



عالم دين سعودي يؤكد أن رياضة المرأة ضرورة شرعية لحفظ الجسد



الرياض / 14 أكتوبر / متابعة :

أكد علي عباس الحكيمي العضو في هيئة كبار العلماء بالسعودية أن ممارسة المرأة للرياضة ليست جائزة فقط، بل تعتبر «ضرورة شرعية» لأنها وسيلة من وسائل الحفاظ على جسم الإنسان. وقال الحكيمي في تصريح لصحيفة «عكاظ» السعودية نشرت تفاصيله الخميس «لا شك أن ممارسة المرأة للرياضة جائزة، إذا قصد بها الحفاظ على الصحة وزيادة النشاط وترويض الجسم، بل هي ضرورة شرعية؛ فالرياضة وسيلة من وسائل الحفاظ على الجسد وهي من الضرورات التي نادى بها الشرع». وأضاف: «الجسد أمانة ومن الضروري الاعتناء به وحمايته من الأمراض ومن ضمنها السممة والسكري وخلافه، ولا يكون ذلك إلا بتنظيم الغذاء وممارسة الرياضة». وأوضح الحكيمي أنه «لابد للمرأة عند ممارسة الرياضة أن تلتزم بالضوابط وتتبع من المحظورات، ومن ذلك الاختلاط مع الرجال وكشف العورة والبعد عن مواطن الشبهة، وما عدا ذلك فالأصل في الموضوع الإباحة، بل تصل أحياناً قضية ممارسة المرأة للرياضة إلى أمر مندوب ومستحب إذا كان يساهم في تنشيط جسمها ووقايتها من الأمراض». وقال «لا يوجد مانع من افتتاح نواد نسائية للرياضة شرعية ألا تكون فيها محظورات شرعية مثل الاختلاط وكشف العورات والتجاوزات الشرعية المعروفة حرمتها.. إذا تطور الأمر إلى افتتاح أندية مختلطة مع الرجال عندها يكون الأمر محرماً، وهو ما يخشى منه».

صراع البقاء والعبور الأوروبي يشهدان في الـ (ليغا)



ريال مدريد



برشلونة

ستكون المنافسة على أشدها بين الفرق الطامعة بالمركز الرابع المؤهل إلى دوري أبطال أوروبا، وبين الفرق الطامعة بالبقاء في مصاف الدرجة الأولى في المرحلة السابعة والثلاثين قبل الأخيرة من الدوري الإسباني لكرة القدم.

وستقام جميع المباريات في نفس التوقيت اليوم السبت باستثناء مباراة ريال مدريد ومايوركا التي ستقام غدًا الأحد باعتبار أن نتيجتها لن تؤثر على أي من الفرق الأخرى.

وتبرز مباراة فياريال السادس وليفانغيس الخامس اللذين يملكان نفس العدد من النقاط (59 نقطة)، لأن الفوز سيرفع من حظوظ صاحبه في احتلال المركز الرابع إذا ما تعثر أتلتيكو مدريد في رحلته إلى سان ماميس حيث يحل ضيفاً على أتلتيكو بلباو، علماً أن فريق العاصمة سيبتيل أقضى جهده لتحقيق الفوز والتشبيث بمركزه وبالبطاقة إلى المسابقة الأوروبية الأم.

وسيسعى ديبورتيفو لاكورونيا لضمان العودة بالنقاط الثلاث من رحلته إلى إندلس، ولكن مهمته ضد اشبيلية الثالث لن تكون سهلة. ويملك لاكورونيا (57) أملاً ضئيلاً جداً بانتزاع المركز الرابع في حال فاز في مباراته الأخرتين وصبت نتائج فالنسيا وفياريال وأتلتيكو مدريد في مصلحته.

