

قانون جدید عدم تمایل به مبارزه در شمشیربازی!

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۸/۱/۳)

عدم تمایل به مبارزه (Unwillingness to fight)

بازی منفی (Passivity)

کم کاری (Non-combativity)

معنی همه اینها یکی است. آنها به این مفهوم هستند که دو شمشیرباز در حال بازی نیستند، بلکه روی پیست ایستاده و به یکدیگر نگاه می کنند. در واقع، بازیکنانی که قرار است به عنوان اساتید بزرگ و جسور شمشیربازی باشند، تظاهر می کنند که مانند مجسمه روی پیست قرار دارند، و منتظر هستند بازیکن دوم کاری را انجام دهد.

در ورزش رقابتی شمشیربازی، عدم تمایل به جنگندگی از قدیم شایع بوده است. آن در همه جا و برای مدت زمان بسیار طولانی رایج بوده و اغلب به عنوان یک حرکت تاکتیکی در مسابقات سطح بالا استفاده می شد. آن به این معنا است که بازیکن بتواند با حد اقل ضربه برنده شود و نه تنها در ایران بلکه در سراسر جهان جریان داشت. اما از این به بعد این امر امکان پذیر نخواهد بود. در اینجا ما قصد داریم **قانون جدید عدم تمایل به مبارزه** را که توسط FIE (فدراسیون بین المللی شمشیربازی) تهیه و تصویب شده و از اول ژانویه ۲۰۱۹ در کلیه مسابقات شمشیربازی به مرحله اجرا درآمده است، برای شما تشریح کنیم.



این یکی از تغییرات چشمگیر در قوانین شمشیربازی سال های اخیر است. البته همیشه تغییرات زیادی وجود داشته و هر سال تغییرات جدیدی برای اعمال نیز داریم، اما این قانون کاملا با سایر قوانین متفاوت است.

عدم تمایل به مبارزه در شمشیربازی چیست؟

عدم تمایل به مبارزه، بازی منفی، یا کم کاری، اساسا وضعیتی است که در آن دو شمشیرباز روی پیست، لزوما هیچ تلاشی برای بازی نمی کنند و هیچ امتیازی نمی گیرند. آنها در واقع بطور عمدی خود را درگیر بازی نمی کنند.

از قدیم گفته اند که یک دست صدا ندارد، بهمین علت است که عدم تمایل به مبارزه روی پیست رخ می دهد. اگر یک از دو شمشیرباز غیرفعال باشد، بازیکن دوم نیز مجبور است اینگونه باشد، اما اگر یک بازیکن بازی کند دیگر عدم تمایل به مبارزه وجود نخواهد داشت، زیرا شمشیرباز دوم مجبور است دفاع کند.

دلایل زیادی برای عدم تمایل به مبارزه وجود دارد. گاهی اوقات آن بعنوان یک فرآیند تاکتیکی صرف به کار می رود. از آنجایی که شانس دریافت ضربه برای بازیکنان تهاجمی خیلی بالاتر است، بنابراین دو شمشیرباز از ترس ضربه خوردن ریسک نمی کنند. به همین دلیل بازیکنان تهاجمی می دانستند که می توانند با غیر فعال کردن بازی در شرایط خاصی از خود محافظت کنند، و بدون اینکه خطر دریافت ضربه برای خود ایجاد کنند، پیشتازی خود را از حریف حفظ کنند. در برخی مسابقات سطح بالا، این رویکرد تاکتیکی غیرفعال کردن بازی به یک روش اساسی برای بازیکنان تیمی تبدیل شده بود، زیرا چنین تصمیمی خیلی بهتر از ریسک به خطر انداختن خود می باشد. در چنین موقعیت هایی، ما بخش های طولانی از یک مسابقه تیمی را بدون هیچ گونه بازی فعال می دیدیم. شمشیربازهای تازه کار یکی از مرتکبان عمده عدم تمایل به مبارزه هستند، که به سادگی می توان گفت دلیل آن ترس از دست دادن امتیاز در حین حرکت به جلو می باشد. در این مورد، واکنش آنها تاکتیکی نیست، بلکه بیشتر عاطفی بوده و حاکی از کمبود تجربه است.



