

به نام خداوند جان و خرد

نصف عمر باشی خمار و گرم خواب
نصف بعدی را که نصف آن بری
نصف آخر هم که با دنیا و بی او سر کنی
نصف نصفش هم که باشی در سراب
بر خوراک و آب و شهوت می بری
پس چه ماند به یاد و شکر اللّٰه کنی

س.ا. میریوسفی

سمبکالاه

رزم موحدین

سمبکالاه

ترکیب 12 سبک رزمی و فنون مختص به خود را آموزش می دهد.
ما ورزش را در شرایط طبیعی آن در سرما و گرما انجام می دهیم. تمرینات سمبکالاه برای محیط آزاد ساخته شده است با تمرینات ویژه: جنگل، کوه، صحرا و دریا.
شرایط سخت سرما و گرما اثر بسزائی در ارائه ی صحیح سمبکالاه دارد. سعی ما در بی ریا زیستن و مردانه عمل کردن و ایثار در راه حق تعالی و عمل به فرمایشات اسلام و چهارده معصوم می باشد.

ابتدال جز مضر برای دنیا و آخرت نیست و مسلمان بودن مفید برای دنیا و آخرت است.

س.ا. میریوسفی

تأسیس سال 1359

فهرست مطالب

3 مقدمه
4 رده های این سبک، لباس، مدت زمان هر رده و شرایط
5 علل کار در شرایط طبیعی و محیط های باز
6 سلاح
7 استقامت
8 فرم تکنیکی
9 سرعت
10 قدرت
11 انعطاف پذیری
12 شکستن اجسام سخت
13 گفت و گو با یکی از مربیان این رشته ورزشی
14 منابع

مقدمه:

سمبکالاه برترین و کامل ترین رشته رزمی و یک سبک مستقل و کاملاً ایرانی: سمبکالاه برترین رزمی در دنیاست. آنچه در زیر آورده ام در مورد یک ورزش رزمی حرفه ای است که فقط در ایران آموزش داده میشود و در هیچ جای دنیا آموزش داده نمیشود. البته شاید نام سمبکالاه را از گوشه و کنار شنیده باشید اما از واقعیات اصلی آن بی خبرید. من نیز تصمیم گرفتم تا در اینباره تحقیقات خود را به شما ارائه بدهم.

تدریس این ورزش از سال 1359 توسط سید ابوطالب میریوسفی (متخلص به سعید) در ایران آغاز و از همان ابتدا با استقبال گرم جوانان سراسر کشور روبرو شد. این ورزش از ترکیب 12 سبک ورزشی و فنون مختص به خود تشکیل شده و با توجه به فنون مختص به خود و کار آمدی فنون، زیبایی در حرکات، اتکا به اصول علمی و عملی، برخورداری از سلامت جسم و روح و بهره گیری از شیوه های کهن رزمی توانسته در ردیف کامل ترین ورزشهای رزمی جهان قرار بگیرد و علاقه مندان زیادی را در سراسر کشور جذب کند؛ بطوریکه با توجه به ناشناخته بودن این ورزش حتی در ایران، آمار گیری جهانی در یکی از سایتهای اینترنتی، سایت اینترنتی سمبکالاه را جزو 8 سایت برتر ورزشهای رزمی جهان قرار داده. البته چندی پیش خبری را در روزنامه ایران ورزشی مشاهده کردم که در آن آورده بود فیلم جنگل سرخ که ساخته فیلم سازان غیر حرفه ای سمبکالاه است در بین 213000 فیلم رزمی جهان جزو 10 فیلم برتر رزمی و پوستره های آن جزو 8 پوستر برتر رزمی جهان قرار گرفته است.

