

صالون بصمة
للحلاقة الرجالية

**تجديد مظهرك
يبدأ من هنا!**

استمتع بطلاقة عصرية
في صالون بصمة

المملكة العربية السعودية - الرياض حي النسيم
الشرقي - شارع أسامة بن زيد سوق حجاب

أكشن سبورت
Action Sport

رياضية، فنية، اجتماعية

أحدث الأخبار.. أسرع التفطيات

رئيس مجلس الإدارة
محمد الجيلي الشيخ
melgaili2003@gmail.com

المدير العام
نادر الزبير
naderali1357@gmail.com

رئيس التحرير
إبراهيم عوض
Fygu31@gmail.com

السنة الأولى - العدد 127 الأحد 22 فبراير 2026 م الموافق 5 رمضان 1447 هـ

الأحد - الثلاثاء - الخميس

نائب رئيس التحرير: **علي كورينا** Alikorina2@gmail.com

زادنا للحوم
ZADNA MEAT

تلبية احتياجاتكم!
زادنا للحوم توفر إمدادات
توعية من اللحوم المبردة
للشركات والفنادق.

لحوم عالية الجودة
شركة زادنا تقدم لحومًا
مبردة تناسب المحلات
التجارية الكبرى والفنادق.

اختياركم الأول
زادنا للحوم تقدم أفضل
أنواع اللحوم المبردة مع
خدمة توصيل مميزة.

مصدركم الموثوق
زادنا للحوم توفر إمدادات
لحوم مبردة تناسب جميع
احتياجاتكم التجارية.

جودة لا تضاهي
زادنا للحوم تقدم لحومًا
مبردة للشركات والفنادق
بأسعار تنافسية.

اتصلوا بنا: 0583019689 / 0583019686

وصف العليقي بعزّاب الفريق.. وأكد دعم الإدارة لقدامى اللاعبين

السويات في تصريح خاص لـ أكشن سبورت : القطاع الرياضي يقود المشهد باقتدار



الأهمية الكبيرة التي يوليها المجلس
لقدامى لاعبي النادي، معتبراً أنهم
يمثلون قيمة فنية ومعنوية لا تقدر
بثمن، وأن الاستفادة من خبراتهم
تمثل جزءاً أصيلاً من استراتيجية البناء.
وأضاف أن المجلس يعمل على تفعيل
أدوارهم بما يعزز روح الانتماء ويخدم
استقرار الفريق.

وعلى رأسها التأهل إلى ربع نهائي دوري
أبطال أفريقيا، جاءت انعكاساً مباشراً
للجهد المتكامل الذي يقوده القطاع
الرياضي بقيادة المهندس محمد إبراهيم
العليقي، مشدداً على أن المجلس راضي
تماماً عن مستوى الأداء والانضباط داخل
المنظومة.

وخصّ السويات العليقي بإشادة
خاصة، واصفاً إياه بـ«عزّاب الفريق»،
مشيراً إلى أنه ظل مرافقاً للبعثة في حلّها
وترجالها، حاضراً في كل التفاصيل،
محفزاً للاعبين، ومساهمًا بفاعلية في
معالجة التحديات التي قد تعترض
مسيرة الفريق. ونفى في الوقت ذاته
ما يتداول حول عمل القطاع بمعزل عن
مجلس الإدارة، مؤكداً أن المجلس
يتسلم تقارير دورية ومفصلة
عن كل ما يتعلق بالعمل
الرياضي، وأن التنسيق يتم
بصورة مؤسسية ومنظمة.
وجدد السويات تأكيده على

القاهرة - عبدالمنعم عثمان (ديم
الكبير)

وضع الأستاذ هشام السويات رئيس
نادي الهلال، القطاع الرياضي في صدارة
مشهد النجاح، مؤكداً أنه يمثل أحد أبرز
عوامل الاستقرار والتطور في المرحلة
الراهنة، بفضل العمل المؤسسي المنظم
والرؤية الواضحة التي تحكم إدارته.
وقال السويات في تصريح
خاص لـ«أكشن سبورت»
إن النتائج الإيجابية
التي تحققت
مؤخراً،



ريجيكامب يطالب بمباريات ليلية في رمضان

كيجالي - أكشن سبورت

الحاجة إلى تعويض السوائل خلال المباريات.
وناشد المدرب الروماني الاتحاد الرواندي لكرة
القدم مراعاة ظروف الهلال، وإعادة برمجة مبارياته
لتقام مساءً، موضحاً أنه يفضل انطلاق اللقاءات
عند الساعة الثامنة والنصف مساءً على الأقل، حتى
يتسنى للاعبين الإفطار وأداء صلاة المغرب قبل خوض
المواجهات.

واختتم تصريحاته بالتأكيد على أن استمرار إقامة
المباريات نهاراً سيجعل الوضع صعباً للغاية، معرباً عن
أمله في استجابة الاتحاد الرواندي لهذا الطلب الذي
وصفه بالعاقل.

أكد الروماني ريجيكامب، المدير الفني لنادي الهلال،
صعوبة خوض فريقه مبارياته في نهار شهر رمضان،
مشدداً على أنه لا يمكنه إجبار لاعبيه الصائمين على
شرب المياه أثناء المباريات التي تقام في درجات حرارة
مرتفعة.

وقال ريجيكامب، في تصريحات لوسائل الإعلام
الرواندية، عقب نهاية مباراة غورولا التي كسبها بهدف
دون مقابل، إن غالبية عناصر الفريق يلتزمون بالصيام،
ما يجعل اللعب نهاراً تحدياً بدنياً كبيراً، خاصة في ظل



**على طريقة كمال
ترباس.. نزال
تتمسك بالقمة**

16

**نسرین النمر: أنا
صاحبة مسمى
«حرب الكرامة»**

16

**الريان الظاهر: «أكشن
سبورت» تعيد وهج
الصحافة الفنية**

16

**شجرايبي: لو لم أكن
صحفيًا... لكنت سائق
قطار**

13

**العشب الصناعي
يثير جدلاً في القلعة
الحمراء**

6

القنصل المصري والملحق التشادي يشهدان نهائي الجاليات

منتخب مصر يتوج بكأس الراحل عثمان صابر



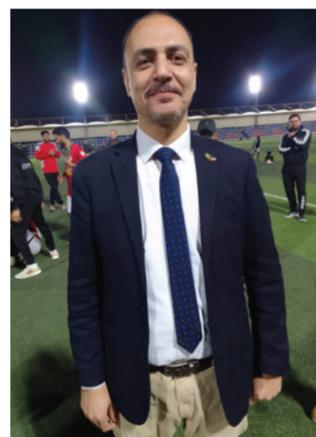
أحمد مصطفى أمين - أكشن سبورت

توج فريق الجالية المصرية لكرة القدم ببطولة كأس الراحل عثمان صابر، ضمن دوري الجاليات العربية والإفريقية والآسيوية في الرياض، عقب فوزه على منتخب الجالية التشادية بهدفين مقابل هدف، في المباراة الختامية التي أقيمت مساء الجمعة على ملاعب أكاديمية 015.

وشرف اللقاء الختامي القنصل العام لجمهورية مصر العربية بالرياض الأستاذ ياسر هاشم، ورئيس اتحاد الجاليات الأستاذ نجيب عبدالرحيم، والأمين العام حسن برهان، والمستشار عصام عبد العزيز غيث مقرر النشاط الرياضي وعضو مجلس إدارة المصريين بالخارج، والمستشار عمر حامد، إلى جانب حضور جماهيري مميز من أبناء الجاليتين المصرية والتشادية.

ووصف الملحق الثقافي لدولة تشاد بالرياض الأستاذ محمد صالح المباراة بالتمتازة، مشيداً بالأداء القوي الذي قدمه المنتخب التشادي، مؤكداً أنه بذل مجهوداً كبيراً أمام المنتخب المصري الذي ثار لخسارته السابقة، مضيقاً أن المنتخب التشادي قدم مباراة جيدة وأبلى بلاءً حسناً، كما أثنى على الحضور الجماهيري والتنظيم.

من جانبه، تقدم نجيب عبدالرحيم رئيس اتحاد الجاليات العربية والإفريقية والآسيوية بالشكر للقنصل العام المصري والملحق الثقافي التشادي، وأعضاء مجلس الإدارة، وأبناء الجاليات، وممثلي وسائل الإعلام، وكل من ساهم في إنجاح هذه الدورة الرياضية التي



أقيمت تخليداً لذكرى الراحل عثمان صابر.

كما وصف المستشار عصام عبد العزيز غيث المباراة بالقوية، موضحاً أن مشروع منتخب الجالية المصرية قائم منذ فترة، وأن العمل مستمر لتطوير

المنظومة الرياضية لأبناء الجالية في الخارج. وناشد وزارة الشباب والرياضة الاهتمام بالمواهب الرياضية الشابة وتسليط الضوء عليها، مقدماً الشكر للجهاز الفني واللاعبين على تحقيق لقب البطولة.

في الصميم



حسن أحمد حسن

ابني يكذب

لماذا يصّر طفلك على الكذب؟

وهل المشكلة في أخلاقه... أم في شعوره بالأمان؟

هذه هي بداية الأسئلة التي نقوم بطرحها على الأب أو أحد أفراد الأسرة المقربين من الطفل، الذين يحضرون إلينا للمعالجة السلوكية. ولكل هؤلاء نقول: عندما يكذب الطفل مراراً، يظن كثير من الآباء أن الخلل في «الخلق» أو «التربية».

لكن الدراسات التربوية والخبرة العملية تؤكدان حقيقة مختلفة تماماً:

الكذب غالباً ليس سلوكاً أصيلاً... بل ردة فعل.

السبب الجذري: الخوف

الخوف هو المحرك الأول لكذب الأطفال، ومن أبرز صورته:

• الخوف من العقاب.

• الخوف من الصراخ أو الإهانة.

• الخوف من خيبة أمل الوالدين.

• الخوف من فقدان الحب أو القبول.

الطفل يكذب لأنه ليس سيئاً، بل لأنه يحاول أن يحمي نفسه.

الخطر التراكمي: من الكذب إلى الغش ثم السرقة

إذا ترك الكذب دون معالجة حقيقية، فإنه قد يتطور تدريجياً إلى سلوكيات أخطر.

الكذب هو غش لفظي، ومع التكرار يتعلم الطفل أن تزوير الحقيقة وسيلة مقبولة

للنجاة.

الكذب هو سرقة للحقيقة، ومن اعتاد سرقة الحقيقة قد يسهل عليه سرقة الأشياء،

خاصة إذا اعتاد استخدام الكذب للإخفاء.

لهذا فالكذب ليس أمراً بسيطاً، بل إنذاراً مبكراً.

خطوات عملية لكسر دائرة الخوف والكذب

• وفر الأمان قبل المحاسبة.

قل له عند الخطأ: «يهمني صدقك أكثر من الخطأ نفسه، تعال نحل المشكلة معاً».

• افصل بين الطفل وسلوكه.

لا تقل: «أنت كذاب»، بل قل: «ما حدث لم يكن صادفًا».

أنت تصلح السلوك لا تهدم الهوية.

• كافئ الصدق فوراً.

عندما يعترف، بادر بقول: «أحسنت، هذا تصرف شجاع».

فالطفل يتعلم أن الصدق طريق أمان لا تهديد.

• راجع أسلوبك بصدق.

اسأل نفسك:

هل عقابي قاسٍ؟

هل رد فعلي مخيف؟

أحياناً، نحن دون قصد... نعلم أبناءنا الكذب.

الخلاصة التربوية:

لا تُعالج الكذب بالعقاب، بل بالأمان.

حين يشعر الطفل أن والديه ملاذة الأمان حتى في الخطأ، سيختار الصدق... دون

الكذب.

وكلمة زاد الأمان قلّ الكذب تدريجياً.

اتحاد (24) القرشي ي دشّن

حملة تنجيل الاستاد



للتنجيل، إلى جانب عدد من القيادات الرياضية والشخصيات المجتمعية.

وأوضح الاتحاد أن فعالية التندشين ستقام بقرية الهشابة، وذلك مساء يوم الثلاثاء السابع من شهر رمضان المبارك عقب الإفطار مباشرة.

ودعا الاتحاد المحلي جميع الرياضيين وأبناء المنطقة والمهتمين بالشأن الرياضي إلى حضور الفعالية والمساهمة في دعم المشروع، تأكيداً لأهمية تضافر الجهود لإنجاز هذا العمل الذي يمثل خطوة مهمة نحو تطوير الرياضة بالقرشي.

يوسف دلوم - أكشن سبورت

أعلن الاتحاد المحلي لكرة القدم (24) القرشي عن تدشين حملة التبرعات الخاصة بمشروع تنجيل استاد القرشي، وذلك في إطار الجهود الرامية إلى تطوير البنية التحتية الرياضية بالمنطقة والارتقاء بالمنشآت الرياضية لخدمة الأندية والرياضيين.

ويقام حفل التندشين برعاية كريمة من الشيخ أحمد الخضر البدري، وبحضور وزير الشباب والرياضة رئيس اللجنة العليا للمشروع، والمدير التنفيذي الرئيس المناوب للجنة العليا

الشمالي يتصدر وليفربول يضرب بقوة

حلفا الجديدة - محمد جلال فرج



تغلب أرسنال على توتنهام بهدفين مقابل هدف، في مباراة شهدت تألق محمد ياسر وراجي عادل من أرسنال، وصالح حسين من توتنهام، وسط أجواء رمضانية حماسية.

مقابل هدف، ليحصد أول ثلاث نقاط له في البطولة، بعدما قلب تأخره إلى انتصار مستحق.

كما تواصلت منافسات البراعم والناشئين بنادي القرية (20)، حيث

شهدت ملاعب «تيكي تاكا» بحي الثورة واحدة من أقوى مواجهات المجموعة الأولى بالدورة الرمضانية الكبرى، حيث انتزع فريق الشمالي فوزاً ثميناً على مستقبل الأسرة بهدف دون مقابل، وسط حضور جماهيري كبير. وسجل حمزة هدف اللقاء الوحيد في الشوط الثاني، رغم الأداء البطولي لحارس الأسرة ضرار الذي نال جائزة نجومية المباراة بعد تصديقات حاسمة أبقت فريقه في أجواء اللقاء حتى اللحظات الأخيرة.

المباراة اتسمت بالندية، وبرز من الشمالي موسى جابو وبلبل وسهيلي ميقا، فيما تألق من مستقبل الأسرة المدافع محمد مهدي طعامة والحارس ضرار. وشهد اللقاء طرد قائد الشمالي موسى جابو في لقطة مثيرة للجدل. أدار المباراة الحكم إبراهيم حسب الله بمعاونة طاقم تحكيمي متكامل، وسط إشراف إداري وتنظيمي مميز. وبهذا الفوز تصدر الشمالي المجموعة الأولى برصيد ثلاث نقاط.

وفي المجموعة الثانية، حقق لفربول فوزاً عربياً على توتنهام بأربعة أهداف

تعازينا لدكتورة سهام عبدالفتاح



تتقدم أسرة صحيفة «أكشن سبورت» بخالص التعازي وأصدق المواساة إلى الدكتورة سهام عبد الفتاح، مديرة مدارس أم أحمد القرآنية وعضو قروب «أنا سوداني»، في وفاة والد زوجها الذي انتقل إلى جوار ربه أمس.

نسأل الله العلي القدير أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته، وأن يسكنه فسيح جناته، وأن يجعل ما قدم في ميزان حسناته، وأن يبده داراً خيراً من داره وأهلاً خيراً من أهله، وأن ينزله منازل الصديقين والشهداء والصالحين.

كما نسأله سبحانه أن يلهم الأسرة الكريمة جميل الصبر وحسن العزاء، وأن يربط على قلوبهم، وأن يجبر كسرهم، وأن يجعل هذا المصاب رفعة في الدرجات وتكفيراً للسيئات.

عبد الباقي الطيب عضواً باتحاد المؤرخين العرب

بغداد - أكشن سبورت



أجاز اتحاد المؤرخين العرب، ومقره العاصمة العراقية بغداد، بالإجماع عضوية الإعلامي والشاعر والمستشار القانوني السوداني الأستاذ عبد الباقي الطيب، وذلك بحضور رئيس الاتحاد الدكتور محمد جاسم المشهداني.

ويُعد اتحاد المؤرخين العرب، التابع لجامعة الدول العربية، من أبرز الهيئات الأكاديمية المتخصصة في توثيق التاريخ العربي والأسباب، وقد تأسس عام 1974، ويرتبط بمعهد التاريخ العربي والتراث العلمي للدراسات العليا، ويصدر

مجلة علمية محكمة بعنوان «المؤرخ العربي». وأعرب عبد الباقي الطيب، في تصريح له «أكشن سبورت»، عن اعتزازه بالاختيار، مؤكداً أن انضمامه يمثل إضافة للسودان في المحافل البحثية العربية، ويسهم في دعم الباحثين الشباب وتعزيز التعاون العلمي. كما أشاد بدور الاتحاد في توثيق التاريخ العربي وفق منهج علمي موضوعي، وتنظيم المؤتمرات والندوات، وتشجيع الدراسات التاريخية والآثرية بعيداً عن التأثيرات السياسية.

وقد انهالت التهاني على المستشار عبد الباقي من قيادات ثقافية وإعلامية داخل السودان وخارجه.

المنطقة الحرة



بله علي عمر

عندما ولّوا الدبر

شابت عمود «المنطقة الحرة» في العدد الأخير من صحيفة «أكشن سبورت» بعض التداخلات التي أثرت على المقال، وأرجو أن أشير إلى أن حديثي عن خطورة حرمان المريخ من الفوز على الهلال سيكون له تداعيات خطيرة على الهلال، فمصلحة الهلال أن يبقى في المريخ بعض نبض. والحديث هنا لجموع عشاق الأزرق بعيداً عن الجهاز الفني واللاعبين.

إن هزيمة المريخ كانت تعني القذف به إلى النصف الأسفل من روليت الدوري، كما أن انتصار الهلال يعني إعادة مرارة الهزيمة بالأربعة. فهل تعتقدون أن أهل المريخ سيدعون الهلال في شأنه وهو يدخل قائمة الـ (Top 8) ويتصدر الدوري الرواندي ودوري بورتسودان؟ لن يسكت «النيام نيام»؛ سيلتفتون ويحثون ويتهاقون على كل ما يعيق الهلال، ولعل شعارهم القديم «ما بنطير برانا» ليس بعيداً عن الذاكرة.

المؤكد أن مجلس إدارة الهلال وجهازه الفني كانوا مشغولين بما هو أهم. ولا أرى أي أسباب للهجمة الشرسة التي وجهتها بعض الأقلام الهلالية للجهاز الفني ولاعبه الأزرق بسبب الهزيمة أمام المريخ، خاصة أننا نعاين في المنظور القريب مباراة أهم وأولى بالاهتمام من مباراة المريخ؛ فلا هو مهدد لوجودنا في قائمة الأبطال، ولا هو منافس للهلال في صدارة الدوري الرواندي الذي يتصدره حبيب الملايين، رغم أن له مباراتين مؤجلتين.