ويستضيف أوساسونا، نظيره برشلونة الذي توج باللقب بأسلوب مميز وعن جدارة واستحقاق إذ حطم الرقم القياسي من حيث عدد النقاط المسجلة خلال موسم واحد بالصيغة الحديثة (20 فريقاً)، وذلك بحصده 86 نقطة حتى الآن ليتفوق بفارق نقطة على ريال مدريد بالذات (-2007) (2008)، كما حطم الرقم القياسي من حيث عدد الانتصارات خارج قواعده بتسجيله 13 فوزاً ليتفوق على الرقم السابق المسجل باسم أتلتيكو مدريد موسم 1995 - 1996، وهو لا يزال يملك فرصة تعزيزه لأنه يلعب مباراته الأخيرة خارج «نوكامب» أمام ديبورتيفو لاكورونيا في المرحلة الأخيرة. ويأملان برشلونة أن يحطم رقماً قياسياً آخر هو عدد الأهداف المسجلة في موسم واحد إذ يملك الآن 104 أهداف بفارق 3 أهداف عن الرقم القياسي الذي يحمله ريال مدريد منذ موسم 1989 - 1990.

بيد أن المباراة لن تكون سهلة على البطل لأن أوساسونا صاحب المركز السابع عشر بنفس الرصيد من النقاط مع سبورتنغ خيخون الثامن عشر (37 نقطة)، سيساهل انتزاع نقاط المباراة الثلاث بساى لمن لا ي تعثر سيضعف من حظوظه في البقاء.

وسيقوض مدرب برشلونة جوسيب غوارديولا بتشكيلة احتياطية بمعظمها استعداداً للقاء مانشستر يونايتد الأربعاء المقبل في نهائي دوري أبطال أوروبا، على أمل أن يتوج باللقب لظفر بثلاثية الموسم بعد أن أحرز لقب مسابقة الكأس المحلية.

ويستقبل خيتافي السادس عشر (38 نقطة) نومانسيا قبل الأخير (35 نقطة) الذي يلعب وظهره للحائط إذ لا بديل له عن الفوز، وإن كان انتزاعه في مدريد أمراً صعباً.

ويحل راسينغ سانتاندر ضيفاً على ريكراتيفو هويلفا الأخير الذي لم يهبط بعد حسابياً، وإن كان فوزه في المباراتين المقبلتين ليس كافياً لبقائه بدون أن يتزامن ذلك مع خسارة منافسيه للبقاء.

وسيحاول سبورتنغ خيخون (37 نقطة) الفوز على مضيفه بلد الوليد لأن التعادل أو الخسارة ستجعل مصيره مرهوناً بنتائج الفرق الأخرى.

وسيجوز فوز إسبانيول (41 نقطة) على مضيفه الميريا كافياً له ليتعد نهائيًا عن دائرة الهبوط، كما الحال بالنسبة لريال بيتيس الذي يحل ضيفاً على ملقة.

«السيدة العجوز» تتطلع للاحتفاظ بالمركز الثالث.. وعينها على الثاني

يوفنتوس يحل ضيفاً على سينا في أول امتحان حقيقي تحت قيادة فيرارا



انتر ميلان



ميلان



يوفنتوس

نيقوسيا / 14 أكتوبر / متابعة :

يسعى يوفنتوس ومدربه الجديد تشيريو فيرارا لتجاوز عقبة سينا في اللقاء الذي يجمع الفريقين يوم غد الأحد في المرحلة السابعة والثلاثين - قبل الأخيرة - من الدوري الإيطالي لكرة القدم، أملاً في المحافظة على المركز الثالث المؤهل إلى الدور التمهيدي الثاني من مسابقة دوري أبطال أوروبا، الإبقاء على أماله في انتزاع التأهل المباشر من ميلان الثاني.

ويأمل يوفنتوس أن تكون بدايته مع نجمه السابق فيرارا ناجحة وبالتالي تحقيق فوزه الأول منذ شهرين والبقاء أمام ملاحقه فيورنتينا، لاسيما بعدما أقال فريق «السيدة العجوز» مدربه السابق كلاوديو رانيري مطلع الأسبوع بعد فشله في قيادة الفريق إلى أي لقب هذا الموسم.

وكانت المرحلة افتتحت الأربعاء الماضي بقاء لاتسيو وريجينا فاساحاً بالمجال أمام الاتحاد الأوروبي لتحضير ملعب روما الأولي لنهاية دوري أبطال أوروبا بين مانشستر يونايتد الإنكليزي وبرشلونة الإسباني الذي يقام الأربعاء المقبل.

