

شذرات رياضية



أ. محمد الحسن الرضي

الرياضة والصيام

نعيش في هذه الأيام أحد المواسم العظيمة التي جعلها الله للمسلم صحة لبدنه وسمواً لروحه ورقعة لأخلاقه وتنمية لصبره وتغييراً لعاداته ورقياً بسلوكه لتحقيق معنى الخلافة في الأرض والعبودية الحقة لله الواحد الأحد وبذلك يستحق التكريم الذي كرمه تعالى لبني آدم دون سائر الكائنات.

ولما عرف جيل أفضل القرون حقيقة وفضل هذا الشهر المبارك كانوا يدعون الله تعالى ستة أشهر أن يبلغهم الله إياه وستة أشهر أن يتقبل منهم وبهذا فلوحوا وفازوا وضربوا للبشرية أروع الأمثلة لتكون محل الاقتداء والتأسي للأجيال من خلفهم إن أرادوا الصلاح والنجاح.

أثبتت التجارب المختبرية والمعملية أن الجسم من خلال الصيام يتخلص من الدهون ويجدد الخلايا ويقلص الوزن الزائد ويحافظ على رشاقته كما أن المعدة وهي بيت الداء تجد فرصة كافية لتوقف دوران ماكينة محرقاتها عن العمل من طلوع الفجر إلى مغيب الشمس وهذا يزيد من كفاءتها وأدائها لدورها.

وبالنظر إلى وظيفة الرياضة نجد أن من أهم وظائفها بناء الجسم والعمل على رشاقته ومرونته والمحافظة على أجهزته العضوية والحيوية وفي هذا تتفق مع أحد وظائف الصيام وخصائصه ونجد كذلك أن الصيام ينمي روح الجماعة شعوراً بالجوع وتذكر الجوع في غير رمضان والعمل على المواساة والتكافل وبهذا يساعد القوي الضعيف والقادر المحتاج فتتوثق عرى الإخاء والمودة والمحبة وبالنظر إلى الرياضة نجد أنها تقوم في كل أنشطتها على تعزيز دور الجماعة وتعميق هذه القيمة ويعتمد اللعب أصلاً على روح الفريق وأن جهود الأفراد تسخر وتصب في مصلحة الجماعة وتحسب النتيجة على أساس الفريق وليس الأفراد وبهذا يتحقق هدف تعزيز روح الجماعة وفي هذا تلتقي الرياضة بوظيفة من وظائف الصيام.

ونجد أيضاً أن الصيام يعود النفس على الصبر والتحمل وبالرغم من الشعور بالجوع والعطش فإن المسلم لا يجوز له أن يقطع صيامه إلا في الحالات التي يخشى عليه فيها التعرض للهلاك أو الضرر وفي غير هذه الحالات فإنه يقاوم نفسه ويحملها على التغلب على مطالبها وكذلك نجد في الرياضة أن اللاعب يقاوم نفسه وهو يشعر بالتعب والإجهاد حتى يواصل مع إخوانه بذل الجهود لتحقيق الانتصار لفريقه والانتصار على نفسه.

خلاصة القول أن الصيام يبني في الإنسان قيماً جمة ويصلح سلوكه ويقوم إغواجه وهذا ما تسعى إليه الرياضة إذا مورست وفق أهدافها النبيلة المرجوة وبالله التوفيق

القسم الرياضي يحتفل بختام فعاليات الدوري الرياضي للكلبات



نادية عبد العظيم مديرة المركز والإخ الكريم نائب الوكيل محمد أبكر والأخوات الكريمات مسجلات الكلبات والموظفات.

المناشط المختلفة السباحة والكرة الطائرة وكرة التنس ، وقد شرف الاحتفال الأخ الكريم مدير شؤون العاملين عبد الصمد أبكر و د.

أقام القسم الرياضي ختام فعاليات الدوري الرياضي للكلبات بمركز الطالبات (ب) حيث تم تكريم الطالبات الفائزات بالميداليات الذهبية في

رابطة المريخ في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية تكرم الدكتور جمال نور الدين إدريس

أقامت رابطة المريخ في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية في إطار برنامجها الثقافي محاضرة بعنوان (اتكاء على ضفاف الأدب السوداني) قدمها الدكتور جمال نور الدين إدريس حيث قامت الرابطة بتكريمه نيلية جايزة التفوق من جامعة الدمام .



فرصة كبير أمام الهلال والمريخ لتحقيق الإنجاز

الحاجز النفسي وفك عقدة الأندية التونسية بالنسبة للاعب المريخ ، وفي تقديري سوف يصعد المريخ برفقة وفاق اسطيف للمربع الذهبي ، ومن واقع المعطيات السابقة نجد أن الهلال والمريخ بإذن الله سوف يتأهلان إلى المربع الذهبي مما يجعل أمامهم فرصة كبيرة للظفر باللقب وتحقيق الإنجاز الأهم بالنسبة للأندية الإفريقية ، ولن تخضع مباريات المربع الذهبي للترشحات والتكهنات لأنه بمجرد تاهل الفرق الأربعة سوف يصبح بمقدور كل فريق الظفر باللقب ، ويتخوف عشاق المريخ والهلال أن يلعب الفرقان مع بعضهم بعضاً ولكن هذه ميزة إيجابية وليست سلبية إذ يضمن السودان أحد الفريقين في النهائي .

قبل إلى هذا الدور من مسابقة أبطال أفريقيا وهما المغربي التطواني وسموحة المصري وفي تقديري أن الهلال مع مازمبي الكونغولي سوف يصعدا إلى المربع الذهبي من البطولة مع الأخذ في الاعتبار عدم مفاجأة كرة القدم وتحولاتها وجنونها ، أما المريخ فلا شك في أنه سوف تواجهه مصاعب ومطبات كبيرة لأنه يقع في مجموعة حامل اللقب وفاق اسطيف الجزائري والأدهي والأمر من ذلك أن مجموعته بها ثلاثة أندية جزائرية وكلنا يعلم مدى قوة كرة شمال أفريقيا غير أن المريخ قادر على تخطي جميع هذه العقبات وأكبر دليل على ذلك إقصاء المريخ للترجي التونسي من دوري السنة عشر من المسابقة نفسها وكسر

السموال عبد الله عثمان بعد أن تاهل الهلال المريخ إلى دوري المجموعات من مسابقة دوري أبطال أفريقيا وبعد أن غادرت أندية كبيرة ومتمرسه وتمتلك خبرة وثقافة عالية بالمباريات النهائية بكأس الأندية الأبطال مثل (الأهلي المصري والترجي التونسي) وغيرهم من الأندية التي حصدت لقب أبطال أفريقيا من قبل ، بدأت تلوح في الأفق القريب ملامح كأس جوي قادم إلى السودان وتحديدًا إلى أحد العملاقين المشاركين في المنافسة ، نجد أن فرصة الهلال تبدو كبيرة جداً مقارنة مع نده وغريمه التقليدي المريخ نسبة لوجوده في مجموعة بها فرقيان لم يسبق لهما التاهل من

