

## ایجاد و محافظت از شهرت و اعتبار شمشیربازی خود!

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۱۱/۲۶)

در بالاترین سطح از شمشیربازی، این نقل قول معروف وجود دارد که می گوید:

"در نیمه اول دوره شمشیربازی، شما برای شهرت و اعتبار خود کار می کنید، اما در نیمه دوم این شهرت شماست که برای تان کار می کند!"

این در مورد هر سطح از شمشیربازی صدق می کند، حتی در **مسابقات شمشیربازی** محلی که فاصله فراوانی با سطح مسابقات بین المللی دارد. **جامعه شمشیربازی خیلی کوچک است** و در این جامعه اخبار به سرعت دهان به دهان می چرخد. همه از همه خبر دارند، که آیا شما قصد دارید در یک مسابقه کوچک در منطقه خود شرکت کنید و یا اینکه در یک مسابقه قهرمانی کشور به مصاف **قهرمانان سراسر کشور** خواهید رفت. و این به دلیل این است که **رسانه های اجتماعی** از قابلیت های ارتباطی خودمان جلوتر افتاده اند. افراد زیادی هستند که شما، مربیان و حتی تک تک اعضای خانواده تان را خیلی خوب می شناسند، و شما بسیاری از این افراد را هرگز قبلا ندیده اید!



این باعث می شود که ما به عنوان شمشیرباز از آنچه باید برای ایجاد و حفظ شهرت و اعتبارمان انجام دهیم، اطمینان حاصل کنیم. و این اغلب به صورت ذاتی اتفاق می افتد، اما داشتن شناخت روی آنچه برای ایجاد شهرت و اعتبار هدفمند خود انجام می دهید، ایده خوبی است.

در اینجا به چند روش می پردازیم که می توانید از طریق آن از شهرت شمشیربازی خودتان بیشترین استفاده را ببرید.

### ۱. در عرصه های گوناگون شمشیربازی سخت تلاش کنید

این جنبه شاید بزرگ ترین راه برای ساخت شهرت شمشیربازی شما باشد، و هیچ جادویی در آن وجود ندارد. در شمشیربازی خود سخت کار کنید و این را در معرض دید همه کسانی که شما را می بینند قرار دهید.

این بدین معنی است که شما باید تلاش کنید که بصورت منظم در تمرینات خود حضور پیدا کنید، به توصیه های مربی خود خوب گوش کنید، در مسابقات تعیین شده شرکت کنید، و در هر حضورتان بر روی پیست **بهترین عملکرد خود در معرض نمایش بگذارید**. حال به چند نکته ویژه در مورد سختکوشی که به شهرت شما کمک خواهد کرد، توجه کنید:

- **بیشتر از آنچه حرف می زنید عمل کنید.** اگر به مربی قول داده اید که قبل از درس خصوصی یک ساعت در خانه تمرین کنید، به جای یک ساعت دو ساعت تمرین کنید. اگر قصد دارید در مسابقات آینده کمک داوطلبانه بکنید، کمی زودتر به آنجا بروید و کمی دیرتر آنجا را ترک کنید.
- **مقاوم و ثابت قدم باشید.** سازگاری و استحکام سخت است، اما ستون فقرات موفقیت را تشکیل می دهد. تا جایی که می توانید به طور منظم در مسابقات شرکت کنید. برنامه شمشیربازی خود را به روز نگه دارید، و تا جایی که می توانید استراحت کمتری داشته باشید. مردم متوجه عزم و ثبات قدم شما می شوند و این در بین سایر روش های دیگر مفیدتر است.
- **خود را در جامعه شمشیربازی مشغول کنید.** بخشی از دنیای شمشیربازی باشید! در هر رویدادی خود را نشان دهید، چه برای حمایت از هم باشگاهی های خود و چه برای ایجاد ارتباطات. شما متوجه خواهید شد که افرادی که در محوطه مسابقات هستند، یا تماشاچسانی که برای دیدن مسابقه آمده اند، و حتی کسانی که در مسابقه شرکت کرده اند، افرادی هستند که در دنیای مجازی با هم ارتباط دارید. گذراندن چنین روز طولانی سخت است، اما ارزشش را دارد.

