

دلایل درست و نادرست کناره گیری از شمشیربازی

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۱/۷/۲۳

"شما در هیچ کاری شکست نخواهید خورد مگر اینکه آن را ترک کنید!" - آبراهام لینکولن

"زمانی که انصراف از کاری را یاد بگیرید، برای شما تبدیل به یک عادت می شود!" - وینس لومباردی

"اگر آن چیزی که دوست دارم ترک کنم، آن هرگز به واقعیت نمی پیوندد!" - میشل هوم

یک گرایش ریشه دار در فرهنگ ورزش وجود دارد، با این مضمون که **اگر دوست دارید به موفقیت برسید، باید به راه خود ادامه دهید.** این چیزی است که ما دائماً در داستان‌های انگیزشی تورنمنت‌های بزرگ می بینیم - چگونه ورزشکاران برتر علی رغم اینکه به کرات به فکر تسلیم شدن افتاده اند، اما هنوز مسیر خود را ادامه می دهند.



اگر گذشته خود را مرور کنیم می بینیم که چگونه با پشت سر گذاشتن موانع متعدد، منافع زیادی برای مان حاصل شده است. با این حال، مواقعی نیز وجود دارد که باید به عقب برگردیم و مسیر دیگری را در پیش بگیریم. بنابراین زمان های درست و نادرستی برای کناره گیری ما از شمشیربازی وجود دارد.

دیدگاه سالم و پویا

شمشیربازی یک **ورزش پرشور** است. برای ما که به این ورزش عشق می ورزیم، تصور دور شدن از آن برای مان دشوار است. با این حال، دلایل زیادی وجود دارد که برخی افراد از شمشیربازی انصراف می دهند، و اجبار کردن آنها به ماندن راه صحیحی برای درگیر نگه داشتن آنها نیست. ما دوست داریم شمشیربازان به دلایل درست به شمشیربازی پایبند باشند، و همه آنها با لذت بردن از این ورزش تمرینات خود را شروع کنند و به پایان برسانند. در این صورت است که همه چیز درست از آب در می آید!

اخيراً با یک شمشیرباز نوجوان باشگاهمان در مورد ترک شمشیربازی صحبت می کردم. او وارد دفتر من شد و گفت که می خواهد این ورزش را کنار بگذارد. در طول سال هایی که مشغول این کار هستم، این نوع مکالمه بارها مطرح شده است. از نظر من، بی طرف بودن در این زمینه خیلی مهم است. تحت فشار قرار دادن کسی که ورزشی را که به آن علاقمند نیست ادامه دهد، هرگز نمی تواند ایده خوبی باشد. ممکن است بتوانیم آنها را برای مدت کوتاهی به کلاس ها و مسابقات بکشانیم، اما این هرگز دوام نمی آورد.

این بدان معنا نیست که به هر نوجوانی که وارد دفتر ما می شود گفته بشود که ماسک شمشیربازی خود را زمین بگذارد و برود. بلکه ما در یک گفتگوی صادقانه در مورد دلایل خوب و بد ترک شمشیربازی به گفتگو می نشینیم.

ما باید دارای یک دیدگاه سالمی باشیم تا بتوانیم به هر فرد فرصت واقعی برای دستیابی به پتانسیل خود بدهیم. این فقط در مورد شمشیربازی صدق نمی کند، بلکه در هر زمینه دیگری از زندگی نیز صادق است.



ترک شمشیربازی به دلیل مشغله های زندگی - یک دلیل درست

مواقعی وجود دارد که ترک شمشیربازی بهترین اقدام شمرده می شود. حتی اگر به این ورزش علاقه دارید و دوست ندارید آن را رها کنید.

خیلی چیزها می تواند فراتر از قدرت ما یا تقریباً خارج از کنترل ما باشد و این می تواند شمشیربازان را بطور کلی از ورزش دور کند. به عنوان مثال، نیاز به **نقل مکان** به خارج از شهر یا یک مکان جغرافیایی متفاوت می تواند ادامه دادن ورزش را تقریباً غیرممکن کند. به ویژه اگر به جایی نقل مکان می کنید که باشگاه شمشیربازی وجود ندارد، یا شاید اصلاً یک باشگاه ورزشی نیز نداشته باشد، بنابراین شما به غیر از ترک شمشیربازی گزینه دیگری ندارید.

