

# در وضعیت کنونی!!! آیا شرکت در مسابقات لازم است؟

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۹/۷/۱۲)

با فرا رسیدن ماه مهر، اغلب شمشیربازان بزرگسال، علی رغم شیوع همه گیری کووید ۱۹ در ۹ ماه گذشته در سراسر کشور، منتظر شروع مسابقات قهرمانی کشور سالانه و لیگ برتر هستند.

اما در حال حاضر شما تنها می توانید در **شهر خود** رقابت کنید، آن هم در صورت فراهم شدن شرایط بهداشتی مجاز و رعایت کلیه دستور العمل های ستاد بحران کورونای محلی. شما نمی توانید مانند گذشته به شهرهای مختلف برای کسب مقام یا ارتقای رده بندی خود سفر کنید. زیرا هر منطقه وضعیت خاص و متفاوت خود را داراست. ضمن اینکه هر یک از ما نسبت به افراد اطراف مان تعهدی داریم! کسانی که در دایره زندگی من و شما قرار دارند، و کسانی که با آنها رفت و آمد داریم، همه برای ما مهم هستند. شرایط کنونی تفاوت زیادی در آنچه احساس راحتی می کنیم و مایل به انجام آن هستیم، ایجاد کرده است.



مردم از ما می پرسند که ما چه پیشنهادی داریم، زیرا چنین تصمیمی برای بسیاری از افراد دشوار است. اگر بخواهید دیدگاه مرا بدانید؟ **من با صدای رسا اعلام می کنم که الان زمان مناسب برای سفر به مسابقات نیست!**

البته من تنها می توانم نظر شخصی خود را ابراز کنم. و شما مختار هستید که قضاوت خود را داشته باشید. آنچه در زیر می آید، مواردی است که من برای افراد خانواده ام صلاح می دانم و به شمشیربازهای باشگاه خودمان نیز پیشنهاد می کنم، البته با کمال احترام به نقطه نظرهای شخصی همه.

## رابطه هدف و رشد

مسابقه یکی از نیروهای سازنده می باشد که می تواند شما را از دیگران متمایز کند. آن روش اصلی رشد شمشیربازها است و همه ما این را به خوبی می دانیم. وقتی شما با حریف روبرو می شوید، خود را تحت فشار قرار می دهید و توانایی خود را به جلو می رانید. ورزش ما دو جنبه و بازخورد بزرگی دارد - فردی و رقابتی. قرار گرفتن در برابر یک شمشیرباز دیگر بر روی پیست، یک جنبه رشد شمشیرباز را تضمین می کند. از طرف دیگر **تمرین در خانه** یا در باشگاه، استحکام و تقویت حرکات، جنبه دیگر رشد و ارتقاء یک شمشیرباز را نشان می دهد. و هر دوی آنها مهم هستند.

در یک سال عادی، ما همیشه شمشیربازها را تشویق می کنیم تا در محدوده منطقی مهارت ها، سن، و اهداف در مسابقات مختلف شرکت کنند. مسابقه به ما شمشیربازان این امکان را می دهد که بیشتر از آنچه بدون مسابقه بمانیم رشد کنیم. مسابقات هرچه دورتر باشد، فرصت رشد بهتر خواهد بود. ورزش ما شرایط خوبی دارد و سفر برای مسابقات این اجازه را به شما می دهد که با شمشیربازهای هم سطح خود که دارای رده بندی

بالاتری هستند رقابت کنید. ضمن اینکه تنوع حریف باعث رشد می شود. این همه آن چیزهایی نیست که ما برای رشد شمشیربازی به آن نیاز داریم، بلکه این بخشی از یک معادله کلی است.

اما، به هر حال، امسال سال متفاوتی است.

امسال، ما درگیر یک **بیماری همه گیر جهانی** شده ایم. در این سال، مردم باید جاه طلبی خود را متعادل کنند و با ایمنی و مسئولیت به جلو حرکت کنند.

متأسفانه با فرا رسیدن پاییز زمان برگزاری مسابقات سالانه قهرمانی کشور جوانان و نوجوانان گذشت! به هر حال، ما باید درک کنیم که سالی که در آن هستیم سال کاملاً متفاوتی است. از دیدگاه من، عدم شرکت در مسابقات امسال نمی تواند آینده شما را خراب کند. انتخاب بازیکنان اردوهای آینده معیارهای متفاوتی خواهد داشت و شمشیربازها نباید به این منظور برای شرکت در مسابقات بیش از حد تحت فشار قرار بگیرند.



