



رمضان

ضاري: الكرة «تحلى» في رمضان

يحيى حميدان

يقول لاعب فريق كرة السلة بنادي الجهراء فيصل ضاري إن أيام شهر رمضان المباركة تعتبر من الأيام المحببة له وذلك بسبب الأجواء الجميلة والروحانيات التي يعيشها الجميع، لاسيما في الكويت التي جانب الأهل والأصدقاء. وبين ضاري أنه يعيش ممارسة

لعبة كرة القدم في الشهر الفضيل بعيدا عن هوائيه المفضلة كرة السلة، وذلك لأن العديد من الأصدقاء يحضرون على ممارسة اللعبة الشعبية الأولى في العالم، إلا أنه انقطع عن ممارسة كرة القدم خلال الشهر المبارك بسبب معاناته من إصابة في قدمه تعيقه عن اللعب بصورة سليمة على الرغم من مشاركته في العديد من البطولات الرمضانية مع أصدقائه خلال فترة الدراسة. وأوضح أن شهر رمضان يحفل بالذكريات الجميلة والتي دائما ما تبقى في الذاكرة، ومن هذه الذكريات حينما فوت مباراة ودية بين فريقه السابق الصليبخات أمام النصر في ضيافة الفريق الثاني، بيد أنه خرج من منزله في منطقة الجهراء وتوجه

إلى صالة نادي الساحل بمنطقة أبو حليفة، وعند وصوله فوجئ بوجود تدريب لفريق الساحل لكرة البد على الرغم

من تأكيده لمدربه آنذاك يوسف السليم عندما اتصل به أنه متواجد في النادي وبعد شد وجذب تبين أنه في أبو حليفة وليس في منطقة جليب الشيوخ مما جعله يعود أدراجه من جديد

ووصل إلى صالة النصر بعد مرور نصف وقت المباراة. ويؤكد ضاري أنه لا يحبذ خوض المباريات الرسمية والتدريبات المكثفة

خلال الشهر الفضيل بسبب تغير نمط الأكل الذي يتسبب في نوع من الخمول لدى اللاعبين وهو ما يعني عدم قدرتهم على الظهور بمستوياتهم الطبيعية سواء في المباريات أو التدريبات.



حارس مرمى منتخب قطر الأول لكرة القدم، ونادي الريان، ينتمي إلى أسرة كروية تعشق لعبة كرة القدم، بدأت مسيرته الكروية في الفئات السنية بنادي الوكرة حتى وصل إلى الفريق الأول، ثم أكمل مسيرته مع نادي الجيش وحصل معه على العديد من البطولات والألقاب، وبعد قرار بدمج نادي الجيش مع لخويا تحت مسمى نادي الدحيل مطلع الموسم 2017/2018، انتقل إلى حراسة عرين الريان القطري.. عن ذكرياته الرمضانية يقول: لا أنسى صياح رمضان في البرازيل خلال إقامة معسكر نادي الجيش القطري في 2014، والذي تزامن مع بطولة كأس العالم بالبرازيل.. والى تفاصيل الحوار:

الحوار: فريد عبد الباقي

حارس مرمى منتخب قطر والريان

الخاطر: «معلول» سهرنا في البرازيل ولا أشارك في دورات رمضان!

في المقابل تكون وجبة السحور دسمة نوعا ما، لاسيما أنتي أعشق تناول الأكلات الصحية والبحرية من أجل الحفاظ على الوزن.

هل سبق أن قضيت شهر رمضان خارج الدوحة؟
● نعم.. قضيت شهر رمضان في البرازيل وذلك خلال إقامة معسكر نادي الجيش القطري تحت القيادة الفنية للمدرب الأسبق لمنتخب الكويت ومنتخب تونس الحالي عام 2014 نبيل معلول والذي تزامن مع بطولة كأس العالم والتي جرت في البرازيل، وكنا نلعب مباريات ودية بعد منتصف الليل عقب تناول وجبة الإفطار.. نظرا لفارق التوقيت بين الدوحة والبرازيل، وبالطبع لا يمكن أن ننسى هذا الأمر والذي مازال عالقا في الأذهان.

متى أول مرة صمت فيها رمضان وهل صمته كاملا؟
● مثل جميع الأطفال، فقد بدأت صيام شهر رمضان في سن مبكرة للغاية، وكان الصيام حتى فترة الظهيرة وذلك من أجل التعود، وبعدها كنت أصوم الشهر كاملا بعد أن اعتدت على الصيام بشكل تدريجي.

وما أفضل رياضة تنصح الشباب بممارستها في رمضان؟
● الرياضة بجميع أنواعها، ولكن ما يشكل خطورة على الإنسان لا بد أن يكون هناك حذر منها.