أجدي أتفق تماماً مع رؤية العليقي حول مباراة الهلال والمريخ، وأجزم أن الهلال لولا أن عينه على النهضة لهزم المريخ بالأربعة، لعدم وجود مقارنة بين الفريقين.

الريال لا يزال يعاني، ورغم الهدية الثمينة التي تلقاها من جيرونا، واصل الانكسار وخسر أمام أوساسونا، ليعود فارق النقاط لمصلحة برشلونة. واضح أن معاناة المريخ ستواصل مع أنشيلوتي.

برنامج جديدة وخطة استراتيجية حتى 2026

لجنة كرة القدم للسيدات

تدشّن عودة النشاط



الخرطوم - أكشن سبورت

أعلنت لجنة كرة القدم للسيدات بالاتحاد السوداني لكرة القدم عن خطوات رسمية لإعادة نشاط كرة القدم للسيدات، عبر برامج وفعاليات متعددة، تمهيداً لانطلاق أقوى خلال المرحلة المقبلة.

وأوضح الأستاذ عبد الرحيم حمّاد أحمد سليمان، عضو مجلس إدارة الاتحاد ونائب رئيس لجنة السيدات، أن اللجنة ناقشت

الترتيبات الخاصة بعودة النشاط بعد فترة توقف بسبب ظروف الحرب، مؤكداً التواصل مع الأندية المسجلة وإخطارها بالتحرك الرسمي لاستئناف المنافسات. وأشار حمّاد إلى وجود تحديات، أبرزها وجود عدد من اللاعبات خارج البلاد وانتساب بعضهن لأندية خارجية، مبيّناً أن اللجنة فتحت باب التسجيل للأندية لاستكمال كشوفاتها، إلى جانب فتح باب التسجيل لأكاديميات الفئات السنية تحت (15-17) عاماً مع إصدار لائحة منظمة، في خطوة تستهدف التأسيس السليم للقاعدة.

وأكد أن تدشين النشاط سيكون عبر دورة مفتوحة بمشاركة المؤسسات المهمة، مع التركيز على المدارس والجامعات، إلى جانب تكوين لجنة قومية لاختيار منتخب السيدات من مختلف ولايات السودان.

وكشف حمّاد عن خطة استراتيجية تمتد لأربع سنوات، متعهداً بأن يكون عام 2026 عاماً لانطلاق قوية لكرة القدم للسيدات، بدعم كامل من قيادة الاتحاد السوداني لكرة القدم.

من أوجاع الحرب (3)

حكاية عبدالجبار وحسن... حين تكون النجاة وجهاً آخر للفقير

أخرج بأمي الكبيرة وابني المعاق إلى فضاء المجهول؟.

تحصّن بداره.. ينام على دويّ المدافع ويصحو على هدير الرشاشات. كان كل صوت امتحاناً لصبره، وكل ليلة تمرّ بعدها انتصاراً على الحرب.. غير أن الحرب كعادتها لا تحب الصامدين.

في صباح احتجبت شمسها بالدخان كان هناك تدوين من الجناح على المنطقة تمهيداً لاجتياح «سلاح المدرعات».. سقطت دابة على الجزء المستأجر من منزل عبد الجبار حيث تقيم أسرة من خمسة أفراد. دوى الانفجار وتعالى الصراخ ثم خيم صمت ثقيل.. هرع عبد الجبار إلى المكان فوجد الركاب ابتلع كل شيء كأن الأرض لفظت البيت من جوفها.

مشى بخطوات متعثرة فوق الأنقاض، ينادي.. يبحث عن أئين أو إشارة حياة، لكن الصمت كان مطبقاً لا يقطعها سوى هدير المدافع. أحس أن الأرض تميد تحت قدميه من هول الفاجعة.

فجأة.. لاح بصيص أمل فقد سمع صوتاً خافتاً تحت الركاب... بعد جهد شاق انتشل عبد الجبار «حسن» الابن الأوسط للأسرة حياً فيما طوى الموت البقية.. احتضنه طويلاً ليثبت قدميه المرتجفتين.

انفجر حسن باكياً بلا صوت بعد أن فقد كل أسرته: «ليتني متّ معهم...كنت أظن أن النجاة حياة فإذا بها موت آخر».

نجا حسن، ولكن أيّ نجاة؟ فالناجون يعودون إلى وجوه تنتظرهم وبيوت تفتح لهم. أمّا هو فقد عاد من الموت لكنه لم يجد وجهاً يعرفه أو صوتاً يألفه سوى عبد الجبار.

انحنى إلى الركاب وقبض حفنة منه وضمها إلى صدره وهو يردد: «الموت أهون من حياة بلا أهل ولا أحباب. ما جدوى النجاة إن لم يبق فيها أحد يشاركني أوجاعها؟ عندها أدرك عبد الجبار أن الحرب لم تقتل «أسرة حسن» فحسب بل فعلت ما هو أقسى: أبقّت حسن حياً ليشهد كيف يمكن للنجاة أن تكون شكلاً آخر من الفقير..

الحياة فوعدهم خيراً بعد أن ينحسر موج الحزن في صدره.

كان وهو يشقّ طرقات المدينة المزدهمة ينتابه قلق وشعور بأن الخرطوم مصابة بزكام ثقيل ويخشى عطاسها.. والمدن عندما تعطس فإنها تخلف كارثة

ومأساة.. لم يطل انتظاره ووقع ما كان يخشاه فقد عطست المدينة حرباً صروساً.

بدأ الناس يفرّون جماعات ووجدانا بينما أثر عبد الجبار البقاء... أقسم ألا يهزم مرتين.. مرة بالخوف الذي يداهمه ومرة بالرحيل حين يُستدرج إليه.. قال لمن طلبوا منه الخروج: «لن أعادر منزلي؟ كيف



الزبير نايل

في حيّ يقع جنوب الخرطوم عاش عبد الجبار أياماً هادئة تحفه مودة الأهل والجيران بعد أن أسدل الستار على سنوات غربته الطويلة التي كان يصل ليلاً بنهارها ليؤمن احتياجات أسرته ويكمل بناء منزله الذي أرادته ظللاً لشيخوته وملاذاً آمناً لأمه كبيرة السن وزوجته وابنه المعاق.

لم يمض سوى عام على عودته حتى اختطفت المنية زوجته إثر مضاعفات التهاب حاد فتركته مثلث القلب في مواجهة الفقد ورعاية طفل يحتاج إلى عناية وأمّ تقدم بها العمر. ألح عليه الأهل والجيران أن يتزوج لعله يجد من تشاركه عبء



لتفادي سيناريو رحلة الجزائر المرهقة

السوبات يتحرك لتوفير طائرة خاصة للمغرب



تفادياً لتكرار ما حدث في الرحلة السابقة إلى الجزائر لمواجهة مولودية الجزائر، والتي تسببت في الخسارة الوحيدة للفريق في النسخة الحالية من دوري أبطال أفريقيا.

وقابلت جماهير الهلال خطوة السوبات بارتياح كبير، متمنية أن تتكلم المساعي بالنجاح، بما يضمن توفير أفضل الظروف لفريق كرة القدم لمواصلة مشواره بقوة في البطولة القارية.

شرع رئيس نادي الهلال، السيد هشام السوبات، في التحرك المبكر لتوفير طائرة خاصة تنقل بعثة فريق كرة القدم من كيجالي إلى الرباط لمواجهة نهضة بركان المغربي منتصف مارس المقبل.

وحرص السوبات على التنسيق مع النائب الأول المهندس محمد إبراهيم العليقي لإكمال جميع الترتيبات المتعلقة بتأمين الطائرة الخاصة، وذلك

نائب رئيس مجلس الإدارة
معاوية ساتي

العضو المنتدب
عبد السلام نوبل

نائب المدير العام
إبراهيم باكر محمد



مستشارا التحرير
الرشيد بدوي عبيد
إسماعيل محمد علي

مدير التسويق والملاقات العامة
بابكر خليل الشريف

هيئة التحرير
العشاي إبراهيم العشاي
الفاضل هواربي
أمجد مصطفى

الإخراج والتصميم
معتز عبدالوهاب
عبد الإله بشير

الجماهير تتوّج جان كلود نجمًا للمباراة

الهلال يؤمن صدارته بـ غوريلا ويستعيد توازنه

كيجالي - أكشن سبورت



لم يكن الطريق مهيئاً أمام الهلال ليحقق الفوز على غوريلا ويمضي قدمًا في صدارته للدوري الرواندي، فالضربة القوية التي تعرّض لها الأزرق أمام نده المريخ ألقت بظلال سلبية، وعقدت كثيرًا من مهمة الفريق الذي كان قريبًا من خسارة نقطتين، لولا أن محترفه صنداى تدارك الأمر بهدف قاتل بعد صناعة متقنة من الجناح الأيسر جان كلود، النجم الأبرز في المباراة.

المباراة لم تكن تعبر على الإطلاق عن صراع بين المتصدر برصيد (41) نقطة وغوريلا الذي يقبع في المركز (14) برصيد (22) نقطة، لكن الأثر النفسي الذي تركته مباراة القمة كان أكثر وضوحًا في أداء الهلال، الأمر الذي دفع الروماني ريجيكامب لإجراء أكثر من تبديل، حتى تمكن النيجيري صنداى من إنقاذ الموقف بهدف جميل بعد صناعة مميزة من جان كلود، الذي قدم مباراة رفيعة المستوى ونجح في صناعة العديد من الفرص التي لم تجد الترجمة الصحيحة.

النجم الأبرز في اللقاء

طرحت صفحة نادي الهلال على «فيسبوك» استفتاءً للجماهير لمعرفة النجم الأول في المباراة، وذهبت معظم الترشيحات للجناح الأيسر جان كلود، الذي لعب دورًا مهمًا في الانتصار بعد أن أرهق دفاع غوريلا بانطلاقته السريعة وقدراته العالية في المراوغة والتخلص، الأمر الذي جعله يصنع الفارق ويلعب دورًا مهمًا في قيادة فريقه لتحقيق النصر.

رغم هدف الحسم أمام غوريلا

فجوة مستمرة بين صنداى وجماهير الهلال

ورغم امتلاك اللاعب حسًا تهديفيًا عاليًا وقدرة واضحة على استثمار الفرص، كما ظهر في عدد من المباريات التي شارك فيها، إلا أنه لم يصل بعد إلى مرحلة الانسجام الكامل مع المجموعة، ما انعكس على تقييم الجماهير لأدائه. ويرى مراقبون أن رفع سقف التوقعات عند التعاقد معه، والحديث عن «مهاجم سوبر» يصنع الفارق، أسهما في تضخيم الطموحات، الأمر الذي جعل الجماهير تنتظر منه مستويات استثنائية. ويبقى صنداى مطالبًا بتأكيد قيمته في المواجهات الكبيرة حتى يحظى بالرضا الكامل من المدرجات الزرقاء.

لم يشفع الهدف الذي سجله المهاجم النيجيري صنداى في شبك غوريلا، ومنح به الهلال ثلاث نقاط ثمينة، في أن تناله جماهير الأزرق نجومية المباراة، إذ ابتعدت غالبية الترشيحات عنه في الاستفتاءات الجماهيرية عقب اللقاء. وترى جماهير الهلال أن صنداى، الذي تعاقد معه النادي مقابل نحو (750) ألف دولار، مطالب بأن يكون رجل المواعيد الكبرى، لا سيما في دوري أبطال أفريقيا، وأن يصنع الفارق في المباريات الحاسمة، وليس فقط أمام فرق تتذلل أو تتأخر في ترتيب الدوري الرواندي.

محمد المصطفى يواصل رحلة العودة القوية

من أبرز المكاسب التي خرج بها الهلال من مباراة غوريلا استعادة اللاعبين للثقة المفقودة، وتجاوز ما حدث في لقاء القمة دون أن يؤثر ذلك على موقف الفريق في الصدارة، لأن تعثر الهلال بالتعادل كان سيفتح باب التنافس مع نده المريخ الذي يجلس في المركز الثالث برصيد (37) نقطة، مع احتفاظ الهلال بمباراة مؤجلة. لذلك يمكن القول إن الهلال، وبفضل هذا الانتصار المهم، نجح في تأمين صدارته للدوري.

كذلك استعاد الهلال خدمات حارسه الدولي محمد المصطفى، الذي تحسن مستواه نحو الأفضل بعد أن عاد من إصابة مؤثرة امتدت لأكثر من عام. وسجل محمد المصطفى ثاني ظهور له مع الهلال في الدوري الرواندي، ونجح في المباراتين في الخروج بشبكه نظيفة، وهذا دليل على أن الحارس العملاق يمضي بخطوات واثقة نحو تثبيت أقدامه في حراسة المرمى الأزرق في مقبل المواجهات، لا سيما وأن الحارس البوركيني فريد كان سببًا رئيسيًا في خسارة الهلال التدريبي بعد أن أهدى تيشيسالا الكرة التي سجل منها الهدف الأول للمريخ.



فرصة جديدة أمام الروماني ريجيكامب

في مهمته حتى نهاية فترته الحالية وفقًا للاتفاق السابق. وبرز اتجاه جديد داخل المجلس يقضي بمنح المدرب فرصة تجديد عقده وفق الاتفاق الأخير حال نجاح الهلال في تجاوز عقبة نهضة بركان المغربي وبلوغ نصف نهائي دوري أبطال أفريقيا، وذلك لضمان تركيزه الكامل على قيادة الفريق نحو تحقيق اللقب القاري.

كان مجلس إدارة نادي الهلال قد وضع في وقت سابق الخطوط العريضة لاتفاقه مع المدرب الروماني ريجيكامب لتجديد تعاقدته قبل نهاية عقده المعلنة مسبقًا في أغسطس من العام الحالي. غير أن الانتكاسة المفاجئة التي تعرض لها الفريق أمام المريخ أدت إلى تعليق الاتفاق الجديد، مع استمرار ريجيكامب



KAYAN + 249 Nile

كيان النيل للثياب السودانية

حيث يجتمع الثوب السوداني الأصيل مع الإبداع والتميز

- جلاليب
- شالات
- أحذية
- هدايا
- على الله
- عمم فاخرة
- اكسسوارات
- منتجات تراثية

جدة حي السلامة - طريق قريش
مع طريق حديقة رامى - غالية سنتر

0568279863

0544223779

للإستفسار:

لاعب الهلال بين الاندفاع والانضباط... قراءة لظاهرة البطاقات الحمراء

د. الفاتح: مشكلة صلاح عادل نفسية



هل نحن أمام مشكلة انضباطية؟ أم حالة نفسية مرتبطة بضعف المنافسة؟ وهل العقوبات المالية تمثل حلًا؟ أم أن الأمر يتطلب معالجة احترافية متخصصة؟ في هذا الحوار، يقدم اختصاصي علم النفس الرياضي ومدير مركز التأهيل النفسي الدكتور الفاتح سليمان محمد قراءة علمية متكاملة للحالة، مؤكدًا أن الظاهرة ليست أخلاقية ولا سلوكية خارج الملعب، بل حالة عدوانية داخلية غير مضبوطة، يمكن علاجها عبر برنامج تأهيل نفسي احترافي داخل النادي.

أثار تكرار البطاقات الحمراء التي نالها لاعب فريق الهلال والمنتخب الوطني صلاح عادل جدلاً واسعاً في الشارع الرياضي، خاصة بعد طرده في مباراة القمة الأخيرة التي خسرها الهلال بهدفين مقابل هدف، وقبلها في الجولة الختامية من دور المجموعات بدوري أبطال أفريقيا أمام سانت لوبو الكونغولي، رغم فوز الهلال في تلك المواجهة. اللافت أن هذه الوقائع تكررت في ظل استقرار اللاعب المالي وتجديد عقده حتى عام 2029، الأمر الذي أبعد فرضية الضغوط المادية، وفتح الباب أمام تساؤلات أعمق حول طبيعة ما يحدث داخل الملعب.



الظاهرة عالمية... والعقوبات المالية لا تعالج المشكلة
أربعة محاور علمية تفسر الحالة... والطرده يحدث داخل الملعب فقط
عدوانية داخلية غير مضبوطة... وليست أزمة أخلاقية

كلمة أخيرة

صلاح لاعب تكتيكي ومهاري ومهم لفريقه، والمشكلة قابلة للعلاج بسهولة إذا تم التعامل معها علمياً.

الطرده ليس نهاية المشوار، بل قد يكون نقطة تحول إيجابية إذا تم استثماره بالشكل الصحيح.

ظاهرة البطاقات الحمراء ليست دائماً مسألة انضباط، بل قد تكون انعكاساً لضغط نفسي وعدوانية غير مضبوطة، والحل لا يكمن في العقوبات، بل في التأهيل النفسي الاحترافي داخل الأندية.



المدرّب يضع الخطط التكتيكية، لكن الجانب النفسي يحتاج مختصاً محترفاً.

هل مثل هذه الحالات موجودة في الدوريات الكبرى؟

نعم، موجودة في الدوري الإنجليزي والإيطالي وغيرهما. اللاعب الذي يتعرض لطرده متكرر يخضع مباشرة لبرنامج تأهيل نفسي.

في بعض المنتخبات الكبرى مثل الأرجنتين والبرازيل، يكون الأخصائي النفسي حاضراً في غرف الملابس، ويعمل جنباً إلى جنب مع الجهاز الفني. الفرق أن هناك عملاً مؤسسياً احترافياً يتم خلف الكواليس.

مستقر مالياً، وعقده ممتد لسنوات. المشكلة لا تُحل بالعقوبات، بل بالعمل النفسي المنظم.

ما الحل من وجهة نظرك؟

الحل واضح ويتمثل في وجود أخصائي نفسي رياضي يعمل ضمن المنظومة الفنية للنادي. العلاج يشمل: جلسات تحليل نفسي فردية.

- عرض فيديوهات لحالات الطرد وتحليل لحظة القرار.
- تدريب على التحكم في الغضب تحت الضغط.
- بناء آليات ذهنية لاتخاذ القرار في أجزاء من الثانية.

حوار:



العشاي إبراهيم العشاي
أكشن سبورت

بداية، كيف تفسر تكرار البطاقات الحمراء لصلاح عادل؟

صلاح لا يعاني من أي مشكلات خارج الميدان، وسلوكه العام لا يشير إلى انضباط سلبي. لذلك نحن أمام ظاهرة نفسية رياضية تحدث داخل الملعب فقط. الطرد هنا مرتبط بلحظة انفعال وضغط عالٍ، وليس سلوكاً دائماً أو نمطاً حياتياً مستمراً.

ذكرت أن هناك أبعاداً علمية للحالة، ما هي؟

أفسر الحالة عبر أربعة محاور رئيسية:

أولاً: الناحية البيولوجية

بعض اللاعبين لديهم استجابة عصبية سريعة للمثيرات، ما يجعل رد الفعل أكثر حدة في لحظات الاحتكاك البدني أو الضغط العالي.

ثانياً: الناحية النفسية

الضغط الجماهيري، والرغبة في إثبات الذات، والخوف من الخسارة، كلها قد تتحول إلى اندفاع زائد إذا لم تُدار بصورة صحيحة.

ثالثاً: الناحية الوظيفية داخل الملعب

طبيعة مركز اللاعب، خصوصاً لاعبي الوسط الدفاعي، تفرض احتكاكاً متكرراً، ما يزيد من احتمالية الوقوع في أخطاء جسيمة.

