

شمشیربازی پیشکسوتان

ترجمه ی: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۷/۸/۲۰)

بازیکنان پیشکسوت شمشیربازی از نظر سابقه به چند گروه مختلف تقسیم می شوند. برخی از آنها ممکن است شمشیربازهایی باشند که در دوران بزرگسالی این ورزش را شروع کرده باشند، یا ممکن است بازیکنانی باشند که از هنگام جوانی آن را آغاز کرده و هنوز به تمرین آن ادامه می دهند. ضمن اینکه در بین آنها گروه دیگری نیز وجود داشته باشد که در جوانی مشغول آن بوده اند، آنگاه برای مدتی آن را رها کرده، و سپس به آن برگشته اند.

کار کردن با شمشیربازهای بزرگسال بسیار شفت انگیز است. آنچه که آنها بر روی پیست ارائه می دهند، کاملاً با آنچه جوانان عرضه می کنند متفاوت است. آنها می توانند به اندازه ی یک **موزه مطالب ارزشمند** و مرتبط به شمشیربازی را به ما آموزش دهند. آنچه برای ما واقعا ارزشمند می باشد این است که فرصت های فراوانی برای جوانان وجود دارد که می توانند در مسابقات اوپن با شمشیربازهای پیشکسوت بازی کنند. اگرچه شمشیربازی معمولاً به طور ساختاری به صورت کلاس بندی، گروهی و درس انفرادی برگزار می شود، اما مسابقات اوپن فرصت مناسبی را برای همه ی شمشیربازها در تمام رده های سنی و با سطوح مختلفی از مهارت های گوناگون فراهم می کند تا برای کار با یکدیگر، یادگیری و کاوش مطالب جدید، تلاش کنند.



کار کردن بازیکنان جوان و پیشکسوت در کنار هم، طی مسابقات اوپن، برای ما بسیار دوست داشتنی است! حال به دلایل ثابت کننده ی مثبت بودن این نوع مسابقات می پردازیم.

بازی با پیشکسوتان متفاوت است

هرچند که شمشیربازی یک ورزش انفرادی است، اما برخی ویژگی های کلی وجود دارد که پیشکسوتان در آن مشترکند. تنها چیزی که ما نمی توانیم از آن اجتناب کنیم این است که سرعت بدن ما با تغییر سن پایین می آید. بازیکنان پیشکسوت علاوه بر سرعت متفاوت، برای حفظ استقامت خود نیازهای متفاوت دیگری نیز دارند. این تنها چیزی است که پیشکسوتان را از هم بازی های جوان خود جدا می سازد.

چیزی که ما باید بدانیم این است که اگر حرکت بدن پیشکسوت ها کمی کندتر است، به این معنی نیست که عملکرد آنها روی پیست نیز به همان اندازه کند است. داشتن توانایی فیزیکی تنها چیزی نیست که شمشیربازها برای موفقیت نیاز دارند. یک پیشکسوت کمبود توانایی های فیزیکی خود را با **آمادگی ذهنی** خود جبران می کند. بنابراین پیشکسوتان حتما از هم بازی های جوان خود با تجربه تر هستند. یعنی اینکه آنها می دانند چگونه تاکتیک ها و اشتباهات را به راحتی تشخیص دهند و سپس از این فرصت ها استفاده کنند.

یک پیشکسوت از سرعت شما بر علیه تان استفاده خواهد کرد. او از بی تجربگی شما کمال استفاده را خواهد کرد. یک پیشکسوت از شما سخت تر کار خواهد کرد تا تمرکز بیشتری داشته باشد. یک پیشکسوت می داند که کی باید استراحت کند، و با اراده و استقامت روانی خود شما را متعجب خواهد کرد. هر کمبود آمادگی جسمانی که در تصور جوانان در مورد پیشکسوتان وجود دارد با شخصیت فکری، تجربه و ثبات آنها جبران می شود. یک شمشیرباز پیشکسوت نه تنها اشتباه شما را می بیند، بلکه علاوه بر اینکه به گونه ای متناسب با آن با شما بازی می کند، همچنین دنبال یافتن راهی برای دادن یک درس به شما نیز خواهد بود!