تفضل ممارسة الرياضة في نهار رمضان أم بعد الإفطار؟
● في نهار رمضان خاصة أنه يكون طويلا، ولذا فممارسة الرياضة تجعل اليوم يمر سريعا.

لماذا اتجهت إلى لعبة كرة القدم؟
● لعشقي الكبير لها من خلال ممارسة اللعبة مع أشقائي نايف وتركي وأحمد، وكنت شغوفا منذ الصغر، فقد بدأت اللعب كمهاجم، وأتذكر أن مدربا في نادي الوكرة القطري غير مركزي لأكون حارس مرمى.

بداية ماذا يشكل لك شهر رمضان؟
● رمضان شهر الخير والمغفرة، حيث يكون الأهل أقرب إلى بعضهم البعض وفي تواصل وترامح خلال هذا الشهر الفضيل.

كيف تقضي يومك في رمضان؟
● برنامجي يتوزع بين الصلاة وقرآنة القرآن ولعب كرة القدم مع الأصدقاء، وأحرص على تناول وجبة الإفطار مع الأهل، وبعدها أذهب للمسجد لأداء صلاة التراويح وفي الليل أقضي بعض الأوقات في الخيمة أو المجلس مع الأصدقاء أو نتسامر ونزور معا بعض الأماكن العامة حسب الظروف.

وهل تشارك في دوريات رمضان؟
● لا أشارك في البطولات الرمضانية بل أحرص على لعب الكرة مع الأصدقاء والشباب من أجل الحفاظ على اللياقة البدنية، لاسيما أننا الآن في فترة راحة بعد انتهاء الموسم الكروي.

هل أنت ممن يحبون السهر في رمضان؟
● أخرج كما قلت سابقا مع الأصدقاء والشباب بعد صلاة التراويح لنسهر قليلا ونتناول وجبة السحور جماعة، ثم أعود للبيت بعد الانتهاء من صلاة التراويح، لاسيما أنني مرتبط بوظيفة حكومية.

وماذا عن أكلاتك المفضلة في هذا الشهر؟
● ليست هناك وجبات معينة أفضلها دون غيرها في هذه الأيام، لكني أحرص على تناول وجبة خفيفة في الإفطار مثل التمر والحليب والشوربة فقط



مارادونا.. نجم خارق مثير للجدل

عبد المحسن الأيوبي

دييغو أرماندو مارادونا، من مواليد 30 أكتوبر 1960 هو نجم كرة قدم أرجنتيني واللاعب الأكثر إثارة للجدل في تاريخ الكرة ويعتبره الكثيرون أفضل لاعب بتاريخ كرة القدم. لعب في 4 بطولات كأس العالم، بما في ذلك بطولة المكسيك عام 1986، حيث قاد التانغو إلى الفوز على ألمانيا الغربية في المباراة النهائية، وفاز بجائزة الكرة الذهبية بوصفه أفضل لاعب في البطولة. وفي نفس البطولة ضمن الدور ربع النهائي، سجل هدفين في المباراة التي جمعته مع منتخب إنجلترا بنتيجة 2-1 وهما الهدفان اللذان دخلتا تاريخ كرة القدم، بسببين

مختلفين. الأول كان عن طريق لمسة بيده، في حين أن الهدف الثاني سجل من مسافة 60م (66 ياردة) راوغ بها لاعبي منتخب إنجلترا الستة، واختير ذلك الهدف، هدف القرن العشرين. ويعتبر مارادونا واحدا من الشخصيات الرياضية المثيرة للجدل، فقد تم توقيفه عن ممارسة كرة القدم 15 شهرا في 1991 بعد ثبوت تعاطيه الكوكايين بإيطاليا، كما تم إيقافه بكأس عالم 1994 بعد ثبوت تعاطيه مادة الأيفيدرين. ولد مارادونا في لانوس، لعائلة فقيرة، وفي سن العاشرة اكتشفت موهبته الكروية عندما كان يلعب مع نادي إستريلا روجا وانتقل عام 1981 لنادي بوكا جونيورز



السومو.. تقاليد وتراث ياباني

شعرهم وفق تقليعة «شون ماجي» اليابانية، الشعر «ألمس» بواسطة دهن خاص. وقبل النزال يقوم المصارعين بالتحمية، عن طريق رفع الرجل اليمنى، ثم اليسرى مع البقاء في وضعية محنية، كما يقومان بعملية التطهير ويتم فيها رمي حفنة من الملح فوق الحلبة والتي تحدها دائرة قطرها 4 أمتار. من قوانين اللعبة: أول المصارعين الذي يلمس الأرض بأي من أطراف جسده عدا أسفل قدميه يعتبر خاسرا، أول «المصارعين» الذي يلمس المنطقة خارج الدائرة يعتبر خاسرا، المصارع الذي يستعمل تقنية غير مشروعة أو «كينجيتي» يعتبر خاسرا، المصارع الذي يفقد الـ «ماواشي» (قطعة القماش) يعتبر خاسرا.