رابعاً: البيئة والتكوين الشخصي

البيئة التي نشأ فيها اللاعب تسهم في تشكيل طريقة تعبيره عن الغضب والانفعال.

هل يمكن اعتبار ما يحدث مشكلة سلوكية؟

لا أعتبرها مشكلة أخلاقية، بل عدوانية داخلية غير مضبوطة. صلاح يمتلك روحاً قتالية عالية، وهذه ميزة مهمة في كرة القدم. لكن عندما لا تُدار نفسياً قد تتحول إلى طرد.

هناك أمثلة عالمية، مثل القائد البرازيلي دونغا، الذي كان يتعرض للطرده أحياناً بسبب حدته داخل الملعب رغم قيمته الفنية الكبيرة.

البعض يرى أن الخصومات المالية قد تردع اللاعب؟

لا علاقة للحوافز أو الخصومات بالعلاج. اللاعب



بنشوة الانتصار في القمة

المريخ يواجه أي إس كيجالي وعينه على الوصافة



الثلاثي المصاب يتوجه إلى القاهرة

قرر مجلس إدارة نادي المريخ سفر الثلاثي المصاب كويليالي، والمصباح فيصل، والجزولي لتلقي العلاج بالقاهرة، بعد الإصابات البالغة التي تعرضوا لها مؤخراً في الدوري. ويبدل المكتب التنفيذي بالمريخ جهداً كبيراً لاستخراج التأشيرات في أسرع وقت ممكن، حيث يُتوقع أن تمتد فترة علاجهم حتى نهاية الموسم.

والاقتراب أكثر من الصدارة التي يتربع عليها الهلال بـ41 نقطة. في المقابل، يحتل أي إس كيجالي المركز الثالث عشر برصيد 22 نقطة، ويطمح لتحسين موقعه في جدول الترتيب.

وأكد المدير الفني الصربي داركو نوفييتش أهمية تجاوز أجواء الدوري والتركيز على المواجهات المقبلة، محذراً من الاندفاع الزائد أو الاحتكاكات غير الضرورية، ومشهداً على ثقته في قدرة لاعبيه على مواصلة الانتصارات.

علي كورينا . أكشن سبورت

يوصل المريخ مشواره في الدوري الرواندي عند الثانية عشرة ظهر اليوم، بمواجهة فريق أي إس كيجالي، منتشياً بانتصاره في الدوري على الهلال بهدفين مقابل هدف. ويسعى الأحمر لاستثمار الدفعة المعنوية التي حققها في القمة، رغم سلسلة التعادلات الستة التي سبقت المواجهة، من أجل العودة بقوة إلى دائرة المنافسة. ويدخل المريخ اللقاء برصيد 37 نقطة، واضعاً نصب عينيه الفوز لرفع رصيده إلى 40 نقطة، مستفيداً من تعادل الجيش والبوليس، ما يمنحه فرصة القفز إلى المركز الثاني،

العشب الصناعي يثير جدلاً في القلعة الحمراء



«فيفا» و«كاف»، ما قد يضطر النادي للبحث مجدداً عن ملعب بديل للمباريات الدولية، في حال عدم استيفاء الاشتراطات الفنية المطلوبة.

الصناعي وفق المواصفات، تمهيداً لاستضافة مباريات دوري النخبة. غير أن جماهير المريخ أبدت تخوفها من عدم مطابقة العشب للمواصفات المعتمدة من

الهلال الذي تمسك بخبطه السابقة لإعادة التأهيل. وأكد المهندس نصر الدين حميدتي اكتمال ترتيبات فرش الملعب بالعشب

أثار قرار فرش استاد المريخ بالعشب الصناعي حالة من الاستياء وسط الجماهير، عقب موافقة مجلس الإدارة على توصية لجنة تأهيل ملاعب العاصمة، بخلاف موقف

حضور جماهيري لافت ومنافسة محتدمة في النسخة الرابعة انطلاقة قوية لدورة منقستو الرمضانية بالدوحة



الدوحة - أكشن سبورت

انطلقت بملعب أكاديمية الدوحة منافسات دورة منقستو الرمضانية وسط حضور جماهيري كبير وأجواء حماسية، في افتتاح جاء مميزاً من حيث التنظيم والإشراف. وتنتظر الدورة هذا العام بمبادرة من نجم الكرة السودانية ولاعب الهلال والمنتخب الوطني السابق الكابتن منقستو، الذي يواصل جهوده في دعم الحراك الرياضي خلال الشهر الفضيل. وشهدت مباريات الافتتاح تنافساً قوياً بين الفرق المشاركة، حيث تمكن فريق كوش من تحقيق فوز مثير على أبناء العريضة بأربعة أهداف مقابل ثلاثة، في مباراة حفلت بالندية والإثارة حتى دقائقها الأخيرة. وفي اللقاء الثاني، تفوق فريق رابطة المهندسين على مركز منقستو بنتيجة أربعة أهداف مقابل هدفين، في مواجهة اتسمت بالقوة وتبادل الهجمات. وتتواصل مباريات الدورة بإقامة مواجهتين يومياً عند الساعة العاشرة مساءً بملعب أكاديمية الدوحة، وسط تزايد في الحضور الجماهيري

وتقام هذه النسخة، وهي الرابعة في سجل البطولة، تحت شعار «كلنا الفاشر»، بمشاركة عدد كبير من الفرق الرياضية، في تظاهرة رياضية تؤكد استمرار الحراك الكروي الرمضاني بروح تنافسية عالية وتنظيم متميز.

والدعم المعنوي للفرق المشاركة. وأكد الكابتن منقستو أن الانطلاقة القوية تعكس جدية المنافسة هذا العام، متوقعاً أن تسفر البطولة عن العديد من الإيجابيات الفنية، وتسهم في اكتشاف مواهب جديدة ودعم الحركة الرياضية.

تدشين بطولة الصداقة على كأس فقيده التيتي

رباعيتان وتعادلان يحسمان مباراتا الافتتاح

الرياض - إسماعيل طالب تيتاوي

عبدالواحد صلاح الهدف الثاني، قبل أن يعود سالي بقوة ويعدل النتيجة عن طريق سعيد بشير ومحمد الحاج. ونال مازن عبدالهادي، لاعب سالي، جائزة أفضل لاعب في المباراة. وفي المواجهة الثانية، تعادل فريقا أوربي وسوري بهدفين لكل فريق. سجل عثمان فضل ومحمد خليفة لسوري، فيما أحرز بشير أحمد ومحمد عبدالله هدفي أوربي، وتوج الأخير بجائزة نجومية اللقاء. وشهد حفل الافتتاح كلمة للأمين العام لرابطة أبناء التيتي بالرياض عوض الله علي محمد أحمد، رحب فيها بالحضور مؤكداً أن البطولة تجسد معاني الوفاء وتعزز الروابط الاجتماعية. وتتواصل المنافسات الأسبوع المقبل وسط توقعات بمزيد من الإثارة والندية.

شهدت ملعب درة المتحدة بحي السعودي في العاصمة السعودية الرياض تدشين منافسات بطولة الصداقة المقامة على كأس فقيده التيتي محمد حسن نقد، وسط حضور جماهيري كبير وأجواء سادتها روح المحبة والتآخي. وتنظم البطولة رابطة أبناء التيتي بالرياض وفاء وعرفاناً لما قدمه الفقيه لأبناء منطقتهم، في تظاهرة رياضية تعكس قيم التواصل والترابط بين أبناء الجالية السودانية.

المباراة الافتتاحية جمعت فرقي سالي وشبتوت، وانتهت بالتعادل بهدفين لكل فريق في لقاء حافل بالإثارة. تقدم شبتوت عبر حسن إدريس، وأضاف



ذكراه تجمع القلوب... والمنافسة تشعل ملاعب الصالحية

بداية استثنائية لدورة عز الدين كابقور



الرياض - أكشن سبورت

شمشان للصيانة والفحص الدوري، إلى جانب جوائز مالية تنتظر نجوم البطولة في ليلة الختام. في مباراة الافتتاح، تعادل سقدان وكبرنارتي أبو فاطمة بهدف لكل فريق، حيث سجل محمد عبد الرسول لسقدان، وأدرك صالح زيادة التعادل لكبرنارتي. ونال محمد أحمد، مهاجم سقدان، جائزة أفضل لاعب، وسط إشادة فنية بأداء الفريقين. وأدار اللقاء الحكم علي العبيد بمعاونة طاقم تحكيمي متكامل، في مباراة شهدت خمس بطاقات صفراء. وفي اللقاء الثاني، خطف كوكا المحس الأنظار واعتلى صدارة المجموعة الأولى بعد فوزه، فيما توج أمجد فرح بجائزة نجومية المباراة، وتألقت حارس شبة بإنقاذات لافتة رغم فقدانه فرصة النجومية بسبب بطاقة صفراء.

انطلقت منافسات دورة عز الدين كابقور الجمعة وسط أجواء احتفالية مهيبه وحضور جماهيري عريض، في ليلة وفاء جسدت معاني التقدير والعرفان، حيث زينت صور الراحل صدور الأطفال وتعانقت مع قلوب الرجال في مشهد مؤثر يعكس مكانته في نفوس الجميع. جاء الافتتاح بتنظيم مميز ورعاية واسعة، إذ حضرت جائزة الشيخ عبد الرحيم فضل حاكم للإبداع والتميز العلمي بالرعاية الماسية، فيما أعلنت الخطوط الجوية السودانية «سودانير» عن تقديم تذاكر سفر ضمن جوائز البطولة، كما حظيت الدورة برعاية ذهبية من مطاعم «راوند 12» وفضية من ورش إبراهيم

شهادة حق



حافظ خوجلي

المنتخب والمريخ وديبية

رمضان كريم، ومعه نستعيد ذكريات ومواقف رياضية تنشطاً للذاكرة الرياضية، خاصة التي عشنا أحداثها في هذا الشهر الكريم. ومنها يوم أن رافقت المريخ إلى يوغندا، على ما أذكر عام 85، حيث كان المدرب سعد ديبية، له الرحمة والمغفرة، يمثل موسوعة في مجال التدريب، بدليل ما حققه مع المريخ يوم أن قاد الفريق إلى الإمارات لمواجهة الزمالك المصري في كأس دبي الذهبي. ويومها واجه سعد ديبية هجوماً من الإعلام لعدم جاهزية المريخ لمباراة الكأس أمام الزمالك، ونجح المدرب ديبية في قلب الطاولة على الزمالك بهدف «الهورندا» والعودة بكأس دبي الذهبي، وفرض إنجازته يتحدث نيابة عنه.

أعود لرحلة المريخ إلى يوغندا، ورافقها أيضاً المنتخب الوطني الذي كان يشرف على تدريبه كذلك سعد ديبية. وكنت أتابع معه المران مع المريخ، والثاني مع المنتخب، واللاعبون صائمون بعد أن رفضوا الإفطار، مع إصرارهم على أداء التدريبات والمباريات وهم صائمون، وقد كان.

لعب المريخ أولاً، لا أذكر إن كانت المباراة مع فيلا أم الإكسبريس، وقد حضرنا إلى استاد حاملين كل ما يستوجب للإفطار. وبعد المباراة التي انتهت بالتعادل السلبي على ما أعتقد، كان مظهر الجميع عند منتصف الملعب وهم يتناولون الإفطار، وقد أجبر ذلك كل من تابع المباراة على البقاء بالاستاد، وهو يشاهد ما لم يعتادوه من قبل. وتكرر ذات المشهد خلال مباراة المنتخب أمام نظيره اليوغندي، واللاعبون صيام، وانتهت أيضاً بالتعادل السلبي.

كثيراً ما كانت البعثات الإدارية تحمل معها فتوى تبيح للاعبين الإفطار، ولكنهم يرفضون، بل حتى التدريبات التي تسبق المباراة يشارك فيها اللاعبون وهم صائمون، وفي ذلك كان الدافع لهم لتحقيق نتائج إيجابية بفضل قوة الإيمان والصوم. المريخ يلعب نهار اليوم بالدوري الرواندي كما أعلن من قبل، ولا أرى اعتراضاً في ذلك ما دامت المهمة من مسؤولية اللاعبين، وبمقدورهم أداؤها صائمين، عسى ولعل أن تبعد العوارض التي تلاحق الفريق بكثرة الإصابات المتصاعدة من مباراة لأخرى.

شهادة أخيرة

جميل أن يحفز رئيس اللجنة الاعيبي بالدولار، والأجمل أن يسارع به لعلاج ضحايا المصائب أمام الهلال.

ما زلنا في انتظار تحديد الجهة التي قصمت ظهر الفريق بفقدان نقاط الممتاز بالداخل.

وجود الكندو برواندا أكسب الفريق الهيبة الإدارية المفقودة، رغم تواجد عدد مهول ممن لا هم في العير ولا في النفير.

أعيدوا أبو جريشة، ووقتها لا حاجة لمن يجاورون فريق الكرة.

الاستقرار الإداري يبدأ من فريق الكرة، فهو عنوان النجاح والفشل لكل مجلس.

الآمال العراض

هذه الفرصة الثمينة... هل نهضة الهلال أم نهضة بركان؟

مؤكد أنه من الصعب الرجم بالغيب في نتائج كرة القدم، فهي دائماً مصدر المفاجآت وعدم اليقين، وكمر أذهلت نتائجها الذين يراهنون عليها، وكمر قلبت الطاولة على أكثر التوقعات ذكاً. رغم ذلك فإن بعض النقاد والمحللين يقاربون البيانات المتاحة ويبنون عليها تقديراتهم للنتائج المحتملة بالجمع والطرح والقسمة، وبقراءة الطالع أحياناً.

ومن الواضح أن مستوى التحليل والتأويل ارتفع جداً بين عامة الناس المهتمين بالرياضة، سواء كانوا احترافيين أو هواة أو «كشا مشا». ففي عالم المعلومات المفتوحة والمتدفقة أصبح رجل الشارع (Layman) يتحدث عن الخطط الرياضية وطريقة اللعب المثالية والتفاصيل الفنية، الأمر الذي كان حكراً على المدرب المحترف الذي درس تلك العلوم وتخصص فيها وعاش عمره كله يجرب ويقارن ويقارن ويطبّق ويجرّح ويعدّل، ويقرأ الكتب والمراجع ويحضر السمنارات، ويطالع القديم والجديد من الأفكار، ويتدرج في اختياراتها النظرية والعملية من الرخصة C إلى الرخصة الاحترافية PRO في مدة زمنية تصل إلى ثلاثة أو أربعة أعوام، كما يتخرج الطالب من الجامعة.

مع ذلك فإن ما يتوفر من معلومات للشخص العادي (Layman) يجعل التنبؤ ممكناً، والتوقعات فيها بعض المنطق الذي قد يصيب أو يخطئ، لكن على الأقل فوق رأي وليس مجرد فهولة.

في هذا الخصوص كتب كثير من الأعضاء في قروب «هلالاب حول العالم»، وهو يضم مجموعة من كباتن التحليل والزبانية والجراحين والطالعين في العراضات و«المتشائلين» والعرافين والمدربين الشطار واستشاريي الطب النفسي الرياضي، كتبوا الكثير من التأويلات والتنبؤات المبنية على المعلومة والحسابات الدقيقة، واختلف بعضهم مع البعض، لكن القاسم المشترك أن حظوظ الهلال أفضل في مواجهة نهضة بركان.

يشاركهم في هذا الرجم بالغيب «المسيح الدجال» أو بالأحرى الذكاء الاصطناعي، رغم أنه لا يخلو من النفاق والاستهبال، حيث يميل حيث تميل ويغني لك عندما يعرف هواك، فهو يرجح الفوز للهلال عطقاً على الخوارزميات التي تجري في عروقه، وكلامه هنا صحيح.

لكن عندي ملاحظات مهمة حول النقاط السالبة التي يجب الحذر منها، والنقاط الإيجابية التي تصب في صالح انتصار الهلال في مجموع الجولتين. فمن الإيجابيات التي يمكن استنتاجها من المعلومات المتدفقة:

أولاً: فريق نهضة بركان لا يتمتع بالشعبية المخيفة في المغرب مثل الوداد والجيش والرجاء، فأنتصاره الذين يحضرون المباريات

مشاهدات

التسول الإلكتروني .. ما بين غياب الضمير وضياح صدق المحتاجين

تحوّلت العديد من مواقع التواصل الاجتماعي إلى بيئة خصبة لظاهرة التسول الإلكتروني، التي تنمنا يوماً بعد يوم في ظل غياب التحقق وضعف الوعي. لم يعد المتسول بحاجة إلى الوقوف على قارعة الطريق، بل بات يطرُق الأبواب افتراضياً خلف شاشة، وبهوية قد تكون مزيفة، وقصة قد تكون مختلفة.

كثيرون يمدّون يد العون بقلوب سبقت عقولهم، مدفوعين بدافع إنساني نبيل، غير مدركين أن بعض تلك النداءات ما هي إلا فخاخ عاطفية تحاك باحتراف. وهنا تكمن الخطورة؛ إذ يختلط الصادق بالمزيف، ويضيع حق المحتاج الحقيقي وسط ضجيج الادعاءات.

وقد سارعت عدد من الدول العربية إلى سنّ تشريعات تُجرّم التسول الإلكتروني، في محاولة للحد من هذه الظاهرة التي لم تعد حالات فردية عابرة، بل أصبحت — في بعض صورها — نشاطاً منظماً تقف خلفه شبكات تستغل تعاطف الناس وثقتهم.

لماذا نعلم؟

نحلم بشكل رئيسي لمساعدة الدماغ على معالجة المعلومات، وترسيخ الذكريات، وتنظيم العواطف، والتخلص من الضغوط النفسية أثناء النوم، حيث تُعتبر الأحلام، خاصة في مرحلة «حركة العين السريعة» (REM)، نظاماً حيوياً للدماغ لمعالجة تجارب اليوم والتعلم، وقد تعمل أيضاً كآلية دفاعية لمحاكاة التهديدات أو التنفيس عن الرغبات المكبوتة.

فنجد أبرز التفسيرات العلمية والنفسية لسبب الأحلام في معالجة المعلومات والذاكرة؛ لأنّ الدماغ يعمل على نقل المعلومات من الذاكرة قصيرة المدى إلى طويلة المدى، مما يساعد في تثبيت التعلم وتذكر الأحداث. وأيضاً تعمل الأحلام على تخفيف حدة التجارب العاطفية المؤلمة وتفرغ القلب والمخاوف المكبوتة، مما يساعد في الحفاظ على التوازن النفسي. ويرى بعض الباحثين أن الأحلام، خاصة الكوابيس، هي محاكاة لسيناريوهات خطيرة أو مواقف اجتماعية لإعداد الإنسان للتعامل مع التهديدات في الواقع. ونظراً لغياب المنطق الصارم، تتيح الأحلام للدماغ ربط أفكار غير متوقعة ببعضها، مما يولد حلولاً إبداعية للمشكلات. وكذلك يقترح البعض أن الأحلام مجرد نتاج ثانوي لنشاط عصبي عشوائي أثناء النوم، يحاول العقل إضفاء معنى عليه. فتظل الأحلام ظاهرة معقدة، حيث تساهم حياتنا اليومية ومشاعرنا في تشكيل محتواها، مما يجعلها مرآة للعقل الباطن.