بازیکنان جوان می توانند در بازی با پیشکسوتان چیزهای زیادی بیاموزند، نه تنها از پیشکسوتانی که چند دهه مشغول بازی هستند بلکه از آنهایی که تازه به این ورزش رو آورده اند. مهم نیست که میزان مهارت یک پیشکسوت چقدر باشد، شمشیربازهای جوان می توانند خیلی چیزها را از آنها یاد بگیرند.

شمشیربازهایی که پس از سال های سال تمرین و بازی به پیشکسوت تبدیل شده اند، آنچنان تجربه و درکی می توانند در اختیار شمشیربازان جوان قرار دهند که قابل ارزش گذاری نیست. زمانی که یک شمشیرباز برای مدت بیست یا سی سال شمشیر در دست داشته است، او آنچنان درکی از مکانیزم و معادله های ذهنی شمشیربازی دارد که به اعماق وجودش نفوذ کرده است. تجربه ی چند ساله ی اندک شما با گرفتن چند جلسه درس انفرادی شمشیربازی با تجربه ی چند دهه ی یک پیشکسوت که منجر به **"شمشیربازی را خوب بلد بودن"** شده است، بسیار متفاوت است.

شمشیربازی با یک پیشکسوت اساسا با بازی با یک بازیکن جوان متفاوت است! و کاملا فوق العاده است. برنامه های مسابقه ای اوپن به بازیکنان رده های سنی مختلف این فرصت را می دهد که از تجربه ی یکدیگر استفاده کنند، و این چیزی است که ما به شدت برای بازیکنان جوان مان تجویز کرده و آنها را به این کار تشویق می کنیم.

روحیه ی شمشیربازهای پیشکوت

روحیه ای که پیشکوتان شمشیربازی دارند کاملاً فوق العاده است! آنها درست مانند جوانان، فشار و بازخوردهای زیادی از سوی فعالیت های فوق برنامه ی تحمل می کنند. از طرف دیگر، آنها تقریباً درست مانند جوانان باید به نوعی از ورزش و یا فعالیت بپردازند. هنگامی که ما بزرگسال می شویم، یافتن زمان مناسب برای فعالیت های اضافی، در کنار خواسته های کار و خانواده، چالش برانگیز می شود. پیشکوتان به گونه ای متفاوت با جوانان تمرین می کنند. بزرگسالان در مورد زمان در اختیار خود انتخاب های متنوعی دارند، بنابراین گذاشتن بخشی از وقت خود برای شمشیربازی واقعا بسیار گرانبها و قابل توجه است و نشان دهنده ی شور و شوق آنها نسبت به این ورزش می باشد.

این خصوصیت پیشکوتان شمشیرباز واقعا بی نظیر است. دلیل وجود آنها در تمرینات **عشق آنها به شمشیربازی** است! آنها قصد ندارند به بازی های المپیک بروند یا بورس تحصیلی بگیرند. صرف حضور فعلی آنها در میدانی این ورزش عشق عمیق و قلبی سرشار از شور و شوق نسبت به آن می باشد. به خاطر این عشق است که آنها واقعا دوست دارند به تماشای سایر بازیکنان دیگر بنشینند و به آنها کمک کنند تا به آرزوهای شمشیربازی خود نائل شوند.

اگر در برابر یک پیشکوت شکست خوردید، خجالت نکشید، از او بپرسید که چگونه توانست این کار را انجام دهد! از او در مورد اشکال های خود بپرسید، و ببینید برای مقابله با آنها چه کارهایی را باید انجام می دادید که نکرده اید. اکثر پیشکوتان خوشحال می شوند که در مورد نقاط ضعف شما صحبت کنند و درباره ی فرصت هایی که توانسته اند از آنها برعلیه شما استفاده کنند، را برای تان توضیح دهند. برد و باخت برای پیشکوتان اهمیت آنچنانی ندارد، بلکه **تنها هدف آنها از شمشیربازی لذت بردن** است. برای آنها پیروزی هدف نیست، بلکه رویکرد رسیدن به پیروزی است که اهمیت دارد. روحیه ی پیشکوتان واقعا برجسته و خیلی ارزشمند است.



