

تسلط بر معایب شمشیربازی

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۳/۷/۲۲

اخیراً ایده ای در مورد تعمیر و نگهداری خودرو به ذهنم خطور کرد که جالب بود. آن به این صورت بود: تصمیم گیری در مورد تعمیر یک قُررفتگی بزرگ در یک ماشین زیاد گیج کننده نیست - آن یک تصمیم قطعی است. اما معمولاً رفع قُررفتگی های کوچک برای ما معضل ایجاد می کند. آیا آنها را رفع می کنیم یا یاد می گیریم که با آنها زندگی کنیم؟ من معتقدم که حس این موضوع تقریباً برای همه یکسان است - چند بار تا به حال با چنین قُررفتگی کوچک در ماشین خود داشته و از آن گذشته اید زیرا گاهی اوقات هزینه صاف کاری یک فرورفتگی کوچک تقریباً به اندازه هزینه یک تصادف گران می شود؟



آیا شما دوست دارید هر بار که یکی از این فرورفتگی های کوچک را در ماشینتان دیدید، تک تک آنها را برطرف کنید یا برای مدتی (یا برای همیشه) با آنها بسازید تا بلکه روزی در مورد آنها فکری نکنید؟

دلیل اینکه این قیاس در ذهن من برجسته شد این است که چنین معضلات مشابهی در شمشیربازی نیز وجود دارد - آیا ما باید این اشتباهات کوچک، "معایب ریز"، را با توجه به مثال بالا برطرف کنیم یا یاد بگیریم با آنها زندگی کنیم؟ و چه زمانی باید بگوییم دیگر بس است و حسابی به آنها برسیم؟

در شمشیربازی، این "ایرادهای کوچک" می توانند شکل های مختلفی داشته باشند. شاید یک **حمله** باشد که خیلی کوتاه است، یا **قدم جلو یا قدم عقب** باشد که کمی نامتعادل است. شاید **وضعیت دست** شما در حالت گارد باشد که کاملاً اصولی نیست، یا **کارپای** شما باشد که بی دقت انجام می شود. در نگاه اول، این ایرادات جزئی ممکن است بی اهمیت به نظر برسند، به خصوص اگر در مسابقات برنده شوید و حتی در برخی مسابقات هم عالی ظاهر شوید. نادیده گرفتن این مسائل کوچک وسوسه انگیز است، درست مانند اینکه ممکن است یک خراش کوچک روی سطح ماشین نادیده گرفته شود.

اما اینجاست که کار ما مشکل می شود. زیرا درست مانند فرورفتگی خودرو، تصمیم برای رسیدگی به این مسائل فنی همیشه ساده نیست. گاهی اوقات، این ویژگی های کوچک در تکنیک می تواند به نفع یک شمشیرباز باشد. همه ما شمشیربازانی را دیده ایم که حالت های کمی نامتعارف دارند، که حریفان خود را از تعادل خارج می کنند، یا وضعیت دست منحصر به فردی برخی ها امکان حملات رعد و برق را فراهم می کند. در این موارد، آنچه که ممکن است توسط استانداردهای سنتی "عیب" در نظر گرفته شود، در واقع به یک مزیت استراتژیک تبدیل می شود.

از طرف دیگر، برخی از مسائل کوچک در صورت عدم بررسی می توانند منجر به مشکلات بزرگ تری شوند. گارد کمی کج و کوله ممکن است در حال حاضر مشکلی ایجاد نکنند، اما با گذشت زمان، می تواند منجر به مشکلات تعادل یا حتی **آسیب** شود. یا یک نقص جزئی را

در وضعیت دست در نظر بگیرید - ممکن است روی اتک های شما تأثیری نداشته باشد، اما می تواند در حین پیشرفت در شمشیربازی توانایی شما را برای اجرای تکنیک های پیچیده تر محدود کند.

اینجاست که نقش یک **مربی خوب** تعیین کننده می شود. یک مربی ماهر در شمشیربازی مانند یک مکانیک قابل اعتماد برای ماشین شما است. او این تجربه را دارد که تشخیص دهد کدام "عیبها" نیاز به توجه فوری دارند و کدام یک ممکن است واقعاً خصلت های مفیدی باشند. او می تواند به اولویت بندی مسائلی که باید ابتدا به آن ها پرداخته شود، و استراتژی های آموزشی که با تمایلات طبیعی شما مناسب است آموزش دهد، و در عین حال نقص های مهم را اصلاح می کنند.