فمن ذلك نجد أن الأحلام عالم مواز... نغفو فنغادر الواقع دون أن نغادر المكان، نغلق أعيننا بينما تفتح الذاكرة أبواباً لم نطرقها، ويستيقظ الخيال ليكتب مشاهد لا نملك أمامها سوى المشاهدة. فسنسأل أنفسنا كثيراً: لماذا نحلم؟

ولماذا نحرض علي تفسير الحلم؟

الحلم ليس حدثاً عابراً، بل مرآة داخلية تعكس ما يختبئ في



دكتور كرار التهامي

متواضعون مقارنة بالفريق الأخرى، فمتوسط الحضور في مبارياته الإفريقية لم يصل إلى عشرة آلاف متفرج، لذلك فجمهوره ليس بذلك الربع مثل المولودية أو صن داوونز أو الأهلي الذي لعب ضد الهلال بعد «جليطة» أظهر الطاهر في حضور ستين ألف مشجع يهزون الجبال.

ثانياً: نهضة بركان في معظم الحالات، وعطقاً على نتائجه الأخيرة، يكون ضعيفاً في مباريات الذهاب ويتعرض للهزائم عندما يلعب في الخارج. وأعتقد أن السبب أنه فريق جهوي ويمثل منطقة جغرافية، فالعلاقة النفسية بينه وبين جمهوره علاقة حاضنة اجتماعية، ومجرد أن يفارقها يفقد الإحساس بالقوة والمساندة.

ثالثاً: الهلال وصل هذا الدور وهو الأقوى، والفريق الذي هزم المولودية المتصدرة دوري الجزائر، وهزم أغني فريق في القارة، وتصدر مجموعة الموت بكل المعايير، هو الأفضل، والباقي على الله.

رابعاً: الهلال تعود على اللعب في الفراغ العريض وغياب الأرض والجمهور، وهذه معجزة الهلال التي يتفرد بها، لذلك إذا فقد البركان هذه الميزة التنافسية سيخمد، خاصة أن نهضة بركان يعول كثيراً على نتيجة ملعبه حيث يضطرب أداؤه خارج أرضه.

أما النقاط التي يتوجب الحذر منها:

أولاً: بركان يعيش أفضل أيامه على الصعيد المحلي، إذ حقق بطولة الدوري بفارق ثلاثة عشر نقطة من الجيش الملكي الذي جاء وصيفاً له.

ثانياً: تعود على المراحل النهائية والبطولات عبر الكونفدرالية التي أحرزها ثلاث مرات، مما يعزز فرصه رغم اختلاف المنافستين. ثالثاً: يسعى لأن يحرز أكبر عدد من الأهداف في ملعبه خوفاً من عقابيل الإياب، وذلك بتعزيز انفتاحه ولعبه الضاغط في مباراة الإياب، ويحتاج الهلال إلى حرمان البركان من هذا الامتياز واقتناع هدف من أرض بركان.

كيف ينتصر الهلال؟ لقد اكتملت الأسباب المادية وكل الإعدادات الفنية. فقط المطلوب الآن زرع الطمأنينة والسكينة في قلوب اللاعبين، وتعزيز الثقة، وانتظار درهم الحظ الذي يحتاجه أي منافس، وهذا لا يتأتى إلا بدعم الجماهير والدعاء الصادق الذي لا ينقطع إلى ساعة الزوال.



عمر المونه

ويبرز موقع «فيسبوك» كأحد أكثر المنصات التي تنتشر فيها هذه الممارسات، حيث يتم أحياناً استغلال الشخصيات المؤثرة والإعلامية لتمرير حالات غير موثوقة، مما يضاعف حجم التأثير ويمنح المزورين غطاءً من المصداقية الزائفة.

إن محاربة التسول الإلكتروني لا تعني إغلاق باب الخبر، بل تنظيمه وتوجيهه عبر قنوات موثوقة تحفظ كرامة المحتاج الحقيقي، وتحاصر المتلاعبين بمشاعر الناس.

فالإنسانية لا تُختبر باندفاع العاطفة وحده، بل بحكمة تصونها من الاستغلال.



داليا الأسد

أعماقنا؛ ما نفكر به، ما نخاف منه، ما نتمنى حدوثه أو نخشاه، يتسلل من الوعي إلى اللاوعي ليعيد ترتيب نفسه على هيئة قصص قصيرة، بعضها جميل يعث على الطمأنينة، وبعضها مريبك يشعل القلق في صدورنا.

ولهذا نبحث عن التفسير... نركض خلف معنى يطمئنتنا، أو كلمة تفسر لنا ما خلف المشهد. فالتفسير ليس رغبة في معرفة الغيب، بل بحث عن سلام داخلي يزيل الخوف الغامض الذي يتركه الحلم في النفس.

ومع ذلك، يبقى السؤال الأهم: هل تستحق الأحلام كل هذا القلق؟ هل يجب أن نحملها معنا طوال اليوم وكأنها رسالة سماوية تنتظر ترجمتها... لا.

الأجمل والأذكى أحياناً أن نترك كل شيء على الله، وأن ندرك أن الحلم رسالة نفسية أكثر من كونه نبوءة، وأن الخوف منه لا يغيّر شيئاً، بل يزيد أعباء الروح، وأن نؤمن أن ما كتب الله لنا لن نحيد عنه، وأن القادم برحمة الله أجمل دائماً، مهما أخافتنا المشاهد التي تمر في نومنا.

سيظل الإنسان يحلم، وسيظل يبحث عن معنى ما يراه، فهذا جزء من طبيعته وتركيبته. لكن الطمأنينة الحقيقية لا تأتي من تفسير حلم، بل من ثقة عميقة بأن الله يدبر شؤوننا خير تدبير، وأن الغد يحمل من اللطف ما يعيننا عن كل خوف.



الجيلي إبراهيم بلوله البشير

من الرياض إلى الخرطوم: هل يمكن للرياضة أن تصبح رافعة اقتصادية في السودان؟

النجومية تصنع الضجيج... فمن يصنع الاستدامة؟ اللقب قد يُحسم بقدم مهاجر، لكن مستقبل النادي يُحسم برؤية إدارية. وهذه خلاصة قراءة اقتصادية لا شعار عاطفي.

في السعودية، تحولت الرياضة إلى جزء من مشروع اقتصادي وطني ضمن رؤية السعودية 2030، حيث لم يعد الاستثمار الرياضي مجرد إنفاق على نجوم، بل إعادة بناء قطاع كامل:

حقوق بث، رعاية، بنية تحتية، فعاليات عالمية، وتسويق دولي للعلامة الرياضية.

السؤال الذي يهم القارئ السوداني اليوم:

هل يمكن نقل هذا التحول إلى السياق السوداني؟

أولاً: الفرق في الرؤية

في التجربة السعودية، الرياضة أُدرجت ضمن استراتيجية تنويع اقتصادي واضحة المعالم، بأهداف قابلة للقياس ومؤشرات أداء محددة، أما في السودان، فالرياضة ما زالت تُدار غالباً بمنطق موسمي، قائم على ردود الفعل والدعم الظرفي، حيث يلاحظ بأن الفرق ليس في المهوبة، بل في الإطار المؤسسي.

ثانياً: من الدعم إلى الاستثمار

في السعودية، نجد تنوع مصادر الإيرادات (بث، رعاية، محتوى رقمي)، حوكمة مالية أكثر انضباطاً، إدارة مخاطر وتشغيل احترافية وبنية تحتية جاذبة للفعاليات الدولية.

في السودان، نجد اعتماد شبه كامل على التبرعات والدعم، ضعف الشفافية المالية، غياب نماذج تجارية واضحة وبنية تحتية محدودة الاستثمار.

وهنا يتضح جلياً بأن استدامة النمو الرياضي ترتبط بصلاية الحوكمة لا بحجم الشغف الجماهيري.

ثالثاً: ماذا يحتاج السودان؟

السودان لا يحتاج استنساخ التجربة السعودية حرفياً، بل يحتاج إلى (مجالس إدارات محترقة لا شعبية، فصل الإدارة التنفيذية عن القرار الجماهيري، لجان مراجعة داخل الأندية، خطط استراتيجية خمسية وتحويل النادي إلى كيان اقتصادي لا منصة عاطفية فقط).

فالرياضة يمكن أن تكون قطاعاً يولد وظائف للشباب، ويستقطب استثمارات من الجاليات بالخارج، وينشط الاقتصاد المحلي... إذا أُدير بعقلية استثمارية.

نخلص إلى أن، التجربة السعودية أثبتت أن الرياضة يمكن أن تكون رافعة اقتصادية حقيقية عندما تُدار ضمن مشروع وطني متكامل. أما السودان، فالمعادلة ما زالت في بدايتها.

الفوز بالكأس أو ببطولة يمنح لحظة فرح...

لكن الحوكمة الرشيدة تمنح مستقبلاً واستدامة.

خبير حوكمة واستدامة القيمة في القطاع الرياضي

هلال وظلال

خوة وكورة

– في الغربية، الناس تفتش عن اللمة، عن صوت يشبه صوتها، وضحكة قريبة من القلب، ووجوه فيها ملامح الوطن. والسودانيون في الخارج، خاصة في القاهرة، أُنبتوا أن المسافة لا تقطع جبال الأخوة، بل أحياناً تقويها.

من رحم الحنين للوطن، ومن عشق الرياضة ولمة الأصحاب، اتولد قروب «خوة وكورة»؛ قروب اجتماعي رياضي ثقافي ضم رياضيين سودانيين جمعتهم القاهرة، وقبلها جمعتهم المحبة والانتماء.

– القروب ما مجرد تمارين كورة في ميدان، ولا منافسات ودية تنتهي بصافرة حكم، هو مساحة للضحكة الصافية، وللدعم النفسي، ولتخفيف وطأة الغربية وأهوال الحرب. هو مكان تلقى فيه أخوك قبل ما تلقى زميلك في الفريق.

– البعد عن الوطن والغربة ما حاجة ساهلة يا جماعة، فمهما كانت المدينة جميلة، ومهما كانت الحياة منظمة وسهلة، في فراغ داخلي ما يتمله إلا اللمة، إلا صوت سوداني يقول ليك: «يا زول وينك مختفي؟».

– في القاهرة، المدينة الكبيرة المستقبل آلاف السودانيين، الحياة سريعة، والوقت ممل، والناس مشغولة ومهمومة، وكل زول شايل همومو ومسؤولياتو، لكن وسط الزحمة دي ظهرت مبادرات صغيرة في شكلها، كبيرة في معناها، زي قروب «خوة وكورة».

– القروب دا ما أتأسس بقرار رسمي ولا بلائحة معقدة، أتأسس بالفطرة السودانية السمحة البتعراف قيمة الجماعة. مجموعة شباب ورياضيين قرروا إنو ما يخلوا الغربية تفككهم، ولا تخلي كل واحد يعيش في جزيرة معزولة. قالوا نجمع، نلعب كورة، نتونس، ونبقى سند لبعض.

– ومع الأيام، اللقاء الأسبوعي بقى عادة جميلة، والتمرين ما بس تسعين دقيقة جري وعرق، هي مساحة لتفريغ الضغوط، لتبادل الأخبار، وللطمئنان على بعض. بعد التمرين الجلسة أهر من المباراة نفسها: شاي، ونسة، ضحكة، نقاش في الرياضة، وفي السؤال عن الحال والأحوال، وفي هموم الوطن، وكأنهم نقلوا قطعة صغيرة من السودان إلى قلب القاهرة.

– لكن القيمة الحقيقية للقروب ظهرت في المواقف. لما يمرض أحد ويحتاج للعلاج، الكل يتحرك بدون تنسيق طويل: زيارة، ومساعدة، ومتابعة علاج، وتواصل، واهتمام.



عبد المنعم هلال

– لو في زول جديد واصل القاهرة، القروب يستقبله، ويعرفه بالناس، ويساعده في السكن والاستقرار، أو حتى في التوجيه العام.

– لو في حالة إنسانية محتاجة دعم، المبادرة تكون فورية، والاشتراك يكون بروح واحدة.

– القروب كمان ما حصر نفسو في الرياضة فقط؛ في مناسبات اجتماعية، وإفطارات جماعية في رمضان، وزيارات، ومعايدات، ومشاركات اجتماعية وثقافية، وحرص دائم على أن تكون العلاقة أعمق من مجرد زمالة ملعب. هنا تتحول الكورة إلى جسر، والأخوة إلى أساس. والجميل في «خوة وكورة» إنو ما في نجم فوق نجم، وما في تصنيفات الكبير والصغير؛ سواء الدكتور جنب العامل، والمهندس جنب الطالب، والمشهور جنب المغمور، الكل يلبس نفس الفانلة، ويلعب بنفس الحماس، ويضحك بنفس القلب.

– في زمن كثر فيه الانقسامات، القروب دا يقدم درساً عملياً: نقدر نختلف في تشجيعنا، في آرائنا، في ميولنا، وفي توجهاتنا، لكن نجتمع تحت مظلة الاحترام والمحبة.

– «خوة وكورة» ما بس اسم، هو معنى، هو رسالة، هو تأكيد إنو السوداني، محل ما يمشي، بيحمل معاه روح الجماعة، ويصنع وطناً صغيراً في أي أرض تطأها قدمه.

– التحية والتقدير لقروب «خوة وكورة»، للناس البتخطط، والناس البتتعب، والناس البتتضر، ولكل عضو شايل هم الجماعة قبل هم نفسو. أثمر نموذج جميل للترابط السوداني في الخارج، أثمر صورة مصغرة للوطن الممكن؛ وطن الأخوة قبل الخلاف، والتعاون قبل الأنايئة.

– كل الشكر والتقدير للقاتمين على أمر القروب، ولكل أعضائه فرداً فرداً، على هذه الأعمال الخيرة والإنسانية.

وكل عام وأنتم بخير، ونسأل الله أن يجمعنا بخوتنا وكورتنا في وطننا الغالي قريباً، في ملاعبه وساحاته، في أرضه وتحت سمائه، وبين أهلنا وناسنا.

طق خالاص



خالد ماسا

العذر الأقبح من «الhezime»..

وإذا كان تعليقتنا على التشكيكة التي لعب بها المدرب ريجيكامب أمام المريخ بأنها تشكيكة غير واقعية، ولا تمثل حقيقة ما يمتلكه من أدوات كان من الممكن لها أن تعيد سيناريو رابعة دوري النخبة الموسم الماضي بكل سهولة، فإننا نعيد قراءة ردود الأفعال بعد هذه الhezime بنوايا التنبيه لما هو قادم في البطولة الإفريقية، لأن الدوري الرواندي الأمور فيه «ملحوقه»، والهلال قادر على التتويج بلقبه كما فعل الموسم الماضي في موريتانيا.

القراءة التحليلية للتصريحات التي أدلى بها السيد العليقي لـ «أكشن سبورت» الخميس الماضي، والتي قال فيها بأنه لو خُبر بين الhezime والإصابات لاختار الhezime، كتبرير لhezime القمة، تقول بأن نائب الرئيس أراد بهذا الحديث «تخفيف الأحمال» عن المدرب ريجيكامب باعتباره أحد الكروت التي يراهن عليها فنياً في مشروع الفريق، والذي تعرض لحملة انتقادات حملته مسؤولية النتيجة. والتبرير المذكور بالضرورة لن يصمد كثيراً لو وضعناه في قالب التحليل المنطقي، لأن المباراة لم تقم بالأساس على فرضية إما إصابة اللاعبين أو خسارة النتيجة ليفضل الهلال خسارتها؛ فالإصابات كانت واردة جداً مع الخسارة، إضافة إلى أن تبديلات ريجيكامب بعد أن وقع فأس الخسارة في الرأس تتنافى تماماً مع فكرتي الخوف من الإصابات أو اختيار الخسارة في مقابل سلامة اللاعبين، بل إنها تكذب سردية مرض بعض اللاعبين. وإن صحت الرواية، فيجب مباشرة محاسبة من سمح بذلك، لأنه غامر بمصلحة الهلال في ربع النهائي.

الhezime أمام المريخ «قبيحة»، ولكن الأقبح منها هو ألا نتعلم منها، وألا نتعامل معها بعقل ومنطق يخدم مصالح الهلال العليا، وفي مقدمتها أن ريجيكامب في الفترة الأخيرة تلقى جرعات من الإطباب والمدح بشكل زائد، وهذا يظهر في حوار الذي أجراه عبر canca.ro، إضافة إلى الترويج لرواية تمديد عقده مع الهلال، باعتبار أن هذا التوقيت هو ظرف مثالي للضغط على إدارة الهلال للحصول على ما يريد.

حتى الإفادات التي قدمها المعد البدني التونسي أحمد العابد بخصوص تفشي الالتهابات والإصابات لا تخرج من إطار فكرة «تخفيف الأحمال» عن المدرب ريجيكامب. ولو أن هذا التقرير كان قد قُدم قبل المباراة كتوضيح للموقف الطبي في الهلال لاحترمناه، ولكن هذا لم يحدث. وإشراك لاعب يعاني من الملايا وآخر بكسر في الإصبع بحجة أنه «غيور»، وصاحب «قلب حار»، ويُقصد هنا اللاعب صلاح عادل، فيه سهلية و«كوجان» لا يشبهان الاحترافية المطلوبة منه في فريق ينافس على لقب البطولة.

اللاعب صلاح عادل لاعب مهم في تشكيكة الهلال، ويؤدي أدواراً يرى المدرب بأنها مهمة، ولكن «علاج» قصته مع البطاقات الملونة لا يتحقق بسماحه لقصة أنه غيور و«قلبه حار»، فهذه أشياء تقوده لأن يتوهم بأن ما يقوم به شيء جيد وطبيعي. ولو كانت هنالك «لائحة» تطبق، ولو في السر كما قالت تصريحات نائب الرئيس، لظهر مفعولها في سلوك وطريقة اللاعب نفسه بعد أول بطاقتين. وبما أن ذلك لم يحدث، فالأرجح أن اللائحة المُدعاة غير مفعلة أو غير موجودة من الأساس. ووضع يده في «الجبس» لمدة أسبوعين كما قال أحمد العابد هو تبرير «فطير» لحقيقة أن الهلال سيفقده في الجولة الأولى من ربع النهائي بسبب رعونته وعدم وجود لائحة تجبره على الخوف منها قبل فكرة العلاج.

من أجل «ورد» البطولة الإفريقية يمكن أن يُسقى جمهور الهلال «عَلِّيق» الhezime من المريخ، ولكن ليس بالتستر على الأخطاء والتقصير وتبني روايات «كسبيجة» لا تدخل العقل بتعريفه. وعلينا أن نتعلم مواجهة الأخطاء والهزائم بمنطق وواقعية، والاعتراف بها ومعالجتها إن كنا نرغب حقيقة في الاستفادة من الدروس.