همانطور که گفته شد این ورزش ترکیب 12 سبک ورزشی و فنون مختص به خود است و نیز دارای فنون 18 حیوان جنگی که بسیار کاربردی هستند را آموزش میدهد و لیکن خصایص حیوانی را رد کرده و با بهره گیری از روش مبارزات آنها این فنون را در سمبکالاه جای داده اند. تمرینات سمبکالاه برای محیط های باز و آزاد و در شرایط سخت ساخته شده زیرا تمرین در شرایط سخت انسان را در مقابل سختیها و مشکلات زندگی مقاوم میکند و باز بودن فضا نیز افکار انسان را باز و متعالی و باعث نشاط روح میشود به همین علت است که این ورزش در جسم و روح انسان تاثیر گذار است. البته سمبکالاه را در سالن میشود کار کرد ولی اصل سمبکالاه برای فضای باز ساخته شده است. تمرینات ویژه سمبکالاه که در جنگل و کوه و صحرا و دریا انجام میشود در ارائه صحیح این ورزش نقش بسزایی دارد. در این ورزش از سلاحهای سردی همچون نانچکو - نیزه چینی - شمشیر عربی - چوب - پرتاب میخ - شمشیر سامورایی و... استفاده میشود. تنوع فنون مبارزه برگرفته شده از حرکات حیوانات جنگی نیز بسیار زیاد است مانند: عقاب - ببر - یوز - خرس - شیر - میمون - خرچنگ - درنا - مار - ملخ - گرگ - طاووس - اژدها - بابون - عقرب - آخوندک - استر و... البته فنون اژدها یا باد نیز در این سبک آموزش داده میشود. این فنون به قدری تنوع دارند که فنونی نیز در این سبک وجود دارد که مختص به خود است مثلاً فنون { بابون } در هیچ جای دنیا آموزش داده نمیشود. این سبک ورزش مستقلی است که برای جوانان تمرینات ویژه ای در نظر دارد. در این ورزش در مرحله اول روی اخلاق ورزشکار و در مرحله دوم روی ورزش و جسم ورزشکار کار میشود. اگر اخلاق ورزشی در این سبک توأم نباشد به هیچ وجه بصورت یک ورزشکار کامل رشد نمیکند.

کسی گر نداند که قدرت مراست

جو فرنی به تالار خانان مراست

س.ا. میر یوسفی

ورزش رزمی سمبکالاه در واقع اهداف خود را با اصول جوانمردی و تبعیت از ائمه معصومین (ع) ادامه میدهد. مسابقات این سبک نیز بصورت تکنیکی و مبارزهای تنها در سطح کشور برگزار میشود.

گفتم که خودم شکسته ام از بیت تر

انداخته ام خودم زد دنیا بر فر

گفتی که شکستگی نه اینست ای خام

آنگاه شکسته ای که ام را پریر

س.ا. میر یوسفی

تاریخچه ورزش رزمی سمبکالاه هنر رزمی سمبکالاه در سال ۱۳۵۹ و توسط سید ابوطالب میریوسفی بنیانگذاری شد. فردی که در 13 سالگی به مقام استادی ورزش کنگفو و در پانزده سالگی به مقام استادی بسیاری از ورزش های رزمی دیگر از قبیل

رسید و در آن زمان نیز شاگردان بسیاری داشت و در 18 سالگی این هنر رزمی را پایه گذاری کرد. این هنر رزمی آمیزه‌ای از قدرت، سرعت، دقت و استقامت است. تکنیک‌های سمبکالاه از ۱۲ هنر رزمی گرفته شده‌است. در این هنر رزمی ژیمناستیک هم به کار رفته‌است. که از ترکیب هنرهای رزمی و ژیمناستیک و کنار هم قرار دادن این حرکات، فرم‌هایی ابداع شده‌است که در هیچ هنر رزمی مشاهده نمی‌شود. در سمبکالاه علاوه بر تقویت جسم بر تقویت روح نیز تأکید فراوان شده‌است. هنر رزمی سمبکالاه به طور معمول در فضای آزاد اجرا می‌شود. در این هنر رزمی، هنرجو بعد از طی دوره‌هایی تمریناتی را در فضاهای متفاوتی مانند دریا، جنگل و کوه انجام خواهد داد. در این هنر رزمی برای ارتقا رتبه، امتحاناتی گرفته می‌شود که در بین هنرهای رزمی، یکی از دشوارترین امتحانات می‌باشد. اصولاً سمبکالاه از ریشه برای رضای خدا، تزکیه نفس و وحدت وجود در معرفت ساخته شده..... باتوجه به اینکه که بنیانگذار این سبک رزمی از رزمندگان 8 سال دفاع مقدس و از جانبازان شیمیایی و ترکشی میباشند، فرهنگ جبهه و ایثار در آن موج میزند.... به طوریکه شرایط بوجود آمده در جمع اعضای سمبکالاه شرایط معنوی و خلوص و ایثار در راه حقتعالی و اطاعت از ولایت فقیه در آن مشهود است....

