

چرا از شمشیربازی لذت می بریم؟ (۲)

"نظر چند مربی و بازیکن"

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۹/۳/۱۶)

کریستوفر فردریک آلن، دارای مدال برنز ملی

شمشیربازی نوعی شطرنج بدنی است - منتها تفاوت آن با شطرنج در این است که بازیکنان شطرنج برای برنامه ریزی هر حرکت، چند دقیقه زمان دارند. اما در شمشیربازی شما باید مجموعه ای از حرکت ها را در مغز خود از قبل بارگذاری کنید، و هنگامی که حریف حرکت دلخواه شما را انجام می دهد، شما حرکات قصدی خود را بصورت متوالی انجام می دهید. و در واقع شما سریع تر از آنچه فکر می کنید باید حرکت ها را اجرا کنید!



تکنیک - انواع مختلفی از حرکت های کوچک وجود دارد که برای فریب حریف طراحی شده اند، و به دلیل ماهیت هر یک از سه اسلحه مختلف، فلوره، اِپه و سایر و تفاوت در هدف آنها نیاز به تکنیک های مختلفی وجود دارد. در سایر ضربه ها بیشتر بصورت برشی زده می شوند، اما در فلوره و اِپه تنها با نوک شمشیر به ثمر می رسند. از طرف دیگر، هدف سایر از کمر به بالا است، زیرا این شمشیر متعلق به سواره نظام بوده است که هدف مورد اصابت اسب سواران بالاتنه در نظر گرفته می شد. در فلوره که سلاح تمرینی بوده است، هدف بدنه (یعنی سینه و پشت) بازیکن می باشد، اما در اِپه که شمشیر دوئل بوده است، هدف تمام بدن است.

ماندگاری - شما می توانید تا اواخر زندگی خود شمشیربازی کنید. من دوستی دارم که در رده پیشکسوتان شمشیر می زند (شمشیربازهای بالای ۴۰ سال پیشکسوت محسوب می شوند و کلاس بندی سنی آنها ۱۰ سال به ۱۰ سال تغییر می کند، به عنوان مثال، بالای ۴۰ سال، بالای ۵۰ سال، الخ). او در ۸۴ سالگی، در مسابقات بازی های بسیار کمی داشت زیرا در رده بیش از ۸۰ سال تعداد کمی بازیکن وجود دارد.

سلامتی - اگر برای مدت طولانی شمشیربازی کنید، عکس العمل بسیار سریعی خواهید داشت. در اواسط دهه ۴۰ سالگی، زمان عکس العمل من نسبت به دوره نوجوانی ام سریع تر از هر ورزشکار دیگر همسن من بود.

من هرگز در مورد آن بعنوان یک ورزش فکر نمی کردم - به افراد دیگر اجازه می دادم که آنقدر جنب و جوش و فعالیت کنند تا خودشان را خسته کنند، اما من سعی می کردم تا حد ممکن از انرژی کمتری استفاده کنم و ضربه خودم را بزنم.

سیمران دووری

۱. **شمشیربازی پرچمدار همه ورزش هاست** - چه چیزی طبیعی تر از شمشیربازی وجود دارد؟! من فکر می‌کنم بوکس یا دو و میدانی با شمشیربازی در یک سطح قرار دارند، اما فکر نمی‌کنم که به دست گرفتن یک وسیله بلند و تلاش برای ضربه زدن به شخصی دیگر، قبل از اینکه او شما را بزند، غریزی تر باشد. ورزش‌هایی مانند شمشیربازی یک فعالیت واقعی هستند که جذابیت آن باعث شده است بصورت ورزش قلمداد شود.

۲. **ویژگی‌های فرهنگی موازی بسیار جذاب** - اگر تا به حال ورزشی وجود داشته است که ذهن کودکان و بزرگسالان را به طور یکسان به خود مشغول کرده باشد، این تنها خود شمشیربازی است. بر خلاف روزهای به ظاهر یکنواخت ما، و درگیری‌های مسلحانه کم اهمیت اما مزاحم امروزی، در روزهای نه چندان دور مبارزه‌های رو در رو بین افراد مسلح با شمشیر انجام می‌شد که بسیار رمانتیک بود. البته هرگز نمی‌شود لفظ رمانتیک را برای جنگ بکار برد، اما شیوه نمایش آن در فرهنگ ما رمانتیک به نظر می‌رسد. از طنز "عروس شاهزاده" گرفته تا داستان رابین هود، و از فیلم هفت سامورایی، که یکی از ده فیلم برتری که تاکنون فیلم برداری شده است، گرفته تا فیلم "بیل را بکش"



که سبک کلاسیک مدرن انتقام را به نمایش می‌گذارد، جنگ با شمشیر خوراک اصلی بسیاری از فیلم‌های مورد علاقه ما بوده است. حتی بهترین فیلم‌های علمی تخیلی ما مانند "جنگ ستارگان" برای جلب توجه بینندگان، شمشیربازی در آینده را نیز تجسم می‌کند. در زمینه کتاب، تقریباً یک ژانر کامل (فانتزی) وجود دارد که برای جذب مخاطبان از جذابیت شمشیربازی استفاده می‌کند. من اخیراً از یک سریال حماسی جدید به نام "مغولستان" لذت بردم که پر از جنگ با شمشیر است و سبک‌های شمشیربازی متفاوتی را با جزئیات کامل توصیف می‌کند.

از سبک‌های شمال اروپا گرفته تا مدیترانه و مغولستان، LARPing یک فعالیت ورزشی جدیدی است که به طور فزاینده‌ای بین افراد علاقمند به جنگ شمشیر، در حال گسترش است. هیچ کدام از این موارد شمشیربازی نیستند اما هر یک از اینها می‌تواند دلیلی برای انتخاب این ورزش و امتحان کردن آن باشد.