شمشیربازهای جوان نیز به نوبه ی خود زبردستی های شگفت انگیزی را در میدانی عرضه می کنند. جوانی، انرژی، سرعت، شور و شوق، و غیره، اینها همه صفاتی هستند بسیار ارزشمند که روی پیست مورد نیاز است. و این تنها دلیل تمایل شدید پیشکوت ها برای بازی با جوان ترهاست، زیرا که از آن لذت می برند! آنها متوجه هستند که چگونه می توانند از تعامل با بازیکنان جوان تر استفاده کنند. آنها به بازی با شمشیربازهای جوان تر عشق می ورزند، حتی اگر مهارت و تیزهوشی شان هنوز به حد کمال نرسیده باشد.

این یکی از مواردی است که امتیاز و منفعت آن واقعا هم به پیشکسوت و هم به بازیکن جوان تر به صورت پایاپای و متقابل می رسد. در بازی با پیشکسوتان هیچ بازنده ای وجود ندارد! صرف نظر از اینکه چه کسی امتیاز بیشتری کسب می کند، هر دو طرف برنده هستند. چیزی که همه باید به یاد داشته باشند این است که شمشیربازی به رشد فردی بازیکن، تغییر ذهنیت، **رفاقت**، و **سرگرمی** ارتباط مستقیمی دارد! پیشکسوتان با توجه به تکامل سنی خود، همه اینها را بر روی پیست عرضه می کنند.

دوره ی بازی پیشکسوتان بسیار طولانی است

توجه داشته باشید که نیمی از عمر یک پیشکسوت و حتی بیشتر، در رده ی پیشکسوتان می گذرد! در مورد آن فکر کنید. اگر شما شمشیربازی را در ۱۰ سالگی آغاز کرده باشید، شما به مدت سی سال در رده ی مختلف جوان ترها و بزرگسالان به شمشیربازی پرداخته اید. و هنگامی که به سن ۴۰ سالگی می رسید، شما به عنوان یک پیشکسوت شناخته خواهید شد. و از آنجایی که شمشیربازی یک فرم شگفت انگیزی از ورزش است **(به ویژه اینکه برای تقویت ذهن خیلی عالی است)**، بسیاری از شمشیربازها حدودا تا هفتاد یا هشتاد سالگی به شمشیربازی خود ادامه می دهند. شما به عنوان یک بازیکن رده ی پیشکسوتان به راحتی می توانید زمان بیشتری را از هر گروه سنی دیگر در این رده ی سنی بگذرانید، مخصوصا اگر شمشیربازی را دیر شروع کرده باشید.



شمشیربازی یک ورزش مادام العمری است. ما دوست داریم با دریافت حمایت های همه جانبه، بیشتر بزرگسالان خود را به عنوان پیشکسوت ببینیم که به شمشیربازی خود ادامه دهند، زیرا ما واقعا به اهمیت و تاثیر آمادگی جسمانی و ذهنی که شمشیربازی می تواند به زندگی افراد، بدون توجه به سن آنها ارائه دهد، اعتقاد داریم.

ما به شدت همه را تشویق می کنیم تا در **اوقات فراغت** خود به باشگاه مراجعه کنند تا زمان بیشتری را با بازیکنان رده های سنی مختلف روی پیست بگذرانند. بازی یک شمشیرباز جوان در برابر یک بازیکن پنجاه ساله، و یا دیدن چنین بازی، بسیار سرگرم کننده، لذت بخش و تماشایی است! نظر شما در مورد بازی یک بازیکن بیست ساله روبروی یک بازیکن ۴۰ ساله چیست؟ موقعی که با کسی بازی می کنید، سن تنها یک عدد بیش نیست. بازیکنان پیشکسوت می توانند آنچه را که شما در واقع از یک حریف انتظار دارید به شما بدهند. و آنها می توانند در کوران دوره های طولانی مدت شمشیربازی و همچنین زندگی، به بازیکنان جوان درس های فراوانی بدهند.

Igor Chirashnya
Academy of Fencing Masters Blog