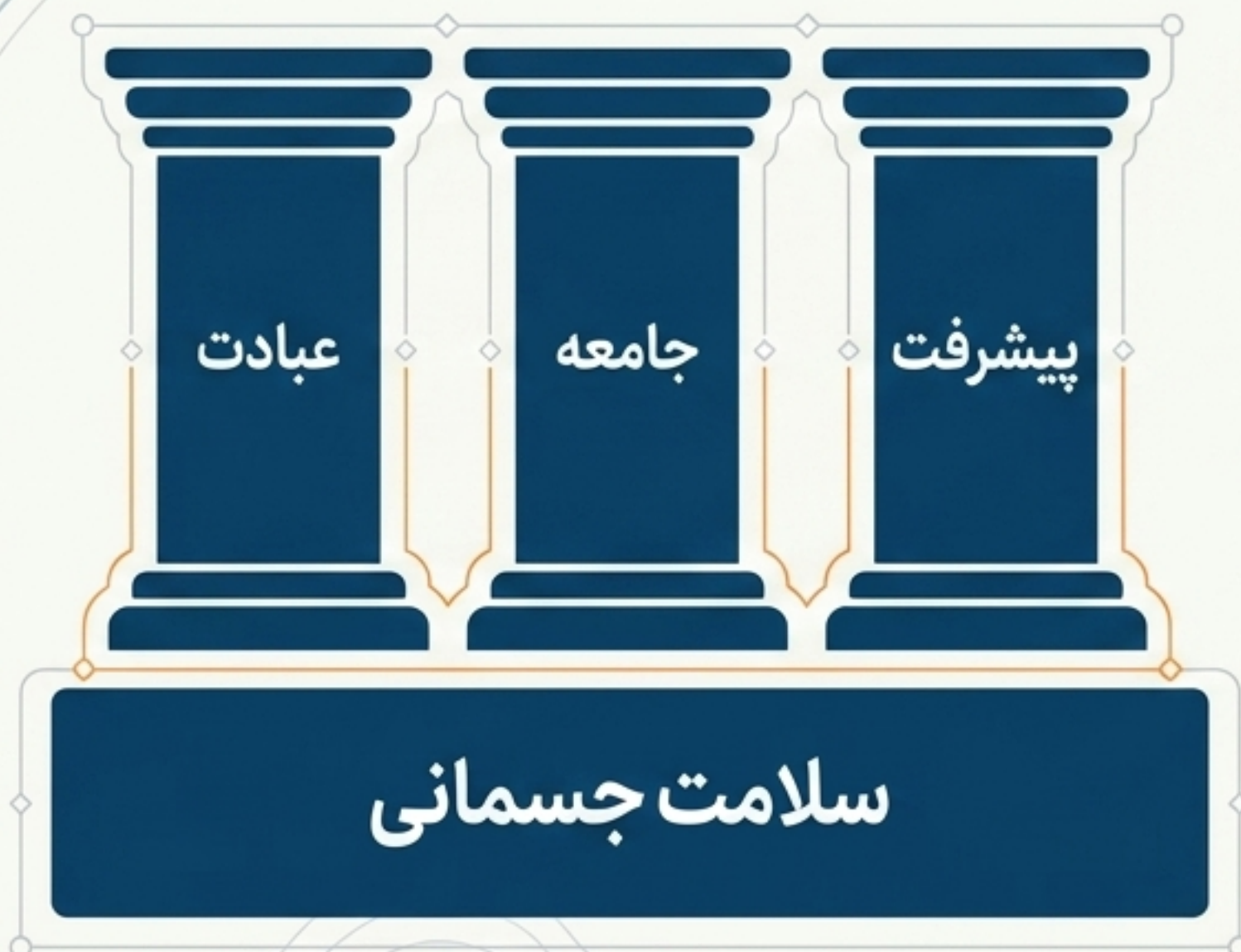
(فلسفه و جایگاه ورزش قهرمانی)

حرکت همگانی

(ضرورت و فراگیری ورزش عمومی)

زیرساخت حیات

(اولویت قطعی سلامت و پیشرفت‌های پزشکی)



«بِالْعَافِيَةِ تُوَجَدُ لَذَّةُ الْحَيَاةِ»

(با عافیت و سلامتی است که انسان از زندگی و حیات خویش لذت می برد.)

- امیرالمؤمنین علی (ع)

سلامت جسمانی

شرط اصلی است.

روی آوردن مردم به ورزش، بسیاری از معضلات اجتماعی، اعتیاد و تنازعات را حل می کند.

