

چه چیزی شمشیربازی را در مقایسه با سایر ورزش ها برجسته می کند؟

نوشته ی: اد کایهاتسو

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۱۰/۱۲)

در پایین ما ویژگی های شمشیربازی پیشرفته را که آن را هیجان انگیزتر و متفاوت تر از بسیاری از ورزش های دیگر می کند، ارائه می کنیم.

سرعت

شمشیربازی ورزش سرعت است، اما مارتن نیست. شمشیربازی نیاز به شتاب انفجاری بالایی دارد و طولانی ترین زمان برای زدن یک ضربه و رد و بدل کردن حرکت های گوناگون برای زدن آن معمولا بیشتر از ۳۰ ثانیه طول نمی کشد. توانایی حفظ تمرکز کامل در طول دوره های کوتاه مدت حملات انفجاری، کلید موفقیت است.



علاوه بر این، از لحاظ ماکزیمم طول زمان یک بازی، بیشترین زمان شمشیربازی که می شود برای یک بازی داشته باشید، ۱۰ دقیقه است، فرض بر این که بازی تا پایان وقت قانونی ادامه پیدا کند. این ۱۰ دقیقه با دو تایم استراحت ۱ دقیقه ای جدا می شود. آن را با ورزش المپیک سه گانه مقایسه کنید، که در آن رقبا به طور متوسط حدود ۳ ساعت بدون وقفه مسابقه می دهند.

ورزش المپیک

شمشیربازی به عنوان یک ورزش المپیک تاریخ سنتی بسیار طولانی دارد. آن یکی از تنها نه ورزشی بود که در اولین المپیک مدرن در سال ۱۸۹۶ آغاز شد. شمشیربازی درست مانند کشتی و ژیمناستیک سابقه ی تاریخی المپیک یکسانی دارد. با پیشرفت جوانان شمشیرباز در سایر سطح های رقابت های قاره ای و جهانی، بازی های المپیک تنها رویای نهایی و برجسته ی هر شمشیرباز جوان می باشد. این بالاترین سطح موفقیت در این ورزش است.

آمادگی ذهنی

موفقیت یا شکست در شمشیربازی بستگی به توانایی شما برای غلبه بر حریف، هم از نظر فیزیکی و هم از نظر ذهنی، دارد. کیفیت تصمیمات شما همیشه به آنچه حریف انجام می دهد بستگی دارد، و شمشیرباز خوب بودن یعنی داشتن دقت تشخیص بالا در شناخت الگوهای حرکتی

تاکتیک های مختلف حریف است. این مورد حتی از سایر مهارت های پیچیده ی شمشیربازی دشوارتر هم هست، زیرا که واکنش های حریف به آنچه در ابتدای بازی انجام داده اید، بستگی دارد (زیرا که هر دو شمشیرباز همیشه سعی بر این دارند که با سبک و استراتژی حریف مقابل سازگار باشند). به این دلیل است که شمشیربازی اغلب با نام "شطرنج فیزیکی" شناخته می شود. در بعضی موارد، واقعا یک نزاع سنگین ذهنی بین دو بازیکن برقرار می شود.



با این توضیح، موفقیت در شمشیربازی مستلزم روحیه ی بالای ذهنی است، زیرا حتی اگر در یک بازی کمی از میزان آمادگی ذهنی شما کاهش پیدا کند (به سبب عصبی بودن و یا عدم تمرکز) می تواند توانایی شما را در تنظیم وضعیت مسابقه تحت تاثیر قرار دهد، و تأثیر منفی فراوانی بر روی عملکرد شما بگذارد.

جامع و دوست داشتنی

شمشیربازی اغلب به عنوان ورزش "تناسب اندام" شناخته می شود، و مورد علاقه ی یک جامعه نسبتا کوچک، اما پرشور است. و این سبب می شود که ممیزه های منحصر به فردی داشته باشد. اکثر کسانی که در این جامعه هستند مشتاقند که در آن رشد کنند و عشق خود را به این ورزش به اشتراک بگذارند، بنابراین از تازه واردان بسیار استقبال می کنند. همچنین، به دلیل جمعیت پایین این جامعه، پس از حضور در چند رقابت، تقریبا با همه ی چهره های فعال آن آشنا می شوید. در نتیجه، اکثر بازیکنان و مربیان بسیار خوشحال می شوند که به یکدیگر کمک کنند، چه از نظر دادن راهنمایی و چه از نظر قرض دادن تجهیزات به هم.

