



این ورزش چه

توانمندی‌های ویژه‌ای نیاز دارد؟

ورزش‌های رزمی پیش از همه سبب سلامتی و تقویت هماهنگی اعصاب و عضلات می‌شود، قدرت بدنی را بالا می‌برد و در کنار تقویت سیستم تنفسی و کاهش اضطراب، با یادگیری فنون مختلف دفاع از خود، اعتماد به نفسمان را افزایش می‌دهد. همچنین در این رشته کار با سلاح‌های سرد مختلف را آموزش می‌بینیم. به نظر من رشته‌های رزمی نقطه‌ی پایان ندارند اما برای موفقیت در هر ورزشی بیشتر از توانایی، اراده لازم است. مثلاً یکی از دوستانم که مشکل حرکتی و جسمی دارد در همین رشته موفق شده است کمربند مشکی خود را بگیرد.

از دیگر فعالیت‌هایت برایمان بگو.

از ۶ سالگی کلاس محاسبات سریع ریاضی رفته‌ام و در مسابقات استانی ۱۴۰۱ مدال طلا و در مسابقات کشوری ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳ مقام چهارم را کسب کرده‌ام. در یک فیلم سینمایی به اسم «کاکالوتی» به کارگردانی امیراطهر سهیلی هم بازی کرده‌ام که هنوز اکران نشده است. با برنامه ریزی درست به درس‌هایم نیز می‌رسم. درس‌هایم خیلی خوب هستند. تالانتان بخواهد شیطننت هم می‌کنم، اصلاً زندگی بدون شیطننت معنا ندارد! اهل مطالعه و فکر کردن هم هستم. بازی‌هایی که خیلی تحرک داشته باشد مانند فوتبال و جنگ بازی با پدرم را خیلی دوست دارم. تصمیم دارم که حفظ قرآن را هم شروع کنم، ورزشم را ادامه بدهم و بیشتر مطالعه کنم. به دوستانم نیز می‌گویم ابتدا اخلاق و احترام به بزرگ‌تر را فراموش نکنند سپس هر کاری را آغاز می‌کنند نهایت تلاش خود را انجام دهند و هیچ وقت ناامید نشوند. در موفقیت‌م تا امروز هم یاری خداوند و اراده و تلاش خودم و در کنار این‌ها حمایت خانواده‌ام به ویژه پدرم و مادرم و استادانم علیرضامات و «تاپ‌مستر» رحیم برگی که با دل‌سوزی و دقت فراوان این رشته‌ی ورزشی را به ما آموزش می‌دهند تأثیر داشته‌اند. همچنین از دکتر صدر که در زمینه‌ی آموزش محاسبات سریع ذهنی (آیکیومس) کمک زیادی به من کردند نیز تشکر می‌کنم.

تفاوت دفاع شخصی با رشته‌های ورزشی دیگر

چیست؟

به نظر من ورزش‌های رزمی تا حدودی خشن هستند، اما انسان را برای مقابله با خشونت‌های بیرون آماده می‌کنند، با این حال به نظر من هدف اصلی ورزش رزمی پرورش و هماهنگی جسم و روح با هم است که برای من سبب شده است حتی در اوج قدرت هم آرام باشم و حق را زیر پا نگذارم. بر نظم و انضباط هم تأثیر خوبی داشته است، اما اگر روزی هم بخواهم ورزش دیگری را انتخاب کنم پارکویا شاید هم فوتبال باشد.

از این ورزش بیشتر در چه مواردی استفاده

می‌کنی؟

در مدرسه به دلیل اینکه ورزشکار هستم، حرکات گرم کردن بچه‌ها و انجام بعضی از فعالیت‌های ورزشی سخت را به من می‌سپارند. تا به حال از توانایی‌ام برای زدن کسی استفاده نکرده‌ام و استادم همیشه تذکر می‌دهد که مانباید از فنون خود به جز در موارد خاص بهره بگیریم.

