

Rəfiqə Şabanova-80

“Böyük idman sonsuz zəhmət tələb edir”

Yubiley yaşı ərəfəsində onunla zəngləşib, görüşmək istədiyimizi bildirdim. “Zaldayam, gəlin”, – dedi.

Azərbaycanın həndbol üzrə milli komandaları və klubları üçün nəzərdə tutulan “ABU Arena” idman kompleksinin zalına daxil olarkən onun ayaqüstə məşqləri izlədiyini müşahidə edirəm. Həmişəki kimi, yenə də məşqlər başa çatdıqdan sonra həndbolçu qızlar onu dövrəyə aldılar. Budəfəki mövzu isə komandanın məşqinə aid deyildi. Yığma üzvləri Rəfiqə xanım Şabanovanı yubileyi münasibətilə təbrik edir, arzularını dilə gətirirdilər. Rəfiqə xanım isə hamıya özünəməxsus tərzdə sağlam idmançı həyatı arzuladı.

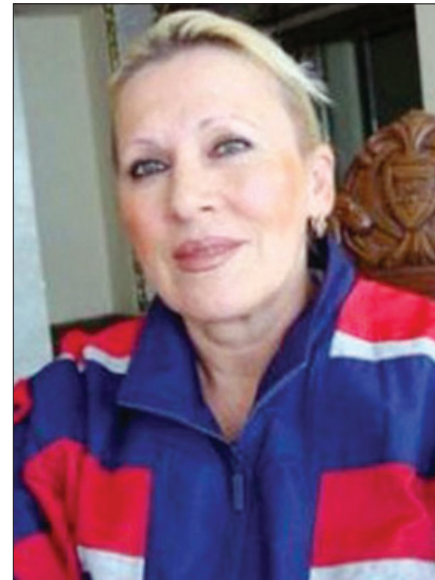
Müsahibəyə uşaqlıq illərini xatırlaması ilə başladı: “1943-cü ildə Bakıda anadan olmuşam. Uşaqlığı müharibənin ən ağır illərinə təsadüf edib. Müharibədən sonrakı dövrə ondan da məşəqqətli olub. Ailədə 9 uşaq olmuşuq. Atam ondan asılı olmayan bir məsələ ilə bağlı dostuna görə həbs ediləndən, bir qədər sonra isə rəhmətə gedəndən sonra

ailəmizdə vəziyyət daha da pisləşib. Bir qardaşım müharibədə itkin düşüb. Digər bacı-qardaşlarımı da sonradan itirdim. Mübarizə aparmaq alınma yazılıb. Bəlkə də idman məni yetişdirdi, döyüşkən etdi. Enişli-yoxuşlu yollarla irəlilədim. Bir an dayanmadım. İndi nəfəsimi dərmək istəyirəm. Dayanıb, dincəlmək istəyirəm. Amma ürəyimin dərinliyində bir səs mənə deyir ki, “Dayanma, irəlilə!”

“Gədə bilirsinizmi”, – sualına “Həyat tərzim tələb edir ki, hərəkətdə olum. Yuxudan səhər tezdən qalxıram. Buna vərdiş etmişəm. Adətən, biz yaşda insanlar tezdən durub piyada xeyli gəzirilər. Amma mən mütləq işimlə bağlı məsələlərlə məşğul oluram. Zalda məşqləri izləyirəm. Zaldan çıxdıqdan sonra bəzən qızım, nəvələrimlə vaxt keçirirəm. Axşamçağı yuxuya qədər vaxtı isə özümə sərf edirəm. Bir neçə saat gəzərəm. İdman edirəm.

Ən çox diqqətimi cəlb edən isə insanların idman etmələri üçün yaradılan şəraitdir. Demək olar ki, hər addımda uşaq və gənclərin idmanla məşğul olması üçün imkan var. Məhəllələrdə idman infrastrukturu xüsusilə maraqlıdır. Öz dövrümü zü xatırlayıram. O zaman uşaqlar məhəllədə harada yer tapırdılarsa, orada top qovurdular. Digər idman növü ilə məşğul olmaq çətin idi. Qızlar o zaman idmanla, demək olar ki, məşğul olmaq istəmədilər. Məhəllədə bir qız mən idim ki, idmana həvəs göstərirdim. Axşamədək oğlanlarla futbol oynayırdım. Sabunçuda yaşayırdıq. Bakıxanov qəsəbəsində yerləşən stadionla getmək üçün kilometrərlə yol gedirdik. Bəzən heç anamdan icazə belə almırdım. Ailədə maddi vəziyyət yaxşı olmadığından böyüdükcə anama da kömək etməli olurdu. Amma idmanı da atmaq istəməirdim.

Rəfiqə xanım uşaqlıqda tennis, atletika ilə məşğul olsa da, ən böyük uğurlarını həndbolda qazanıb: “Atletika üzrə respublika çempionatının mükafatçısı ol-



muşam. Atletikani, həmçinin tennisi çox sevirdim. Həndbola gəlişim təsadüfi olsa da, bu idman növündə özümü tapdım. Elə ilk məşqlərdən sonra başa düşdüm ki, həndbol məhz axtardığım idmandır. Düzdür, nailiyyətlər heç vaxt asan qazanılmır. Çünki böyük idman sonsuz zəhmət tələb edir. Özünü idmana həsr etməlisən. Bunu isə əsl idmançı edə bilər”.

Bəs, bu gün Olimpiya çempionu nə arzulayır?

Cavabı çox sadə oldu: “Bir ana, nənə kimi hər yerdə uşaqların gülüş səslərini eşitmək istəyirəm. Arzulayıram ki, həm qızlar, həm oğlanlar kiçik yaşlarından komanda idman növləri ilə məşğul olsunlar. Onlar komanda şəklində hər bir işin öhdəsindən gəlməyin necə rahat olduğunu başa düşəcəklər. Artıq qızların da oğlan kimi, bütün idman növlərinə maraqlı göstərməsi yaxşı haldır. Bəzi komanda idman növlərində isə qızlarımız çox fəallıq nümayiş etdirirlər. İndi həyat çox dəyişib. Bunları görməmək mümkün deyil”.

XXI Olimpiya oyunlarının (1976, Montreal) çempionu, SSRİ çempionatının gümüş (1970–74, 1976–77), bürünc (1965, 1978, 1980, 1982-1984), SSRİ Xalqları Spartakiadasının gümüş (1974) və bürünc mükafatçısı (1975-1979) Rəfiqə Şabanova idmançı karyerasını başa vurduqdan sonra məşqçiliklə məşğul olub, həmçinin Azərbaycanın qadınlardan ibarət millisinin baş məşqçisi vəzifəsində çalışıb. Hazırda fəaliyyətini Azərbaycan Həndbol Federasiyasının vitse-prezidenti kimi davam etdirir.

Leyla QURBANOVA
XQ