عدم تمایل به بازی به هر دلیلی که باشد، نتیجه اش همیشه یکسان است، شمشیربازها، شمشیر به دست روی پنجه به بالا و پایین می پرند، حریف خود را با چشم های خود نظاره می کنند در حالی که شمشیر بی فایده در دست آنها قرار دارد. البته این بدان معنا نیست که این تکنیک تاکنون مؤثر نبوده است، بلکه کسانی که از این حربه استفاده کرده اند آن را تاکتیکی بسیار موثر می دانند. و هیچ اشکالی در آن نیز وجود ندارد!

اخیرا فدراسیون جهانی، از داوران خواستار شده است که بدون پرسش و یا انتقاد، این قانون را، حداقل فعلا، اعمال نمایند. استدلال آنها این است که نظر سایرین در مورد این قانون جدید در حال حاضر زیاد مهم نیست. و این کاملا درست است، و حس ما در مورد این قانون جدید و آنچه درباره آن فکر می کنیم واقعا مهم نیست، مهم این است که آن را اجرا کنیم. این بدان معنی است که شمشیربازی از این به بعد این گونه خواهد بود، و الان واقعا هیچ کاری در مورد آن نمی توان انجام داد.

مشکل شمشیربازی خسته کننده و حوصله سر بر

هنگامی که به تماشای یک مسابقه شیرجه در المپیک می نشینید، انتظار دارید چی ببینید؟ احتمالا توقع ندارید شیرجه رو ها را ببینید که در لبه تخته دایو ایستاده و بدون حرکت در حال تماشای آب هستند. درباره فوتبال چطور؟ آیا انتظار دارید که فوتبالیست ها بی حرکت در زمین

بایستند بدون اینکه توپی را شوت کنند؟ آیا تماشای مسابقات اتومبیل رانی سرگرم کننده خواهد بود اگر ماشین ها در خط شروع بدون حرکت باقی بمانند؟

این مطلب در مورد شمشیربازی نیز صدق می کند. هیچ کس دوست ندارد دو شمشیرباز را در دو طرف پیست ایستاده و در حال تماشای همدیگر ببیند. آنچه ما بعنوان تماشاچی می خواهیم ببینیم، شمشیربازی است! یک شمشیربازی واقعی!

امروزه فیلم های ویدئویی در همه جا در دسترس است. منظور ما در هر جا و در هر مکان. از موبایل تان گرفته تا در در یخچال آشپزخانه. همان گونه که شمشیربازی روز به روز محبوب تر و مردمی تر شده است، اکنون ما شاهد فیلم های بیشتری در این صفحات هستیم. هنگامی که ما این دستگاه ها را روشن می کنیم، چه در طول بازی های المپیک و چه در یوتیوب، دوست داریم شمشیربازها را در حال مبارزه واقعی ببینیم. تماشاگران دوست دارند حرکات اکشن داری را ببینند. آنها می خواهند امتیاز گرفتن بازیکن ها را ببینند و صدای چکاچک شمشیرها را بشنوند. شمشیربازی یعنی این! این تنها در مورد هواداران گاه به گاه شمشیربازی صدق نمی کند، بلکه برای کسانی که در این ورزش حرفه ای هستند نیز صدق می کند. ما دوست داریم ورزش ما سرگرم کننده باشد! وقتی که شما دو شمشیرباز را می بینید که در فاصله ای ثابت روبروی یکدیگر بدون هیچ واکنشی ایستاده اند، صحنه بسیار خسته کننده می شود. هیچ چیز بدتر از یک ورزش بسیار خسته کننده نیز وجود ندارد. اگر قرار باشد ورزشی رشد و رونق داشته باشند، آن باید قابل تماشا باشد، و همه ما قطعاً دوست داریم که شمشیربازی در این زمینه نیز رشد و پیشرفت کند.

این تغییر در قانون، شمشیربازها را مجبور خواهد کرد که با حرارت فعالیت کنند، تا حرکت های گوناگون خود را به نمایش بگذارند. به این دلیل است که FIE آن را معرفی کرد! این باعث می شود که بازی های قانع کننده تری در اختیار تماشاچیان قرار گیرد، هم برای هواداران عادی و هم برای طرفداران حرفه ای. آیا این قانون جدید می تواند یک بار و برای همیشه به شمشیرهای خسته کننده پایان دهد؟ این احتمال واقعی است. و باعث می شود که شمشیربازی در تلویزیون بیشتر پخش شود.

