

۵



راه تجربه

نرگس فدایی یکی از کم سن و سال ترین مربیان رزمی کار با شاگردانش یک خانواده تشکیل داده اند

«مامان نرگس» دختران رزمی کار ثامن

۳۰ ثانیه طلایی
خانم مربی

این وسط باز هم هستند شاگردانی که همچون خودش برای رؤیای هایشان هر رنجی را به

جان می خرد تا سرانجام، آن روی سکه را ببینند! نرگس می گوید: شاگردانی دارم که تا الان در همه مسابقات، شکست خورده اند اما همچنان با قدرت و انگیزه هر چه تمام تر ادامه می دهند و نگذاشته اند باخت های مکرر، سد راهشان برای پیشرفت شود. من هم همیشه گفته ام که هر باخت مساوی یک تجربه است و نباید مانع ادامه دادن شود.

حدیثه، خواهر کوچک ۷ ساله اش که ارشد کلاسش هم هست، خاطره جالبی در این باره تعریف می کند: در مسابقات باشگاهی حریفم از من درشت تر بود. با تشویق های خواهرم مبارزه را شروع کردم. همان راند اول با یک ضربه از رینگ پرت شدم بیرون! با گریه به آغوش خواهرم (مربی) آمدم و گفتم من ادامه نمی دهم! آجی نرگس خیلی محکم گفت «اگر آجی من هستی، ادامه می دهی!» این حرف آجی انگار قوت قلب بهم داد. برگشتم توی زمین و این بار نتیجه به نفع من تمام شد و برنده آن مبارزه شدم.

نرگس در آن مسابقه، فقط سی ثانیه با خواهر هفت ساله اش تمام حجت کرد اما تأثیر صحبت هایش آن قدر زیاد بود که هم در آن مبارزه برد؛ هم بعد از آن در مسابقه دیگری مقابل حریف قدری قرار گرفت و این بار همان ابتدا، نتیجه مبارزه را به نفع خودش تمام کرد.



نمی خواهم مسائل مالی سد پیشرفتشان شود

نرگس فدایی از آن دسته مربیانی نیست که از همان روز اول، کلی هزینه خرید وسایل و تجهیزات مربوطه را روی دست خانواده ها می گذارند، بلکه دست کم دو ماه فرصت شناخت هنرچوها را نسبت به کیک بوکسینگ در نظر می گیرد و بعد به تدریج اقلام مورد نیاز را اعلام می کند که برای ادامه کار تهیه شود. حتی وسایل قبلی خودش را به آن ها که توان خرید ندارند، امانت می دهد تا از تمرین عقب نمانند؛ لوازمی که دست به دست می چرخد و کار را پیش می برد. او می گوید: برای من استعدادیابی مهم تر از درآمدزایی است. هر هنرچو برای شرکت در مسابقات باید هزینه پرداخت کند که برخی خانواده ها امکانش را ندارند. پیش آمده است که من خودم این هزینه را برای شاگردانم پرداخت کرده ام که مبادا به این بهانه از رقابت در مسابقات بازمانند.



هم مربی
هم مشاور
دلسوز

با وجود همه سخت گیری هایش برای رعایت نظم و احترام، شاگردانش او را

«مامان» خطاب می کنند. همه در دل هاود غده هایشان را با مامان نرگس در میان می گذارند و او را مربی، یک مشاور امین و دلسوز برای شاگردانش بوده است. خودش می گوید: بیشتر لحظات من با کیک بوکسینگ و شاگردانم پر می شود و تقریباً هیچ زمان خالی ای برای کار دیگری ندارم. در این دو سال که وارد دنیای مربیگری شده ام، حتی سال تحویل را با شاگردانم بوده ام، با هم به حرم امام رضا (ع) می رویم، برنامه تفریحی در بوستان های مختص بانوان می گذاریم و همان جا هم از تمرین غافل نمی شویم. در شادی ها و برد ها با هم شادی می کنیم و در ناراحتی ها و باخت ها با گریه شان، اشک می ریزم که احساس ضعف نکنند و بدانند که تخلیه انرژی هیچ اشکالی ندارد.