إلى عدة قرون خلت، وتم ذكر كلمة «سومو» لأول مرة في العام 712 في كتابات الكوجيكي أو «وقائع الأحداث القديمة»، وهي أولى المدونات اليابانية المعروفة، وتروي الـ «كوجيكي» قصة صراع سومو دار بين أسطورتين قديمتين، «تاكيامي كانوتشي» و«تاكيامي ناكاتا»، وبعد انتصار الأول استولى الشعب الذي يقوده «تاكيامي كانوتشي» على جزء الأرخييل الياباني، كما أتحد من صليبه أباطرة اليابان الحاليين. ويطلق على مصارعي السومو اسم «سوموتوري» أو «ريكيشي»، جسمهم عار إلا من الـ «ماواشي»، وهي قطعة من القماش تلف حول الخصر وما بين الأرجل. يمكن مسك مصارعي السومو من هذه القطعة، وعدا ذلك فهي مسكة أخرى تعتبر ممنوعة، حيث يقوم السوموتوري بنسريح

سامي الحسن

«سومو» من الرياضات القتالية اليابانية وتحظى بشعبية كبيرة في البلاد وتدخل في اللعبة بعض الطقوس اليابانية القديمة، ويعتبرها اليابانيون أكثر من مجرد رياضة عادية، فهي تقليد وتراث يجمعون على وجوب الحفاظ عليه، ويقوم مبدأ رياضة السومو على محاولة كلا المصارعين (ريكيشي) إخراج المصارع الآخر من دائرة المصارعة (دوهيو) أو جعل أي جزء من جسمه (غير أسفل قدمه) يلمس الأرض، وتعتبر السومو من الفنون القتالية اليابانية الحديثة على الرغم من أن جذورها تعود



نجم رياضي

الهداف.. خلف السلامة

ناصر العنزي

خلف السلامة نجم القادسية والمنتخب الوطني أحد المهاجمين الهادفين الذين سجلوا إنجازات لافتة مع الفريق الأصفر وشكل ثنائيا متفاهما مع زميله بدر المطوع هددا به الفرق المنافسة ولا تخلو مباراة من تسجيل أحدهما هدفا أو صناعته لزميل آخر، وتذكر الجماهير القادسية بكثير من السعادة بالبطولات التي حققها فريقه منذ موسم «2003/2002» وكان السلامة أحد نجوم تلك المرحلة ومعه آخرون مثل نواف الخالدي ونهبر الشمري ونواف المطيري ومساعد ندا وصالح الشيخ وبدر المطوع وطلال العامر وعلي الشمالي وحسين فاضل والمحترف البرازيلي غلاوسيو ويقول عنه زملاؤه إنه أفضل محترف لعب للقادسية.

انطلق خلف السلامة ابن الجهراء من ناديه القريب من بيته حيث يفصل بينهما شارع رئيسي فكان يذهب للنادي صغيرا سيراً على الأقدام والتحق بفرق الناشئين وكان هداف المسابقة وعرف بين الفرق بقدرته على التسجيل بالرأس والقدمين، ووصل السلامة إلى الفريق الأول بالجهراء، وفي موسم «2001/2000» تمت إعارته لنادي الكويت وسجل هدف الفوز في المباراة النهائية لكأس الأمير في مرمى فريقه السابق الجهراء، وبعدها تمكن رئيس نادي القادسية السابق الشيخ طلال الفهد من ضمه لصفوف الأصفر فكانت مرحلة التائق مع البطولات.

وساهم خلف السلامة مع المنتخب الأولمبي في التأهل إلى أولمبياد «سيدني 2000» وكان مع زميله بشار عبد الله ثنائيا ناجحا وبعد التغلب على السعودية وقطر في التصفيات النهائية ذهب الأزرق إلى أولمبياد سيدني في إنجاز لافت ووقع في مجموعة ضمت التشيك والكاميرون وخسر الأزرق الأولمبي من الأخيرين وفاز على التشيك (2-3) وسجل خلف السلامة هدفين في مرمى التشيك والكاميرون، وبعد مشاور طويل مع الكرة أعلن خلف السلامة اعتزاله الكرة واتجه للعمل الإداري لفترة بنادي القادسية.