یک ورزشی رزمی خالص نیست

در حالی که شمشیربازی بسیاری از خصوصیت های هنرهای رزمی را با خود به همراه دارد، اما به این معنی نیست که در این ورزش هر که بتواند سخت ترین ضربه ها را بزنند موفق تر است. استراتژی در شمشیربازی مهمتر از قدرت است. آن یکی از امن ترین ورزش های جهان است. تجهیزات آن با توجه به ضوابط ایمنی دقیقی ساخته می شود. ماسک با آزمایش های "پانچ" تست می شود تا اطمینان حاصل شود که آن بتواند ورزشکاران در برابر مصدومیت ها محافظت کند. در سطح بین المللی، جلیقه ها دارای بافتی به نام کولار است که دارای مقاومت بسیار بالا در برابر ضربه است. با توجه به یکی از مطالعات انجام شده، آسیب های شمشیربازی از تنیس روی میز یا بدمینتون کم تر است. با این حال، این بدان معنا نیست که شما هرگز دچار کبودی یا کوفتگی نمی شوید، پس باید بدانید که اگرچه شما زیاد آسیب نخواهید دید، اما ممکن است چندین بار ضربه ی محکم با نوک شمشیر نوش جان بکنید.

ورزش انفرادی

این مورد کاملاً واضح است اما ارزش توضیح را دارد. بر روی پیست هرگز بیش از دو بازیکن نمی تواند حضور داشته باشد، بنابراین موفقیت همیشه در این است که تنها حریف مقابل را باید شکست دهید. اما در حالی که شما نماینده ی مربی، باشگاه و کشور خود هستید، این شما هستید که مدال را به تنهایی به خانه می برید.

حتی در بازی های تیمی، شکست و موفقیت به طور کامل بر روی شانه ی تنها همان بازیکنی که در حال بازی است (فرمت رویدادهای شمشیربازی به صورت امدادی است، چیزی مشابه شنای تیمی).



اگر شما فرد گرا هستید، این ورزش ممکن است برای شما مناسب باشد. این یکی از بزرگترین ویژگی های شمشیربازی است که بسیاری از شمشیربازها عاشق آن هستند. در عین حال، بسیار مهم است که بدانید که این سفر طولانی را باید به تنهایی طی کنید.

بدون ماجراجویی

در بیشتر فیلم ها، جنگجوها شمشیرهای خود را بطور مرتب به هم می زنند. اما برخلاف فیلم ها، ضربه ی شمشیربازی معمولاً بسیار سریع و دقیق است. تیغه ی شمشیرباز، قبل از به ثمر رساندن یک ضربه، به ندرت بیش از دو یا سه بار با تیغه ی حریف برخورد می کند.

علاوه بر این، شمشیربازی یک ورزش مدرن است که در آن از تجهیزات و فن آوری جدید استفاده می شود، که با منشأ باستانی آن بسیار متمایز است. شما در این ورزش، هرگز با دوئل و یا اسب روی پیست شمشیربازی برخورد نخواهید کرد.

ورزش نخبه های دانشگاهی

شمشیربازی یک ورزش سطح بالای دانشگاهی است. در حالی که در برخی از ورزش های حرفه ای این گونه نیست. با یک نگاه ساده به تحصیلات بازیکنان با تجربه ی تیم های ملی، به سادگی به این نتیجه می رسیم. عدم دخالت باشگاه های حرفه ای در شمشیربازی سبب شده است که غالب قهرمانان زنده ی این ورزش در مسابقات قهرمانی دانشجویان جهان نیز دیده شوند. با یک تحقیق متوجه می شویم که بهترین شمشیربازهای کشور، دانشجو یا فارغ التحصیل دانشگاه های برتر کشور هستند.

چالش های شمشیربازی

در اینجا، به برخی از چالش های شمشیربازی می پردازیم.

دوره‌ی آموزش پر پیچ و خم

فراگیری شمشیربازی سخت‌تر از بسیاری از ورزش‌های دیگر است. در حالی که شما می‌توانید پس از انتخاب یک توپ شروع به بازی یا پرتاب آن به داخل سبد کنید، یادگیری حرکات اساسی مورد نیاز شمشیربازی برای بازی با یک مبتدی نیاز به تمرین زیادی دارد.

