

چرا باید جایگاه رده بندی خود را مستحکم کرد!

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۸/۱/۸)

بالاخره به هدف تان رسیدید! بعد از چند ماه کار سخت، گوش دادن به حرف های مربی و صرف وقت زیاد در باشگاه و پیشرفت سخت گیرانه، سرانجام این کار را انجام دادید! شما در نهایت **رتبه** شمشیربازی دلخواه را که به دنبالش بودید به دست آوردید.

اغلب شمشیربازها فکر می کنند زمانی که این رتبه را برای اولین بار به دست می آورند، در حد کمال به وظیفه خود عمل کرده اند و به هدف خود رسیده اند. آنها احساس می کنند که این یک دست آورد بسیار بزرگی است که می تواند آنها را برای مدتی به جلو ببرد، و شاید بتوانند بدون توجه و تمرکز فراوان بر روی تمرینات شمشیربازی خود، کمی استراحت کنند. حداقل برای مدتی! بله، این یک نتیجه عالی و بسیار درخشانی است! درست هم هست، آن واقعا کار بزرگی است.



اما درست مثل هر چیز دیگر در زندگی، مهم این است که این نوع موفقیت را خوب درک کنیم. برخی شمشیربازها، به ویژه جوانان، می توانند به متوقف شدن در آن حد عادت کنند، و با خود فکر کنند که حالا که به چنین رتبه ای رسیده ام، وقت آن است که برای مدت کوتاهی استراحت کنم. و این کاملا نادرست است!

توجه: ما می دانیم که کسانی که دنبال جزئیات هستند، این را رتبه بندی نمی نامند بلکه به آن رنکینگ شمشیربازی می گویند، البته حق با شماست و این اصطلاح درست است! البته از لحاظ فنی. با این حال، در واقع به طور کلی به این طبقه بندی "رتبه بندی" اطلاق می شود. بنابراین برای یکسان سازی کلی، ما همچنان از این اصطلاح غیر رسمی استفاده می کنیم. فقط این را بدانید که ما می دانیم که شما این مطلب را خوب می دانید.

حقایق عجیب رتبه بندی شمشیربازی

بسیاری از شمشیربازها هنگامی که رتبه جدید خود را برای اولین بار می ببینند، با خودشان فکر می کنند که به هدف شان رسیده اند، و اکنون واقعا به کسب رتبه واقعی خود نائل شده اند. این نوع نگاه به رتبه بندی یک روش محدود کننده و به طور بالقوه مضر است. رتبه بندی مانند مدرک فارغ التحصیلی دانشگاه نیست، مانند آزمون گواهینامه رانندگی هم نیست. اگر چه سیستم آن تا حدودی استاندارد شده است، اما به میزان قابل توجهی سیال است.

البته گرفتن رتبه جدید یک امتیاز عالی است و بسیاری از بازیکنان جوان تمایل دارند چنین کارنامه جدید "درخشانی" را دریافت کنند. اما کسب این جایگاه جدید نمی تواند شما را به بازیکن سطح بالایی، حداقل بلافاصله، تبدیل کند.

اکنون به دلیل آن می پردازیم. رتبه بندی معمولاً بر اساس عملکرد یک بازیکن در یک روز و در یک مسابقه می باشد. اگر چه این رقابت و آن روز ممکن است نقطه اوج مجموعه ای طولانی از تمرینات و تعداد زیادی جلسه های تمرین سخت می باشد، اما فراموش نباید کرد که آن تنها نشان دهنده نتیجه کسب شده در مسابقات آن روز می باشد.



بیباید از طریق یک یا دو مثال نشان دهیم که رتبه بندی چگونه به دست می آید، که به نوبه خود روشن می کند چرا رمزگشایی آن همیشه آسان نیست.

رتبه بندی شانسی

یکی از راه های واقعی کسب بعضی از رتبه های جدید شانسی است. گاهی پول ها دلخواه هستند، یا در آن مسابقه انرژی فوق العاده ای داشته اید، حریفی از حریفان تان فراموش کرده بود صبحانه خوبی بخورد و روز بدی داشته است، و شاید مسیر جدول حذفی شما به طور غیر منتظره ای آسان شده بود، یا اینکه یکی از رقیب های تان به دلایلی انصراف داده بود. چنین روزی در مسابقات شمشیربازی، روز بسیار خارق العاده ای نیست، و گاهی اوقات پیش می آید. همه ما افرادی را می شناسیم که با چنین روزهای بزرگی در یک مسابقه برخورد کرده اند. داشتن یک بار رتبه بندی عالی چیزی مهمی نمی تواند باشد. البته در عین حال چیز بدی هم نیست! و باید از این شانسی استفاده کنید. اما بدانید که داشتن چنین رتبه بندی باید استمرار داشته باشد.