آن کارهای کوچکی که شما هم در تمرین و هم در خارج از آن انجام می دهید، به ویژه در جایی که کار شما سخت تر از همیشه است، آن جایی است که می توانید به شهرت و معروفیت خود بیفزایید. و صد البته که **کار سخت** شمشیربازی شما را بهتر خواهد ساخت، که در نتیجه باعث رشد شهرت شما خواهد شد.

## ۲. سابقه شما می تواند سبب برنده شدن تان شود

این چیزی است که ما واقعا آن را دوست داریم و در عین حال یکی از عواملی است که به ما آسیب می رساند. و این به موقعیت حال حاضر ما بستگی دارد. در هر صورت، این یک واقعیت است که شمشیربازها باید آن را درک کنند و خود را برای آن آماده کنند.



به عنوان مثال، فرض کنیم در دور جدول، شما ۵ برد پشت سر هم بیاورید. همه این را خواهند فهمید، از حریف ها گرفته، تا مربیان و داورها. حالا وقتی که خود را برای ششمین بازی آماده می کنید، دیگران در مورد شما چه فکری خواهند کرد؟ بله، شما در حال حاضر سرگروه جدول هستید، و هر کس که قرار است روبروی شما قرار گیرد، نبردی سخت با شما خواهد داشت، زیرا که شما را "شکست ناپذیر" تصور خواهد کرد. از منظر داور که مهم ترین است، شما کم اشتباه خواهید بود. البته اگر منصفانه فکر کنیم، هر داوری بر این باور نیست و بنابراین ممکن است با

داوری برخورد کنید که این تصور را نداشته باشد. چه باور داشته باشید و چه باور نداشته باشید، در برخی از قضاوت های مشکوک آنها ممکن است به نفع شما نظر بدهند، حتی ناخواسته!

از دید حریف خود این می تواند دو منظر داشته باشد. یکی این است که آنها فکر می کنند شما آنها را به راحتی خواهید برد به طوری که آنها یک بازی آسان و بدون مبارزه برای شما فراهم خواهند کرد. بعضی از آنها برعکس عمل خواهند کرد، آنها مشتاق خواهند بود که شما را شکست دهند و سعی خواهند کرد که نشان دهند که می توانند این کار را بکنند و بنابراین سخت ترین بازی خود را ارائه خواهند کرد. به هر حال در هر کدام از این حالت ها، شهرت شما در چگونگی این اتفاق نقش خواهد داشت.

این امر در بازی های حذفی نیز صدق می کند. اگر شما در دور مقدماتی رده بندی بالایی داشته باشید، دیگران فرض می کنند که شما اولین بازی حذفی خود را به سادگی برنده خواهید شد، زیرا شما با یک حریف **رده پایین تری** مواجه هستید که احتمالاً خیلی ضعیف تر از شماست. شما هم همان انتظارات را خواهید داشت و حتماً از آن آگاهی کاملی نیز دارید.

هرچه بیشتر به رقابت بپردازید، شهرت شما بیشتر و بیشتر می شود. اگر شما هر سال در مسابقات قهرمانی کشور رده سنی خود فاتح شوید، سایرین شما را خوب خواهند شناخت، چه در برابر شما بازی کرده باشند و چه بازی نکرده باشند. آنها خوب متوجه این امر هستند! آنگاه شما روی پیست با بازی های سخت و دشواری مواجه خواهید شد.

نتیجه گیری: راه اول را دوباره مرور کنید.

### ۳. بازیکنان مشکل ساز با مشکل مواجه می شوند

شهرت همیشه چیز خوب نیست. گاهی اوقات آن می تواند نسبتاً خنثی باشد اما اغلب به دسته بندی خوب یا بد تقسیم می شود.