ریز و بم قانون عدم تمایل به مبارزه

قوانین جدید ممکن است برای کمتر خسته کننده کردن بازی، برای شمشیربازها نیز عالی باشد، اما فهمیدن چگونگی به کار گیری آن، ممکن است برای آنها کمی گیج کننده باشد. چیز دیگری که باید در نظر داشته باشید این است که احتمالاً تعدادی اصلاحیه مورد نیاز در مسیر اجرا نیز خواهیم داشت، تغییراتی که در عمل ایجاد می شود. پس از بازخوردهای کمیته های داوری و کمیته های فنی و پس از انجام آزمایشات مختلف ما خواهیم دید که تنظیمات لازم برای بهبود این قانون که برای توسعه ورزش ما جالب است، انجام خواهد شد.

مفهوم اصلی و قابل فهم قانون این است:

- اگر دو شمشیرباز در عرض یک دقیقه نتوانند ضربه ای را بزنند، یک ضربه در اپه و یا روشن شدن یک چراغ در فلوره، در عرض یک دقیقه در طول مسابقه، آنها جریمه خواهند شد.

همان طور که گفتیم یک دست صدا ندازه، و در بازی منفی هر دو بازیکن مقصودند. بنابراین اگر دو بازیکن روی پیست بدون فعالیت بایستند، هر دو جریمه می شوند. نحوه جریمه آنها ابتدا با هشدار می باشد، به طوری که آنها یک کارت زرد p دریافت می کنند. اگر آنها همچنان به عدم تمایل به مبارزه، و عدم تمایل به جنگندگی را ادامه دهند، در دو نوبت بعدی آنها با کارت قرمز p مجازات خواهند شد. در اینجا شما می توانید به قانون کامل **t.124 در کتاب قوانین فنی فدراسیون جهانی شمشیربازی** مراجعه کنید. ضمن اینکه برای راحتی شما آن را اینجا نیز آورده ایم.

t.124

اگر یک دقیقه بازی بدون رد و بدل شدن یک ضربه قابل قبول، یا بدون ضربه ای که به خارج از هدف اصابت کند، انجام شود، کم کاری رخ داده است. هر گاه یک یا هر دو بازیکن مرتکب خطای کم کاری بشوند، داور بلافاصله با دستور "هالت" بازی را قطع می کند.

۱. بازی های انفرادی – حذفی

هنگامی که برای اولین بار، یک دقیقه کم کاری رخ دهد، داور یک یا هر دو شمشیرباز را با کارت زرد P به شرح زیر جریمه می کند:

الف) اگر امتیاز هر دو شمشیرباز برابر باشد: داور دو شمشیرباز را با کارت زرد P جریمه می کند.

ب) اگر امتیاز هر دو شمشیرباز برابر نباشد: داور شمشیربازی که امتیاز کمتری دارد را با کارت زرد P جریمه می کند.

هنگامی که برای دومین و سومین بار، یک دقیقه کم کاری رخ دهد، داور یک یا هر دو شمشیرباز را با کارت قرمز P به شرح زیر جریمه می کند:

ج) اگر امتیاز هر دو شمشیرباز برابر باشد: داور دو شمشیرباز را با کارت قرمز P جریمه می کند.

د) اگر امتیاز هر دو شمشیرباز برابر نباشد: داور شمشیربازی که امتیاز کمتری دارد را با کارت قرمز P جریمه می کند.

پس از تخصیص هر کارت قرمز P به دلیل کم کاری، دو شمشیرباز بازی خود را تا انتهای دوره زمانی که در آن کارت قرمز P داده شده است، ادامه می دهند.

هنگامی که برای چهارمین بار، کم کاری رخ دهد، یک یا هر دو شمشیربازی که قبلا دو کارت قرمز P دریافت کرده اند، یک کارت مشکی P دریافت می کنند.

اگر امتیاز هر دو شمشیرباز برابر باشد و بطور همزمان کارت سیاه P دریافت کنند، شمشیربازی که دارای رتبه بندی FIE بالاتری است، برنده بازی خواهد شد.

۲. بازی های تیمی

هنگامی که برای اولین بار، یک دقیقه کم کاری رخ دهد، داور یک یا هر دو تیم را با کارت زرد P به شرح زیر جریمه می کند:

الف) اگر امتیاز هر دو تیم برابر باشد: داور دو تیم را با کارت زرد P جریمه می کند.