واقعیت های مالی شمشیربازی را نیز نباید از قلم انداخت. بدون امکانات مالی برای انجام این ورزش، راه شما را سخت می کند. با تغییرات و چالش های اقتصادی کنونی، فشار ناشی از شمشیربازی می تواند چنان سنگین باشد که ادامه دادن آن غیرممکن می شود. و این یک دلیل قانع کننده برای کنار کشیدن است.

برخی رویدادهای زندگی نیز می توانند شما را از شمشیربازی بیرون برانند. همه گاهی با دوره های سختی مواجه می شوند که باید دوباره روی خانواده و مشغله های خارج از شمشیربازی تمرکز کنند. از بیماری گرفته، تا یک حادثه، یک بلای طبیعی، یا تولد یک نوزاد جدید در خانواده یا حتی وجود یکی از بستگان مسن که نیاز به حمایت بیشتری دارد. بله دلایل زیادی در زندگی وجود دارد که می تواند شمشیربازان را از ورزش دور کند.

خواستگاران مدرسه نیز می توانند این کار را انجام دهد. ما گاهی اوقات می بینیم که شمشیربازان باید بین نیازهای تحصیلی و عشق خود به ورزش انتخاب سختی را انجام دهند. گاهی اوقات آنها مجبورند برای تمرکز بر وظایف مدرسه یا سایر فعالیت هایی که برای اهداف دیگرشان ضروری است از ورزش کنار بکشند. با وجود اینکه آنها عاشق این ورزش هستند، باید کنار بروند زیرا انجام همه کارهای ضروری خود بطور همزمان غیرممکن است.

در بیشتر موارد، این کار می تواند به مفهوم **گرفتن مرخصی** باشد. ترک لزوماً به معنای همیشه نیست - ممکن است فقط برای مدتی کوتاه باشد. در این مورد، کاملاً درست است که آن را برای مدتی تعطیل کنید.

این تنفس در شمشیربازی می تواند یک تکیه گاه باشد، اگرچه اغلب می بینیم که بهتر آن است که سرعت را کم کنیم و کاملاً آن را رها نکنیم. حضور گهگاهی در کلاس شمشیربازی، شادی بخش است و بدون فشار آوردن بیش از حد توان، روحیه شما را سرزنده می کند.



ترک شمشیربازی به دلیل کاهش علاقه - یک دلیل منطقی

این نکته را باید به وضوح بررسی کرد - ما هرگز نمی خواهیم کسی را به سمت ورزشی سوق دهیم که آن را دوست ندارد.

- اگر عشق به شمشیربازی را کاملاً از دست داده اید و اکنون دیگر برای شما جالب نیست، بهتر است که آن را رها کنید.
- اگر قبلاً به شمشیربازی علاقه داشتید، اما اکنون احساس می کنید که آن یک بار سنگینی برای شما شده است، خوب است که آن را ترک کنید.
- اگر مجبورید خود را به زور به باشگاه بکشانید، و برای رفتن به باشگاه این پا و آن پا می کنید و مثل خورشید روشن است که دنبال یک بهانه برای رفتن هستید، بهتر است که از شمشیربازی منصرف شوید.

این کار برای همه چیز زندگی مشروعیت دارد. اگر از انجام کاری متنفر هستید، حتی بعد از اینکه تلاش کردید و سعی کردید عشقی را که زمانی نسبت به آن داشتید دوباره زنده کنید، هیچ اشکالی ندارد که از آن دور شوید. حتی اگر زمانی یک بازیکن ملی بودید که از روی پیست رفتن سیر نمی شدید، باز هم می توانید نظر خود را تغییر دهید.

زندگی خیلی کوتاه و ارزشمندتر از آن است که بتوان آن را صرف کارهایی کرد که شما را ناراضی می کند. ذائقه هرکس به مرور زمان تغییر می کند! و این پدیده خوبی است - زیرا آن نشان می دهد که ما انسانیم و در حال رشد هستیم.