## ترکیدن حباب کورونا

سرعت انتشار ویروس در اکثر نقاط نه تنها کند نشده است، بلکه به طور قابل توجهی نیز افزایش پیدا کرده است. به هر مکانی بروید با پروتکل های متفاوتی روبرو می شوید. اگرچه رفتن به رقابت های منطقه ای در منطقه خود تا حدودی می تواند مسیر را نزدیک کند، اما خارج شدن از شهر خود جسارت می خواهد و مانند چند ماه گذشته نوعی قمار به حساب می آید. ضمن اینکه برخورد با پروتکل های جوراجور، نرخ های گوناگون انتشار، و فرصت های جدید برای ابتلا، یا انتقال دادن ویروس به دیگران هم وجود خواهد داشت.

هر رویدادی خطر تبدیل شدن به یک عامل انتشار دهنده را دارد. اگر برای یک مسابقه سفر کنید، شما باید تضمین کنید که چیزی از آن سفر با خودتان بر نمی گردانید. ممکن است لازم باشد که دو هفته خودتان را قرنطینه کنید. آیا یک رقابت کوچک منطقه ای ارزش این را دارد؟

**جلوگیری از شیوع ویروس** کرونا همچنان باید بهترین روش مبارزه ما باشد. این همان چیزی است که من از آن به شدت دفاع می کنم.

قوه درونی ما همین کار را می کند. ما در حال اجرای آموزش از راه دور در خانه هستیم و فعالیت های خود را محدود کرده ایم. اگر قرار باشد به مدرسه یا باشگاه برویم، من می دانم که هر بچه آماده است که با میل و رغبت به جمع دوستان خود به آنجا برگردد، و مطمئنم که هر پدر و یا مادری آماده حضور فرزندشان در مدرسه یا باشگاه نیز هستند. در طول مسیر هم هرآنچه که تاکنون به عنوان پروتکل های ایمنی بهداشتی یافته ایم در مورد آنها اعمال می کنیم. البته با این شرط که این محیط ها کاملاً کنترل شده باشند که بتوان در آنها احساس راحتی کرد! بسیاری

از باشگاه های شمشیربازی سراسر کشور نیز راه هایی برای کنترل ایمن محیط و بازگشایی با پروتکل های دقیق، پیدا کرده اند. مسلماً هر کسی که به خارج از منطقه سفر می کند باید به مدت دو هفته در قرنطینه قرار گیرد. این اقدامات احتیاطی باعث محافظت خود و خانواده آنها می شود. شرکت در یک درس کوچک و رفتن به یک رویداد بزرگ خارج از شهر تفاوت زیادی دارد. حتی با رعایت پروتکل ها متعدد، ما نمی توانیم خطر را تخفیف دهیم. این یک وضعیت بسیار ناشناخته ای است. ما شاهد بازگشایی برخی مدارس بودیم - بعضی از آنها به خوبی عمل کردند و توانستند کلاس های محدودی را ادامه دهند، در حالی که برخی دیگر به دلیل شیوع قابل توجه بیماری مجبور به تعطیلی سریع شدند. با برگزاری مسابقات شمشیربازی، ما هم یکی از این حباب های خطرناک را خواهیم ترکند.

## عواقب ناشناخته سفر

**سفر خطرناک است.** این عین واقعیت است. بیشتر مردم بعد از شیوع این بیماری هرگز مسافرت نکرده اند. پروتکل های ایمنی بهداشتی دولتی بسیار متفاوت است و انطباق دادن خود با این پروتکل ها خیلی سخت است. ضمن اینکه ما در یک دنیای جدید ناشناخته قرار گرفته ایم. و این دنیای ناشناخته قابل بحث نیست. ما بیشتر وقت خود را محتاطانه در یک حباب و یا بصورت آنلاین می گذرانیم. تعاملی که به دست می آوریم به قدری ساختار یافته و محدود است که با آن راحت هستیم. پاسخ دولت دائماً در حال تغییر است، و ما نمی توانیم بدانیم که این وضعیت در اوایل زمستان چگونه خواهد بود. متغیرها تقریباً باورکردنی نیستند. آیا مدارس واقعا به صورت حضوری برگزار می شوند؟ ضمن اینکه در برخی مناطق کشور مردم با حوادث طبیعی روبرو هستند. چه کسی می داند چه چالش های دیگری در چشم انداز آینده ما نیز وجود خواهد داشت. به هر حال این سال ۲۰۲۰ است.