علاوه بر این، قوانین شمشیربازی، در حالی که لزوماً از سایر ورزش‌ها پیچیده‌تر نیست، باید قبل از اقدام برای ضربه زدن در یک بازی، با جزئیات کامل آموخته شود.

ورزشی است تقریباً گران قیمت

شمشیربازی مقداری قابل توجهی پول نیاز دارد. بسیاری از باشگاه‌ها برای شروع تجهیزات مورد نیاز را در اختیاران قرار می‌دهند، اما به محض اینکه به ادامه دادن آن جدی‌تر می‌شوید، به تجهیزات شخصی خود نیاز خواهید داشت. مجموعه‌ای کامل تجهیزات شمشیربازی حداقل صدها هزار تومان نیاز دارد. این تجهیزات ما دام‌العمری نیستند، و گهگاهی نیاز به جایگزینی دارند.

هزینه‌ی ثبت نام و مربیگری نیز قابل توجه است، اما به گرانی بعضی از ورزش‌های خاص نیست. از آنجا که شمشیربازی ورزش فردی است، شما برای سریع‌تر رشد کردن نیاز به گرفتن درس انفرادی رو در رو به طور منظم از یک مربی دارید. این نوع آموزش‌ها در طول زمان به کلاس‌های گروهی باشگاه افزوده می‌شود، که نتیجه‌ی آن خیلی بیشتر از کلاس‌های دسته‌جمعی است.

علاوه بر این، از آنجا که شمشیربازی یک ورزش معمول در کشور نیست، مسابقات قهرمانی محلی سطح بالا زیاد وجود ندارد. این بدان معنی است که شما باید برای رسیدن به موفقیت و شرکت در مسابقات زیاد سفر کنید.

اطاعت از قانون

هر یک از شمشیربازهای با سابقه می‌تواند به شما بگوید که موقعیت‌های زیادی بوده است که با قضاوت داور در بازی خود یا بازی‌های دیگر، مخالفت کرده است. این بخشی از این ورزش است. در عین حالی که قوانین شمشیربازی خیلی روشن هستند، اما هر بار که شما بر روی پیست می‌روید، باید آماده باشید که با نحوه‌ی اعمال این قوانین در بازی خود کنار بیایید. داوران شمشیربازی قدرت بیشتری برای تعیین نتیجه‌ی مسابقه در مقایسه با بسیاری از ورزش‌های دیگر دارند. و این داورها قوانین را به طور یکسان تفسیر نمی‌کنند. بنابراین، به عنوان یک شمشیرباز، شما همیشه باید آمادگی انطباق با داور خود داشته باشید، و اینکه و بپذیرید که قضاوت این رشته همیشه مانند ورزش‌های دیگر نیست (به عنوان مثال، گذشتن توپ از سبد بسکتبال، و یا قرار گرفتن آن درون دروازه‌ی فوتبال و غیره).



این بدان معنا نیست که بیشتر داوران، مخصوصا در سطوح ملی و بین المللی، قضاوت بسیار خوبی را انجام نمی دهند (ویژگی اصلی داوران سطح بالا، استحکام آنها است)، اما بسیار مهم است که بدانید که حتی بهترین داوران انسان هستند، و توانایی آنها برای دیدن و تعیین آنچه اتفاق می افتد عامل مهمی در هر مسابقه است.

خلاصه:

ما امیدواریم که این مطالب برخی از جنبه های منحصر به فرد شمشیربازی را برای کسانی که تازه وارد آن شده اند، یا برای آنهایی که به آن علاقه مند هستند، اما مطمئن نیستند که برای آنها مناسب است، روشن کرده باشد. در اینجا خلاصه ای سریع از مهم ترین مطالب عرضه شده را در اختیارتان می گذاریم:



شمشیربازی مناسب شماست اگر:

- از ورزش هایی لذت می برید که نیاز به حرکت های انفجاری کوتاه مدت قدرتی و سرعتی دارند.
- بازی ها یا چالش های ذهنی را دوست دارید.
- امیدوار به شرکت در بازی های المپیک هستید.
- ترجیح می دهید موفقیت را تنها با دست های خودتان کسب کنید.
- دنبال جامعه ای می گردید که در عین صمیمی بودن رقابتی نیز باشد.
- دوست دارید به حد اقل ضریب مصدومیت با حریف های خود "بجنگید".
- برای تان زیاد مهم نیست که ورزش مقید به قانون باشد.
- مایل هستید مقدار معتناهایی زمان و منابع مالی را سرمایه گذاری کنید.