چنین پیشرفت های عالی در رتبه بندی احساس خوبی به شمشیرباز تزریق می کند، زیرا که ترقی چشمگیری را نشان می دهد! اما گاهی اوقات ممکن است شمشیرباز از خود بپرسد که از آنچه فکر می کرد خیلی بهتر ظاهر شده است. یک جهش فوق العاده بزرگ معمولاً نشان دهنده جایگاه واقعی شما به عنوان یک شمشیرباز نمی تواند باشد! استحکام رتبه بندی با گذشت زمان و پیشرفت یکنواخت به دست می آید.

رتبه بندی دیر هنگام

گاهی اوقات برای برخی شمشیربازها به نظر می رسد که کسب رتبه خوب خیلی دیر اتفاق می افتد. آنها به سختی تلاش می کنند و به این تلاش ادامه می دهند، اما به هر دلیلی این اتفاق نمی افتد. مسابقات بعدی هم می گذرد، یک عملکرد خوب، اما نه تماشایی. آنگاه یک ماه کامل با همان رتبه نیز می گذرد. ممکن است دلایل بسیاری برای چنین اتفاقی وجود داشته باشد، اما اغلب به این سبب است که بازیکن قبلاً خیلی راحت تر می توانست رتبه خود را ارتقا دهد، زیرا که در آن زمان کاملاً خوش شانسی بوده است، اما متأسفانه عملکرد او تداوم نداشته است که بتواند مجدداً و مجدداً همان رتبه را به دست آورد و آن موفقیت را دوباره تکرار کند. بنابراین او مجبور است برای مدت طولانی به تلاش خود ادامه دهد تا اینکه دوباره بتواند رتبه خود را ارتقا دهد، هر چند ممکن است به نظر برسد که پیشرفت او متوقف شده است. اینجا می شود گفت که رتبه فعلی او در حد توانایی اوست!

رتبه بندی دیر هنگام می تواند خیلی بهتر باشد، حتی اگر نا امید کننده باشد، زیرا که شمشیرباز مورد نظر رو به رشد قرار می گیرد، و سپس در نهایت به رتبه حقیقی و با ثبات جدید خود می رسد.

رتبه بندی صحیح

موارد دیگری وجود دارد که در آن رتبه نشان دهنده نقطه اوج کیفیت، کار مستحکم و حقیقی یک شمشیرباز می باشد. این همان چیزی است که سیستم رتبه بندی واقعا برای آن درست شده است، و ما امیدواریم که همیشه چنین اتفاقی بیافتد. شمشیرباز در طول مسابقات اخیر خود چندین بار موفق بوده و خوب عمل کرده است و در نهایت دقیقا رتبه بندی در خور شأن خود را کسب کرده است! هیچ گونه عقب ماندگی و هیچ گونه پیشروی غیر طبیعی در آن وجود ندارد. رتبه فعلی او واقعا حقیقی است.

بار دیگر در اینجا تأکید می کنیم که با کار مستمر و شرکت در مسابقات، یک شمشیرباز باید از طریق رتبه بندی خود به طور منظم پیشرفت کند. هیچ جهش بزرگ و جادویی در رتبه او نباید وجود داشته باشد.

توجه داشته باشید که هیچ کدام از این عوامل موثر در رتبه بندی در کنترل شمشیرباز نیست. سرنوشت و شانس، اگر دوست دارید این گونه به آن نگاه کنید، یا اتفاق های غیر قابل پیش بینی زندگی نیز می تواند موثر باشد. نکته این است که شمشیربازی یک علم کاملا دقیقی نیست، و رتبه بندی هم این گونه است!



رتبه بندی شمشیربازی خود را مستحکم کنید

اگر شما رتبه جدیدی را به دست آوردید، و سپس دیدید که نام شما چندین بار با همین "رتبه" اعلام شده است، بدانید که این شانس نبوده، و سطح شمشیربازی شما همین است. در واقع می توان گفت که شما با تکرار رتبه های قبلی خود به طور طبیعی سطح شمشیربازی خود را حفظ کرده و آن جایگاه واقعی خود را در معرض نمایش قرار داده اید!

آنچه مورد نیاز شماست این است که رتبه خود را مستحکم کنید. البته وقتی که یک رتبه شانس دریافت می کنید و برای مدت طولانی در همان جایگاه قرار می گیرید، این واقعا یک نعمت است! شما اکنون می توانید با کاهش تمرکز خود بر روی لیست رتبه بندی و منعطف کردن آن به تمرینات مهارتی و تخصصی خود، آن را حفظ کنید. هرگز فراموش نکنید که عقب نشینی کردن و به استراحت پرداختن درست بعد از کسب رتبه، درست نیست!

مهم ترین چیزی که باید همیشه در نظر داشته باشید این است که رتبه بندی شما منعکس کننده سطح شمشیربازی شما نیست. داشتن آن چیز بسیار خوبی است، زیرا آن می تواند معیاری برای ارزیابی بسیار دقیق پیشرفت شما باشد، اما نمی تواند به مفهوم راهنما برای تمرینات شما قرار گیرد. به داشتن آن افتخار کنید، و از حس خوب آن لذت ببرید، سپس از این احساس برای به جوش و خروش آوردن خود برای سخت کار کردن بهره بگیرید تا شمشیربازی خود را بهبود دهید.

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