نیروی انسانی سالم،

مهم ترین عامل پیشرفت کشور است.



دوران وابستگی - پیش از انقلاب

- بیماران نیازمند به جراحی‌های پیچیده، سرگردان در بیمارستان‌های اروپا.
- واردات پزشک از کشورهای بیگانه برای نیازهای اولیه.



عصر خودباوری - پس از انقلاب

- انجام پیچیده‌ترین جراحی‌های بزرگ (پیوند کبد، کلیه و قلب) در شهرهای مختلف ایران.
- دستیابی به استقلال و حیات علمی؛ ارتقای رتبه علمی پزشکی کشور در دنیا.

پیشرفت‌های خیره‌کننده در حوزه بهداشت و درمان،
نماد بارز «ما می‌توانیم» و استقلال ملی است.

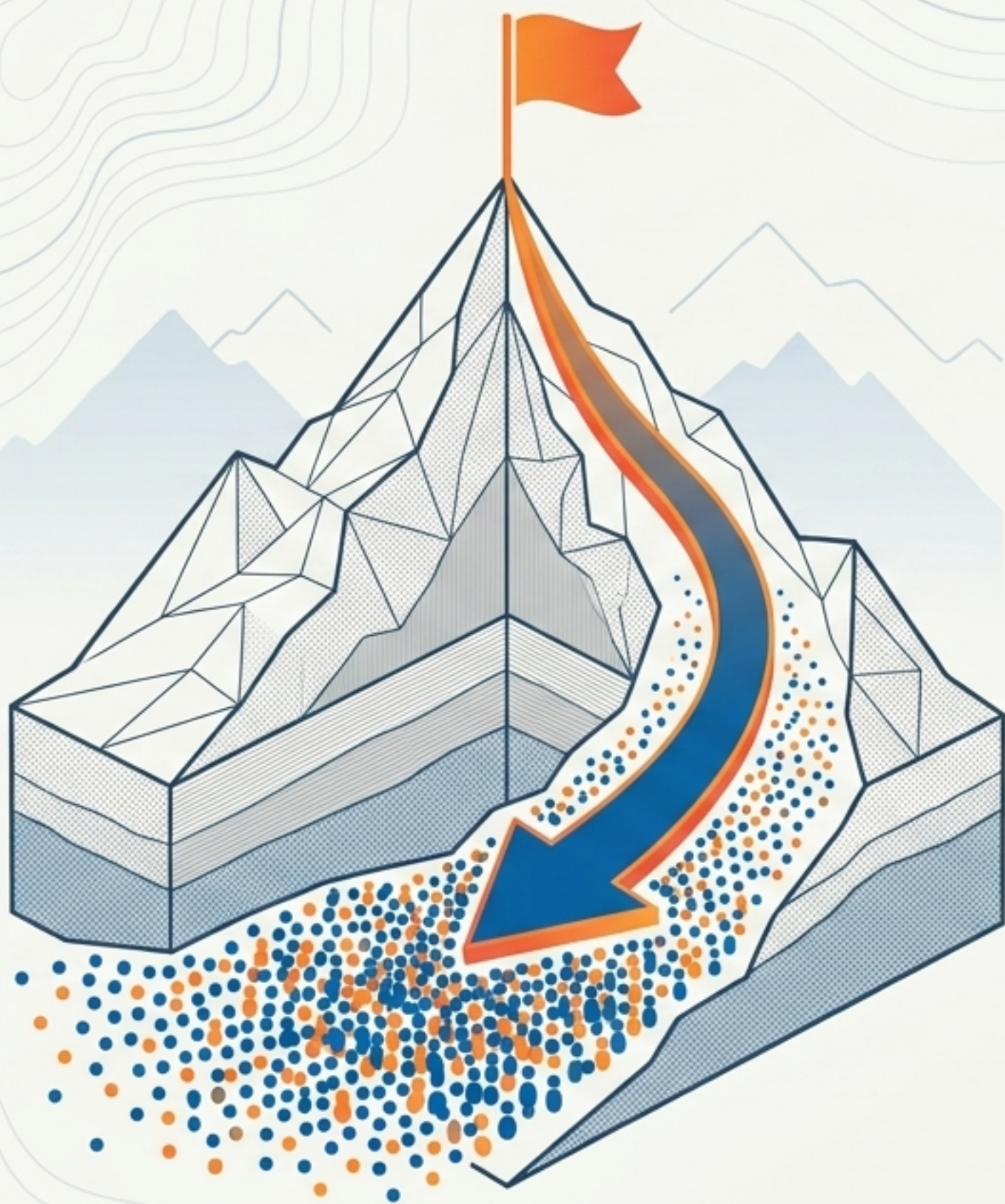
پیشگیری مهم‌تر از درمان است؛ اهمیت آن از معالجه بیشتر است.