کستن ابلیس کاری بد محال چونکه الله به رویش داد این محال
او قسم خوردست بر نام خدا تا فریبدر آدم از ما و شما

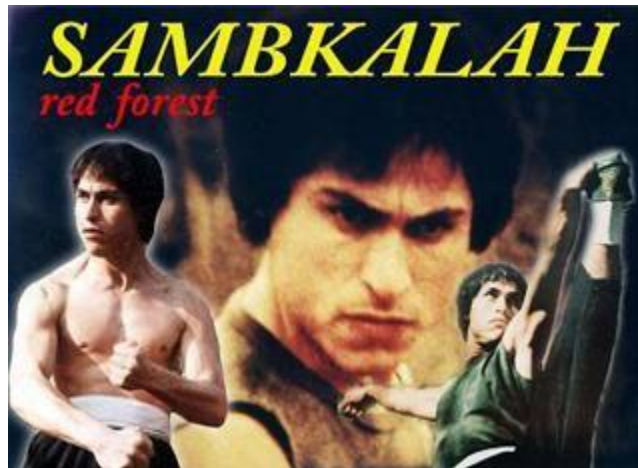
س.ا.میریوسفی

رده های این سبک

بدون شال	(لباس و شلوار آبی)	تغییر رده در 1 سال
نیمه سبز	(لباس و شلوار زرد و شال سبز با مقداری سفید)	تغییر رده در 3 سال
سبز	(لباس و شلوار سبز شال سبز)	تغییر رده در 3 سال
نیمه سرخ	(لباس و شلوار قرمز شال سرخ با مقداری سفید)	تغییر رده در 3 سال با رفتن به 6 اردو ی تمرینی
سرخ	(لباس و شلوار قهوه ای شال سرخ)	تغییر رده در 3 سال با رفتن به 6 اردو ی تمرینی
نیمه قهوه ای	(لباس و شلوار سیاه شال قهوه ای با مقداری سفید)	تغییر رده در 3 سال با رفتن به 6 اردو ی تمرینی
قهوه ای	(لباس سفید و شلوار سیاه شال قهوه ای)	تغییر رده در 3 سال با رفتن به 6 اردو ی تمرینی
مشکی	(لباس و شلوار سفید شال سیاه)	تغییر رده در 3 سال با رفتن به 6 اردو ی تمرینی

- البته، در هر رده نیز، دوره های مختلفی است که فرم های مختلفی نیز دارد و برای رد کردن هر دوره نیز باید امتحان داد.

علل کار در شرایط طبیعی و محیط های باز



علت بیان این مطلب جواب دادن به سوالات برخی افراد است که "چرا سمبکالاه کارها در بیرون از سالن و محیطهای باز تمرین میکنند؟" و عدهای نیز با تفکر اشتباه علت و علل غیر معقول برای این کارها بیان میدارند و هدف از بین بردن این افکار است.

شرایط باز و محیط آزاد چند ویژگی برای تمرین ورزش رمی دارد که در زیر به بیان آنها خواهیم پرداخت .

یک رزمیکار خوب کسی است که در تمام شرایط آماده رزم باشد و با یک تغییر کوچک در محیط از تواناییهایش کاسته نشود. یک رزمیکار خوب کسی است که در شرایط سخت محیطی (هوای سرد یا گرم، بارش برف یا باران، وزیدن باد و طوفان و...) بتواند از تمام توانش در رزم استفاده کند.

