



۱. بیفشری بودم

این ورزشکار محله آبوبرق، که از ۱۵ سالگی ورزش حرفه ای پرورش اندام را آغاز کرده است، درباره ورودش به این ورزش می گوید: «خاطرم هست آن زمان، یک نوجوان دبیرستانی بودم؛ یک بچه شر لاغراندام که بسیار شیطنت می کرد و مادرش می خواست حداقل دوسه ساعتی از دست شربازی هایش در امان باشد». بعد از لیخنندی که بر لبانش نقش می بندد، می گوید: «به خاطر تدبیر مادرم، که من را فرزند صالحی تربیت کرد، و دعای پرارش پدرم، که پشتم همیشه به او گرم است، من یک قهرمان برای کشورم شده ام تا باعث سربلندی هم میهنانم باشم.

من گرچه انرژی ام را با ورزش تخلیه می کردم، اما انگار ورزش برای من اثری برعکس داشت، آنچنان که چیزی از شربازی هایم در منزل کم نشد. ورزش برای من ارمغان دیگری بود، با اینکه پیش از آن، با توکم گل کوچک های خیابانی در محله سیدرضی و محله کودکی هایم بود، به نحوی با پرورش اندام و تمرینات آن حس و حال بهتری داشتم. سر و کله زدن با آهن سرد برای من عشق دیگری داشت. سختی فلز را دوست داشتم و کار کردن با دستگاه ها بر اِسم لذت بخش بود. ورود به عرصه حرفه ای با مسابقات بین مدارس و بعد شهر و استان ادامه داشت و من در سال های متمادی با وجود جثه ریز و قد متوسطی که داشتم موفقیت هایی را کسب کردم.»

۲. استعدادم را استاد تیریزی کشف کرد

او از چگونگی کشف استعدادش می گوید: «خاطرم هست که در آن دوران در باشگاه «آرش» که در بولوار «معلم» قرار داشت، کار می کردم. آن زمان تب این ورزش میان جوانان داغ بود، اما همه پای کار نمی آمدند. خیلی از دوستان آن روز هایم بعد از مدتی، هریک سراغ زندگی خود را گرفتند و شغلی و مسیر دیگری انتخاب کردند و تنها کسانی که از آن باشگاه خواستند حرفه ای باشند، من و دوست صمیمی دیروز و امروزم، بهروز حسن پور، بودیم.» او در ادامه می گوید: «مانند حرفه ای های آن باشگاه شدیم.»

جواد سلطانی پس از بیان خاطرات ورزشی نوجوانی اش سراغ نخستین روزهایی می رود که نوع نگاهش به این ورزش حرفه ای تر شد و خواست تلاش کند تا جهانی شود: «پس از مدتی در همان سالن با آقای سامان سربازی آشنا شدم و دوسالی همراه او ورزش کردم تا اینکه با آشنایی با استاد تیریزی زندگی ورزشی من رنگ و رویی دیگر پیدا کرد. در واقع کشف استعداد بدنی من برای انجام این ورزش به آشنایی با این استاد بر می گردد. او می گفت: «جواد تو استعداد نابی در این ورزش داری و می توانی روی سکوهای بالاتری باشی.»

۳. افتخار محله آبوبرق

صحبت های استاد تیریزی و آموزش های او سلطانی را به دنیایی دیگر در ورزش سوق داد:

«سال ۸۴ در نخستین مسابقات جهانی در این رشته، شرکت کردم و مقام سوم قهرمانی کشور را به دست آوردم. در سال ۸۶ با کمک این استاد توانستم به قهرمانی کشور و مدال طلای آن برسم. عضویت در تیم ملی در همان سال نیز به تجربه هایم افزود. سال ۸۷ بعد از پایان اردوی اعزامی، مسائلی پیش آمد که بسیار ناخوشایند بود و سبب وقفه ای در فعالیت های ورزشی من شد. بعد از مدتی با کمک استادم به قطر رفتم. در سال ۲۰۱۰ و ۲۰۱۱ در مسابقات قطر شرکت کردم و توانستم مقام اولی جام «پلیس» قطر و مقام سوم مسابقات «قطر کلاسیک» و مقام هفتم «قطر کلاسیک این» را با وزن ۷۰ کیلو در مبارزه با قهرمانان ۱۰۰ کیلویی کشورهای دیگر کسب کنم.» قهرمان پرورش اندام جهان ادامه می دهد: «در سال ۲۰۱۲ مدال طلای مسابقات جهانی «بادی کلاسیک» کشور بلغارستان را کسب کردم و در سال ۲۰۱۳ در مسابقات «بادی کلاسیک» کشور اتریش نیز طلا گرفتم. در سال ۲۰۱۴ در نخستین دوره شرکت در مسابقات المپیک ساحلی، موفق به کسب مدال طلا شدم. پس از بازگشت از آن مسابقات با وجود آسیب دیدگی، دو هفته بعد به مسابقات جهانی اسپانیا رفتم و با اینکه در وهله اول مقام سومی من اعلام شد، ولی چون تست دوپینگ نفر اول مثبت درآمد، من مقام دوم را در آن مسابقات کسب کردم. پس از این مرحله بدلیل آسیب دیدگی شدید زانو نزدیک به یک سال تحت درمان بودم و پس از آن شرایط تمرین برای من سخت شد تا سال ۲۰۱۷ که در مسابقات جهانی، که همین هفته گذشته برگزار شد، با حس خوش بالا رفتن پرچم کشور به ایران بازگشتم. دوست دارم سبب سربلندی محله، شهر و کشورم باشم.»