وانتهت المباراة بفوز لاتسيو بهدف دون رد ما جعل ريجينا أول الهاجين رسمياً إلى الدرجة الثانية.

وتحتدم المنافسة لتفادي الهبوط بين فرق ليتشي الأخير وبولونيا الثامن عشر وتورينو السابع عشر وكيفو السادس عشر، فيستضيف الأول فيورنتينا الرابع وستعني خسارته أو تعادله هبوطه إلى الدرجة الثانية.

أما بولونيا فيخوض اختباراً صعباً أمام كيفو لأن الفريقين يسعيان لتحقيق الفوز، إذ ستعني الخسارة على أمل بولونيا في البقاء حال فوز تورينو السابع عشر على ضيفه جنوى الخامس، لأن رصيده سيقترب عند 33 نقطة في حين سيصبح رصيد تورينو 37 نقطة وهو ما يعني بقاءه رسمياً في الدرجة الأولى.

ويستضيف ميلان فريق العاصمة روما في مباراة ستكون الأخيرة لقاؤه الأسطوري باولو مالديني الذي قضى 31 عاماً مع الـ «روزينيري» واتخذ مالديني البالغ من العمر 40 عاماً قراره باعزال اللعب في نهاية الموسم الحالي وهو يواجه مستقبله ببعض من الفلسفة والحكمة، قائلًا «سأرحل بصفاء الذهن لأنني سأترك رياضة أعطتني الكثير، جعلتني أضحك وابتسم ومنحتني الكثير من الرضى والاكتفاء على الصعيدين الاحترافي والإنساني».

وسيسعى ميلان للمحافظة على مركزه الثاني المؤهل إلى دوري أبطال أوروبا مباشرة.

وفي المباريات الأخرى، يحل باليرمو ضيفاً على اتلانتا اليوم السبت، في حين يستضيف كالياري غدًا الأحد انتر ميلان الذي توج الأسبوع الماضي باللقب، كما يلعب كاتانيا مع ضيفه نابولي.

يلعب اليوم

الدوري الإسباني

- 10:00 إشبيلية × ديبورتيفو لاكورونيا
- 10:00 فياريال × فالنسيا
- 10:00 الميريا × إسبانيول
- 10:00 أتلتيكو بلباو × أتلتيكو مدريد
- 10:00 بلد الوليد × سبورتنغ خيخون
- 10:00 خيتافي × نومانسيا
- 10:00 ملقا × ريال بيتيس
- 10:00 ريكراتيفو × راسينغ سانتاندر
- 10:00 برشلونة × أوساسونا الجزيرة الرياضية + 2

الدوري الفرنسي

- 10:00 سوشو × نانت
- 10:00 بوردو × مونكو
- 10:00 لوريان
- 10:00 ليون × كان
- 10:00 فالنسيا × باريس سان
- 10:00 نيس × تولوز
- 10:00 لو هافر × ليل
- 10:00 أوكسير × سانت اتيان
- 10:00 لو مان × غرونوبل
- 10:00 نانسي × أولميك مارسيليا

الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الأسد	العذراء
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
تغيير العمل أو الإقامة أمر غير جيد في الوقت الحالي لأن الاستقرار أمر مهم بالرغم من مواجهة الصعوبات لا تتعد عن اهلك وأصدفانك حاول الاحتكاك معهم كي تكسب ودهم أنت في وضع مالي مستقر مكافأة مالية من العمل قد تساعد في الوصول إلى هدفك الذي كنت تطمح إليه على صعيد الحياة.	علاقاتك في العمل قد تضر بعلاقاتك العاطفية لا تكثر بما يقال فقط ركز على حياتك العاطفية التي تريدها ولا تخلط العمل بالعاطفة وستكتسب النجاح المطلوب، عاطفياً أنت شخص مهم ومحور اهتمام الوسط المحيط بك الجميع يتق بك والجميع يريدون طلب المشورة منك.	التردد في الحياة صفة مميزة لديك وقد تكون الأكثر خطورة عليك أن تتخذ القرار المناسب في الوقت المناسب، اهتم بالناس المحيطين بك في مجال العمل لأنك ستحتاج إلى دعمهم لا حقاً في تبنى المشاريع والخطط التي كنت تطمح إليها، عاطفياً أنت شخص قلق حول مشاعر الآخرين اتجاهك عليك تجاوز ذلك.	لا تضغ على أسرتك أو على زملائك في العمل كي يقوموا بما تريده أنت فقط لأن ذلك سيجعل منك شخصاً ديكتاتورياً وستخسر محبة الآخرين لك حاول أن تفهمهم بوجهة نظرك وأن تكون أكثر تفهماً لرائهم، عاطفياً أنت في مرحلة جمود كبيرة عليك التخلي عنها.	الحب في جانبك أنت شخص محبوب في مجتمعك وملك عليك أن تعزز هذه المكانة بمد يد العون للجميع عليك أن تعلم بأنك محط ثقة المحيطين بك، على صعيد العمل أنت شخص متميز والجميع يتق بفكراتك ستتمكن بالقيادة لفريق عملك وستجني أرباح ذلك قريباً.	لا تتوانى عن التواجد مع الحبيب عند الحاجة إلى ذلك لأن هذا الأمر لا يعوض بالنسبة للطرفين، على صعيد العمل ستحزن تقدماً مهما عليك بدعم أسرتك وأصدفانك لانهم الدرع الذي يحميك في الحالات الصعبة، ماليًا أنت وضع لا تحسد عليه ولكن هناك شعاع من الأمل القريب بالفرج.
طعم الخطر، يؤثر دائماً تأثيراً حسناً في نفسك، سيبرز جلياً في هذه الفترة؛ حاول أن تبقى عقلانياً، يجب أن يدفع الحب في حياتك، حتى إذا قزرت إغلاق أبواب قلبك للابد، لا تتعد عن محبتك ولكن كن حذراً حاول أن تستمع إلى من حولك ولا تتعهد بما لا تستطيع فعله فرصة علاقة عاطفية في القريب.	القلب، سيكون من الضروري أن تكون لديك الشجاعة لوضع حد للإتحاد الذي يثبت عدم ملائمته أو الذي لن يقدم أي إمكانية للتصين. على صعيد عملك، قم بالفعل بدلا من رد الفعل. حاول أن تبحث عن حلول بديلة بدل من إصلاح الوضع عندما تجد أن الاتحاد الحالي غير مفيد استغف من التجربة وحاول الانطلاق من جديد.	أفكارك ليست واضحة جداً، لا تتخذ أي قرار مهم جداً هذا اليوم ولا تحاول الإيجار. سيكون لديك إمكانية للنجاح في عملك، لكن بشرط بذل جهود عظيمة جداً، حاول أن تتخلى بالصبر والحكمة العجلة باتخاذ القرار لأن تكون محمودة العواقب وإنما عليك بالتأني والصبر على مصاعب العمل.	ستقام بشكل سيئ و من المحتمل أن تشخر، لربما أنت كتيب جداً أيضاً بدون سبب وجيه. علاقاتك مع الآخرين ستكون متوترة وأكثر عدوانية. لا تحاول الاحتكاك المباشر مع محبتك وإنما حاول الابتعاد لفترة مع الطبيعة أو في أي مكان تحس فيه بالراحة ريثما تتمكن من استعادة توازنك النفسي.	لا تدع نفسك تغرى بصفتك العمل الواعدة بأرباح عظيمة لأنها في الواقع ذات ضمانات قليلة، قللك السنننن سيظهر نفسه مرة أخرى بأمراض المعدة، كما كان غالباً في الماضي؛ باختصار، أمتعك هي مقياس حالتك الطبيعية والروحية. لذا تحلى بالواقعية في اتعاطي مع كل ما هو جديد كي تكسب صحتك الجسدية والنفسية.	حرر نفسك من توتراتك بمزاولة التأمل أو الرياضة. انه لجدير بالثناء أن تحاول توسيع حدودك، لكن لا تتالي في تقييم نفسك، لأنك قد تعميها حاول أن تنظر إلى نفسك كما ينظر الآخرون لك بشكل فعلي كي تقييم أخطائك وتبعد عنك الهم والغم اقبل على مشاريعك بجد ولا تجعل التردد يتحكك عن متابعة نشاطك.