ب) اگر امتیاز هر دو تیم برابر نباشد: داور تیمی که امتیاز کمتری دارد را با کارت زرد P جریمه می کند.

هنگامی که برای دومین و سومین بار، یک دقیقه کم کاری رخ دهد، داور یک یا هر دو تیم را با کارت قرمز P به شرح زیر جریمه می کند:

ج) اگر امتیاز هر دو تیم برابر باشد: داور دو تیم را با کارت قرمز P جریمه می کند.

د) اگر امتیاز هر دو تیم برابر نباشد: داور تیمی که امتیاز کمتری دارد را با کارت قرمز P جریمه می کند.

پس از تخصیص هر کارت قرمز P به دلیل کم کاری، دو شمشیرباز بازی خود را تا انتهای دوره زمانی که در آن کارت قرمز P داده شده است، ادامه می دهند.

هنگامی که برای چهارمین بار، کم کاری رخ دهد، یک یا هر دو تیمی که قبلا دو کارت قرمز P دریافت کرده اند، یک کارت سیاه P دریافت می کنند.

تیمی که کارت سیاه دریافت کرده است می تواند از بازیکن رزرو خود استفاده کند، البته اگر بازیکن رزرو داشته باشد و قبلا جایگزینی تاکتیکی یا پزشکی انجام

نداده باشد. اگر بعد از دریافت کارت سیاه P جایگزینی انجام شود، هیچ جایگزینی بعدی ممکن نخواهد بود، حتی به دلایل پزشکی.

اگر پس از دریافت یک کارت سیاه P امکان جایگزینی وجود نداشته باشد (به دلیل نداشتن بازیکن رزرو و یا اینکه تعویض قبلا انجام شده است)، تیمی که با

کارت سیاه P جریمه شده است بازنده آن بازی خواهد بود.

اگر امتیاز هر دو تیم برابر باشد و بطور همزمان کارت های سیاه P دریافت کنند، تیمی که دارای رتبه بندی FIE بالاتری است، برنده بازی خواهد شد.

۳. هر دو مسابقات انفرادی و تیمی

الف) کارت های زرد P (اخطار دهنده) و کارت های قرمز P (ضربه جرمیه) دریافت شده در هر بازی حذفی یا بازی تیمی تنها برای همان بازی معتبر هستند. این جرمیه ها قابل انتقال به بازی های بعدی نیستند.

ب) کارت سیاه P به معنای رد صلاحیت به دلیل عدم تمایل مکرر به بازی است. **جریمه تعلیق ۶۰ روزه در این مورد اعمال نمی شود**، بازیکن یا تیم جرمیه شده موقعیت خود در رده بندی و امتیاز های به دست آمده تا زمان رد صلاحیت را حفظ می کند.

ج) داور باید این کارت های زرد P، قرمز P و سیاه P را به صورت جداگانه در برگه ثبت امتیازها مرقوم کند. جرمیه های اعطا شده به دلیل کم کاری با سایر جرمیه های دیگر قابل تجمیع نمی باشد.

د) در هر دو مسابقات انفرادی و تیمی، در صورتی که در پایان زمان قانونی بازی، امتیازها برابر باشد، ماده های قانونی t.40.3 و t.41.5 اعمال خواهد شد.

نام کارت هایی که برای غیرفعال بودن بازی داده می شوند، عبارتند از:

- کارت زرد P
- کارت قرمز P
- کارت سیاه P

این کارت ها نباید با کارت های جرمیه عادی اشتباه گرفته شوند. اینها کارت های کم کاری هستند. آنها کاملا متفاوتند. یک کارت زرد عادی با کارت زرد P کم کاری بسیار متفاوت است. بنابراین اگر شما یک کارت زرد عادی داشته باشید، برای مثال هنگام حضور روی پیست به دلیل کار نکردن سلاح تان کارت زرد بگیرید، و پس از آن یک کارت زرد کم کاری دریافت کنید، اینها به هم ارتباط پیدا نمی کنند. آنها کاملا جدا از هم هستند. همین امر در مورد هر جرمیه کارت زرد دیگر و یا حتی جرمیه کارت قرمز نیز صدق می کند. آنها کاملا با هم متفاوت هستند! فرض کنیم که شما یک کارت زرد دریافت کرده اید و برای اولین بار به بازی غیرفعال رو آورده باشید، هرگز کارت قرمز P دریافت نخواهید کرد. صادقانه بگوییم، من فکر می کنم که در نهایت این کارت ها را متفاوت خواهند کرد، زیرا در حال حاضر آنها کاملا گیج کننده شده اند. داوران دو مجموعه کارت را همراه خود دارند، و برای تمییز بین دو مجموعه، یکی از آنها با حرف "P" همراه است.