نباید منتظر باشیم مرض بیاید بعد رفعش بکنیم؛ جلوگیری کنیم که اصلاً نیاید.
یکی از امور مهمه‌ای که باید به آن توجه کامل بشود، توسعه ورزش همگانی است.

حرکت، پادزهر زندگی مدرن: سیستم جریان در مقابل گره خوردگی





**«ورزش قهرمانی مثل یک قلّه است؛
تا قلّه نباشد، دامنه‌ای وجود ندارد.»**

**پیروزی در مسابقات جهانی، موتور محرک
محرک ورزش همگانی است. وقتی یک
هزاتی یک قهرمان روی سکمی‌رود، هزاران و
نوجوان در سراسر کشور به تحرک و ورزش
ترغیب می‌شوند.**

قله - ورزش قهرمانی

افتخارآفرینی در میادین بین‌المللی
ایجاد غرور ملی و شوق در جامعه

نزول انگیزه

سرازیر شدن انگیزه به
سمت توده‌های مردم

پیوند ناگسستنی سلامت ملی و اقتدار جهانی

صعود استعداد

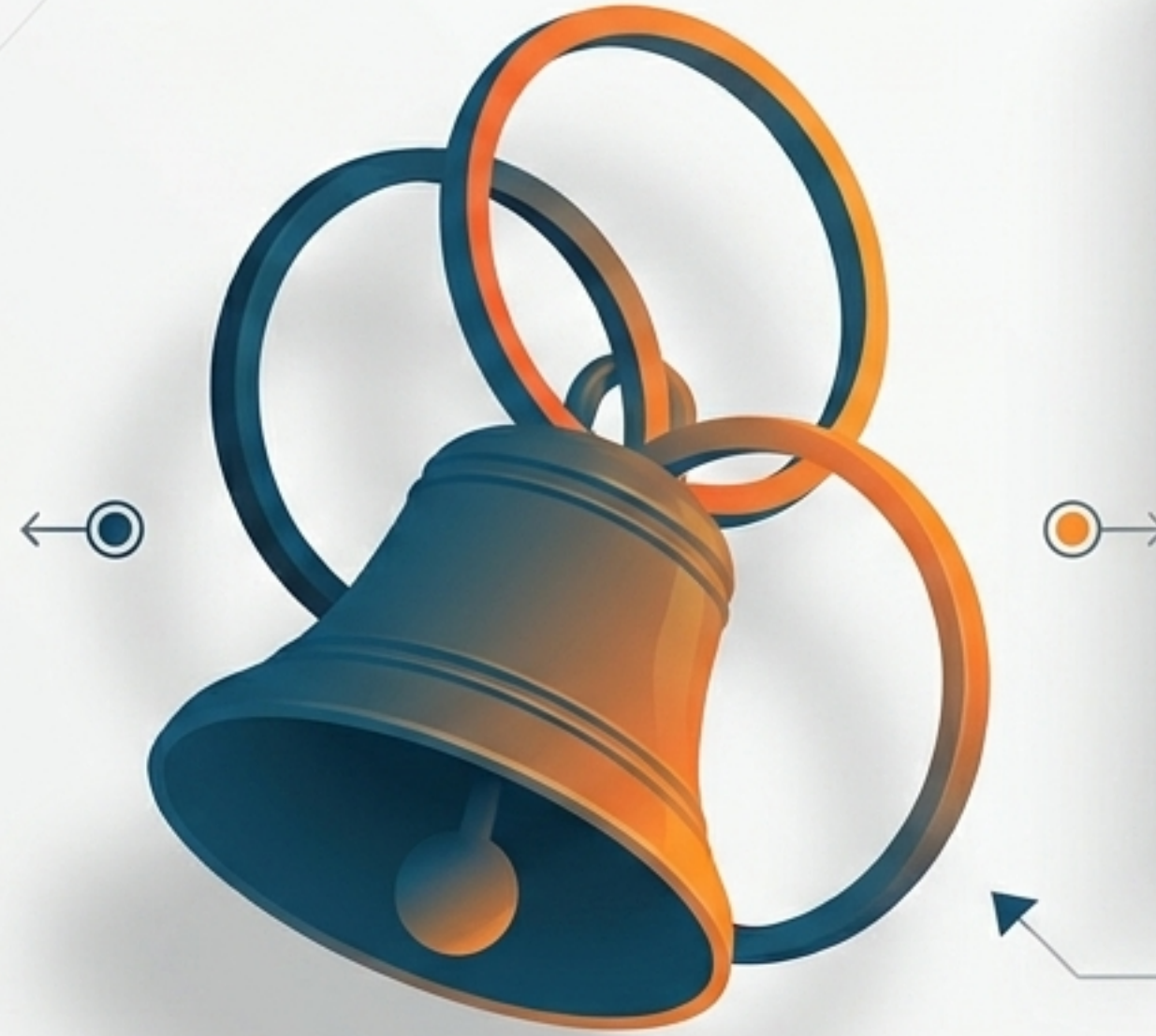
تزریق نخبگان جدید
به ورزش حرفه‌ای

دامنه - ورزش همگانی

گسترش سلامت عمومی → کشف و پرورش استعدادهای نهفته

سرمدی شدن

انسان در کنار پرورش جسم، نیازمند پرورش روح است. ورزشکاران ما باید مظهر اراده، همت، و توکل باشند. نیاز به چاپلوسی، تقلب و دورویی ندارند، زیرا به قدرت لایزال الهی متصل‌اند.



قدرت جسمانی اگر با ایمان و اخلاق همراه نباشد، مخرب است (مثل زورگویان جهانی).

◀ قدرت جسمانی اگر با ایمان دیر اخلاق همراه، بدون اخلاقی و نباشد، مخرب روحانی، که باید مظهر اراده همت و توکل است، مخایبیلوسی، تقلب، دورویی (مثل زورگویان جهانی).

ماتریس قهرمان در برابر پهلوان

	قهرمان	پهلوان
هدف نهایی	کسب مدال و شهرت دنیوی.	رضای خدا، خدمت به مردم و اعتلای نام ایران. 
میدان نبرد	فقط روی تشک یا زمین مسابقه.	مبارزه با نفس (جهاد اکبر) و دستگیری از مظلومان در جامعه. 