إن كنا مجبورين على أن «نبلع» الخسارة أمام المريخ من أجل خاطر وعيون البطولة الإفريقية، فإن ذلك لن يكون عن طريق الأعداء الأقبح من أخطاء إدارية وفنية وطبية ارتكبت من أشخاص يجب عليهم أن يعلموا بأن إشراك لاعب مريض أو مصاب مسؤولية تتنافى مع الاحترافية المطلوبة تحت أي مبرر، و«الhezime» ليست قراراً يُتخذ إدارياً ليقوله رئيس القطاع الرياضي. وعلى إدارة الهلال أن تضع النصيحة التالية «حلقة في أضانها»: ريجيكامب ليس من نوعية المدربين الذين «يطمر» فيهم «الدلع». بيننا وبينه عقد، علينا التزامات وعليه واجبات، والحساب وكد، سواء في الدوري المحلي أو الإفريقي.

مواقف وسوالف

إعلام الهلال والمريخ.. الإثارة التي تقتل الكرة السودانية

لم يعد الإعلام الرياضي في السودان يقوم بدوره الطبيعي في نقل الحقيقة وتحليل المباريات بقدر ما أصبح في كثير من الأحيان، مصنعاً للإثارة الزائفة، خاصة في ساحة الهلال والمريخ، حيث تحولت بعض المنابر إلى أدوات للتأجيج وصناعة الصراعات بدلاً من دعم الاستقرار وتطوير الوعي الرياضي. فصار المشجع يتلقى خطاباً متوتراً يضح كل خسارة، ويحوّل كل تعادل إلى أزمة، ويصنع من كل قرار إداري معركة، ومن كل خطأ تحكيمي مؤامرة.

المشكلة أن بعض إعلاميي الناديين لم يعودوا يتحدثون بعقلية الصحفي المهني، بل بعقلية المشجع المتعصب الذي يبحث عن الانتصار بالكلمات لا داخل الملعب. فتراجعت الموضوعية، وغابت المعلومة، وحضر الشحن العاطفي الذي يرفع حرارة الشارع الرياضي، ويزيد الاحتقان بين الجماهير، ويخلق بيئة غير صحية تؤثر على اللاعبين والمدربين وحتى الإدارات.



خالد الضياني

الأخطر أن هذه الإثارة ساهمت في ضرب الاستقرار داخل الأندية، فكل مدرب يصبح تحت المقلصة مع أول تعثر، وتبدأ حملات الإقالة والتشكيك، وكان النجاح يأتي بالتغيير المستمر، بينما الحقيقة أن الاستقرار هو أساس البناء والتقدم.

الكرة السودانية لا تحتاج إلى إعلام يثير الغبار، بل إلى إعلام يرفع الوعي، ويضع يده على الخلل، ويقدم نقداً محترماً يخدم الناديين ويخدم الوطن. فالهلال والمريخ أكبر من أن يتحوّلوا إلى ساحة معارك إعلامية، والرياضة أجمل من أن تُختصر في التعصب والضجيج، لأن الإثارة قد تصنع شهرة مؤقتة، لكنها تدمر مستقبل كرة القدم على المدى البعيد.

نقطة سطر جديد

الكرامة... جوهر الإنسانية

الكرامة ليست كلمة تُقال في الخطب، ولا شعاراً يُرفع في المناسبات، بل هي جوهر الإنسان وروحه، والقيمة التي تسبق المال والمنصب والجاه، وتبقى حين يزول كل شيء. هي النور الداخلي الذي يجعل الإنسان مرفوع الرأس مهما أثقلته هموم، والسند الذي يتكى عليه حين تتخلى عنه الدنيا. فالإنسان بلا كرامة جسد يتحرك، لكنه فاقد لروحه ومعناه.

وقد كرم الله الإنسان منذ خلقه، وجعل له منزلة عظيمة بين المخلوقات، فكانت الكرامة أصلاً ثابتاً في فطرته، لا منحة من أحد ولا هبة من بشر. لذلك فإن التفريط فيها خسارة تمس جوهره، فهي لا تُستردى بالمال، ولا تُمنح بقرار، ولا تُسلب إلا حين يسمح الإنسان بذلك.

في زمن اختلطت فيه القيم، أصبح المال عند بعض الناس مقياساً لكل شيء، حتى باتت الكرامة سلعة في سوق المصالح. نرى من يبيع وطنه من أجل حفنة مال أو منصب زائل، ناسياً أن الوطن ليس أرضاً وتراباً فقط، بل هو هوية وذاكرة وانتماء. ومن يساوم

على وطنه يخسر جذوره، ومن فقد جذوره تاه في كل أرض. وفي الغربية، قد يتنازل البعض عن كرامتهم ظناً أن الرزق لا يأتي إلا عبر أبواب الذل، فيقبل الإهانة ويصمت عن الظلم خوفاً على مصدر رزقه. لكنه ينسى أن الأرزاق بيد الله، وأن الذل لا يزيد الرزق، بل ينقص من قيمة الإنسان في عيني نفسه. فالسعي للرزق شرف، والغربة ليست انتقاصاً، لكن العيب أن يكون الثمن كرامة الإنسان.

الكرامة ليست تكبراً، بل وعي الإنسان بقيمته، وثباته على مبادئه، وقدرته على قول «لا» حين تُنتهك حدوده. وهي تنبع من الداخل؛ من احترام الإنسان لنفسه وللآخرين. فلا حب بلا احترام، ولا صداقة بلا تقدير متبادل. ومن يحافظ على كرامته بحكمة وهدوء يكسب احترام الجميع، حتى المختلفين معه.

وتظهر الكرامة في مواجهة الشدائد؛ فكم من أناس فقدوا أموالهم أو مناصبهم، لكنهم لم يفقدوا كرامتهم، فبقوا كباراً في أعين أنفسهم والناس. وفي وطنه يخرس جذوره، ومن فقد جذوره تاه في كل أرض. وفي الغربية، قد يتنازل البعض عن كرامتهم ظناً أن الرزق لا يأتي إلا عبر أبواب الذل، فيقبل الإهانة ويصمت عن الظلم خوفاً على مصدر رزقه. لكنه ينسى أن الأرزاق بيد الله، وأن الذل لا يزيد الرزق، بل ينقص من قيمة الإنسان في عيني نفسه. فالسعي للرزق شرف، والغربة ليست انتقاصاً، لكن العيب أن يكون الثمن كرامة الإنسان.

الكرامة ليست تكبراً، بل وعي الإنسان بقيمته، وثباته على مبادئه، وقدرته على قول «لا» حين تُنتهك حدوده. وهي تنبع من الداخل؛ من احترام الإنسان لنفسه وللآخرين. فلا حب بلا احترام، ولا صداقة بلا تقدير متبادل. ومن يحافظ على كرامته بحكمة وهدوء يكسب احترام الجميع، حتى المختلفين معه.

وتظهر الكرامة في مواجهة الشدائد؛ فكم من أناس فقدوا أموالهم أو مناصبهم، لكنهم لم يفقدوا كرامتهم، فبقوا كباراً في أعين أنفسهم والناس. وفي وطنه يخرس جذوره، ومن فقد جذوره تاه في كل أرض.



عباس الماحي

فحين تُصان كرامة الإنسان تُحترم حقوقه ويشعر بالأمان والانتماء. لذلك كانت الكرامة هدفاً لكل الحركات الإصلاحية، لأنها تمثل جوهر العدالة. فالمجتمع الذي تُنتهك فيه كرامة أفراداه مهدد بالتفكك مهما بدا قوياً.

تبقى الكرامة تاجاً على رأس الإنسان، قد لا يراه الآخرون، لكنه يشعر بثقله في داخله. المال يذهب، والمنصب تزول، لكن أثر التنازل عن الكرامة يبقى وصمة في القلب. الكرامة عهد بين الإنسان ونفسه، وميثاق بينه وبين ربه، أن يظل نظيف اليد، صادق الموقف، مرفوع الرأس. ومن عاش كريماً، مات كريماً، وبقي ذكره كريماً في القلوب، وذلك هو الفوز الذي لا يزول.

ديربي لندن يشتعل... وليفربول في اختبار صعب

صعباً على نوتنغهام فورست في اختبار صعب على ملعب «سيتي جراوند». ويسعى «الريدز»، صاحب المركز السادس (42) نقطة، لمواصلة نتائجه الإيجابية خارج الديار وتعزيز حظوظه الأوروبية. وتشير الأرقام إلى صعوبة مهمة ليفربول، إذ حقق فوزاً واحداً فقط في آخر 15 زيارة لهذا الملعب. من جانبه، يطمح نوتنغهام، صاحب المركز الـ17، لتحقيق مفاجأة جديدة، خاصة مع الظهور الأول لمدربه فيتور بيريرا، في مباراة تحمل طابعاً تنافسياً خاصاً.

يستضيف ملعب «توتنهام هوتسبير» مواجهة مرتقبة بين توتنهام وأرسنال في الجولة الـ27 من الدوري الإنجليزي الممتاز. يدخل أرسنال اللقاء متصدراً برصيد (58) نقطة، بعد تعادلين متتاليين قلصا الفارق مع مانشستر سيتي، فيما يعاني توتنهام في المركز الـ16 برصيد (29) نقطة، ويأمل في استغلال ديربي شمال لندن لتحقيق دفعة معنوية مهمة أمام جماهيره. وفي مواجهة أخرى، يحل ليفربول

بايرن يتتصر بصعوبة... ودورتموند ينجو من الخسارة

ميونخ - وكالات

حقق بايرن ميونخ فوزاً مشيراً على آينتراخت فرانكفورت بنتيجة (3-2)، في الجولة الـ23 من الدوري الألماني، على ملعب «أليانز آرنا». وتقدم بايرن عبر ألكسندر بافلوفيتش، قبل أن يعزز هاري كين النتيجة بهدفين للعملاق البافاري. وقلص فرانكفورت الفارق عن طريق جوناثان بوركاردت من ركلة جزاء، ثم أضاف أرنود كاليمويندو الهدف الثاني، ليشعل الدقائق الأخيرة من اللقاء. ورفع بايرن رصيده إلى (60) نقطة في صدارة الترتيب، بفارق تسع نقاط مؤقتاً عن بوروسيا دورتموند، بينما تجمد رصيد فرانكفورت عند (31) نقطة في المركز السابع. وفي مباراة أخرى، أفلت بوروسيا دورتموند من الخسارة أمام مضيفه لايبزيغ، بعدما تعادل معه (2-2). وبهذه النتيجة، رفع دورتموند رصيده إلى (52) نقطة في المركز الثاني، فيما وصل لايبزيغ إلى (41) نقطة في المركز الخامس.

سان جيرمان يتتزع الصدارة بثلاثية

(52) نقطة.

باريس - وكالات

افتتح ديزرير دوي التسجيل لسان جيرمان بصناعة من إيمري، قبل أن يضيف برادلي باركولا الهدف الثاني مع نهاية الشوط الأول. وفي الشوط الثاني، عزز المهاجم البرتغالي غونسالو راموس التقدم بالهدف الثالث، ليؤكد تفوق فريقه ويحسم المواجهة بثلاثية نظيفة.

اعتلى باريس سان جيرمان صدارة الدوري الفرنسي بعد فوزه على ضيفه ميتز بثلاثية نظيفة في الجولة الـ23. ورفع الفريق الباريسي رصيده إلى (54) نقطة، مستفيداً من سقوط لانس أمام موناكو، ليتجمد رصيد الأخير عند

برشلونة أمام فرصة ذهبية في كامب نو

برشلونة - وكالات

تتجه الأنظار إلى ملعب «سبوتيفاي كامب نو» حيث يستضيف برشلونة نظيره ليفانتي ضمن الجولة الـ25 من الدوري الإسباني، في مواجهة تبدو محسومة نظرياً، لكنها تحمل أهمية كبيرة في سياق الصدارة. يدخل برشلونة اللقاء في المركز الثاني برصيد (58) نقطة من 24 مباراة، بفارق نقطتين خلف ريال مدريد، ما يجعل الفوز ضرورة للعودة إلى القمة، خاصة بعد خسارة الريال أمام أوساسونا وتعثر الفريق الكتالوني في الجولة الماضية أمام جيرونا. في المقابل، يعيش ليفانتي وضعاً صعباً باحتلاله المركز التاسع عشر برصيد (18) نقطة، ويصارع للهروب من شبح الهبوط. ويزيد من صعوبة مهمته سجله السلبي أمام برشلونة، إذ خسر جميع مبارياته الـ16 في «كامب نو» بالدوري. كما تفوق برشلونة في آخر ثلاث مواجهات مباشرة بين الفريقين، ما يعزز حظوظه في مواصلة التفوق التاريخي وحصد ثلاث نقاط تعيده إلى الصدارة.

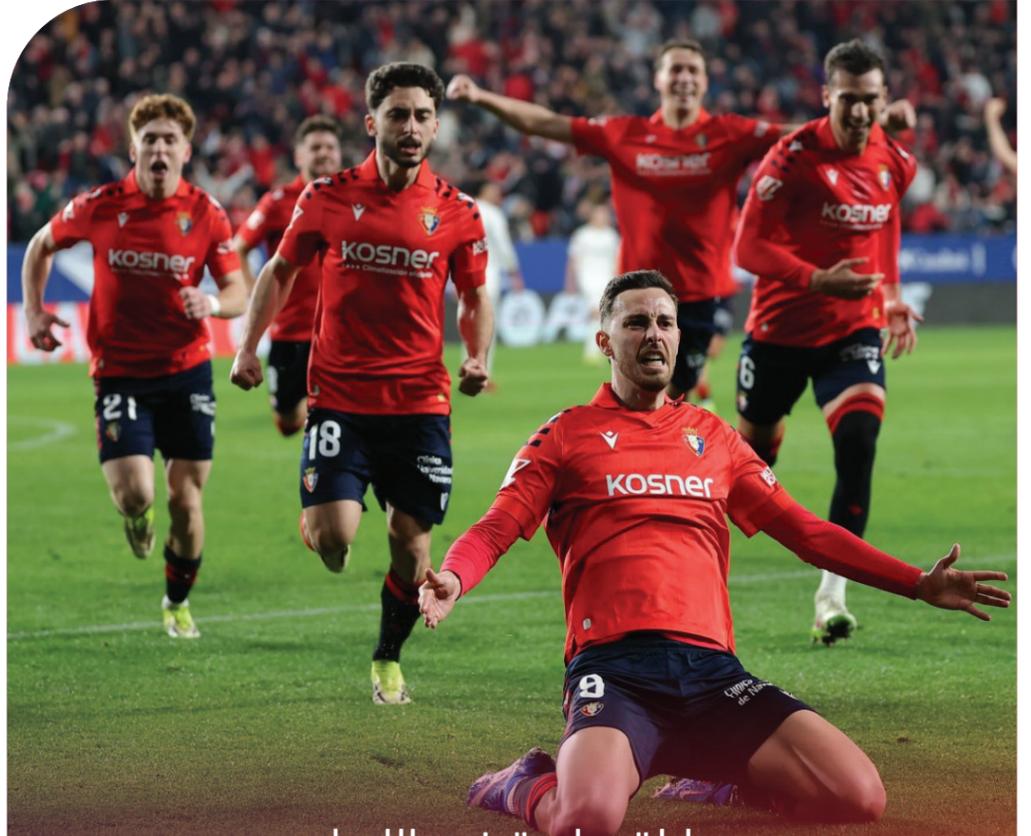
تتجه الأنظار إلى ملعب «سبوتيفاي كامب نو» حيث يستضيف برشلونة نظيره ليفانتي ضمن الجولة الـ25 من الدوري الإسباني، في مواجهة تبدو محسومة نظرياً، لكنها تحمل أهمية كبيرة في سياق الصدارة. يدخل برشلونة اللقاء في المركز الثاني برصيد (58) نقطة من 24 مباراة، بفارق نقطتين خلف ريال مدريد، ما يجعل الفوز ضرورة للعودة إلى القمة، خاصة بعد خسارة الريال أمام أوساسونا وتعثر الفريق الكتالوني في الجولة الماضية أمام جيرونا. في المقابل، يعيش ليفانتي وضعاً صعباً باحتلاله المركز التاسع عشر برصيد (18) نقطة، ويصارع للهروب من شبح الهبوط. ويزيد من صعوبة مهمته سجله السلبي أمام برشلونة، إذ خسر جميع مبارياته الـ16 في «كامب نو» بالدوري. كما تفوق برشلونة في آخر ثلاث مواجهات مباشرة بين الفريقين، ما يعزز حظوظه في مواصلة التفوق التاريخي وحصد ثلاث نقاط تعيده إلى الصدارة.

إنتر يتتعد في القمة... وكومو يعمق جراح اليوفي

ميلان - وكالات

واصل إنتر ميلان عروضه القوية وحقق فوزاً مستحقاً على مضيفه ليتشي بنتيجة (2-0)، ضمن منافسات الجولة الـ26 من الدوري الإيطالي، في اللقاء الذي أقيم على ملعب «فيا ديل ماري». وفرض إنتر سيطرته على مجريات المباراة، قبل أن يترجم أفضليته في الشوط الثاني، حيث افتتح هنريك مخيتريان التسجيل، ثم أضاف مانويل أكانجي الهدف الثاني، ليؤكد تفوق النيرازتوري ويحسم المواجهة بثلاثية نظيفة. وبهذا الانتصار، رفع إنتر ميلان رصيده إلى (64) نقطة في صدارة جدول الترتيب، بينما تجمد رصيد ليتشي عند (24) نقطة في المركز السابع عشر، ليواصل معاناته في صراع البقاء. وفي مفاجأة لافتة، خسر يوفنتوس أمام ضيفه كومو بهدفين دون رد على ملعب «أليانز ستاديو». ورفع كومو رصيده إلى (45) نقطة في المركز السادس، مقترباً من مراكز المقدمة، فيما تجمد رصيد يوفنتوس عند (46) نقطة في المركز الخامس، لتتحدد حساباته في سباق المراكز الأوروبية.

واصل إنتر ميلان عروضه القوية وحقق فوزاً مستحقاً على مضيفه ليتشي بنتيجة (2-0)، ضمن منافسات الجولة الـ26 من الدوري الإيطالي، في اللقاء الذي أقيم على ملعب «فيا ديل ماري». وفرض إنتر سيطرته على مجريات المباراة، قبل أن يترجم أفضليته في الشوط الثاني، حيث افتتح هنريك مخيتريان التسجيل، ثم أضاف مانويل أكانجي الهدف الثاني، ليؤكد تفوق النيرازتوري ويحسم المواجهة بثلاثية نظيفة. وبهذا الانتصار، رفع إنتر ميلان رصيده إلى (64) نقطة في صدارة جدول الترتيب، بينما تجمد رصيد ليتشي عند (24) نقطة في المركز السابع عشر، ليواصل معاناته في صراع البقاء. وفي مفاجأة لافتة، خسر يوفنتوس أمام ضيفه كومو بهدفين دون رد على ملعب «أليانز ستاديو». ورفع كومو رصيده إلى (45) نقطة في المركز السادس، مقترباً من مراكز المقدمة، فيما تجمد رصيد يوفنتوس عند (46) نقطة في المركز الخامس، لتتحدد حساباته في سباق المراكز الأوروبية.