چیز دیگری که برای بررسی بسیار مهم است، زمان است. تا به امروز، داور پس از کم کاری بازی را به دور بعد ارتقا می داد، و قبل از شروع راند بعدی یک دقیقه استراحت لغو می شد. سپس شمشیربازها مجبور بودند راند بعدی و راند بعدی را ادامه دهند و سپس وارد یک دقیقه کامل پایانی می شدند، که تا آخر باید بازی می شد. اما در قانون جدید عدم تمایل به مبارزه، اگر بازیکن یا بازیکن ها با کارت P جرمیه شوند، بازی از همان لحظه دوباره ادامه می یابد، و بازی به راند بعدی نمی رود و داور بازی را از همان جایی که روی پیست حالت داده بود، دوباره آغاز می کند. شمشیربازها به خطوط درجا (گارد) برنمی گردند، آنها درست از همان جایی که حالت داده شده است، بازی را ادامه می دهند. این مهم است زیرا هیچ زمانی در بازی ضایع نخواهد شد و همان زمان استانداری که در نظر گرفته شده است طی خواهد شد. بنابراین همه چیز با همین شیوه پیشرفت خواهد کرد، و شمشیربازها مجبورند بازی را تا آخر ادامه دهند.

به طور کلی، زیر و بم این قانون به ظاهر سخت، بسیار ساده است! بهترین راه این است که آن را به بخش های کوچک تری تقسیم کنیم تا بتوان آن را آسان تر درک کرد.

شمشیربازها باید ریسک کنند

آنچه جالب است این است که جریمه ها به صورت یکسان اعمال نمی شوند! این سخت ترین بخش درک این قانون است، اما اساسا از همه بدتر جریمه در لحظه اعمال به بازیکن با امتیاز کمتر داده می شود. حالا چرا این گونه است؟ دلیل آن این است که اگر شما امتیاز کمتری داشته باشید و نجنگید، بازی را خواهید باخت. بنابراین، در چنین وضعیتی شما باید خطر کنید، و با این قانون جدید شما مجبور به ریسک هستید.

این قانون عدم تمایل به مبارزه اساسا در مورد یک چیز است، اینکه هر برنامه ای برای بازی داشته باشید، باید ریسک کنید. شما باید در عرض یک دقیقه تلاش کنید که ضربه ای را بزنید. یک دقیقه در شمشیربازی زمان زیادی است. آن به اندازه ابدیت است! شما باید سعی کنید در این زمان ضربه ای را بزنید، البته این کار حتی برای مبتدیان نمی تواند آنقدر چالش برانگیز باشد. اتفاق های زیادی می تواند در یک دقیقه رخ بدهد. این زمان قطعا برای آماده کردن یک حرکت و اجرای آن کافی است. اصل مطلب این است، که اگر خطر را نپذیرید، به هر حال یک امتیاز را از دست خواهید داد! بنابراین اگر قرار باشد یک امتیاز را از دست بدهیم، چرا ریسک نکنیم؟ هیچ دلیلی برای ریسک نکردن وجود ندارد. در چنین وضعیتی شمشیرباز باید خود را موظف به انجام این ریسک کند و حرکتی را به اجرا بگذارد. حریف از طرف دیگر می داند که شما هیچ گزینه ای جز به خطر انداختن خود نخواهید داشت و باید حرکتی را آغاز کنید.

و این سبب خواهد شد که شمشیربازی خیلی جالب شود!



