

Qələbənin sərhədsiz gücü

Paralimpiyaçımızın uğur hekayəsi

"Hər gecə bayrağımızı öpüb qalib olacağım anı, onu qələbə sevinci ilə başımın üzərinə qaldıracığımı xəyallarını qururdum..."

Bunu Prezident İlham Əliyev tərəfindən "Şöhrət" ordeni ilə təltif edilən, üçrəngli bayrağımızı dəfələrlə zirvələrə ucaldan, xalqımıza qürur, iftixar hissləri yaşadan dördqat dünya və ikiqat Paralimpiya çempionu para-atlet Lamiyə Vəliyeva deyir.

Hər kəs üçün uğur yolunda maneələr olur. Amma bəziləri var ki, onların yolunda duran çətinliklər təkcə cəmiyyətin qaydaları və ya rəqəbat deyil. Onlar həm də fiziki məhdudiyyətlərlə üz-üzə gəlirlər. Paralimpiya idmançıları məhz bu qəhrəmanlardır və onlar yalnız rəqiblərinə deyil, həm də həyatın sərt sınaqlarına da qalib gəlməlidirlər. Onlar yalnız medal qazanmaqla kifayətlənmirlər, həm də iradəsinin, səbrin və əzmin nə qədər güclü ola biləcəyini bütün dünyaya nümayiş etdirirlər. Elə Lamiyə də görmə qabiliyyətindəki qüsura rəğmən çətinliklərdən usanmayıb, qarşısına qoyduğu hədəflərə müvəffəqiyyətlə nail olan qəhrəmanlardır.

"Bu uşaq çempion olacaq"

Uşaqlıqdan babası ilə birlikdə televiziya müxtəlif idman yarışlarını həvəslə izləyən Lamiyə məktəbdə voleybol dərəcəsinin fəaliyyətə başladığını eşidən kimi tez evə gedib bu xəbəri babası ilə paylaşır və dərəcəyə yazılmaq istədiyini bildirir. Bir il voleybolla məşğul olduqdan sonra məşqçisi bildirir ki, Lamiyə yüngül atletikayla məşğul olsa, daha yaxşı nəticələr əldə edəcək.

Ertəsi gün babası ilə birlikdə idman mərkəzlərindən birinə üz tutub, məşqçi Tofiq Əliyevlə tanış olurlar. Lamiyənin 60 metr qaçışını yoxlayan məşqçi hey-rətqarışıq sevinclə üzünü yanındakılara tutub "Bu uşaq çempion olacaq" deyir. O gündən Lamiyə həyatını idmana həsr edir...

Prinsipiallığı ilə yaşadılardan seçilən Lamiyə yaxşı bilirdi ki, peşəkar idmançı olmaq üçün yalnız fiziki yox, mental gücə sahib olub, rəqiblərindən öncə özünə qalib gəlməyi bacarmalısan. İdmanda qələbə qazanmaq, uğurlar əldə etmək üçün əzmkarlıq, yorğunluğa məhəl qoymadan məşq etmək lazımdır. Seçdiyi sahədə uğur qazanmaq istəyən hər bir idmançı iradəli olmalı, qarşıya çıxacaq çətinlikləri aşmaq üçün özünü psixoloji və fiziki baxımdan hazırlamalıdır. Elə buna görə də atletikaya başladığı ilk illərdə maddi çətinliklər ucbatından lazım olan idman geyiminə və ayaqqabısına sahib ola bilməməsi, hətta ucuz olduğu və o da yalnız bir cüt qaldığı üçün 36 ölçü əvəzinə, 41 ölçülü ayaqqabı alması onu daha da gücləndirmişdi.

2009-cu ildən başlayaraq paralimpiyaçı kimi beynəlxalq və ölkədaxili yarışlarda Azərbaycanı təmsil edən gənc atlet o zamana qədərki ən böyük nailiyyətini isə Tokioda keçirilən Yay Paralimpiya Oyunlarında qazandı. Üstəlik, 400 metr məsafəyə qaçışın final mərhələsində 55 saniyəyə finişə çatmaqla 9 illik paralimpiya rekordunu qırıb, qızıl medala sahibləndi.