ليلة درامية في الليجا

أوساسونا يصعق الريال... وأتلتيكو يضرب إسبانيول

مدريد - وكالات

من فالفيدي، بينما أهدر كيليان مبابي فرصة محققة. وفي الدقيقة (90)، خطف راؤول جارسيا هدف الفوز لأوساسونا، بعد تأكيد صحته عبر تقنية الفيديو. وأتلتيكو يواصل الانتصارات وفي مباراة أخرى، حقق أتلتيكو مدريد فوزاً مشيراً على إسبانيول بنتيجة (2-4) على ملعب «ميتروبوليتانو». وتقدم إسبانيول مبكراً عبر جوفري كاريراس، قبل أن يعادل ألكسندر سورلوث النتيجة. وفي الشوط الثاني، سجل جوليانو سيميوني الهدف الثاني، وأضاف أديمولا لوكمان الثالث، قبل أن يعود سورلوث ويختتم الرباعية. وقلص إدو إكسبوسيتو الفارق لإسبانيول. ورفع أتلتيكو رصيده إلى (48) نقطة في المركز الرابع، بينما تجمد رصيد إسبانيول عند (35) نقطة في المركز السادس.

تلقي ريال مدريد خسارة مفاجئة أمام مضيفه أوساسونا بنتيجة (1-2)، ضمن الجولة الـ25 من الدوري الإسباني، في اللقاء الذي أقيم على ملعب «إل سادار». وتجمد رصيد الريال عند (60) نقطة في الصدارة مؤقتاً، فيما رفع أوساسونا رصيده إلى (33) نقطة في المركز التاسع. فرض أصحاب الأرض أفضليتهم في الشوط الأول، وسيطروا على مجريات اللعب وهددوا مرمى تيبو كورتوا بعدة فرص، قبل أن يترجم أنتي بوديمير التفوق بهدف من ركلة جزاء، ولم يظهر ريال مدريد بالمستوى المتوقع، واكتفى بمحاولات محدودة. في الشوط الثاني، تحسن أداء الفريق الملكي ونجح فينيسوس جونيور في إدراك التعادل بعد عرضية متقنة

السيطي يرفض الاستسلام... وييرنلي يعاند تشيلسي

لندن - وكالات

مؤقتاً مع أرسنال المتصدر، فيما تجمد رصيد نيوكاسل عند (36) نقطة في المركز العاشر. وفي مباراة أخرى، خطف بيرنلي تعادلاً قاتلاً من تشيلسي بنتيجة (1-1) على ملعب «ستامفورد بريدج». وسجل جواو بيدرو هدف التقدم لتشيلسي، قبل أن يعادل زيان فليمينغ النتيجة لبيرنلي. وبهذه النتيجة، رفع تشيلسي رصيده إلى (45) نقطة في المركز الرابع مؤقتاً، بينما وصل بيرنلي إلى (19) نقطة في المركز التاسع عشر.

حقق مانشستر سيتي فوزاً ثميناً على نيوكاسل يونايتد بنتيجة (2-1)، في الجولة الـ27 من الدوري الإنجليزي الممتاز، على ملعب «الاتحاد». وتقدم السيطي عبر نيكو أورابلي بصناعة عمر مرموش، قبل أن يدرك لويس هول التعادل لنيوكاسل. وفي الشوط الثاني، عاد أورابلي ليسجل هدف الفوز بعد تمريرة من إيرلينغ هالاند. ورفع مانشستر سيتي رصيده إلى (56) نقطة في المركز الثاني، مقلصاً الفارق إلى نقطتين



مقهى بصمه Basma Café



في كل كوب
من بصمة
تجربة تسعد
حواسك!

اجعل يومك دافئاً
مع مشروباتنا المميزة

النسيم الشرقي شارع
اسامة بن زيد سوق حجاب

بحضور قيادات الجالية والهلال والمريخ والروابط والجمعيات مؤسسة أبو ذر الكودة تجمع منسوبيها في إفطار رمضاني

الدام - أكشن سبورت



أقامت مؤسسة أبو ذر الكودة للتعليم - فرع الدمام - إفطارها الجماعي السنوي لمنسوبيها، في أجواء رمضانية سادتها روح الألفة والمحبة، حيث اجتمع المشرفون والمشرفات والمعلمون على مائدة واحدة جسدت معاني التعاون والانتماء.

وشهد الإفطار حضوراً مميزاً لعدد من قيادات وروابط الجالية السودانية بالدمام، يتقدمهم رئيس رابطة الجالية الأستاذ أحمد الأحمر، ورئيس رابطة مروى الأستاذ شهاب ابن عوف، والمهندس معاوية ساتي نائب رئيس رابطة جماهير الهلال، إلى جانب الأمين العام للجالية ورئيس رابطة المريخ الأستاذ محمد المنصوري، والأستاذ عبد الحميد المسؤول الأكاديمي بالجالية، إضافة إلى عدد من الضيوف.

ويأتي هذا الإفطار ضمن البرامج الاجتماعية الدورية التي تنظمها المؤسسة لمنسوبيها، حيث تُعد مثل هذه اللقاءات تقليدًا سنويًا يهدف إلى توطيد العلاقات وتعزيز الروابط بين العاملين، على غرار الرحلات والأنشطة التي تُقام في بداية العام وختامه. كما تخلل المناسبة تنظيم فقرات تعارف وتكريم، وتوزيع عدد من التذكار والهدايا.

وأكد القائمون على المؤسسة أن الإفطار لم يكن مجرد مناسبة اجتماعية، بل محطة لتجديد روح العمل الجماعي، وترسيخ قيم التآخي والتواصل بين مختلف الأطياف والروابط، بما يعكس الصورة الإيجابية للجالية السودانية في المنطقة الشرقية. واختتم اللقاء وسط أجواء ودية، ومدائح نبوية، وفقرات غنائية، ودعوات بأن يعيد الله الشهر الكريم على الجميع بالخير واليمن والبركات، وأن يديم روح المحبة والتعاون بين أبناء الجالية.



1/ في الجزء الثاني من القرآن الكريم ترد آية كريمة استجاب الله فيها لدعوة سيدنا إبراهيم وإسماعيل عليهما السلام، عندما قالوا: «رَبَّنَا وَإِنْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ» (أذكر رقم الآية التي وردت فيها؟)

2/ قال تعالى في الآية رقم (219): «وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلِ الْعَفْوَ»
ما معنى «الْعَفْوَ» هنا؟

3/ صحابي جليل شهد بدرًا ويوم أحد، وأبلى بلاءً حسنًا، ونزع بشيئيه الحلقيتين اللتين دخلتا من المغفر في وجنة رسول الله صلى الله عليه وسلم، فانقلعت ثيابه، فحسن ثغره بعدهما، وقيل: «ما رَئِي هَتَمَ قَطٍ أَحْسَنَ مِنْ هَتَمِهِ». قال عنه النبي صلى الله عليه وسلم: «إنه أمين هذه الأمة»، وتوفي في طاعون عمواس. **مَنْ هُوَ هَذَا الْعَبَّاسِيُّ؟**

4/ في الفقه، المذاهب الأربعة هي المدارس الفقهية السنية الرئيسية التي اتفقت على أصول الدين واختلفت في الفروع الاجتهادية. **أذكر أسماءها.**

5/ من أفضل وأشهر برامج الإذاعة السودانية سابقًا كان برنامج «لسان العرب». **مَنْ هُوَ مَعْدَهُ وَمَقْدَمُهُ؟**

مسابقة رمضان 1447هـ



إعداد:
إيهاب حبال



الحلقة الثانية

ترسل الإجابات على الايميل الآتي:
eihabsr@hotmail.com

تطلق صحيفة «أكشن سبورت» أولى مسابقاتها الرمضانية الثقافية والدينية، في مبادرة تهدف إلى تعزيز المعرفة الدينية والثقافية، وإتاحة مساحة تفاعلية للقراء طوال الشهر الفضيل.



إداريون وصحفيون يستعرضون سيرة قلمٍ صاغ وجدان الرياضة السودانية

شجرابي.. مدرسة متفردة في الكلمة والانتماء

في تاريخ الصحافة الرياضية السودانية أسماء مرتّ واندرت، وأخرى حضرت ثم غابت، غير أن هناك قلة قليلة استطاعت أن ترسخ وجودها في الوجدان العام، لا بوصفها كتّاب أعمدة فحسب، بل باعتبارها ظواهر متكاملة جمعت بين الفكر والوجدان والموقف. ويأتي الأستاذ عبد المنعم شجرابي في مقدمة هذه القلة التي صنعت لنفسها مقاماً رفيعاً في ذاكرة الرياضة السودانية. لم يكن حضوره نتاج انتماءٍ لنادٍ كبير فحسب، ولا نتيجة اقترابٍ من دوائر القرار، بل ثمرة مسيرة طويلة من الاجتهاد، والالتصاق بالشارع الرياضي، والقدرة على التعبير عن نبضه بلمحة رشيقة وسخرية ذكية لا تجرح ولا تسيء. عاش الهلال مجتمعاً متكاملًا قبل أن يراه فريق كرة، وكتب عن الرياضة باعتبارها حالة إنسانية واجتماعية وثقافية. لذلك لم يكن غريباً أن يحظى باحترام إداريين من أندية مختلفة، وإعلاميين من مدارس متباينة، وجماهير متعارضة الانتماءات. في هذا الملف نرصد شهادات كاملة غير منقوصة، ترسم ملامح شجرابي كما يراه الآخرون، ثم نقرب منه في حوار مباشر يكشف جانباً من روحه وتجربته.

قائمة إعلامية



هو قامة إعلامية لا شك في ذلك، وهو كشكول إبداع في الفن والثقافة والرياضة والسياسة والاجتماع، وهو صاحب مدرسة متفردة ومدرسة مميزة في الصحافة السودانية. ما يميز الأستاذ عبد المنعم شجرابي عن غيره من الصحفيين أنه لم يتوقف عن الكتابة، ويحب الكتابة، ويكتب باستمرار، وهو دائماً في الصورة، يكتب عن كل القضايا الراهنة. عبد المنعم شجرابي الهلالي الجميل، يفترض أن تُخلد مسيرته هذه بتعيينه عضواً في مجلس إدارة نادي الهلال، تكريماً وتقديراً لخبراته التراكمية، ومعرفته وإدراكه للكثير. وقبل ذلك عشقه وصدقه في الانتماء لنادي الهلال، وبالتأكيد سيقدّم الكثير المفيد لمجلس الإدارة ولنادي الهلال.

خالد أبو شيبه

رمز بارز



الصحفي المخضرم عبد المنعم شجرابي أحد أبرز رموز الصحافة الرياضية السودانية، عرف بعمق رؤيته ودفء أسلوبه، وترك بصمة مؤثرة عبر مقالاته وتحليلاته، وأسهم في تطوير الصحافة الرياضية وصناعة جيل جديد من الكتاب والإعلاميين.

سمير عبد المطلب رئيس رابطة الهلال بالرياض

محبوب وبشوش

عبد المنعم شجرابي أكثر قلم متصالح مع نفسه عرفته في الوسط الرياضي والهلالي على وجه الخصوص، محبوب وبشوش، لا يكون عداوات بل يكون صداقات. لا يكتب من أجل مال أو جاه، وإنما يكتب بالسهل الممتع والسرد الذي لا يمل، عاشق متبتل في سوح الهلال العظيم، دائم البحث عن الهدف الثاني عندما يحرز الهلال الهدف الأول، متعه الله بالصحة والعافية.



المهندس التيجاني أبو سن عضو مجلس إدارة الهلال السابق

الأسطورة الحية

الأسطورة الحية التي تمشي بيننا، القلم الذي حافظ على خضرته رغم كل سنين الجفاف التي مرت بنا، الرجل الذي حافظ على مبادئه رغم كل تقلبات الحياة. مع شجرابي تحس بحديد عطرة وهلال أمر درمان وعزة السودان، يكتب بإيقاع سريع يجبرك على التوقف، ويتوقف بهدوء فيمنحك مساحة للتحرك، هو أحد القلائد الذين احتفظوا بمواقفهم وعلاقاتهم مع الآخرين في نفس الوقت، أسطورة في الفن والسياسة والاجتماع وكرة القدم. خالد عز الدين

الصدوق الأسود

إنسان نبيل وجميل وصاحب مدرسة متفردة تخرج منها العديد من الزملاء والزميلات، بشوش وضاحك يدخل السعادة في قلوب الآخرين، اجتماعي من الطراز الأول، محبوب من الجميع، صاحب قلم خفيف ورشيح وساخر، يعرف متى يضرب ويهرب من المواقف الصعبة، يمثل جيل العطاء والوفاء، وهو الصدوق الأسود لكل إدارات الهلال المتعاقبة.

حسن عبد الرحيم

شجرابي.. (حتو صفقة صفقة)



تعددت أسماء العمالقة والعباقرة في الصحافة الرياضية خلال الحقب الزمنية الماضية، وهناك قمر تهاوت، وأخرى توارت، وثالثة طواها النسيان، وبقي أصحاب المقام الرفيع في الذاكرة ساكنين، وسكن شجرابي في قلب المكان باسمه وقلمه وبصماته ولونه المميز.

للذين لا يعرفونه فهو درويش قديم ظل يدور في فلك الهلال بلا ملل، عاصر الإدارة التاريخية وحفظ منهم التاريخ، وعاصر الإدارة الحديثة وكان معهم كاتب التاريخ، وأقنى زهرة شبابه في محراب ناديه الحبيب، وتقلد العديد من المناصب ما بين مدير ومستشار ورئيس تحرير، واشتهرت زاويته «اضرب واهرب» التي يبدأ بها العشاق يومهم وينتهي. لم يتراجع شجرابي يوماً عن المبادئ التي آمن بها، وظل حريصاً على تثبيتها في الوسط الرياضي العريض، وتشهد له الأيام بالعديد من المبادرات لرأب الصدع بين المتخاصمين وتسوية النزاع بين المتصارعين، ويُعد حماسة السلام التي ترفرف بأجنحة الصبغة في الصحافة الرياضية. وأخيراً، كما قال عبد الحليم سر الختم: شجرابي كان غلبك بالكلام «حتو صفقة صفقة».

معاوية صابر



أمجد مصطفى أمين
أكشن سبورت

يجبرك على الابتسامه



الصحفي المخضرم عبد المنعم شجرابي مدرسة صحفية متفردة، وأول مظاهر تفردته أن قراءه يمثلون كل ألوان الطيف الرياضي، فهو كاتب يتابعه الجميع مهما اختلفت انتماءاتهم. كتاباته مبهجة ومفرحة، تجبرك على الابتسامه حتى لو خالفته الرأي أو الفكرة، لأنه يكتب بروح محبة لا تعرف الإساءة. هو رجل حبوب وصديق لجميع الرياضيين، متعه الله بالصحة والعافية واللياقة لمواصلة مشواره المتفرد. محمد الشيخ مدني الوزير ورئيس نادي المريخ الأسبق

قوي وحكيم



شجرابي الصحفي المتخصص المصقول الذي جاء من رحم مدينة الحديد والنار التي تصقل الرجال كما تصقل الحديد، كتاباته قوية المعنى، راسخة المبنى، ويسطر كلماته بذهن حاد وفكر ثاقب. تجده قوياً حين يضرب، وحكيماً حين يهرب، يعرف متى يواجه ومتى يتريث. أما إذا تناول الخبر بالتحليل، فهو المدهش الذي يغوص في أعماق الحدث، يستخرج خلاصته، ويقدم لك ثماره على طبق من ذهب، في صياغة متماسكة ورؤيئة نافذة.

الدكتور حسن هلال الوزير ورئيس نادي الهلال الأسبق

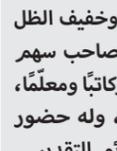
مبدع وأديب



صحفي متميز له أسلوبه الخاص في الكتابة، وهو بحق رجل مبدع وأديب يكتب بماء الذهب. له بصمة واضحة في تاريخ الصحافة الرياضية السودانية، وهو رجل محبوب وصاحب مواقف إنسانية مقدرة في الوسط الرياضي.

مجدي شمس الدين الأمين العام للاتحاد السوداني لكرة القدم

معلم ونقي



العاشق الهلالي شجرابي رجل جميل وخفيف الظل ومحبوب للكل، لا تراه إلا مبتسماً. صاحب سهم وافر في الصحافة الرياضية مؤسساً وكاتباً ومعلماً، قلمه نقي وكتاباته عميقة وجريئة، وله حضور محبب عبر الشاشة، له كل الحب ودائم التقدير.

البروفيسور محمود السر الأمين العام للجنة الأولمبية السودانية

صاحب مفردة



عبد المنعم شجرابي شخصية رياضية بارزة في السودان، من الشخصيات المحبوبة في الوسط الرياضي والفني والاجتماعي، كاتب مخضرم وصاحب مفردة رشيقة عندما يتناول الأحداث الرياضية والفنية والاجتماعية. بالإضافة إلى ذلك هو محاور ممتع تشهد له لقاءاته مع شخصيات متنوعة رياضية وفنية واجتماعية، مكتوبة أو مسموعة أو مرئية، له موقور الصحة والعافية.

عبد الرحمن أبو مرين نائب رئيس نادي الهلال الأسبق

يحترمه المريخ



علاقتي معه بدأت في مستهل الثمانينات عندما كنت أمارس مهنة التحكيم، وهو من الكتاب القلائد الذين لم يوجهوا لي نقداً لاذعاً أو كلمات جارحة. كنت أعجب بما يكتب، فهو شخص يدفعك إلى متابعتة عندما يتناول القضايا الرياضية أو الاجتماعية، وهو من الأقاليم التي تحترمها جماهير المريخ رغم هلاليتها.

فيصل سبيحة الحكم الدولي السابق

عيبه هلالابي



عبد المنعم شجرابي أستاذنا، عملت معه في صحيفة المشاهد، وتحس معه بالأخوة الصادقة. رجل بسيط ونقي الدواخل، يحب الخير للجميع، لكن لديه عيب كبير، أنه هلالابي. يحترم المحررين ولا يتدخل فيما يكتبونه ما لم يُخل بسياسة الصحيفة. شجرابي محبوب من الجميع، مريخاب قبل الهلالاب. شجرابي رجل وفي لمدينة عطبرة. شجرابي له مواقف وطنية تشهد بها شوارع العاصمة والوقوفات الاحتجاجية إبان الثورة. تتمنى له دوام الصحة والعافية.

أبوبكر عابدين

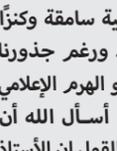
كشكول



الحديث أو الكتابة عن الأخ العزيز والزميل الأكبر عبد المنعم شجرابي يطول كثيراً. شجرابي كشكول جمع بين نجومية المجتمع والهلال والإعلام وقليل من السياسة، عُرف بكتابة الرأي في مختلف القضايا وهموم الناس، ويميل إلى التشریح بعيداً عن التجریح. كتاباته تتميز بالحوية مع خفة الظل، ويقدم وجبته الإعلامية بشكل أنيق. كنت سعيداً بمزامنته، وقبل ذلك بمعرفته، فهو ابن بلد أصيل، لا يجامل في انتمائه دون التقليل من المنافسين، وعلاقاته في المريخ لا تقل عن علاقاته في معشوقه الهلال. التحية له وهو يقدم في زمن الحرب التوثيق الإعلامي مع شخصيات رياضية واجتماعية بشكل مميز ينافس به أمهر المذيعين في الشاشات الفضية.