رزم به معنای جنگ است و حقیقتش تاکنون هیچ جنگ واقعی را ندیدهام که داخل سالن انجام شود یا دو طرف جنگ بگویند مثلاً چون هوا سرد است برویم داخل سالن و کنار بخاری بچنگیم.

شرایط طبیعی و سخت نتنها باعث بالا بردن استقامت در فرد میشود بلکه او را در مقابل دیگر سختیها چه در رزم و چه در زندگی روزمره مقاوم میکند.

شرایط طبیعی یعنی حقیقت محیط اطرافمان و جنگ و رزم حقیقی شرایط حقیقی میطلبد و فرد باید خود را در این شرایط آماده کند.

محیط باز باعث چند پیشرفت فیزیکی و بدنی میشود:

1- استفاده از هوای آزاد و باز برای تقویت ریهها و عملکرد بهتر فکر.

2- مقاوم شدن بدن در برابر سرما و گرما.

3- استفاده از نور مستقیم خورشید و تقویت عضلات و مخصوصاً استخوانها.

.....

و به دلایل فوق و برخی علل دیگر میتوان فهمید علت اینکه ورزشهای سنتی، اصیل و قدیمی رزمی در فضای باز تمرین میشدهاند نه در محیطهای بسته .

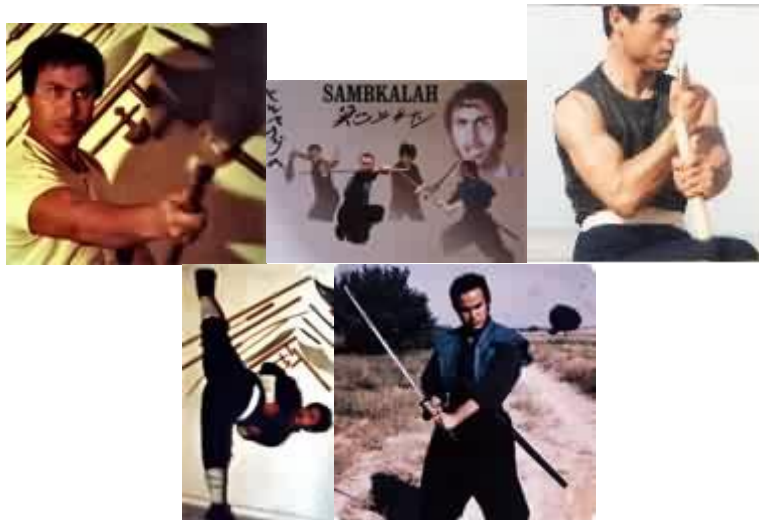
سلاح



بیشتر و تقریباً میتوان گفت حداکثر ورزشهای رزمی در کنار حرکات دست و پا از سلاحهایی نیز استفاده میکنند .

در سمبکالاه نیز این سلاحها وجود دارند اما نکته جالب اینجاست که تنوعی که در سلاح در این سبک وجود دارد در کمتر سبک و شاید هنوز چنین تنوعی مشاهده نشده باشد. سلاحهای متداول همچون شمشیر، نانچیکو، سانچیکو، چوب، چاقو و باتوم را ممکن است در سبکهای دیگر نیز دید اما وجود سلاحهایی چون تبرزین، پرتاب میخ، نیزه چینی و سلاحهایی از این قبیل (که نام همگی را دقیق نمیدانم) یکجا و در کنار هم باعث میشود این سبک را از دیگر سبکها در این زمینه نیز متمایز کند.

در زیر عکسهایی از استاد س.ا. میریوسفی بنانگذار سمبکالاه مشاهده میکنید .