ما این را اغلب در شمشیربازها می بینیم. به عنوان مثال، بازیکنی که پس از دریافت هر ضربه اوقات تلخی می کند، یا اینکه هر قضاوتی را بدون هیچ دلیلی به چالش می کشد، ناله و شکایت می کند، ماسک پرتاب می کند، زمین و زمان را لعنت و نفرین می کند، فریاد می زند، همه این نوع رفتارها یک شهرت بدی را برای او ایجاد می کند. چینی رفتارهایی می تواند موجی از عقاید منفی در مورد این شمشیرباز ایجاد کند. دیگران در حال تماشای شما هستند! یک شمشیرباز ممکن است خودش با داور روبرو نشود، بلکه مربی یا والدینش این کار را بکنند، بنابراین مهم نیست که از طرف چه کسی حاصل شود. هیچ کس دوست ندارد چنین برخوردی را ببیند، و هیچکس نباید چنین برخوردهایی داشته باشد.

مردم خاطرات فراوانی دارند. این امر به ویژه در ورزشی مانند شمشیربازی مهم است، جایی که یک شمشیرباز ممکن است در نوجوانی این ورزش را شروع کند و به مرور زمان به بلوغ برسد. مردم خاطره بازیکنی که در مسابقات منطقه ای رده زیر ۱۰ سال داد و فریاد می کشید را در رده فعلی نوجوانان خود هنوز به یاد می آورند! هنگامی که شهرت بدی را نزد دیگران پیدا کردید، تلاش زیادی برای معکوس کردن نظر آنها مورد نیاز خواهد بود.

این نوع شهرت بد می تواند موجب شود که چنین شمشیربازهایی هرگز برای تمرین با مربیان بزرگ دعوت نشوند و در مصاف با سایر بازیکنان خوب قرار نگیرند و حتی می تواند باعث دادن قضاوت های بد علیه آنها شود. اگر یک داور در دور مقدماتی پول اوقات تلخی بازیکنی را ببیند، احتمالا در بازی های حذفی به خطاهای او با نگاه بازی برخلاف شئونات ورزشکاری برخورد خواهد کرد و طبیعتا به سبب ارتکاب بعضی خطاها او را سریع تر از سایر بازیکنان دیگر جریمه می کند.

حالا به مسابقات المپیک فکر کنید. آیا شما می توانید در بازی های شمشیربازی کسی را پیدا کنید که بر سایر اعضای تیم و مربی خود داد و فریاد و یا وسایل خود را پرتاب کند؟ البته که نه. مربیان و بازیکنان المپیک هرگز چنین کار را نمی کنند و اجازه نمی دهند که یکی از هم تیمی های آنها چنین مشکلی را ایجاد کند.

#### ۴. رسانه های اجتماعی را مدیریت کنید

هر قدر در مورد این موضع صحبت شود کافی نیست. با توجه به اینکه رسانه های اجتماعی و تعاملات آنلاین بیشتر و بیشتر مرسوم شده است، واقعیت این است که هر چیزی که شما در این محیط قرار می دهید می تواند علیه شما استفاده شود، و این خود یک مشکل جدی شده است. این مخصوصا برای **نوجوانان و جوانانی** که ممکن است این تأثیرات را درک نکنند، صدق می کند. فقط مطالب مثبت و سازنده اجتماعی می توانند به صورت آنلاین مطرح شوند! برد خود را جشن بگیرید، اما به بازیکن دیگری تهاجم نکنید. از موفقیت دوست شما بدون سوال بردن مربی لذت ببرید. مطالب را به صورت واضح و مثبت عنوان کنید!