والدین باید این موضوع را در مورد فرزندان خود در نظر داشته باشند. بچه‌ها چیزهایی را امتحان می‌کنند، تا ببینند مناسب هستند یا نه، و بعد از مدتی متوجه می‌شوند که این کار را دوست ندارند و باید به دنبال کار جدیدی بروند. آنها ممکن است در ابتدا چیزی را تا اعماق وجود خود دوست داشته باشند، اما چند ماه بعد به طور کامل از آن بیزار بشوند.

مجبور کردن کسی به ادامه دادن شمشیربازی، چه خودتان باشد چه فرزندان، اصلاً خوب نیست. آن‌ها مانند قبل در کلاس شمشیربازی مشارکت نخواهند کرد و این باعث ناامیدی همکلاسی‌ها و مربیان‌شان می‌شود. هیچ کس دوست ندارد یک شمشیرباز بدخلق در کلاس داشته باشد که ترجیح می‌دهد کار دیگری انجام دهد.

روابط تغییر می‌کند. برخی از دوستان باهم ازدواج می‌کنند، برخی دیگر از هم جدا می‌شوند. علایق تغییر می‌کند. برخی دانش‌آموزان مدرسه خود را عوض می‌کنند، برخی افراد تغییر شغل می‌دهند یا به یک شهر جدید نقل مکان می‌کنند، زیرا در شهر قدیمی دیگر احساس راحتی نمی‌کنند. دلیل مهم نیست، برای ما این مهم است که افراد باید **آزادی انتخاب** داشته باشند.



کنار گذاشتن شمشیربازی به دلیل برنده نشدن – دلیلی اشتباه

آن نوجوانی که قبلاً به دفترم آمده بود یک دلیل کاملاً متفاوتی برای ترک شمشیربازی داشت. او از ناامیدی‌های خود در زندگی صحبت می‌کرد. او گفت که علاقه‌اش به شمشیربازی را از دست داده و از رقابت لذت نمی‌برد. هر دوی اینها دلایل خوبی برای انصراف از ورزش بودند. اما او این را هم گفت:

"وقت آن رسیده که شمشیربازی را کنار بگذارم زیرا در آن مهارت ندارم. من نتایجی را که باید داشته باشم، ندارم."

اینجا جایی است که مکالمه ما باید برای لحظه‌ای متوقف می‌شد. دلایل بسیار زیادی برای عقب نشینی از یک ورزش وجود دارد. اما **باخت یکی از آنها نیست**. آنچه در ابتدای این مقاله مطرح شد نقل قول‌های بزرگان در مورد انصراف از انجام هر کاری بود. به نظر من، این مثال یک نمونه از مواردی است که آن نقل قول‌ها به زیبایی در مورد آن صدق می‌کند.

صدمه از باخت می‌تواند آنقدر دردناک باشد که کسی را نسبت به همه دلایل دیگر برای ماندن در ورزش کور کند. این قابل درک است، اما یک دلیل منطقی برای ترک آن نیست. معمولاً شمشیربازان برای بازگشتن به جمع یاران خود نیاز به یک چشم انداز منطقی دارند.

در این شرایط گفتگوی ما به این شکل پیش رفت. این بی‌شبهت به سایر مکالمات مشابهی که قبلاً با شمشیربازان داشته‌ام نیست.

من پرسیدم: "آیا شما عاشق شمشیربازی هستید؟"

او گفت: "بله، من عاشق شمشیربازی هستم."

من گفتم: "دوست داری بازهم به باشگاه بیایی؟"

او گفت: "بله، دوست دارم."

من پرسیدم: "آیا هم تیمی هایت را دوست داری؟"

"بله، من آنها را دوست دارم. من محیط باشگاه را دوست دارم. من مربی را دوست دارم. من کلاس ها و همه چیز را دوست دارم. ولی متأسفانه نتیجه نمی گیرم. ضمن اینکه، من نمی خواهم آن را رها کنم. بنابراین سوال من این است که آیا این ورزش برای من مناسب است یا خیر؟"

من پاسخ دادم: "این سوال جالبی است." "شما فکر می کنید که ورزش مناسب شما چیست؟ ورزشی که در آن نتیجه می گیرید، یا ورزشی که در آن واقعاً لذت می برید، احساس حمایت می کنید و عشق عمیق و سطح بالایی از لذت را تجربه می کنید. این یک سوال واقعی است."