استقامت



فاکتورهایی که برای ورزشهای رزمی در نوشته های پیشین بیان شد جزء مهمترین فاکتورهای مورد نیاز یک رزمی کار است اما هیچکدام از آنها بتنهایی جوابگو نیستند و یک رزمی کار زمانی میتواند جزء بهترین رزمی کارهای هم شرایط خود باشد که تمام این ویژگیها را در کنار یکدیگر داشته باشد و بتواند در مواقع لزوم از هر کدام یا همگی استفاده نماید. البته عوامل گفته شده نیز بدون مهمترین عامل در پیشرفت یک رزمی کار آنقدر کارایی ندارند که عامل استقامت دارد. این استقامت یک رزمی کار است که میتواند باعث گره خوردن عوامل فوق و تکمیل فرد باشد. کسی که قدرت و سرعت بالایی دارد و در اجرای حرکات دقت بالا را بکار میگیرد وقتی استقامت کافی برای تحمل شرایط سخت رزم را ندارد فقط ابتدای کار میتواند در گود جولان دهد (و البته گاهی همان ابتدا با تغییر شرایط محیطی نیز شروع نامنایب یا اصلاً شروعی نخواهد داشت)

و در انتها اوست که در مقابل سختیها سر خم میکند و تسلیم میشود .

سمبکالاه برای بالا بردن استقامت سمبکالاه کاران از تمرینهای سخت و آنهم در شرایط سخت استفاده کرده و میکند تا به این طریق ایستادگی در مقابل سختیها و مشکلات زندگی را علاوه بر رزم به هنر جو بیاموزد. و اینست علت اصلی اینکه ورزشهای اصیل رزمی در شرایط باز و در دریا و کوه و صحرا و جنگل و... آموزش داده میشود. البته علاوه بر اینها رزمی کار باید "همیشه" و در "تمام شرایط" آماده باشد و تا شرایط عوض یا کمی سخت شد جا خالی نکند. (برای تکمیل اطلاعات و دانستن علل کار در شرایط طبیعی و محیط آزاد به قسمت علل کار در شرایط طبیعی مراجعه نمایید)

تصاویر زیر مربوط به استاد س.ا. میریوسفی بنیانگذار سمبکالاه است .



فرم تکنیکی



اکثر ورزشهای رزمی شامل دو قسمت اجرای فرم و مبارزه هستند که (اغلب) میتوان گفت کاملاً مجزا از یکدیگرند، به این معنا که فرد برای مبارزه از تمام (یا حداکثر و گاهی اوقات هیچ یک از) تکنیکهای فرم در مبارزه استفاده نمیکند و واضحتراً بگویم که تکنیکها و فرمهای اجرایی وی هیچگونه عملکرد و کارایی در هدف اصلی رزم که همان مبارزه است ندارد و فرد متکی به چند ضربه و گاهی شگردهای مخصوصش میشود.

(البته در مورد سبکهای دیگر بصورت کلی مطلب بیان شده و این مطلب نیز شامل تمام ورزشها نمیشود و از آن، توهین به هیچ سبکی تلقی نشود)

در سمبکالاه فرم تکنیک و استفاده عملی از تکنیک کاملاً با هم تلفیق شده‌اند، و در یک حرکت هم فرم و هم کارایی در مبارزه رعایت شده و با اطمینان کامل میگویم که 100٪ حرکات دارای بهترین فرم و کارایی در مبارزه است. عکسهای زیر تصاویری از بنیانگذار سمبکالاه استاد س.ا. میریوسفی است.



سرعت



سرعت و عکس العمل سریع نیز در ورزشهای رزمی یکی از فاکتورهای مهم در آموزش رزمی بشمار میرود، اما باید دید خود فرد بهتر است سریع باشد یا از ضربات سریع استفاده کند. مسلماً بهتر است که خود فرد سریع باشد و بهترین آنست که فرد سریع و قوی در کنار سرعت، قدرت، دقت و استقامت خود از اصولی ترین حرکات استفاده نماید. اینکه بخواهیم از ضربات صرفاً سرعتی (به هر علتی از کسب امتیاز گرفته تا غلبه بر حریف) در مبارزه استفاده کنیم صحیح نیست و انسان را محدود میکند.

