

على لسان ملك عبد الشافي: " لا شيء يمكن أن يوقفنا لأننا فتيات "

ملك عبد الشافي ، بطلة السباحة البارالمبية المصرية البالغة من العمر 17 عامًا، والتي تأهلت إلى أولمبياد طوكيو 2021. عندما كانت تبلغ من العمر 10 أشهر، أصيبت بجروح خطيرة في العمود الفقري من جراء حادث أصابها بالشلل الجزئي. بعد الحادث، كان جزء من علاجها هو العلاج المائي، وبسبب ذلك أصبحت تحب السباحة. في عام 2014، انضمت عبد الشافي إلى منتخب مصر. ومنذ ذلك الحين فازت عبد الشافي بـ 39 ميدالية محلية و6 ميداليات دولية. تماشياً مع جهودها لدعم المرأة في الرياضة، تشيد هيئة الأمم المتحدة للمرأة بالإنجازات العظيمة التي حققتها عبد الشافي وتسلط الضوء على رحلتها.

"بدأت السباحة كعلاج مائي، حيث يحتاج مستخدمو الكراسي المتحركة عادة إلى الحفاظ على الدورة الدموية. لم أكن أخطط لممارسة السباحة بشكل احترافي. خلال جلسات العلاج المائي، قال مدربي إنني موهوبة ودفعني للمشاركة في البطولات. كانت أول بطولة لي في عام 2012 مع فريق النادي وحصلت على ميدالية فضية. كان عمري 9 سنوات حينها وكنت أصغر المشاركات في البطولة. لقد فوجئنا جميعاً ولم نتوقع ذلك على الإطلاق. منذ ذلك الحين، قررت أن أسلك مسار احترافي في السباحة. انضمت إلى المنتخب الوطني في 2014 وكنت أصغر سباحة في الفريق.



ملك عبد الشافي ، بطلة مصر في السباحة البارالمبية، ترتدي بعض ميدالياتها.  
صورة: ملك عبد الشافي

منذ ذلك العام، تغير مجرى حياتي، حيث انتقلت من سباحة عادية إلى محترفة في سن 11 عامًا. كانت أول بطولة للسباحين البارالمبيين التي شاركت فيها مصر في عام 2015 في إسبانيا، حيث فزت بميداليتين فضيتين وواحدة ذهب.

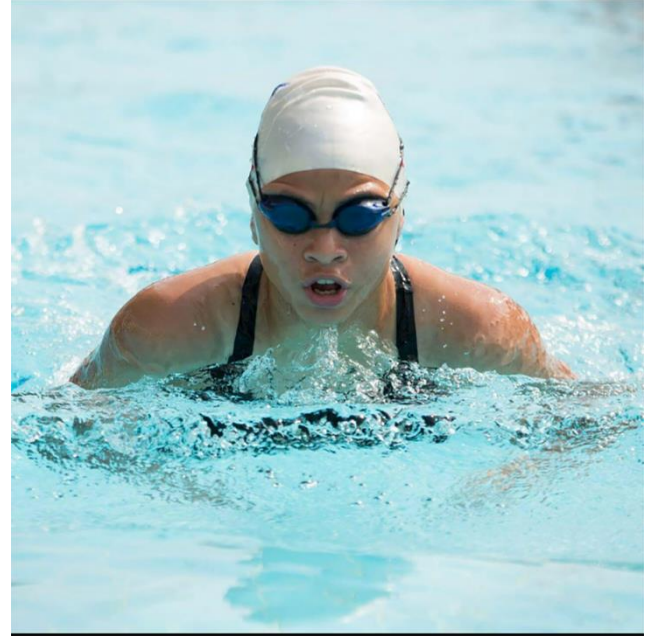
بعد ذلك شاركت في العديد من البطولات الدولية حيث فزت بعدة ميداليات من ضمنها حصولي على المركز الثاني عالمياً للناشئين في أيرلندا عام 2018. في نفس العام، تعرضت لإصابة مما أدت إلى ضمور في العضمة الهلالية وعلى أثرها تم إزالة عظم من الرسخ الأيسر وتأثرت حركتي. وقد منعتني خضوعي لعملية جراحية من المنافسة في بطولة عام 2019 التي كان من الممكن التأهل لبطولة العالم من خلالها. ومع ذلك، لم أستسلم. تقدمنا بطلب للحصول على استثناء تم قبوله وتم تأهيلي تلقائياً. في عام 2019، في بطولة العالم، حطمت الرقم القياسي لأفريقيا، وفزت بالمركز العاشر، وتأهلت لدورة الألعاب الأولمبية في طوكيو 2021. لطالما كان حلمي هو المشاركة في الأولمبياد. هدفي هو الفوز بميدالية ذهبية وتمثيل بلدي بشكل جيد.

عائلي هي الداعم الأكبر لي. بدونهم، لم أكن لأحقق أي شيء. أحد التحديات الرئيسية التي أواجهها [بصفتي بطلة في الألعاب البارالمبية] هو العثور على راعٍ لتمويل التدريبات الإضافية التي أقوم بها ونفقات سفر من يرافقي - عادةً أمي. عادةً ما تتحمل أمي التكلفة الإضافية لتدريب اللياقة البدنية، وخيرة التغذية وجلسات التدريب والتوجيه الحياتي، بالإضافة إلى نفقات السفر عندما ترافقي في البطولات.



ملك عبد الشافي (في الوسط) مع والدتها (على اليمين) وأختها (على الشمال).  
صورة: ملك عبد الشافي

أشعر أحياناً أن الآباء والأمهات يركزون على تدريب أبنائهم أكثر من بناتهم. حتى في الأندية، ينصب التركيز بشكل أكبر على فريق الفتيان بدلاً من فريق الفتيات، على الرغم من أن الفتيات عادةً ما يمثلن بلدنا جيداً في الخارج ويحصلن على جوائز لمصر - مثل فريدة عثمان (سباحة مصرية) وسارة عصام (لاعبة كرة قدم مصرية). عادةً، الأولوية للأولاد وتأني البنات في المرتبة الثانية.. أتمنى أن تدرك الفتيات أنه بإمكانهن فعل أي شيء، وعندما ينجحن، فإن الجميع سيؤمن بهن ويدفعهن إلى بذل المزيد.. لا شيء يمكن أن يوقفنا لأنا فتيات. كلنا بشر ولا فرق بين بنت أو ولد. إحدى المقولات المفضلة لدي هي: "هناك دائماً طريقة أخرى". إذا وجدنا الطريق إلى هدفنا مسدوداً، يجب علينا ألا نستسلم وأن نحاول أن نجد طريق آخر، فبالإصرار سنصل إلى هدفنا.



ملك عبد الشافي، بطلة مصر في السباحة البارالمبية.  
صورة: ملك عبد الشافي

أعتقد أن الرياضة يمكن أن تؤثر على سلوكنا وتساعدنا في إحداث تأثير إيجابي على الآخرين. أأمل أن أتمكن من القيام بذلك يوماً ما وأن أكون نموذجاً ملهماً."