ياسر قاسم

عطاؤه زاخر



الأستاذ شجرابي يمثل قامة إعلامية سامقة وكثراً معرفياً نهل من معينه الكثيرون. ورغم جذورنا العنبرانية، فإن من قدمني إليه هو الهرم الإعلامي الفخيم الأستاذ النعمان حسن، أسأل الله أن يتمتعهما بالصحة والعافية. ويمكن القول إن الأستاذ شجرابي كان من أوائل الذين قادوا خطواتي في عالم الصحافة الرياضية عبر ملحق المشاهد الساخر، ويمثل عطاؤه الزاخر في فضاءات الإعلام مدرسة حقيقية ونموذجاً يُحتذى به. له مني كل التقدير والاحترام.

محمد مجذوب

أخو أخوان



كريم بالفطرة وصحفي مميز بشهادة ميلاد، وأخو أخوان في الملومات. صديق وأكثر، وأخ أكبر، صادق المشاعر وصاحب مواقف، ود ناس ومتربي. شجرابي ود حاجة ست الجيل، رجل فل أوبشن، فنان وحساس وكاتب. أدام الله علينا نعمة شجرابي.

علي سيد أحمد



لا أخاف السخرية... جلدي أصبح سميكا

شجرابي: لو لم أكن

صحفياً... لكنت

سائق قطار

الهلال مجتمع... لا مجرد فريق كرة قدم

كما يوضح كيف استطاع الدفاع عن الهلال دون انفعال، ولماذا لا يخشى السخرية إذا وَّجَّهت إليه، حديثه يعكس روحاً خفيفة الظل، ووعياً ناضجاً، وتجربة طويلة صنعت منه كاتباً يعرف متى يهاجم، ومتى يصمت، ومتى يتسم.

يكشف الأستاذ عبد المنعم شجرابي جوانب إنسانية وشخصية قد لا يعرفها كثيرون خلف صرامة القلم وسخريته اللطيفة. يتحدث بعفوية عن حلم طفولته الذي لم يفارقه، وعن إحساسه بثقل الاسم الذي يحمله، وعن نظراته لتجربته في الكتابة بين الرضا والمراجعة.



ولماذا؟
إذا كتب شجرابي عني مقالاً فلن أخاف ولن أقلق. هاجمت وهوجمت، وتبادلت إطلاق النيران حتى مع زملاء أعرءاء، وأستطيع أن أقول إنني أخذت المناعة من كل أمراض الوسط الإعلامي والرياضي، وجلدي أصبح سميكا.

كيف نجح شجرابي في الدفاع عن الهلال دون أن يتعب القارئ أو يثقله بالانفعال؟
لم أعش الهلال نادياً أو فريق كرة فقط، بل عشتته مجتمعاً متنامياً عريضاً، مختلفاً ومتناغماً. تواجدت في النادي وفي التمارين، ولم أغب عنها، وشاركت أهله ما استطعت سبيلاً في السمع والشين، وهذا ما جعلني أكتب بنض الشارع الهلالي وأنفاس أهله. وللتذكير فقط، في الهلال اتفقت وخالفت، ودرجات الاختلاف عند الأسياد مهما بلغت فإنها صحية. باختصار، أنا واحد من الأنصار في المدرجات الشعبية.

مع القليلين من أفراد الأسرة. وفي كل الأحوال أنا مطالب بالمحافظة عليه، لأنه ليس مجرد اسم، بل شجرة باسقة يجب أن تظل واقفة ومثمرة.

شجرابي معروف بسخريته اللطيفة، هل تذكر مقالاً أو موقفاً جعلك تقول: هذه لا يكتبها إلا شجرابي؟
أن تضحك من مقال كتبتة أو أن تنكره بالدرب المستقيم أمر وارد، فقللم الكاتب مثل صاحبه له أطواره؛ طفلاً وشاباً وشيخاً، ومن الطبيعي أن تستخف ببعض ما كتبتة في مرحلة سابقة. هذا يذكرني بحوار أجريته مع الراحل المقيم الفنان محمد وردى، حين قال: الآن وعمري ستون عاماً، لن أستطيع أن أقف على المسرح وأغني للجمهور؛ شوفوني أنا مخطوبة. لكل مرحلة عمرها ونصها المناسب.

لو كتب شجرابي عنك مقالاً ساخراً، هل ستفرح أم تقلق؟



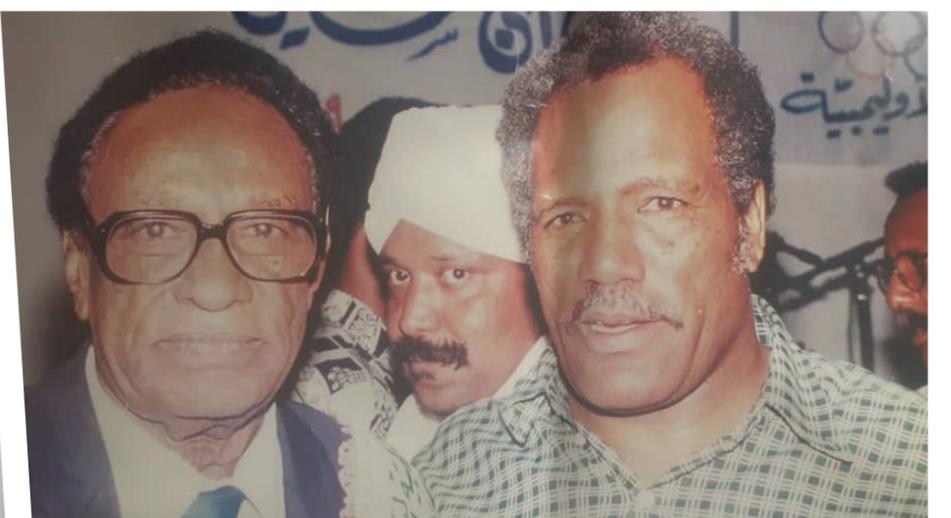
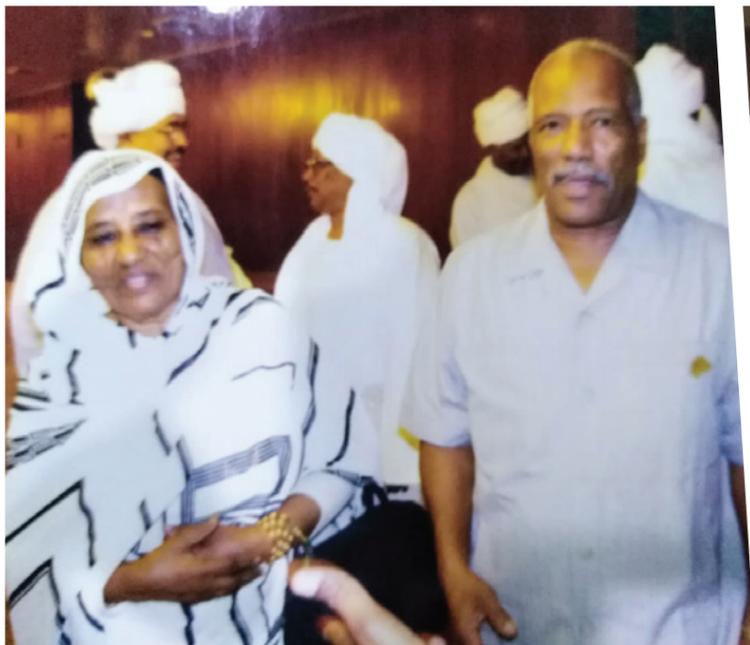
حوار:
أمجد مصطفى
أكشن سبورت

لو لم يكن عبد المنعم شجرابي كاتباً هلالياً، ماذا كان سيصبح؟ ولماذا؟

لو لم أكن كاتباً صحفياً لكنت سائق قطار. فمذ طفولتي وحتى الآن يستهويني القطار. أستمتع بمروره أمامي عربة عربية، ويشدني في الأفلام، وفي كل مشهد أتخيل أنني ممسك بعجلة القيادة. ولو كان هناك تحويل مهنة لتحولت فوراً إلى سائق قطار، لأن في داخلي طفلاً ما زال يعشق هدير العجلات على القضبان.

ما أول كلمة أو جملة تتبادر إلى ذهنك عندما تقرأ اسم «شجرابي»؟

عندما أقرأ اسم شجرابي أتنبه وأتحزم، فالاسم كبير وفخيم، حملته





ذكرياتي مع الشيخ الوالد محمد أحمد حسن
الحلقة الأولى: علاقتي مع الشيخ

من متابع عبر الشاشة... إلى صحبة في الاستديو

«نويمة» قبل البرنامج... ودرس بعد الصلاة
كنت أحمل عمامته... وأتعلم من صمته
الشيخ... بساطة العالم ووقار المربي



وبعد الصلاة، كان يقرأ ما تيسر من القرآن، أو يُخرج سبخته ويذكر الله حتى تقام الصلاة، وإذا حان وقت الإقامة قال: «تمت»، ثم يقيم الصلاة ويأمرني أن أتقدم للإمامة، رغم رفضي المتكرر، لكنه كان يقول لي: «أنا أديتك الإذن».

وبعد الصلاة، يلتفت إلى المصلين ليقدّم درساً قصيراً لا يتجاوز خمس دقائق، يختمه بدعاء مؤثر، ولم يكن يخلو من طرفة أو ابتسامة خفيفة تخفف وقع الوعظ على القلوب. واستمر هذا الدرس طوال السنوات التي قدم فيها الشيخ برامجه بقناة الشروق، وفي إحدى الفترات، كان الشيخ يصلي جالساً بسبب ألم في ركبته، ثم بعد مدة قصيرة رفض الصلاة على الكرسي. سألته عن السبب، فقال: «لا أشعر بلذة الصلاة والسجود وأنا على الكرسي». ثم بعد ذلك ندخل إلى الاستديو استعداداً لتسجيل الحلقة.

علاقتي المباشرة مع الشيخ محمد أحمد حسن - رحمه الله - حيث كانت الحلقات تُبث كل يوم أحد من الساعة الخامسة إلى السادسة مساءً.

كان الشيخ - رحمه الله - يأتي إلى القناة قبل موعد البرنامج بنحو ساعة كاملة. وما إن يصل حتى يدخل غرفة الانتظار، فيضع عمامته تحت رأسه ويأخذ قسطاً قصيراً من الراحة حتى يحين وقت صلاة

العصر، أو يدخل إلى مصلى القناة ويتمدد على الأرض انتظاراً للصلاة. وكان نومه خفيفاً؛ فما إن أدخل عليه حتى يستيقظ مبتسماً ويسأل: «هل قرب وقت العصر؟» ثم يقول ضاحكاً: «الحمد لله أخذت لي نويمة صغيرة ربيحتني».

كنت أحمل عنه عمامته وشالته وعصاه، رغم رفضه المتكرر لذلك، ثم يتوجه هو إلى الموضوع. وكان كثيراً ما يمشي حافي القدمين بعد الوضوء، يحمل نعليه في يده، ويدخل المصلى ليصلي تحية المسجد بخشوع ظاهر وتدبر عميق لما يتلو من آيات.



بقلم:
الدكتور محمد عثمان

كنت مثل غيري من السودانيين الذين يتابعون الشيخ محمد أحمد حسن عبر التلفاز والمذياع، وكنت أستمتع بأسلوبه الجميل وطريقته البسيطة في إيصال المعلومة، حيث يجمع بين العمق والوضوح، وبين الوقار وخفة الظل. ولم أكن أتصور يوماً أن تتحول تلك المتابعة من خلف الشاشة إلى صحبة مباشرة ومرافقة يومية.

قدّر الله لي أن ألتحق بقناة الشروق في عام 2011م عن طريق الأخ العزيز أسامة إبراهيم، الذي كان يشغل حينها منصب مدير البرامج بالقناة. وكانت بداية القصة حين رأني أخطب الجمعة في مسجد أبي بكر الصديق بالسامرأب، فأرسل إلي شقيقه يبلغني برغبته في ترشيحي لتقديم برنامج ديني على شاشة الشروق. وبعد سلسلة من الاختبارات والمنافسات مع آخرين، وقع علي الاختيار لتقديم البرنامج، والحمد لله.

في تلك الفترة، كنت أقدم برامج إذاعية، وأدرس بكلية الطب، ومنذ ذلك الوقت بدأت



نبض القلم

الاحتفاء بأهل القرآن... انتصار للمعنى والأثر

سالم حامد يتوشح وسام المحبة والتقدير

علي العجبة - أكشن سبورت



وهذا ما تجلّى بوضوح في تكريم الشيخ الدكتور سالم حامد من قبل رابطة العالم الإسلامي، في العاصمة الرواندية كيغالي، بحضور أمينها العام معالي الشيخ الدكتور محمد بن عبدالكريم العيسى، ضمن احتفال عالمي بتخريج سبعين ألف حافظ وحافظة لكتاب الله.

لم يكن هذا التكريم احتفاءً بشخص فحسب، بل كان اعترافاً بمسيرة علمية بدأت من أرض السودان، من معهد الإمام الشاطبي للقراءات، حيث تشرب الدكتور سالم معاني القرآن علماً وتربية وسلوكاً، حتى صار نموذجاً للعالم الذي يحمل رسالته بصدق، ويُترجم علمه أثراً حياً في مجتمعه.

واليوم، يواصل الدكتور سالم أداء رسالته من خلال برنامجه الهادف «كلمات محب» الذي يُعرض على قناة البلد، حيث يقدم خطاباً تربوياً راقياً، يعيد وصل القلوب بالقرآن، ويُقرّب المعاني الإيمانية للناس بلغة تجمع بين العمق والبساطة.

وهذا الامتداد الإعلامي لرسالته يؤكد أن التكريم لم يكن تنويجاً لفاضل مضي، بل دعماً لمسيرة ما تزال تُثمر وتؤثر. إن المجتمع السوداني يرى في هذا التكريم انعكاساً لصورته الحقيقية، صورة الوطن الذي ظل عبر تاريخه منبعاً لحفظة القرآن، ومهدداً للعلماء، ومنارةً للقيم.

وهو كذلك رسالة أملٍ للأجيال، بأن طريق القرآن لا يصنع الحفاظ فحسب، بل يصنع القادة، ويُنشئ أصحاب الأثر الذين يُساهمون في بناء الوعي واستقامة المجتمع.

إن تكريم الأخ الدكتور سالم حامد هو في جوهره تكريمٌ للسودان نفسه، لتاريخه القرآني، ولمدرسته التربوية، ولرسالته الممتدة.

وهو تذكيرٌ بأن الأمم تُخلد بأهل المعنى، وأن السودان، مهما اشتدت عليه الظروف، ما يزال يُنجب رجالاً يحملون النور، وينثرونه في العالم علماً وهدايةً وأملاً.





بين المدن والقرى... الطرقات تستقبل الصائمين عند المغيب

رمضان في السودان... عادات راسخة وموائد عامرة بالمحبة



وتقاليدهم العريقة. وتعد العصيدة من الأطباق الأساسية في الإفطار الرمضاني، ورغم وجودها في غير رمضان، فإن حضورها في هذا الشهر يظل ذا دلالة خاصة. وهي من الأكلات التي أتقنتها الجدات والأمهات، وحرصن على نقل مهارتها إلى الأجيال الجديدة حفاظاً على الموروث. ومن العادات اللافتة إيقاف المركبات قبيل أذان المغرب لدعوة المسافرين إلى الإفطار، حيث يتوسط الأهالي الطرق بإصرار مهذب لاستضافة العابرين. وهكذا تتحول الشوارع في السودان خلال رمضان إلى موائد مفتوحة، وتغدو الضيافة عنواناً للتكافل وروحاً تعكس خصوصية المجتمع السوداني في شهر الصيام.

أيضاً باسم «الآبري»، ويجمع السودانيون على حضوره الدائم في الإفطار، فلا تكاد تخلو منه مائدة، سواء في بيوت الأغنياء أو الفقراء. ومن أبرز مظاهر رمضان في السودان «برش رمضان»، وهو الاسم الذي يُطلق على مكان الإفطار الجماعي. والبرش في الأصل سجاد شعبي يُصنع من سعف النخيل، ورغم تراجع استخدامه لصالح السجاد العصري، فإن الاسم لا يزال حاضراً في الذاكرة. وتمتد موائد الإفطار على الطرقات وفي الأحياء، لا سيما على الطرق التي تربط المدن بالقرى، حيث يحرص الأهالي على استقبال المسافرين ودعوتهم لمشاركتهم الإفطار، في مشهد يعكس كرم السودانين

يكتسب شهر رمضان المبارك في السودان مكانة خاصة تتجاوز كونه شهراً للصيام، ليصبح موسمًا تتجدد فيه عادات وتقاليد راسخة تجسد قيم المحبة والتواصل والتآخي. يفوح عبق الشهر من البيوت في المدن والأرياف، وتزدهر خلاله الأنشطة الاجتماعية والثقافية، بينما يبدأ الاستعداد له قبل وقت مبكر، حيث تتحول البيوت إلى خلجان عمل استعداداً لاستقباله. ويتصدر مشروب «الحلو مر» المائدة السودانية في رمضان، وهو مشروب تقليدي متوارث عبر الأجيال. ويبدأ أعداده قبل حلول الشهر بمدّة كافية، غالباً مع دخول شهر شعبان، حيث تنشط النساء في تحضيره لما يتطلبه من وقت وجهد وتعاون. ويُعرف

نجوم هلال 87... ذكريات اللعب في نهار رمضان



بعض الأندية كانت تحاول استغلال ظروف الصيام لمواجهةهم، مشيراً إلى أن بعض الإداريين كانوا يحضرون فتاوى تبيح الإفطار، لا سيما أثناء السفر. غير أن اللاعبين، بحسب حديثه، كانوا يصرون على خوض المباريات وهم صائمون، التزاماً منهم ورغبة في مواصلة التحدي.

من جانبه، قال الكابتن مجدي كسلا إن لديهم ذكريات لا تُنسى مع اللعب في نهار رمضان، لم تخلُ من الطرائف والمواقف المحرجة. وأضاف أن الصيام كان يشكل حافزاً إضافياً لبذل مزيد من الجهد، وهو ما انعكس على نتائج الفريق، خاصة في مواجهاته أمام فيلا الأوغندي وعدد من الفرق التنزانية.

استعاد عدد من نجوم فريق الهلال لعام 1987 ذكرياتهم مع خوض المباريات في نهار رمضان، مؤكداً أن تلك التجربة ظلت واحدة من أبرز المحطات في مسيرتهم الرياضية. الكابتن عمر النقي، نجم الهلال السابق، أوضح أن أداء المباريات خلال الصيام من التجارب التي لا تُنسى، رغم ما تتطلبه من مجهود مضاعف. وأشار إلى أن اللعب في رمضان كان يمنح اللاعبين دافعاً معنوياً كبيراً، مضيفاً أنهم خاضوا العديد من المباريات وهم صائمون، خاصة في بطولة سيكافا خارج السودان، وحققوا خلالها نتائج إيجابية. أما حارس الهلال السابق منقستو، فأكد أن

من هي المرأة التي صنعت الحلو مر؟

أصبح حلوًا. ومن هنا بدأت تضيف إليها بعض البهارات ومكونات أخرى، إلى أن توصلت تدريجياً إلى الخلطة المعروفة اليوم باسم «الحلو مر». وتشير هذه المعلومة إلى أنها موثقة في دار الوثائق السودانية، باعتبارها إحدى الروايات المتداولة حول نشأة هذا المشروب الذي أصبح رمزاً أصيلاً من رموز المائدة الرمضانية في السودان.

