### رزمی کار خطوط ولوله در گفت‌وگو با مشعل:

# ورزش قوای جسمی و قوای روحی را تقویت می‌کند

از کارکنان واحد حراست خط لوله منطقه تهران است که سال‌ها در ورزش کونگ‌فو فعالیت می‌کند. ورزشی که قریب به ۴۰ سال در سراسر دنیا رشد کرده و از ورزش‌های پرطرفدار در بین مردم جهان شناخته می‌شود. عبدالله قاسمی عقیده دارد ورزش هم قوای جسمی و هم قوای روحی را تقویت می‌کند، تحرک و به کار انداختن ماهیچه‌ها موجب شادابی می‌شود و آدم را برای انجام کارهای روزانه آماده‌تر می‌کند، از پلیدی‌ها دور و از ایجاد افسردگی پیشگیری می‌کند. با رزمی‌کار خط لوله منطقه تهران گفت‌وگویی داشته‌ایم که با هم می‌خوانیم.

**از بیوگرافی خودتان شروع کنید و اینکه چند سال است در خط لوله فعالیت می‌کنید و از چه زمانی وارد شرکت نفت شدید؟**
من متولد ۱۳۶۱ از لاهیجان هستم. سال ۸۴ وارد مجموعه نفت شدم و از ابتدا کارم را از خط لوله آغاز و به‌صورت پیمانکاری در واحد حراست شروع کردم و در خصوص تحصیلات هم باید بگویم دانشجوی رشته کامپیوتر در مقطع کاردانی هستم.

**چند سالی است که در ورزش‌های رزمی فعالیت دارید، در این مورد توضیح دهید؟**
حدوداً از ۱۷ سال پیش در ورزش کیک‌بوکسینگ فعالیت دارم و ۹ سال است که در رشته کونگ‌فوتوآی اصیل یا سنتی مشغول هستم. کیک‌بوکسینگ در واقع از دو قسمت (کیک، یعنی ضربه پا) و (بوکسینگ، یعنی مشت زدن) تشکیل شده که تکنیک‌های اصلی آن هم در مشت و ضربه پاست.

**درباره مولفه‌های این ورزش هم توضیح می‌دهید؟**
در کیک‌بوکسینگ ضربات مشت، لگد، زانو، آرنج و گرفتن همدیگر آزاد است، ولی زدن حریفی که روی زمین افتاده، ممنوع است. در کل این ورزش اعتماد به نفس خاصی به هنرجو می‌دهد و باعث تقویت روح و جسم هنرجو در مدت بسیار کوتاه می‌شود و برخلاف ورزش‌های رزمی دیگر، هنرجو می‌تواند در کمترین زمان به بالاترین ارتقای روحی و جسمی برسد و بتواند در برابر چند مهاجم از خود دفاع کند. در نتیجه شما می‌توانید با این ورزش به مشکلات روحی و جسمی خود پایان دهید.

**به مراحل کونگ‌فو هم اشاره می‌کنید؟**
این رشته دارای هفت خط است که از شال‌بند سفید شروع می‌شود و تا شال‌بند سبز ادامه می‌یابد. خط یک، آناتوآ با ۵۱۵ تکنیک و ترکیب عکس‌العمل‌سازی. خط دو، آنادو به معنای اسرار با ۳۱۷ تکنیک و ترکیب عکس‌العمل. خط سه، سوتونام‌دارد و به معنای خروج از ترس است. خط چهار سام سامانه و به معنای کاوش با ۵۰۱۱ تکنیک و ترکیب عکس‌العمل‌سازی. خط پنج، مایانه، مربوط به من، تو و طبیعت است. خط شش، کوانه، وست‌مایانه و دارای ۸۷۶۵ تکنیک و عکس‌العمل‌سازی است. خط هفت هم وای مایتو به معنای پنجه مرگ با ۳۳۰۱ تکنیک ترکیب و عکس‌العمل‌سازی همراه است. افراد بعد از اتمام این مراحل وارد شال‌بند سبز می‌شوند.

**چند سال است که در این رشته هستید؟**
قریب به ۹ سال است که به‌صورت حرفه‌ای در این سبک کار می‌کنم. سعی کرده‌ام که همین رشته را تا آخر عمر ادامه دهم.

**با این همه سال سابقه، جایگاه خود را در این رشته چطور می‌بینید؟**

در حال حاضر درجه ارشدی این رشته را دارا هستم و این اجازه را دارم که مربیگری کنم، اما مشغله کاری این اجازه را از من سلب کرده است.