در این شرایط است که مشکل بزرگی برای شمشیربازان ایجاد می شود. ما باید درک کنیم که نتایج موقتی هستند، نه برای همیشه. علاقه و عشق به ورزش نیروی محرکه ماست. من به این دختر جوان گفتم - ممکن است همین فردا شروع به گرفتن نتیجه بکنید، چه کسی می داند. استعداد و اشتیاق همیشه کاملاً با هم هماهنگ نیستند، اما ما می دانیم که **بدون اشتیاق، استعداد نمی تواند شکوفا شود.**



وقتی که انصراف از انجام کاری شما را دچار محرومیت می کند

هیچ کس نمی تواند نتیجه گرفتن را تضمین کند. فراتر از آن، به دست آوردن نتیجه فوق العاده دشوار است.

اگر کاری را دوست دارید، اگر واقعاً از انجام آن لذت می برید و همچنین از هم تیمی ها و مربیانی که با آن ها کار می کنید لذت می برید، این یک اتفاق نادر است. این چیزی نیست که بتوانید آن را در همه جا پیدا کنید، و اتفاق فوق العاده ارزشمندی است. در نهایت، درک ارزش چنین موقعیتی می توان حرف آخر را بزند.

مردم به دلایل مختلف شروع به شمشیربازی می کنند. ممکن است به این دلیل باشد که آن ها دوست دارند تا حد امکان به مبارزات شمشیربازی فیلم های جنگ ستارگان نزدیک شوند، و ممکن است به این دلیل باشد که فکر می کنند شمشیربازی می تواند ورود به دانشگاه آنها را ساده تر کند. اینها دلایل خوبی برای ادامه دادن این ورزش در دراز مدت نیستند، زیرا نمی توانند اشتیاق بازیکن را حفظ کنند. آن شور و شوق آتشین باید درونی باشد.

اگر وارد شمشیربازی شدید و متوجه شدید که به آن اشتیاق دارید، یعنی اینکه وقتی روی پیست شمشیر به دست می گیرید یک حس عاشقانه غیرقابل وصفی به شما دست می دهد، پس نباید آن رها کنید. در این مرحله، رها کردن آن به معنای اعتراف به این است که شما سزاوار آن شادی که از انجام آن به دست می آورید، نیستید. این به معنای محروم کردن خود از فرصت انجام کاری که شما را واقعاً خوشحال می کند، و این عادت مضر است که نباید گرفتار آن شوید.

افراد شاد کاری را انجام می دهند که آنها را خوشحال می کند. و شما یکی از این افراد هستید! هر زمانی که عشق آتشین خود به شمشیربازی را از دست دادید، باید از آن کناره گیری کنید، اما اگر آن هنوز آن را دوست دارید باید به شمشیربازی ادامه دهید.



همه چیز فرمایشی است و نتیجه اصلا مهم نیست

یک دیدگاه بلندمدت وجود دارد که معتقدم برای اکثر شمشیربازان قابل اجرا است. نتایج و امتیازات واقعا مهم نیستند. **آنچه اهمیت دارد لذت شمشیربازی است.** بزرگ ترین رضایت شما ممکن است از کسب عالی ترین پیروزی یک تورنمنت مهم نباشد، بلکه از یک مسابقه کم اهمیتی باشد که در آن بهترین ضربه زندگی خود را زده اید.

بله، شمشیربازی گران و وقت گیر است. اما آن نوعی سرگرمی است که می تواند در پایان روز باعث درخشش و شادی شما بشود، احساس خوبی نسبت به خودتان داشته باشید، و به شما اجازه می دهد با افراد خوبی که زندگی شما را غنی تر می کنند، رابطه برقرار کنید.

شمشیربازی کاری است که شما برای خودتان انجام می دهید. هرگز برای بورسیه شدن یا برای رفتن روی سکو، شمشیربازی نکنید. هرگز به دلیل خواست والدینتان یا اینکه برای انجام این ورزش ممتاز تحت فشار هستید شمشیربازی نکنید. آن را به دلیل عشقتان ادامه بدهید و تا زمانی که آن را دوست دارید دست از آن نکشید.

Igor Chirashnya