هرگز، هرگز در مورد یک بازیکن، مربی، یا یک مسابقه به صورت آنلاین، مطلب منفی ننویسید. حتی در صفحه هایی که فکر می کنید خصوصی هستند. یک نفر می تواند با چند کلیک یک عکس از آن مطلب را بگیرد و به اشتراک بگذارد. این چیزها نه تنها در حال حاضر، بلکه در آینده نیز برای تان مشکل ایجاد خواهد کرد. اینترنت یک وسیله ابدی است، اما ناامیدی به وجود آمده در اثر یک قضاوت بد یا یک باخت تنها چند دقیقه طول می کشد.

ماهیت سریع رسانه های اجتماعی بدین معنی است که یک بازیکن می تواند با یک پست و تنها در یک زمان کوتاه روابط آرام سال های سال را خنثی کند. اگر در مناسب بودن ارسال یک مطلب شک دارید، پاسخ این است که شما نباید آن را پست کنید.

از طرف دیگر، شما همچنین می توانید برای ایجاد و تقویت شهرت خود به صورت مثبت ارتباطات آنلاین داشته باشید! با شمشیربازهایی که در مسابقات با آنها ملاقات می کنید ارتباط برقرار کنید و این ارتباط را در خارج از مسابقه ادامه دهید، حتی اگر از آنها خیلی دور هستید. شما می توانید تصویری از فعالیت های شمشیربازی خود، چیزهایی که با آن چالش دارید، و منابعی که فکر می کنید مفید هستند، را پست کنید. و صد البته شما می توانید به همکاران شمشیرباز خود به خاطر فعالیت های شمشیربازی خود تبریک بگویید و از آنها حمایت کنید!

#### ۵. خود را به درستی معرفی کنید

همیشه اهمیت حرفه ای بودن را دست کم نگیرید!

این به ظاهر و رفتار ما مرتبط است. یک شمشیرباز حرفه ای همیشه با لباس تمیز، ظاهر شسته و رفته و تجهیزات مرتب ظاهر می شود. اگر شما در هر مسابقه مهمی با تجهیزات خاصی ظاهر شده اید، مردم به راحتی تغییرات خاص شما را متوجه شده و در موردتان فکر دیگری خواهند کرد. اگر عضو یک باشگاه شمشیربازی هستید، لباس آن باشگاه را بپوشید تا همه بدانند که متعلق به آن هستید! **لباس های شمشیربازی خود را تمیز کنید تا بوی بدی نداشته باشد**، اطمینان حاصل کنید که **ساک شمشیربازی** شما به خوبی بسته بندی شده و نامرتب نباشد، وسایل خود را آماده کنید تا در حین مسابقه مجبور نباشید زیاد به زحمت بیافتید.

آمادگی نیمی از نبرد است، و اگر مردم شما را به عنوان یک شمشیرباز مرتب در خارج از پیست ببینند، روی پیست نیز این گونه شما را خواهند دید.



وقت شناسی نیز مهم است! آن بازیکنی نباشید که نوبت بازی خود را فراموش کند و یا به سبب فراموش کردن ثبت نام در روز قبل مجبور باشید روز مسابقه التماس کنید. در حالی که سوال پرسیدن همیشه خوب است، اما همیشه آمادگی داشته باشید و سعی کنید خودتان مطالب را دریافت کنید.

محتاط و با ملاحظه باشید. در شمشیربازی فرهنگ ها و زبان های مختلفی وجود دارد، و این تنوع چیزی است که ما دوست داریم! به همه خوش آمد بگویید و با آنها مهربان باشید. با این کار مردم همیشه متوجه رفتار مودبانه شما خواهند شد.

بیشتر از همه، متوجه باشید که شهرت شما به عنوان یک شمشیرباز صرفاً متعلق به شماست. شما این را تعیین می کنید، انتخاب های شما سبب می شود که مردم شما را به نحوی خاص درک کنند. این عرصه ای است که خوب بودن در آن می تواند منجر به نتایج خوبی بشود!

Igor Chirashnya  
[Academy of Fencing Masters Blog](#)