ماندگاری	ثبت در کتاب رکوردها (موقت).	ثبت در قلبها و تاریخ (ابدی)، مانند شهدای ورزشکار. 



پیروزی مضاعف

زنان ورزشکار ما دو قهرمانی به دست می‌آورند:
غلبه بر رقیبان فیزیکی و غلبه بر هجمه‌های
فرهنگی.

باطل السحر تبلیغات

حضور یک بانوی محجبه بر روی سکوی قهرمانی،
باطل‌کننده تبلیغات چندصدساله استکبار است که ادعا
می‌کرد دین و حجاب مانع پیشرفت زن است.



رد کردن دست دادن با نامحرم
در مراسم اهدای مدال.

ایستادن با چادر بر روی
سکوی قهرمانی.

اهدای مدال به
شهدای گمنام.

این اعمال، صدها برابر بیشتر از بودجه‌های تبلیغاتی،
هویت زن مسلمان را به جهانیان مخابره می‌کند.

تجلی هویت در میدان



سجده شکر: پیشانی بر خاک نهادن
پس از پیروزی.



فریاد نام مقدسان: استمداد از ائمه (مثل
«یا ابا الفضل») در لحظات اوج فشار.



دفاع از مظلوم: امتناع از مسابقه با نمایندگان
رژیم غاصب صهیونیستی (قهرمانی واقعی در
چشم‌پوشی از مدال برای حفظ آرمان).



این کارها به فضای ورزش بین‌المللی پیام معنویت می‌دهد و توطئه دین‌زدایی را خنثی می‌کند.

اکوسیستم سلامت



سلامت حقیقی تنها در پیوند ارگانیک این چهار عنصر محقق می‌شود. هیچ‌کدام به تنهایی کافی نیستند.

An illustration of a mountain peak with a flag. The mountain is dark blue with white contour lines. A flagpole rises from the peak, holding a large orange flag. The background is a solid light blue.

«جوان مؤمن، دانا و انقلابی»

قدر **لحظات جوانی** خود را بدانید.

ورزش کنید، در عرصه‌های علمی تلاش کنید و در نهایت به

قله‌های بصیرت و معنویت برسید.

جسم قوی، حامل **روح بزرگ** برای تحقق گام دوم انقلاب است.