در مورد مسابقه ای فکر کنید که دو بازیکن با امتیاز برابر به پایان زمان قانونی برسند. در طول یک دقیقه پایانی با حق تقدم، شمشیربازی که قرعه حق تقدم از دست داده است مجبور به جنگیدن است. او به هر حال مجبور است اقدامی کند. آنچه شما اغلب در مسابقات مختلف مشاهده می کنید این است که یک بازیکن برنده حق تقدم به حالت تدافعی بیشتری فرو می رود، در حالی که بازیکن که حق تقدم ندارد، حالت تهاجمی به خود می گیرد، زیرا او چیزی برای از دست دادن ندارد. او در هر حال قرار است ببازد. پس چرا نجنگد، چرا شانس خود را امتحان نکند؟ او سعی می کند کاری بکند تا ببیند چه اتفاقی می افتد. این قانون جدید کم کاری دقیقا به این منظور طراحی شده است. شانس خود را بیازمایید، و با یک ریسک جانانه برای گرفتن امتیاز بجنگید. شما چیزی برای از دست دادن ندارید، چون اگر این کار را نکنید، به هر حال خواهید باخت.

اگر توجه کرده باشید، چیز دیگری در این قانون وجود دارد که تنها به نفع یک نفر و به ضرر بازیکن دیگر می باشد. در این مورد، کسی که از نظر امتیازی جلو است، منتفع است. حق تقدم هنگام دادن جریمه کارت های p می تواند با این مفهوم باشد که دو بازیکن باید بجنگند، زیرا در صورتی که همه چیز برابر باشد و هر دوی آنها کارت سیاه p دریافت کنند و بازی به آخر برسد، کسی که رده بندی اولیه بهتری داشته باشد، برنده خواهد شد. در اینجا نیز این بدان معنی است که بازیکنی که رده پایین تری دارد بازی را از دست خواهد داد. این موردی است که شاید دوباره در مورد خوبی یا بدی آن، یا عادلانه یا ناعادلانه بودن آن استدلال خواهید آورد. نکته اصلی این است که اگر رده کمتری دارید و اگر قبلا با کارت کم کاری هشدار داده شده اید، زمانی که کارت سیاه p داده شود، شما متضرر خواهید شد. حالا شما هیچ گزینه دیگری ندارید، جر اینکه بجنگید. شما باید آمادگی خود را برای اجرای یک حرکت تهاجمی فراهم کنید، در غیر این صورت شما محکوم به شکست هستید. شما بازی را از دست خواهید داد.

اساسا این قانون همه چیز را تغییر خواهد داد. بله همه چیز را دگرگون خواهد کرد! آن جریان مسابقه و رویکرد تاکتیکی را به طور کلی، تغییر خواهد داد. برای آن دسته از بازیکنانی که معتقد بودند کم کاری یک استراتژی است و به آن بعنوان یک نوع ایده تاکتیکی نگاه می کردند، آنها باید در مورد راه های دیگری فکر کنند. در حال حاضر بازی ها تا پایان وقت قانونی به طور کامل ادامه پیدا می کند، و در نتیجه بسیار پویاتر خواهد بود، زیرا این امر پس از دادن اولین کارت p تضمین می شود، وقتی شمشیربازها بطور ناگهان متوجه می شوند به خاطر هیچ جریمه شده اند، و از همه مهم تر از دست دادن یک امتیاز از این طریق می تواند بسیار ناراحت کننده باشد، بنابراین حتما ریسک خواهند کرد. البته به ناچار!



این قانون از ابتدای سال میلادی ۲۰۱۹ در کلیه مسابقات رسمی FIE پیاده شد. و به تبع آن باید در رقابت های داخلی، محلی و منطقه ای یا ملی، اجرا شود. البته به دلیل کمبود تایمر در آپاره های موجود در داخل کشور، در مسابقات محلی چالش برانگیز خواهد شد، اما در نهایت به هر حال راه حل هایی پیدا خواهد شد. کسانی که در مسابقات جهانی نوجوانان، جوانان و بزرگسالان شرکت کرده اند، کاملا با این قانون جدی عدم تمایل به مبارزه آشنایی کامل دارند.

شمشیربازی یعنی جنگیدن است. آن به معنای ریسک کردن و نتیجه گرفتن از طریق خطر کردن می باشد. مطمئنا گاهی اوقات شما مجبور هستید با نتایج غیر متوقع مقابله کنید به ویژه هنگامی که امتیازی به ضرر شما داده شود، اما این تنها یک طرف جاذبه و حسن این قانون است!

Igor Chirashnya
Academy of Fencing Masters Blog