۳. **شمشیربازی یک ورزش بسیار سریع، دلپذیر و موزون است** - همان طور که در سؤال خود اشاره کرده‌اید، گاهی اوقات دیدن اتفاق‌های بازی بسیار دشوار است، زیرا شمشیربازها خیلی سریع هستند و قطعاً تشخیص دقیق ویژگی‌های فنی حرکات بسیار دشوار است، چون شمشیربازان بزرگ، در زمان فکر کردن ما درباره یک حرکت منفرد، می‌توانند چندین و چند حرکت مجزا و متنوع را به نمایش بگذارند.

۴. **تمرین شمشیربازی خیلی شگفت‌انگیز است** - من در کودکی یک اردوی شمشیربازی دو هفته‌ای داشتم، بنابراین می‌توانم شخصاً به این مزیت شمشیربازی گواهی بدهم. شاید تمرین آن مانند سایر ورزش‌ها به نظر نرسد، ولی چالش اصلی این نیست که ببینید تمرین آن راحت است یا خیر. تقریباً تمام حرکات در شمشیربازی، از شروع یک بازی تا انتهای آن، باید با زانوها کاملاً خم انجام شود. دقیقاً مانند تمرین حرکات‌های چمباتمه در ورزش است. بعد از گذشت یکی دو دقیقه از شمشیربازی، عضلات چهارسر ران شما شروع به سوزش می‌کنند و این سوزش متوقف نمی‌شود. اگر زانو درد دارید یا قصد دارید خود را در برابر زانو دردهای آینده محافظت کنید، شمشیربازی ورزش مناسب شما است. طبق نظر www.findthebest.com، یک شخص ۷۰ کیلوگی می‌تواند در یک ساعت شمشیربازی ۴۳۰ کالری بسوزاند.

۵. **تکنیک و فناوری** - یکی از مضامین مشترکی که از طریق آن از ورزش لذت می‌برید، درک و لذت بردن از تکنیک‌های آن فعالیت است. شمشیربازی ویژگی‌های فنی بسیار زیادی دارد! اول از همه، سه نوع رشته دارد که هر کدام سلاح مختلف، مجموعه متفاوتی از قوانین، و هدف مجاز مختص به خود برای ضربه زدن به حریف دارد. حتی تکنیک‌های کاملاً قشنگی هم دارند که قواعد صحیح حق تقدم آن نشان می‌دهد اگر دو شمشیرباز دقیقاً در یک لحظه به یکدیگر ضربه بزنند، چه کسی امتیاز را کسب می‌کند. حرکات شمشیربازی آنچنان سریع است و قوانین آن قدر دقیق هستند که برای درک حرکات بهتر است به مقاله "مقررات شمشیربازی ویژه ی والدین بازیکنان مبتدی" مراجعه کنید تا بتوانید از تشخیص حرکات داور بفهمید که چه اتفاقی افتاده است.

جیوانی لیم، نویسنده و نظامی



من شخصاً شمشیربازی را انتخاب کردم زیرا آن را بغایت بی نظیر دیدم. بر خلاف ورزش‌های دیگر مدرسه‌ای، شمشیربازی در عین کسب تناسب اندام، فکر و اندیشه شما را پرورش می‌دهد. آن را به این صورت تصور کنید که **هنگام دویدن روی تردمیل یا انجام یک کار مشابه دیگر، در حال بازی شطرنج هستید.** در ابتدا، ممکن است بخواهید آن را ترک کنید، اما سرانجام هر چه بهتر می‌شوید، رضایت مندی بیشتر و بیشتری را تجربه خواهید کرد.

آنیکا پیکوک

از آنجا که شمشیربازی فوق‌العاده سریع می‌باشد، آن یک ورزش بسیار **روانشناختی**، به شدت فیزیکی، دارای تجهیزات جالب و عجیب و غریب، جامعه محور، و از همه مهم‌تر می‌تواند ما را از دردسرهای روزانه دور کند.

سارین کوزلند

از آنجا که ورود به نبردهای کشنده بسیار مردانه است، اما شیوه کشتن حریف در شمشیربازی بسیار سرگرم‌کننده و نیاز به استعداد بسیار درخشانی دارد.

در شمشیربازی شما مجبور می‌شوید افراد خاصی را بارها و بارها بکشید، بعد هم باهم به رستوران بروید. در حقیقت، آن شباهت زیادی به بازی‌های ویدیویی دارد ... که در بعد از ظهر یک روز حریف‌های ویدیویی خود را چندین بار می‌کشید. اما نه به این عجیب و غریبی!

سام سگنورلی

این عادلانه‌ترین ورزشی است که من می‌شناسم. فرقی نمی‌کند که جوان، پیر، کوتاه، قد بلند، چاق، لاغر، مرد، زن، و غیره باشید. همه و همه با دست، سر و قلب به آن خواهند چسبید.

همه می‌دانند که نباید تسلیم شوند، حتی اگر من ۱۴-۱۵ عقب باشم، حتی برای یک ضربه مانده هم می‌جنگم.

من به عنوان یک فروشنده تجهیزات، همیشه به افراد کمک می‌کنم تا مشارکت کنند. و به عنوان تعمیرکار شمشیر، در صورت خراب شدن وسیله کسی تا جایی که می‌توانم سعی می‌کنم تا روز آنها خراب نشود. و به عنوان مربی، و گاهی اوقات به عنوان رقیب، آنقدر با شمشیرم به دیگران ضربه مس‌زنم و خوشبختانه هرگز دچار هیچ مشکلی نمی‌شوم!!!