Lamiyə deyir ki, həyatının ən unudulmaz anlarından birini 2023-cü ildə dünya para-atletika çempionatının rekordunu qıranda yaşayıb: "Yarışa gedəndə çox çətinliklər çəkdim. Hətta deyim ki, yarışa getməyim son anda oldu. Viza sənədləri ilə bağlı ciddi problemlər yaşadım. Uçuşa bir gün qalmış bildim ki, dünya çempionatına gedirəm. Psixoloji olaraq gərgin idim, üstəlik fiziki zədəm də vardı. Qələbə qazanmağım çox böyük önəm kəsb edirdi. Deyə bilərəm ki, bu yarışda özüm-özümə qalib gəldim. Həmin yarışda ikiqat dünya çempionu oldum. 2024-cü ildə də bir daha ikiqat dünya çempionu adını qazandım".

"Sağlam idmançılarla rəqəbat aparmaq motivasiya verir"

İndi Lamiyənin ən böyük təəssüfü babası ilə bağlıdır. O, babasına mütləq çempion olacağına, himnimizi beynəlxalq



arenada səsləndirəcəyinə, üçrəngli bayrağımızı zirvələrdə dalğalandıracağına söz vermişdi. Lamiyə sözünü tutsa da, çox təəssüf ki, babası onun parlaq qələbəsini görə bilmədi. "Babam 2021-ci ildə dünyasını dəyişdi. Onun çempionluğumu görməsini, mənimlə qürur duymasını çox istəyirdim. Tokio-2020 paralimpiya yarışlarından 5-6 ay öncə babamı itirdim. Qələbələrimi görə bilmədiyinə görə çox təəssüflənirəm. Babam ilk gündən mənə inanıb, stadionlarda yanımda olub, məşqlərə aparıb. Onun itkisi mənim üçün çox ağır oldu. Sonra xatırladım ki, babam həmişə mənə irəli getməyi öyrədib. O deyirdi ki, heç vaxt arxaya baxma, güclü ol, önə get. İndi çox güclüyəm. Babamın ruhunu şad etmək üçün var gücümle çalışıb, onun əziyyətini yerdə qoymayacağam", - deyir gənc atlet.

Hazırda Lamiyə yeni yarışlara, yeni qalibiyyətlərə hazırlaşır. Bu yolda ona böyük dəstəyi isə həyat yoldaşı Tembo Con Monarenqo verir. Peşəkar idmançı olan Tembo yüngül atletika ilə məşğul olur. Lamiyə deyir ki, idman, eyni həyat tərzi onlara bir-birlərini daha yaxşı başa düşməyə kömək edir. Bir-birlərini ruhlandırır dəstək olmaq ailə həyatlarının əsasını təşkil edir. Məqsədləri isə hər ikisinin Azərbaycan bayrağı altında çıxış etməkləridir.

İdmanda uğurun sirri sistemli məşq, inam və özünə qarşı tələbkərliqdır. 23 yaşlı Lamiyə deyir ki, hər bir idmançı

üçün çətin günlər olur. Əsas çətinliyi keçmək üçün motivasiya tapmaqdır. Vətəni layiqincə təmsil etmək üçün daim öz üzərində çalışmalısan. Hazırkı hədəfi isə VI İslam Həmrəylik Oyunlarında qələbə qazanmaqdır: "Bu yarışda sağlam idmançılarla yarışacam. Bunun üçün var gücümle gecə-gündüz çalışıram. İnanıram ki, əziyyətim yerdə qalmayacaq. Allah məni layiq olduğumla mükafatlandıracaq. Bu yay mövsümünü Özbəkistanın paytaxtı Daşkənddə keçirilən Dünya Atletikası'nın bürünc səviyyəli "UNG Meeting" yarışını ilə açdım. Sağlam idmançılar arasında keçirilən yarışda 200 metr məsafəni 24,35 saniyəyə qət edərək bürünc medal qazandım. Bu yarış mənim üçün böyük əhəmiyyət kəsb edirdi. Çünki sağlam idmançılarla eyni səviyyədə rəqəbat apara bildim. Bu həm motivasiya verir, həm də daha çox çalışmağa sövq edir. Gələcə dəfə daha gözəl nəticələr əldə edəcəyimə inanıram. Böyük uğurlar böyük əziyyət tələb edir. Bayrağımızı yüksəltmək, himnimizin sədalarını eşitməyin xoşbəxtliyini yaşamaq ifadəedilməz hissdır. Həmin məqamda ürəyimin necə döyündüyünü, gözələrimin qürurdan dolduğunu, hiss etdiklərimi ifadə etmək çox çətindir. İnsanın əzmi, iradəsi ilə fəth olunmayan zirvə yoxdur. Əminəm ki, ailəmi, dövlətimi, xalqımı hələ çox qürurlandıracağam".

Ülkər XASPOLADOVA,
"Azərbaycan"