**چه عاملی باعث شده که تصمیم بگیرید تا آخر عمر این ورزش رزمی را دنبال کنید؟**
استاد من آقای رحمت‌الله یوسفی، یکی از چهره‌های شناخته شده در جهان است که ۳۵ سال سابقه مربیگری کونگ‌فو را دارد. این بیانگر آن است که رشته مذکور مقطعی نیست که بخواهیم نیمه‌کاره رهایش کنیم. در ضمن این ورزش نیازمند به‌روز شدن است و از جمله رشته‌هایی به شمار می‌رود که دنیایی از تکنیک در آن نهفته است.

**عوامل حرفه‌ای شدن در این رشته چیست؟**
از نظر یک کونگ‌فوکار حرفه‌ای، دست کم باید هشت سال کار و تمرین کرد. تازه آن زمان یک کونگ‌فوکار مبتدی به شمار می‌آید. این ورزش آیین خاص خود را دارد که انسان را شاهکار طبیعت می‌داند و معتقد است آدمی باید خود را در معنویت جست‌وجو کند. به‌طور کلی می‌توان اذعان کرد که نه تنها این ورزش، بلکه تمام ورزش‌ها موجب تذهیب نفس می‌شوند.

**شما در کدام طبقه از این رشته قرار دارید؟**
همانطور که گفتم این رشته هفت خط دارد. البته مدت‌ها زمان می‌برد تا بتوان به خط هفتم رسید. من ۹ سال در این رشته هستم، با وجود تمرینات فشرده، تازه به خط چهار رسیده‌ام. افرادی که شال سفید می‌بندند، کسانی هستند که در این رشته تازه به خط یک رسیده‌اند. گرچه رسیدن به همین رتبه هم سه سال زمان می‌برد.

**درباره خط چهار توضیح دهید؟**
خط چهار یا سام سانه به معنای کاوش: تلفیقی از تکنیک، مبارزه و دفاع شخصی است که سبک جنگ‌آوران محسوب می‌شود و فکر را درباره شکل آدمیت و نوع انسانیت، همراه با ۵۰۱۱ تکنیک ترکیب عکس‌العمل‌سازی با رسیدگی تن و روان مشغول می‌سازد.

**شال شما چه رنگی است؟**
من شال قهوه‌ای فدراسیونی می‌بندم، اما در باشگاه خط چهار را کار می‌کنم.

**مگر شال فدراسیونی نوع خاصی دارد؟**
شال‌ها را فدراسیون رده‌بندی می‌کند. اگر سبک اصیل را با میزان زمانی که من در این رشته صرف کرده‌ام، محاسبه کنیم معادل ۲۰ سال تلاش است که با کسب این جایگاه مستحق بستن کمربند قهوه‌ای می‌شوید.

**ظاهرا خیلی به این ورزش علاقه‌مندید؟**
من عاشق این ورزش هستم. راستش فکر می‌کنم این ورزش طریقت دانایی و انشای تن و روان است. من از بچگی به این رشته علاقه‌مند بودم و برایش ارزش زیادی قائل هستم. هفت استاد عوض کردم تا به استادی که هم‌اکنون با او کار می‌کنم، رسیدم. شاید باورش برایتان سخت باشد، ولی برای یافتن چنین استادی به همه جای ایران سفر کردم تا با سبک و سیاق اساتیدی که در این رشته تبحر داشتند، آشنا شوم تا اینکه بالاخره او را انتخاب کردم.

**مهم‌ترین شاخصه این رشته چیست؟**
نظم در این رشته بسیار حاکم است. استادم می‌گوید، من فکر می‌کنم اگر کوه باشید، ولی نظم نداشته باشید پودر می‌شوید.

**چه عاملی باعث شده شما تا این اندازه به ورزش علاقه‌مند باشید؟**
ورزش هم قوای جسمی و هم قوای روحی را تقویت می‌کند. تحرک و به کار انداختن ماهیچه‌ها موجب شادابی می‌شود و آدم را برای انجام کارهای روزانه آماده‌تر می‌کند، از پلیدی‌ها دور و از ایجاد افسردگی پیشگیری می‌کند.

**از نظر شما ورزش در زندگی چه تاثیری دارد؟**
مسلما یک شخص ورزشکار با تنبلی و کسالت بیگانه است و علاوه‌بر داشتن هیکلی متناسب و خوش‌فرم از روحیه بالا و شادابی نیز برخوردار است و این موفقیت، ارتباطات او را در زندگی روزمره، چه در خانواده و چه در اجتماع یا محیط کار تضمین می‌کند.