۴. مغرور نمی شوم، بغض می کنم

سلطانی اکنون در باشگاه پرورش اندامی در محله ۷ تیرمربی گری می کند و مشاور عالی برای کسانی است که می خواهند در این رشته ورزشی لاچگری موفق شوند. وقتی درباره غرور و ابوصحبت می کنم، در پاسخ به این سؤال که «از کسب این تعداد مقام جهانی و روی سکوی قهرمانی جهان رفتن لحظه ای غرور روی اگر فته یانه؟» پاسخ می دهد: «وقتی شما در ورزش حرفه ای می شوید، دیگر چیزی به عنوان فرد وجود ندارد و باید برای همه جامعه ورزش کنید و فشارهای زیادی را تحمل کنید، فقط برای اینکه روی سکوی قهرمانی پرچم کشورتان را بالا ببرید. در آن لحظه ها فقط و فقط بغضی به وجود می آید که گلویت را سخت می فشارد و آن از شادی سربلندی کشور است. شاید این مسئله را تنها قهرمانان حرفه ای بتوانند درک کنند.»

۵. مدال های یادآور روزهای سخت و رژیم های غذایی هستند

او یکی از معدود ورزشکارانی است که می گوید مدال ها و لوح های قهرمانی اش را هیچ گاه جلوی چشمانش نگه نمی دارد، زیرا آن ها یادآور رژیم ها و

سختی هایی هستند که برای کسب هر کدامشان تحمل کرده است. رشته ورزشی او با وجود این همه افتخار آفرینی، در کشورش پر مهجور مانده است. برای همین است که هیچ گاه کسب مقام قهرمانی و برگشتن به کشور را به کسی اطلاع نمی دهد؛ زیرا این قهرمانی را متعلق به کشور می داند و نه تنها برای خودش.

این قهرمان محله آبوبرق، ضمن اینکه معتقد است دلیل مهجور ماندن رشته ورزشی پرورش اندام را باید از مسئولان پرسید، می گوید: «در این رشته ورزشی استعداد های زیادی وجود دارد، اما تنها موضوع از آر دهنده این است که مسئولان به این رشته ورزشی خاص اهمیتی نمی دهند و از سوی دیگر دید مردم نیز نسبت به این ورزش پسندیده نیست. بیشتر مردم فکر می کنند، کسانی که در رشته پرورش اندام فعالیت می کنند، مدام در حال استفاده از مواد هورمونی هستند و خودشان هیچ تلاشی نمی کنند.»

به عقیده او کسانی که به صورت حرفه ای این ورزش را دنبال می کنند، با رژیم های سخت، تحمل وزنه های سنگین، گذشتن از خوشی های عادی و صرف زمان و هزینه برای خوردن مواد مغذی به اینجا رسیده اند. از بُعد عمومی، بدنسازی و کار با دستگاه برای بدن بسیار مفید است و بافت عضله را بسیار مقاوم می کند. این ورزش یکی از ورزش هایی است که تا ۶۰-۷۰ سالگی نیز می توان به آن پرداخت و بدن را روی فرم نگه داشت.

این ورزشکار ملی با اشاره به سن مناسب شروع تمرینات در این رشته ورزشی، که ۱۷ سالگی است، و همچنین سن مطلوب شرکت در مسابقات جهانی، که ۲۸ تا ۳۸ سالگی است، ادامه می دهد: «درباره این رشته اطلاع رسانی نشده و خیلی ها درباره این ورزش اطلاعات کافی ندارند.»

۶. استاد و شاگردی

می خواهد از استادش بگوید و از اینکه همه زندگی شخصی، ورزشی و اخلاقی مداری اش را مدیون اوست. نام استاد علی تیریزی بر لبانش می نشیند و می گوید: «او یک انسان به تمام معنا و ورزشکاری واقعاً حرفه ای است.»