با شروع فصل آنفولانزا در ماه آبان، تلاقی دو بیماری با هم را خواهیم داشت، که به این معنی است که ما دوباره باید احتیاط بیشتری داشته باشیم. کارشناسان ارشد وزارت بهداشت به ما می گویند که برای موج جدید آماده شویم. ما دقیقاً نمی دانیم چه اتفاقی خواهد افتاد، اما می دانیم که باید برای هر اتفاقی آماده باشیم.

برنامه های گزینش المپیک هم هنوز قطعی نشده است. این سال، سال نرمالی نیست. چقدر فکر می کردید که بالاخره می توانید به مسابقات تابستانی قهرمانی کشور برسید، اما متأسفانه نشد. همه چیز ناشناخته شده است و دریایی از ناشناخته ها غرق شده ایم. ما مجبوریم فرض کنیم که وضعیت همین طور ادامه پیدا خواهد کرد، زیرا هیچ کس نمی داند چه اتفاقی خواهد افتاد.

## از کم شروع کنیم

رفتن به مسابقات منطقه ای تا زمانی که همه چیز روشن شود به این معنی نیست که ما در حال استراحت هستیم. اصلاً

سیستم پلکانی بهترین راه برای مقابله با این مسئله است. **در صورت امکان و فراهم شدن شرایط ایمنی**، ابتدا از مسابقات کوچک استانی شروع کنید. همه ما بیش از نیم سال از مسابقات خارج شده ایم. عجله برای مشارکت در مسابقات بزرگ مطمئناً صلاح نیست، اما ارتقا از جایی که هستیم خوب است. این همان چیزی است که ما در آموزش شمشیربازی نیز تجربه می کنیم! خیلی ساده. و رو به جلو!



بازگشایی یک موضوع حساس می باشد. با نگاه به سایر کشورها، ما نباید برای رفتن به جاهای دیگر احساس امنیت کنیم. این که بگویید که از برگزار کنندگان فلان رویداد خاص اطلاع دارم و به آنها اعتماد دارم اصلاً قابل قبول نیست، زیرا آنها نمی توانند همه متغیرها را کنترل کنند. البته تلاش و کوشش آنها قابل تقدیر است، اما متأسفانه آنها تنها عامل موثر نیستند.

از دست دادن چند مسابقات در چند ماه آینده ضربه بزرگی است. ما هم برای آن مسابقات، برای خانواده شمشیربازی و رفاقت هایی که باهم داریم دلمان تنگ شده است. ما مدتی که دوستان مان را ندیده ایم. این یکی از مواردی که در این مدت از ما گرفته شده است، چیزی که برای ما خیلی باارزش است. البته ما می دانیم که ما تنها ما نیستیم و همه با این مشکل مواجه هستند.

توصیه من این است که احتیاط کنید و به فکر هیچ مسابقه ای نباشید. به تمرین در خانه ادامه دهید، و منتظر وضعیت سفید باشید. از تنها ماندن نترسید. بجای تعقیب مسابقات، وقت خود را بر آنچه واقعاً می تواند شمشیربازی شما رشد دهد بگذارید و **روی تکنیک، تاکتیک، آمادگی جسمانی، قدرت، و آمادگی روانی و ذهنی خود تمرکز کنید**. این دوره زمان مناسبی برای کار بر روی این موارد است. کسانی که دور از مسابقه می مانند در این راه تنها نخواهند بود، بنابراین تا زمانی که تمرینات را رها نکرده باشید و به پیشرفت خود ادامه می دهید، نگرانی در مورد عقب ماندن تان هیچ مفهومی ندارد.

ما هم به همین دلیل جانب احتیاط را گرفته ایم! این به مفهوم ترس یا احتیاط بیش از حد نیست، بلکه یک حرکت عمل گرایانه و دوراندیشی منطقی در یک موقعیت ناشخص است. حریف ما در حال حاضر کووید ۱۹ است، و ما در تلاشیم که تمام حرکات او را درک و شناسایی کنیم تا بتوانیم به طور موثر با حملاتش مقابله کنیم.

این نظر من و دستورات عمل های باشگاه ما است. با این حال، خانواده و باشگاه شما ممکن است متفاوت تصمیم بگیرند. در اینجا، ما خواستیم استدلال خود را به اشتراک بگذاریم تا شاید برای دیگران مفید باشد.

لطفاً سالم بمانید تا بتوانید به شمشیربازی خود ادامه دهید! به امید دیدار هر چه زودتر.