اما منظور ما تکیه تنها بر مربی خاص شما نیست. به عنوان شمشیرباز، ما باید آگاهی خود را توسعه دهیم. یعنی یادگیری تشخیص این "خراش های کوچک" موجود در تکنیک ما و درک تأثیر آنها است. آیا آنها اجرای حرکات خاص را سخت تر می کنند؟ آیا آنها گزینه های تاکتیکی ما را محدود می کنند؟ یا بخشی از چیزی هستند که سبک شمشیربازی ما را منحصر به فرد و موثر می کند؟

این خودآگاهی یک شبه به وجود نمی آید. این مهارتی است که در طول زمان، از طریق تمرین، رقابت و تفکر صادقانه در خود ایجاد می شود. آن یعنی توجه به جزئیات عملکرد خود است، و نه فقط به نتایج نهایی. ممکن است در برخی مسابقات برنده شوید، اما آیا حریفان یا سبک های خاصی وجود دارند که به طور مداوم شما را به دردمس می اندازند؟ آیا پس از مدتی در ناحیه کمر احساس درد یا خستگی می کنید؟ این سایر مسائل مشابه می تواند سرخی از این باشد که یکی از "خراش های کوچک" شما نیاز به توجه دارد.

سفر تسلط ما در شمشیربازی شامل یافتن تعادل است. از یک طرف، ما همیشه برای کسب برتری فنی و اصلاح و بهبود فرم حرکتی خود تلاش می کنیم. از سوی دیگر، ما باید کاربردی عمل کنیم و بدانیم که برخی از تغییرات تکنیکی موجود در کتاب ها ممکن است واقعاً به ما کمک کند.

بنابراین، با این همه صحبت در مورد "**عیب های کوچک**" در شمشیربازی چه باید بکنیم؟

برداشتن من این است: ما، دقیقاً مانند ماشین هایمان، درست نیست که روی هر نقص کوچکی در شمشیربازی خود وسواس داشته باشیم. اگر بگوییم که همه چیزهای عیناک را باید دور بریزیم (با به عبارتی، زمان، انرژی و همچنین پولمان را از بین ببریم) این کار واقعاً ما را دیوانه خواهد کرد. اما در عین حال نمی توانیم همه چیز را نادیده بگیریم بطوری که تکنیک ما آنقدر پر از عیب بشود که دیگر شکل مناسبی نداشته باشد.

هنر ما در این است که آن ترکیب طلایی را بیابیم. برخی مسائل، مانند مواردی که می توانند منجر به آسیب شوند یا مانع پیشرفت شما می شوند، باید به طور مستقیم مورد توجه قرار گیرند. سایر موارد دیگر ممکن است بخشی از چیزی باشند که شمشیربازی شما را منحصر به فرد می کند.

نکته کلیدی این است که با خودتان (و مربی تان) صادق باشید. به طور منظم به تکنیک حرکت های اصلی خود توجه کنید. از خود بپرسید: آیا این "**خراش های کوچک**" فقط جنبه آرایشی دارند، یا شروع به تأثیرگذاری بر نحوه بازی من می کنند؟ آیا آنها حرکات خاص را سخت تر یا حتی غیرممکن می کنند؟

به یاد داشته باشید، سفر هر شمشیرباز متفاوت است. چیزی که برای هم تیمی شما مفید است ممکن است برای شما کارساز نباشد. منظور ما یافتن چیزی است که به شما کمک کند تا بهترین، ایمن ترین و موثرترین بازی را داشته باشید.



در پایان، تکنیک عالی کمی شبیه یک ماشین کاملاً نگهداری شده است - این یک هدف عالی است، اما همیشه در دنیای واقعی عملی نیست. آنچه مهم می باشد این است که شما از قُررفتگی های خود آگاهی داشته باشید، بدانید کدام یک نیاز به تعمیر دارند، و همیشه در تلاش باشید تا در حد توان بهترین شمشیربازی بشوید.

این روند را ادامه دهید و اجازه ندهید موارد ریز شما را از بازی خود دور کنند. به هر حال، چند "عیب" در برخی جاها نشان می دهد که شما واقعاً در حال تلاش و انجام کار روی پیست هستید.

Igor Chirashnya