البته این در برخی از ورزشها دیده میشود که فرد یک یا چند ضربه را آنقدر کار میکند تا در همان چند ضربه مهارتهای خود را بالا ببرد و باصطلاح هر فرد شگردی داشته باشد که بسیار غلط است و رزمی کار باید تمامی فنون را بیاموزد تا در هنگام لزوم از هر ضربه استفاده کند. البته این مورد بیشتر بخاطر مسابقات و کسب امتیاز است که فرد چند ضربه سریع را میآموزد و صرف اینکه بوسیله ضربه بدون تاثیر بر حریف بتواند امتیاز کسب کند کافیتست .

در سمبکalah اصل داشتن شگرد کاملاً بی معنی است و هنرجو باید تمامی ضربات و آموزشها را همگی بدون کم و کاست بطور کامل فرا بگیرد و فقط به چند حالت خاص اکتفا نکند. البته همانطور که قبلاً گفته شد تنوع تکنیکی در سمبکalah بسیار بالاست اما بدلیل استفاده صحیح علمی و عملی از مکانیک ضربات و ملموس بودن کاربرد ضربات و جذابیت این ورزش دوچندان شده و هنرجو همیشه برای یادگیری و تعلیم اشتیاق فراوان دارد. در این مورد نمیتوان با عکس این جذابیتها و سرعت عملی تکنیکها را نشان داد و توصیه میکنم برای دیدن ضربات سرعتی و جذابیتهای خاص این تکنیکها به بخش فیلمهای سمبکalah مراجعه کنید



قدرت



متداولترین موضوع در تمامی ورزشهای رزمی قدرت است. اینکه قدرت را بنهایی استفاده کردم بدان علت است که قدرت در ورزش رزمی مفاهیم خاصی دارد، مثلاً قدرت بدنی مثل بلند کردن وزنه یا استقامت در مقابل حملات حریف... قدرت ضربه برای نفوذ یا فقط اعمال قدرت یا هردو... و مثالهایی دیگر از این قبیل که باز در مواردی بستگی به وزن و شرایط فیزیکی بدن دارد. توضیح و باز کردن این مطالب وقت و زمان زیادی میبرد چون هر کدام از مفاهیم فوق در حالت و شرایط خاص بطریق متفاوتی از یکدیگر بیان و اجرا میشوند. مثلاً اگر یک ضربهء دیت عادی و ساده مستقیم را در نظر بگیرید با توجه به شرایط محیطی و شرایط فیزیکی خود باید ببینید ضربه شما چیست و چه اثری باید روی حریف داشته باشد. آیا با ضربه میخواهید حریف بدون آسیب پرت شود، یا بدون پرت شدن ضربه مانند گلوله سربی در بدنش نفوذ کند و آسیب زیادی به او برساند یا تلفیقی از حالات گفته شده. (البته این موارد را فقط بطور خلاصه و اجمالی بیان نمودم و تا همین مقدار نیز اکتفا میکنم... در صورت ایجاد ابهام و یا روشن شدن برخی حالات در قسمت نظرات سوال مطرح گردد)

شاید با عقل جور نباشد که چطور حالت فوق میتواند اتفاق بیافتد ولی همانطور که گفته شد این تنها گوشه‌ای از دنیای پر رمز و راز رزمی است که فقط با تجربه و بصورت عملی بدست میآید .

در سمبکالاه بدلیل گستردگی از لحاظ تکنیکی و رعایت اصول علمی و عملی در حرکات، تمامی حالات ممکنه در شرایط مختلف رعایت شده و در غالب تکنیکها گنجانده شده. سمبکالاه کار در طول دوره‌های تمرین متوجه ضربات و تکنیکهایی میشود که مشابه آنرا چندبار در رده‌های پایینتر دیده و با یک تفاوت کوچک فرم ظاهری در جای دیگر دوباره آورده شده، اما اگر دقت کند متوجه میشود با یک تغییر کوچک محرک ضربه از قسمتی به قسمت دیگر جابجا میشود یا... در کل نوع شروع، فرود، ایجاد و یا... ضربه با تغییر کرده است.