إنها امرأة من سكان مدينة بربر شمال مدينة عطبرة، تُدعى أمّنة عبد الرازق الفحل، وذلك في عام 1860م. وجاء اكتشاف هذا المشروب عن محض صدفة، إذ كانت تحتفظ بكمية من الذرة في جوال ضمن مخزونها، فتسربت إليها مياه الأمطار عبر سقف المنزل، ولم تنتبه إلى ذلك إلا بعد أن بدأت الذرة في الإنبات. وعندما اكتشفت الأمر، قامت بطحن الذرة المنبتة، ثم عواستها، فوجدت أن طعمها



روبي: مثلت وعمري عشر سنوات

أكدت نجمة مسلسل «سكة ضياع» روبي علي أنها تعمل طيبة أسنان، غير أن طموحها يتجه إلى المجال الإعلامي. وقالت إنها وقفت على خشبة المسرح القومي لأول مرة وعمرها عشر سنوات، حيث بدأت تجربتها الفنية مبكراً.

وأوضحت أن مسلسل «سكة ضياع» تناول قضايا مسكوتاً عنها، ووجد متابعه واسعة على نطاق كبير، مشيرة إلى تطلعتها للمشاركة في أعمال درامية قادمة تحقق لها مزيداً من النجاح والتطور الفني.



دعاء حيدر سعيدة بعودتها من جديد

عادت المذيعة المعروفة دعاء حيدر إلى العمل الإعلامي مجدداً بعد انقطاع دام نحو ثلاثة أعوام عن قناة «البلد» الفضائية، بسبب تداعيات الحرب. وتطل دعاء على جمهورها عبر برنامج «مطبخ النجوم» الذي يُبث يومياً خلال شهر رمضان على شاشة القناة. وأعربت دعاء عن سعادتها بالعودة إلى الشاشة، وكتبت عبر صفحتها على موقع التواصل الاجتماعي «فيسبوك»: «بعد انقطاع أكثر من ثلاث سنوات عدت وعدنا من جديد. اشتياقي لمعانقة المايك والكاميرا والاستوديو بدأت اللهفة التي تسكن مخيلتي دوماً. أطل عليكم يومياً في شهر رمضان المبارك عبر قناة البلد الفضائية الساعة الثالثة عصراً من خلال برنامج مطبخ النجوم».



إخلاص نور الدين تتألق في «أحلى طعم»

كشفت المخرجة التلفزيونية حسن مصطفى عن انطلاق تصوير حلقات الموسم الثاني من برنامج «أحلى طعم»، بمشاركة النجمة إخلاص نور الدين، إلى جانب الشيف المصري المعروف وليد قطب، في أول ظهور له على شاشة القنوات السودانية. كما يشهد البرنامج مشاركة الشيف شيرين حلاوت في عدد من الحلقات. وأوضح أن الموسم الجديد يحمل العديد من المفاجآت الشيقة والفقرات المتجددة التي تضيف نكهة خاصة للبرنامج، مؤكداً حرص فريق العمل على تقديم محتوى متنوع يواكب أجواء شهر رمضان. ويذكر أن الموسم الأول من البرنامج كان من تقديم الإعلامية سوسن الخفجي، وحقق تفاعلاً ملحوظاً، فيما يُعرض الموسم الحالي عبر قناة «البلد» الفضائية.



من فوائد الصيام الصحية

فوائد الصيام للقلب

ومن الجوانب المهمة أيضاً أن الأجواء الروحية والهدوء النفسي المصاحبين لشهر رمضان يساعدان على تقليل إفراز بعض الهرمونات المرتبطة بالتوتر والقلق، مثل هرمون الأدرينالين، وهو ما يخفف الضغط على القلب ويعزز استقراره. وفي شهر فبراير 2025، نشرت مجلة متخصصة في أمراض القلب تُدعى The Anatolian Journal of Cardiology نتائج دراسة تناولت تأثير صوم رمضان على اضطراب نظم القلب، وهو أحد الأمراض التي قد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير إيجابي ملحوظ للصيام في تحسين انتظام ضربات القلب والمساهمة في إعادة ضبطها بصورة أفضل.

يُعد القلب والجهاز الدوري من أكثر أجهزة الجسم استفادة من الصيام، إذ ينخفض العبء الواقع عليهما بصورة ملحوظة. ففي الأحوال الطبيعية يتجه نحو عشرة في المئة من الدم إلى الجهاز الهضمي، ومع توقف عملية الهضم أثناء ساعات الصيام يقل هذا العبء، ما يمنح القلب فرصة للراحة ويحسن من كفاءة أدائه. كما يعمل الصيام على المساهمة في تنقية الشرايين والأوردة، خاصة الدقيقة منها، والتي تكون أكثر عرضة للانسداد بسبب تراكم الكوليسترول والدهون. ويسهم كذلك في تحسين مستويات الدهون في الدم، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على صحة القلب والأوعية الدموية.

الفادني... مكانة مرموقة بين المقرئين المتفردين

يحتفظ شيخ قراء السودان عبد القادر الفادني بمكانة مرموقة في أوساط المقرئين المتفردين، بخصوصية في الصوت والسمت والأداء والقبول. وقد حضر في العالم الإسلامي بعنانيته بالقرآن الكريم برواية الدوري الشائعة في بلاده، والتي يتقنها عموم قراء السودان. وللشيخ الفادني تجربة ثرية مع الخلاوي القرآنية وأشهر المدارس القرآنية في الخرطوم، كما تأثر وتأثر بالمدسة السودانية في التلاوة، التي تُعد فريدة من نوعها، وأصبحت تشكل مدرسة مستقلة في الأداء القرآني. وقدم الفادني للمكتبة القرآنية عدداً من التسجيلات الإذاعية والتلفزيونية، وبشرى على إدارة مركز لتحفيظ القرآن الكريم يتخرج منه سنوياً عشرات من حفظة كتاب الله.





علم الدين هاشم

شجراي يعشق الهلال ويحترم المريخ!

في بلاط الصحافة الرياضية، حيث تحتدم المنافسة كما تحتدم المدرجات، يظل القلم هو الفيصل الحقيقي بين التعصب والموضوعية، وبين الإثارة المسؤولة والاحتقان غير المبرر. ومن بين الأعلام التي نجحت في السير على هذا الخيط الرفيع يبرز اسم الزميل العزيز عبد المنعم شجراي.. ذلك الهلالي الهوى والمريخي الاحترام.

شجراي لا يخفي انتماءه إلى نادي الهلال، بل يعلنه صراحة ويفتخر به، لكنه يفعل ذلك بلغة مهذبة، ومفردات منتقاة بعناية، وأسلوب رشيق يجعل القارئ - حتى وإن كان من أنصار نادي المريخ - يتوقف أمام كلماته بإعجاب لا بنفور. وهذه معادلة صعبة في واقع إعلامي كثيراً ما تسيطر عليه العناوين الصاخبة والعبارة المستفزة!

ما يميز شجراي ليس فقط عشقه الصادق للأزرق، وإنما قدرته على التعبير عن هذا العشق بأدب جرم، وروح رياضية عالية، واحترام واضح للمنافس. لذلك لا تشعر وأنت تقرأ له بأنك أمام خصم، بل أمام صحفي يؤمن بأن الانتماء لا يلغي المهنية، وأن التشجيع لا يعني الانتقاص من الآخر.

اختر لعموده عنواناً ذكياً وخفيف الظل: «اضرب وأهرب»؛ عنوان يحمل في ظاهره روح المشاكسة المحببة، لكنه في مضمونه يعكس قدرة على طرح الفكرة بجرأة، ثم تركها للنقاش دون إسفاف أو تجاوز. فهو «يضرب» حجته بقوة المنطق، ثم «يهرب» إلى مساحة أوسع من الاحترام، تاركاً القارئ يفكر ويتسمر في آن واحد.

ولعل أجمل ما في تجربة شجراي أن مقالاته، رغم تغليفها بروح اللون الأزرق، تجد ارتيحا حقيقياً لدى عشاق اللون الأحمر؛ لأنهم يدركون أن وراء السطور قلمًا نظيفاً لا يسعى لإثارة الفتنة، بل لإثراء الساحة الرياضية بالحوار الراقى. في زمن نحن أوجع ما نكون فيه إلى خطاب يجمع ولا يفرق، يبقى عبد المنعم شجراي نموذجاً يُحتذى في كيفية الجمع بين الانتماء الصريح والطرح المتزن. فالصحافة الرياضية ليست معركة كسر عظم، بل مساحة تنافس نبيل، وشجراي أحد الذين فهموا الدرس جيداً، فاستحق الاحترام من الجميع، حتى من المدرج المقابل.. مع تحياتي!



عوض أحمد عمر

ريجيكامب... وخالد بخيت . فعل ورد فعل! بين رؤية المدرب .. ومصصلحة النادي مجلس الهلال أمام امتحان حقيقي

أمام خيار صعب بين دعم المدرب الأجنبي ومنحه الصلاحيات الكاملة، وبين الحفاظ على أحد أبناء النادي الذين يمثلون امتداداً للهوية الفنية الوطنية؟ التوقيت كذلك يحمل دلالاته فالقرارات الفنية في منتصف الموسم غالباً ما تكون أكثر حساسية، لما لها من تأثير مباشر على الاستقرار الفني والمعنوي. ثم ماذا عن البديل؟ هل يسعى ريجيكامب لاختيار مساعد من دائرة معارفه، بدعوى الانسجام المسبق والخبرة المشتركة، وهي حجة يمكن تفهمها في سياق العمل الاحترافي؟ أم أن الأمر يتصل برغبة في إحكام السيطرة الكاملة على الجهاز الفني، وفرض شروطه على المجلس لضمان مساحة أوسع من النفوذ والتفاوض من موقع تأثير؟ ولعل الفارق بين الاحتمالين دقيق... لكنه جوهري في قراءة المشهد.. وما وراء ذلك.

وإذا استجاب المجلس لرؤية المدرب وأبعد الكابتن خالد بخيت، فهل سيبتح إلى تعيين بديل من أبناء الهلال حفاظاً على التوازن والهوية أمر سيمنح المدرب حرية مطلقة في اختيار طاقمه؟ هذا القرار سيعكس فلسفة الإدارة في إدارة العلاقة بين المحلي والأجنبي، وبين الثقة في الكفاءات الوطنية والانفتاح على الخبرات الخارجية. لا يمكن إغفال الجوانب السالبة لإعفاء مساعد مدرب وطني.

فوجود عنصر محلي داخل الجهاز يسهم في فهم البيئة، وتخفيف حدة الفوارق الثقافية، وبناء جسور تواصل مع

موقف المدير الفني الروماني ريجيكامب من استمرار المدرب الوطني خالد بخيت ضمن الجهاز الفني... قضية تبدو في ظاهرها إدارية لكنها في جوهرها تمس بنية العمل الفني وفلسفة القيادة، وحدود الصلاحيات داخل نادي جماهيري بحجم الهلال.

إن التناغم الموضوعي والمؤسسي بين أعضاء الجهاز الفني ليس نافذة بل هو شرط أساسي للنجاح. فالجهاز الفني الناجح يقوم على وضوح الأدوار.. وحدة الرؤية... والانسجام في اتخاذ القرار. أي خلل في هذه المنظومة يعكس مباشرة على أداء الفريق داخل الملعب. ومن هنا فإن أي اختلافات غير محسومة بين المدرب الأول ومساعديه مهما كان موقعهم قد تتحول إلى عبء فني ونفسي على اللاعبين بل وعلى مجلس الإدارة.

رفض ريجيكامب لاستمرار خالد بخيت يفتح الباب أمام جملة من التساؤلات المشروعة.. ما الأسباب الموضوعية التي دفعت المدرب الروماني لاتخاذ هذا الموقف؟ هل يتعلق الأمر بتباين في الرؤية التكتيكية؟ أم باختلاف في أسلوب إدارة اللاعبين؟ أم أن هناك اعتبارات تتصل بالانضباط المهني وسلسلة التواصل داخل الطاقم الفني؟

غياب التوضيح الرسمي (كالعادة) يترك الساحة مفتوحة للتأويل، وهو ما لا يخدم استقرار النادي خاصة في هذه المرحلة المهمة.

في المقابل، يبرز سؤال لا يقل أهمية.. هل اقتنع مجلس إدارة الهلال بالمبررات المقدمة؟ أم أن المجلس وجد نفسه

الريان الظاهر: «أكشن سبورت» تعيد وهج الصحافة الفنية



الرياض - بشير الصالح

أشادت مذيعة قناة العربية، الريان الظاهر، بصحيفة «أكشن سبورت» الإلكترونية، معتبرة أنها تمثل اليوم التجربة الأبرز والأهم على مستوى الصحافة الإلكترونية، لا سيما في جانب التغطية الفنية.

وأكدت الريان أن «أكشن سبورت» أصبحت - في ظل تراجع الصحافة الفنية التقليدية - المنصة الوحيدة التي تواكب الأحداث الفنية باهتمام ومهنية، مشيرة إلى أن الساحة الإعلامية افتقدت خلال السنوات الماضية للمعالجة الجادة في

هذا المجال.

وأضافت أن رئيس تحرير الصحيفة، الزميل إبراهيم عوض، يتميز بالشجاعة والجرأة في الطرح، ويمتلك قلمًا جسورًا يكتب بمسؤولية ووضوح، ما أسهم في تعزيز حضور الصحيفة وترسيخ مكانتها لدى القراء.

وأوضحت أن ما تقدمه «أكشن سبورت» يمثل نموذجًا مهنيًا يستحق الإشادة، مؤكدة تقديرها لجهود أسرة التحرير في تقديم محتوى متنوع ومواكب يعيد الاعتبار للصحافة الفنية، ويمنحها المساحة التي تستحقها في المشهد الإعلامي.

على طريقة كمال ترباس.. نضال تتمسك بالقمة

الخرطوم . أكشن سبورت

أشفق كثيرون على الشاعرة والطبيبة والصحفية الدكتورة نضال حسن الحاج عندما قررت الخروج من دوامة برامج التراث والدوبيت والمسادير، التي صنعت نجوميتها عبر البرنامج الأشهر «قهوتنا»، إلى برامج ذات طابع حداثي مثل برنامج «الروح بالروح» الذي يُبث على تلفزيون السودان خلال شهر رمضان المبارك.

البرنامج من إعداد الكاتبة والصحفية هناء إبراهيم، ويقدم تجربة إعلامية مختلفة تمزج بين الصدق الإنساني وروح المصانفة والبوح العفوي. وأبدعت نضال في تقديم حلقات البرنامج بصورة نالت استحسان الجمهور، لتؤكد صدق المقولة إن من يمتلك أدوات الإبداع جيداً لا يهرن نجاحه بنمط محدد. وهي تجربة شبيهة بتلك التي خاضها الفنان العملاق كمال ترباس عندما خرج من نمط الغناء الشعبي بمشاركة الكورس إلى الغناء الحديث؛ إذ توقع كثيرون أن تفشل التجربة، لكنها نقلته إلى آفاق أرحب من التطريب والإبداع، وصعدت به إلى القمة. ولعبت تلقائية نضال وعفويتها وثقافتها العالية دوراً مهماً في النجاح الكبير الذي حققه البرنامج.



نسرین النمر: أنا صاحبة مسمى «حرب الكرامة»

القاهرة - أكشن سبورت

كشفت الرئيس التنفيذي لقناة «العنوان 24» الإعلامية، نسرین النمر، أنها صاحبة مقترح إطلاق مسمى «حرب الكرامة» على الحرب في السودان، مؤكدة أن الفكرة قدمتها في الأيام الأولى لاندلاع القتال ضمن رؤية إعلامية كيفية التصدي للعدوان على البلاد.

وقالت النمر، في تصريحات لـ«بودكاست العودة»، إن مقترحها تضمن توصيفاً تاريخياً للحرب يحمل اسم «حرب الكرامة»، مشيرة إلى أنها أبلغت لاحقاً باعتماد التسمية من قبل الجيش، وتم توثيقها رسمياً في المجلة التوثيقية التابعة لمؤسسة القوات المسلحة السودانية.

وأضافت أنها تتحدث عن هذه التفاصيل للمرة الأولى، معتبرة أن المعركة لم تكن عسكرية فقط، بل إعلامية أيضاً، وأن اختيار المصطلحات كان جزءاً من معركة الوعي والرواية.



عفراء تمنح «نضم سوداني» شهادة تقدير

الخرطوم . أكشن سبورت

رفيعة عندما كتبت على صفحتها تحت عنوان «نضم سلمى»: «سلمى سيد وجه تلفزيوني يشعرك بألفة بالغة، واسم مهني ارتبط بتقدير البرامج المخدومة، وتجربة إعلامية محترمة مارسات النمو التصاعدي، لتكون مخزوناً إيجابياً تراكبياً في ذاكرة السودانيين.

قد أفلح التلفزيون القومي في استقطاب (نضم سوداني) الذي لم أشاهد منه غير الترويج حتى الآن، غير أن وجود اسم ببريق سلمى في حد ذاته يشبه فاتح الشهية لمشاهدة ماتعة».

لم تخالف الإعلامية المبدعة سلمى سيد التوقعات، وتربعت على عرش البرامج الحوارية في رمضان بدرجة امتياز عبر برنامج «نضم سوداني»، الذي حظي بنسبة مشاهدة عالية عبر الفضائية السودانية وقناة سلمى سيد على «يوتيوب»، وخصت الشاعرة والمذيعة المبدعة عفراء فتح الرحمن البرنامج بإشادة خاصة، ومنحته شهادة



سميرة دنيا: مهاب عثمان يجسد الزمالة الراقية

القاهرة - أكشن سبورت

تقدمت المطربة سميرة دنيا بشكر خاص للمطرب الشاب مهاب عثمان، تقديراً لموقفه النبيل ومشاركته في حفلها الأخير الذي أقيم بمدينة الرحاب في القاهرة. واعتبرت سميرة دنيا أن موقف مهاب ومشاركته لها في الحفل، والدور الذي لعبه في إنجاحه، يجسدان روح التعاون والزمالة في أسمى معانيها، ويعبران عن الاحترام المتبادل والسمو بالفن فوق الخلافات والمشاحنات، والارتقاء به إلى روح الإخاء والتعاون التي توفر مناخاً صحياً للفن والإبداع. وحقق الحفل الذي أحيته سميرة دنيا بالقاهرة نجاحاً كبيراً، حيث حرص مهاب على الوقوف إلى جانبها، وشاركها في عدد من الأعمال الفنية، في مبادرة راقية وجدت استحساناً واسعاً من الجمهور.