با اینکه تنها منبع درآمدش از مربیگری است، یک عهده را از همان ابتدا با خودش بسته است که نداشته هزینه ثبت نام مانع هیچ کودک علاقه مندی برای آموزش نباشد. با این اعتقاد، بارها پیش آمده است که نرگس، دختر بچه های مستعد را بدون گرفتن وجهی پذیرفته و همه تلاشش را برای امید آفرینی و ایجاد انگیزه رشد در شاگردانش به کار بسته است.



ساجدی نیا از همان کودکی پشت ظاهر آرامش، یک دنیا شور و هیجان و اراده فریادمی زد. نرگس رؤیای مربیگری را از همان زمانی که در تنهایی خودش عروسک بازی می کرد، در سر پرورانده بود؛ سه چهار ساله بود که همراه مادرش به باشگاه می رفت و همیشه خودش را در جای مربی تصور می کرد. همین هم بشد: او حالایکی از جوان ترین و کم سن و سال ترین مربی های رزمی کار در رشته کیک بوکسینگ است. نرگس فدایی بانوزده سال سن از دو سال پیش کار مربیگری را در ورزش مورد علاقه اش شروع کرده و در همین مدت کم، آوازه مهربانی اش طوری در محله ثامن پیچیده است که شاگردان بسیاری دور و برش جمع شده اند!

تا بستان سال گذشته بود که نرگس در مسابقات کشوری که در مازندران برگزار شد در دو جایگاه شرکت کرد: مربی و شرکت کننده و در هر دو موقعیت موفق به کسب مقام شد؛ خودش طلا گرفت و شاگردانش نقره و برنز!

ورزش رزمی، راهی برای نظم و مسئولیت پذیری

صحبت هایش را با این تأکید شروع می کند که خلاف باور عموم، ورزش مورد علاقه اش ممکن است ظاهر خشنی داشته باشد اما روحیات پهلوانی در آن رواج دارد. می گوید: مهم ترین آدابی که هنرچوها از همان ابتدا می آموزند، ادب و احترام است؛ برای نمونه، حدیثه، خواهر کوچک من ارشد کلاس است و همه می دانند که وقتی وارد کلاس می شوند، دیگر سن و سال ملاک نیست و باید به او به عنوان ارشد احترام بگذارند. نرگس یک نکته مهم هم به پدرها و مادرها یادآوری می کند که «اگر می خواهید نظم و مسئولیت پذیری از سنین کم در فرزندتان نهادینه شود، او را در رشته های رزمی ثبت نام کنید.»

اول علاقه ات
زایید اکن

قصه علاقه مندی اش به کیک بوکسینگ را این طور تعریف می کند: از کودکی عاشق ورزش بودم. بیشتر وقت ها همراه مادرم به باشگاه می رفتم. بعد ها که به مدرسه رفتم، همیشه در ورزش پیشتاز بودم. خودم را در بیشتر رشته های ورزشی محک زدم و مقام هایی هم به دست آوردم؛ از والیبال و دوومیدانی گرفته تا ژیمناستیک و کاراته. کونگ فو و کیک بوکسینگ همراهم پدرم پای ثابت تماشای مسابقات والیبال بودم اما انگار هیچ کدام از این ها آن چیزی نبود که راضی ام کند تا اینکه پا به رشته کیک بوکسینگ گذاشتم و آن قدر مجذوبش شدم که دیگر نتوانستم از آن دل بکنم.

تجربه ای را که در این سال ها به دست آورده است، در یک جمله خلاصه می کند: «اول علاقه ات زایید اکن، بعد برای رشد در آن مسیر تلاش کن!»

نرگس از حمایت های پدرش نیز بهره برده است؛ می گوید: هنوز هم نگاه هایی وجود دارد که معتقدند رشته های رزمی مناسب بانوان نیست و با همین باور هزار و یک مانع بر سر راه دختران علاقه مند ایجاد می کنند اما خوشبختانه شانس بزرگ من در زندگی، داشتن پدری آگاه بود که وقتی اشتیاق مرادید، همواره تشویق کرد و اتفاقاً همیشه می گفت «اگر تنها آورده این ورزش برای افزایش قدرت بدنی و دفاع از خودت باشد، برایم کفایت می کند.»