از لحاظ تمرینات بدنی در رشد عضلانی بدن نیز تمامی حالات در نظر گرفته شده‌اند. از بزرگترین و مهمترین ماهیچه‌های بدن گرفته تا ماهیچه‌های ریز مچ دست، انگشتان، کمر، لگن و... که تمامی این عضلات، هماهنگ و بدون توقف در بدن رشد میکنند.

در زیر عکسهایی از بنیانگذار سمبکالاه استاد س.ا. میریوسفی گنجانده شده:

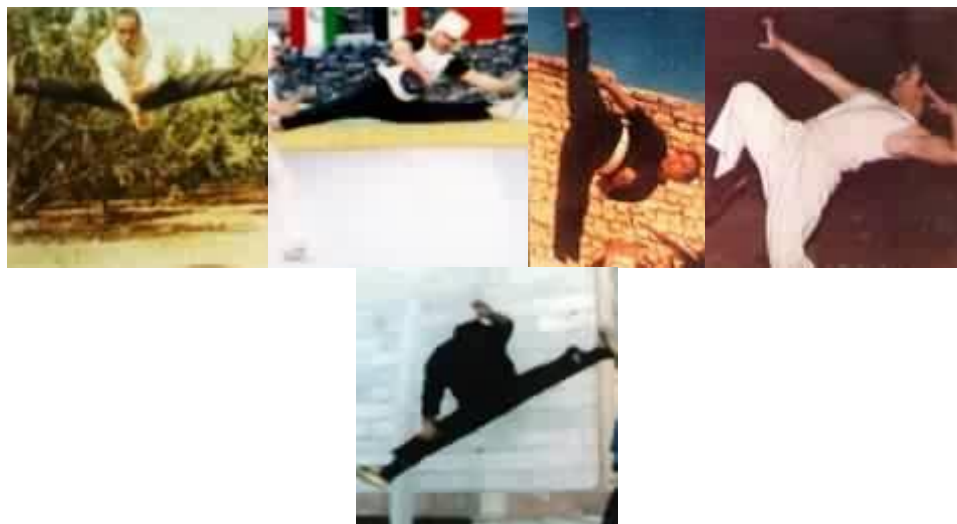


انعطاف پذیری

در مورد انعطاف یک تفکر اشتباه در میان مردم هست و آنهم اینکه مردم فکر میکنند ورزش رزمی باعث انعطاف پذیری بدن میشود و تمام رزمی کارها بدنی انعطاف پذیر دارند، که کاملاً اشتباه است. حقیقت اینست که ورزش رزمی بدن را خشک میکند و از انعطاف بدن میکاهد و چون یک رزمی کار باید بدن منعطفی داشته باشد مجبور به گنجاندن حرکات کششی برای انعطاف پذیر شدن بدنش دارد. این از ضروریات یک رزمی کار است، چه برای بالا بردن قدرت و سرعت در ضربات، چه برای خوش فرم شدن تکنیکها و چه برای بالا بردن استقامت بدن در مقابل حملات حریف. البته بازهم یک اشتباه در برخی از ورزشهای رزمی وجود دارد که از انعطاف پذیری بدن تنها به پا باز یا همان ضربات 180 درجه آنهم فقط از یک سمت و با یک پا اکتفا میکنند و از اعضای بزرگتر و حساستر در مقابل صدمه مانند کمر و... صرفنظر میکنند.

در سمبالاه این امر بخوبی رعایت شده و در غالب نرمشهایی اصولی به انعطاف کل بدن توجه خاصی شده و در امتحانات هر دوره نیز با توجه به رده هنرجو از انعطاف وی نیز امتحان بعمل میآید. نرمشها نیز بصورت دقیق و اصولی از انعطاف کمر و کشهای پا گرفته تا حتی برخی از ماهیچهها مانند ماهیچههای شکم تا در اثر نبود انعطاف و کار زیاد منفعل نشود و رشد خود را از دست ندهد.