**این درست است که می‌گویند ورزش باعث تقویت عملکرد ذهن می‌شود؟**
بله همین طور است. باید بگویم که آثار مثبت ورزش فقط در افزایش فعالیت جسمانی خلاصه نمی‌شود. بسیاری از ورزش‌های امروزی نظیر پینگ‌پنگ، اسکیت، اسکی، بسکتبال و شنا نیاز به یادگیری و حتی مربیان مجرب دارند و کار فکری زیادی را نیز می‌طلبند. بنابراین ورزش‌های امروزی فقط یک فعالیت جسمی ساده نیستند بلکه قابلیت‌های پیچیده مغز را در امور مختلف از جمله هماهنگی، چالاکی، درست عمل کردن و درست تصمیم گرفتن را تقویت می‌کنند. به‌گونه‌ای که در یک شخص غیرورزشکار این قابلیت‌های مغز، خاموش می‌ماند و به‌تدریج ذهن تنبل و سست می‌شود و این‌گونه افراد، بیشتر تمایل دارند در یک گوشه بنشینند و در فکر فرو روند. به‌طور کلی می‌توان گفت ورزش در همه اجزای جسم و ذهن بدن و در همه مراحل زندگی انسان تاثیر غیرقابل انکار و بسزایی دارد.

**حاضرید آنچه را تاکنون در این رشته آموخته‌اید برای کارکنان علاقه‌مند آموزش دهید؟**
اگر خللی در کارم ایجاد نشود با کمال میل می‌پذیرم. اگرچه پرداختن به این ورزش به‌صورت تفریحی و تفننی امکان‌پذیر نیست و باید به‌صورت مستمر آن را دنبال کرد.

**غیر از کونگ‌فو ورزش دیگری هم انجام می‌دهید؟**
بله. کوهنوردی، رشته‌ای که از تفریحات سالم و مورد علاقه من است.

---

## تیم‌های پایه باشگاه نفت مسجدسلیمان راه‌اندازی می‌شود

سرپرست مدیرعاملی باشگاه نفت مسجدسلیمان از راه‌اندازی تیم‌های پایه این باشگاه برای اولین بار خبر داد.

هدایت یزدی در گفت‌وگو با «مشعل» در خصوص راه‌اندازی تیم‌های پایه باشگاه نفت مسجدسلیمان گفت: برای توسعه ورزش فوتبال مسجدسلیمان و استان خوزستان و با هدف کشف استعدادها و آموزش و هدایت آنها به سمت تیم بزرگسالان، به‌زودی تیم‌های پایه باشگاه نفت مسجدسلیمان راه‌اندازی و مدیر آن نیز معرفی خواهد شد.

یزدی با بیان اینکه این اقدام طی سال‌های آینده می‌تواند به فوتبال مسجدسلیمان و خوزستان کمک شایانی کند، خاطرنشان کرد: در گذشته تیم فوتبال نفت مسجدسلیمان نمی‌توانست از سهمیه بازیکنان جوانان و امید خود استفاده کند، ضمن اینکه فضا برای ورزشکاران جوان و مستعد منطقه فراهم نمی‌شد، چراکه در باشگاه نفت مسجدسلیمان، تیم‌های پایه وجود نداشتند، اما با تشکیل تیم‌های پایه، این امکان برای جوانان شهر و استان مهیا شده که توانایی‌های خود را در این ویترین فوتبالی و مستطیل سبز به نمایش بگذارند.

سرپرست مدیرعاملی باشگاه نفت مسجدسلیمان همچنین با تشکر از زحمات مربیان، پیشکسوتان و دست‌درکاران فوتبال مسجدسلیمان و استان خوزستان تاکید کرد: استعداد و ظرفیت خوبی در شهرستان و استان وجود دارد که باید در تیم‌های پایه رشد و خود را به فوتبال کشور معرفی کنند که هدف‌گذاری مهم ما و یکی از دلایل اصلی قبول مسئولیتم نیز در باشگاه نفت مسجدسلیمان همین بود. با معرفی مدیر تیم‌های پایه و راه‌اندازی آن با استفاده از تمام ظرفیت‌های موجود، بسیار امیدواریم که این مهم بتواند طی سال‌های آینده در بهتر شدن روند تیم بزرگسالان باشگاه پرطرفدار نفت مسجدسلیمان و استان خوزستان نیز تاثیرگذار باشد و مطمئنا در فوتبال روز دنیا، داشتن آکادمی‌ها و فوتبال پایه نقش بسزایی در موفقیت آن باشگاه و تیم بزرگسالانش دارد.