

نهلة رمضان

البت الحديدية

حاله خلقتها، فتاة صغيرة لم يكن أحد يسمع عنها من قبل، أصبح اسمها يتردد في جميع الدول والبطولات، انها نهلة رمضان الفتاة الحديدية، والتي اختارت مجال رفع الأثقال هي واخوتها بناء على رغبة والدها مدرب اللعبة، لتصبح نهلة فلتة من فلتات الزمان، ليدفعني لإجراء حوار مع البطلة لكشف أسباب النجاح والظروف التي وضعتها على منصات التتويج وسط عادات وتقاليد غريبه عن مجتمعنا الشرقي، كاشفة عن ادق أسرارها وحواديتها و كواليس البطولات و علاقتها بالجيران وكيف تقبلهما كلاعبة رفع أثقال ...

رفع الأثقال لم يحرمني من أنوثتي. وما زلت أنتظر فارس أحلامي. 
أعيش حياتي الخاصة مثل أي بنت. وفي المعسكرات أو البطولات أنا راجل. 

أنا ست بيت شاطره جدا. ويا بخته اللي هيتجوزنى . 
بعشق عمر الشريف واليسا لكوني رومانسيه . 



* في البداية ممكن تعرفينا على نفسك اكثر؟

أسمى نهلة رمضان محمد عبد المعطى، والدي ووالدتي متوفيان منذ فتره ولدى ثلاث أخوة ولدان هما نور ونهاد وشقيقه وحيدته هي نغم. ولست مرتبطة عاطفيا حاليا.

* كيف بدأت علاقتك برياضه رفع الأثقال؟

عن طريق والدي الكابتن رمضان لكونه لاعب ومدرب في اللعبة منذ فتره طويله، حيث بدأنا ممارسه الرياضة في لعبه ألعاب القوى قبل دخول لعبه رفع الأثقال النسائية في مصر عام ١٩٩٦ ووقتها قرر والدي تدريب اختلى نغم على اللعبة رافضا أن أشارك في هذه التدريبات.

* لماذا؟

لان والدي قال لي وقتها أنني لسه صغيره جدا وجسمي لا يتحمل التدريبات الشاقه والعنيفه وان نغم جسمها سيساعدها على تحمل هذه التدريبات.

* وما حدث بعد ذلك؟

أضيقنا جدا بعد كلام والدي وقررت أتحدى نفسي واثبتت إنني جديرة في ممارسه لعبه رفع الإثقال خصوصا بعدما حببني فيها اختلى نغم وقولها المستمر أنها لعبه شيقه وممتعته ولا تحتاج لمجهود خرافي وقررت وقتها أن أتدرب بمفردتي حتى جاءت بطوله الجمهورية ووقتها حصلت على المركز الأول والفرحة لم تسعني بهذه الإنجاز.

* وماذا قال لك والدك بعد البطولة؟

قال لي لم أرى أحد عنيد مثلك ومن هذه اللحظة قرر أن يعيرني اهتماماته ونبدأ المشوار سويا.

* علاقتك بأسرتك كيف تسير؟

الحقيقه أن والدي ووالدتي قبل وفاتهما كانا يشجعان باستمرار وبعد رحيلهما تولى شقيقي الثالث نور ونهاد ونغم تشجيعي من بعدهما.

* بعيد عن الرياضة علاقتك بإخوتك؟

علاقتي مع أهلي مثل باقي الأسر المصريه تتشاور في جميع الأمور سواء الهامة أو التافهه لتتخذ القرار السليم بتروي وعدم تعجل ونحن نحب بعضنا جدا وكل منا يتمنى للأخر أن يكون في ارفع المناصب.

* هل انت معي بان رفع الأثقال غير مناسب للبنات لطبيعتها الخاصة؟

في بدايتي فكرت في هذا الأمر خصوصا وان هناك ألعاب كثيرة بخلاف رفع الإثقال تناسب البنات، ولكن مع معاشتي للعبه أدركت انه لا مفر منها وقررت أن أمارسها طوال حياتي.

* وانت فين من الأنوثة؟

الحقيقه أني في التدريب واللعبة حاجه وفي الحياة الأخرى حاجه تانيه خالص بمعنى إنني أنسى خلال التدريبات أو البطولات والمعسكرات بأنني أنثى أو بنت وعقب انتهاء التدريب أو البطولة بعيش حياتي الأخرى البس أفضل الملابس واخرج للشوارع خصوصا وإنني البس أنوثيه بعيده عن الملابس الرياضية مثل الترينج أو البنطلون. وجميع ملابسني تكون دائما جيب وبلوزات وبديهيات لان أنا أوؤمن بان ممارسه الرياضة

شيء والحياة الشخصية شيء آخر.

* بتعاكسى فى الشارع؟

مفبش بنت مش بتعاكس فى الشارع أما أنا فعندما أسبر فى الشارع والشباب يعرفنى يلتفوا حولى
وىقولى أوعى تضرببنا يا نهله بتهرب

* والشباب اللى مش عارفبفك؟

تكون المعاكسة عادبه جدا لا تتعدى حدود الكلام

* بتعرفى تطبخى وعلاقتك ايه بالمطبخ؟

رغم طول المعسكرات وبقائى فترات طويلة خارج منزلى إلا أنى بعتر نفسى سن بب شاطره جدا
لكونى أبجد أعمال الطهى بكافة أنواعه من المحشى للمكرونه بالشامل وداىما أهلى يقولوا نفسك حلوا فى
الأكل يا نهله وهو ما يسعدنى كثيرا. خصوصا وان معظم وقى يكون فى المطبخ.

* هل الأكل فقط الذى تجبده فى المنزل؟

أنا أبجد كافة أعمال المنزل من اكل وغسل وتروىق الشقة وكافه الأعمال المنزلىة وكما قلت لك أنا
ست بب شاطره جدا. والغرب بأنى أقوم بتفنبن واختراع بعض الأكلات وتخرج دائما بمذاق رائع.

* هل أنت رومانسىة؟

نعم وبحب أغانى الیسا جدا والممثل عمر الشرف

* ما حكاىة ملكة جمال الرىاضىات؟

لا. لا ملكة جمال ولا حاجة، اختارونى لأكون ملكة جمال الرىاضات، باعتبارأنى ذات ملامح برىئة
ومقبولة من الجماهر.

* ایه أبرز البطولات التى حصلت علها؟

رغم حصولى على بطولات عدیده عالمیه إلا أنى اعترباالمىة الذهبىة فى بطوله جراند التى كانت
تضم أفضل ٧ لاعببن على مستوى العالم بجانب طوله كندا بعدما حصلت فىها على ٣ مبدالىات ذهبیه

* فى النهاىة ایه طموحك الفتره المقبله؟

أن احصل على ذهبیه دوره لندن المقبله وأحافظ على تواجدى العالمى فى مجال لعبه رفع
الاثقال.