او در پاسخ به این سؤال که آیا در میان شاگردانش کسی هست که به موفقیتش امیدوارتر باشد، می گوید: «یک مربی بدنسازی معمولاً شاگردان بسیاری دارد که بسیار کوتاه همراهی اش می کنند، اما کسانی که می خواهند حرفه ای این ورزش را ادامه دهند، معدود هستند. علت آن هم این است که این ورزش هزینه های سنگینی دارد و تأمین هزینه های آن از عهده هرفردی بر نمی آید؛ یک ورزش فوق لاچگری.

از میان شاگردانم سعید عصار، سال گذشته در مسابقات جهانی اروپا مدال طلا کسب کرد. ابو الفضل عزیز اده هفته گذشته در مسابقات جام «المانس بین المللی»، که در تهران برگزار شد، مدال طلا کسب کرد. برادرم جمشید که دوسالی است این ورزش را آغاز کرده و مطمئناً آینده روشنی دارد.

۷. شهرداری ورزشکار های حرفه ای محله را نمی شناسد

یکی از دغدغه های این ورزشکار، امکانات محدود ورزشی در محله هاست. به عقیده او بر حسب تعداد جمعیتی که در هر محله زندگی می کنند باید امکانات ورزشی وجود داشته باشد تا مثلاً شهروندانی که در محله ای مانند آبوبرق زندگی می کنند، ناچار نشوند از حاشیه خیابان برای ورزش استفاده کنند. سلطانی در ادامه صحبتش از شهرداری گله می کند و می گوید: «شهرداری می تواند بهره های بسیاری از وجود ورزشکاران حرفه ای در محله ببرد، اما اصلاً ورزشکاران ملی منطقه را نمی شناسند.» او که برنامه اش پرورش شاگردانی است که بتوانند برای کشور مان افتخار کسب کنند، پیشنهاد مطلوبی در این زمینه دارد که آن را توضیح می دهد: «زمین و مجموعه های ورزشی به افراد عادی سپرده می شوند و دست آخر باز خوردی که برای ورزش مردم باید داشته باشند، مطلوب نخواهد بود؛ این در حالی است که شهرداری می تواند این سالن ها و زمین ها را به حرفه ای ها بپردازد تا آن ها بتوانند در آموزش های بهینه ورزشی شهروندان سهیم باشند.»

۸. خاطر فشرین

سلطانی درباره شیرین ترین خاطره ورزشی اش می گوید: «جالب است بدانید از سال ۲۰۱۲ که مسابقه می دهم هر سال، روز مسابقه من مصادف می شود با تاسوعا و عاشورای حسینی. شیرین ترین خاطره اینم در همین روز هارقم خورد. سال ۲۰۱۳ بود. مشکلی در صدور ویزای اتریش وجود داشت که به همین دلیل اعزام تیم به مسابقات کنسل شد. همان زمان در کنار همسر باردارم در مشهد ماندم. شب تاسوعا یک ربع به ۷ بود که دخترم به دنیا آمد. از به دنیا آمدن دخترم بسیار خوشحال بودم و از سویی بسیار ناراحت برای کنسل شدن مسابقات و بی حاصل ماندن تمرینات سخت تیم. همین طور که با خودم خلوت کرده بودم، ساعت سه و نیم بعد از ظهر موبایلم به صدا درآمد، علی نعمتی، مربی تیم ملی، بود که با لجه شیرین اصفهانی گفت: «وقتی که می گویند دختر قدمش خیر است، یعنی این! سریع حرکت کن و بیاتهران که امشب پرواز داریم.» شب هنگام که تیم را دیدم همه از خوشحالی این اتفاق و قدم مبارک دخترم گریه می کردند و این خاطره بسیار شیرینی برایم هست و خواهد بود.»

۹. خاطره تلخ

«تلخی ای از آدم های دنیا ندارم. فقط این مسئله که چرا همیشه آدم ها با هم خوب نیستند، مرا آزار می دهد؛ این برای من ورزشکار در وقت هایی خلاص می شود که مدالی گیرم و آن موقع ها همه با من خوب می شوند؛ اما خاطره تلخم همان سال ۸۷ بود که دوساعت پیش از اعزام، بنابه درخواست یکی از دوستان پیشکسوت، من را از اردو خطرزدند تا نام یکی دیگر را جای من بنویسند.»



در این رشته ورزشی استعداد های زیادی وجود دارد، اما تنها موضوع از آر دهنده این است که مسئولان به این رشته ورزشی خاص اهمیتی نمی دهند