تصاویر انتخابی زیر تصاویر بنیانگذار سمبالاه استاد س.ا. میریوسفی است :



شکستن اجسام سخت



در تمام ورزشهای رزمی شکستن اجسام سخت نشان دهنده و نمادی از قدرت و سرعت و مهارتهای کلی رزمی بوده و هست، هرچند هم اکنون کم رنگ تر شده.

کسی که میخواهد بر یک جسم سخت نفوذ کند و آنرا بشکند علاوه بر راز و رمزها و نکاتی که باید بداند، باید توان جسمی و مهارت بالایی در رزمی داشته باشد. فرد باید نیرویی چندبرابر مقاومت جسم (با ایجاد شتاب و سرعت و قدرت مناسب) بر سطح جسم فرود آورد تا بتواند آنرا بشکند، علاوه بر اینها کنترل و دقت در فرود ضربه قبل و بعد از شکستن و خیلی از نکات اساسی و ریز دیگر وجود دارد که نیاز به شرح نمیبینم .

در سمبکاله نیز این تکنیکها بعد از یک رده خاص به هنرجو آموزش داده میشود. .

در زیر چند عکس از بنیانگذار سمبکاله در حین شکستن اجسام سخت :



گفت و گو با یکی از مربیان این رشته ورزشی



سمبکalah در مسجد کنی

«حمید علیزاده» متولد سال ۱۳۴۵ است. وی دیپلم اقتصاد دارد و از بیست سالگی با ترغیب یکی از استادانش به ورزش رزمی سبک سمبکalah روی آورد و با سپری کردن دوره های آموزشی مختلف به مربیگری و داوری این سبک در کل کشور پرداخت. حمید علیزاده یکی از مساجد منطقه ما را نیز برای آموزش این سبک در نظر گرفته است. برای آشنایی بیشتر با سبک سمبکalah گفت و گویی با او ترتیب دادیم، بخوانید.

درباره ویژگی های سبک سمبکalah بگویید؟

سبک سمبکalah ورزش مستقلی است که برای جوانان تمرینات ویژه ای در نظر دارد. در این سبک در مرحله اول روی اخلاق ورزشکار و در مرحله دوم روی ورزش و جسم ورزشکار کار می شود. اگر اخلاق ورزشی در این سبک توأم نباشد به هیچ وجه یک رزمی کار رشد نمی کند.

هر آنکس نداند که قدرت چراست
چو فرشی به تالار خوانان سراسر
ورزش رزمی سمبکalah درواقع اهداف خود را با اصول جوانمردی و تبعیت از ائمه معصومین(ع) ادامه می دهد.

برگزاری مسابقات سبک سمبکalah به چه صورت است؟

مسابقات این سبک به صورت تکنیکی و مبارزه ای تنها در سطح کشور برگزار می شود و از سال ۱۳۵۹ که این سبک در ایران ابداع شده تنها پنج الی شش مسابقه کشوری داشتیم. در این مسابقات من حکم مربی و داور را داشتم. لازم به ذکر است تنها فرق این ورزش با دیگر ورزش های رزمی در این است که مبارز هیچ وقت نباید از پشت حمله کند و در مسابقات ضربه زدن از پشت خطا به حساب می آید.

این سبک رده سنی خاصی را می طلبد؟

بله افرادی که می خواهند این ورزش را انجام بدهند باید بالای چهارده سال باشند؛ چون این ورزش جلوی رشد جسمی افراد زیر چهارده سال را می گیرد.

ورزش رزمی سمبکalah چه قدر روی شما تأثیرگذار بوده است؟

زیاد، این ورزش اگر به درستی انجام شود، فروتنی و اتکا به نفس خاصی را برای مربیان و شاگردان به همراه دارد.

چرا برای آموزش این سبک مسجد کنی را انتخاب کردید؟

توسط یکی از آشنایان با معتمدین مسجد کنی آشنا شدم. پیشنهاد آموزش این سبک با استقبال خوبی روبرو شد و تاکنون حمایت های قابل توجهی از ما شده است.

در حال حاضر چند شاگرد در مسجد کنی دارید؟

حدود ۴۰ شاگرد .

گمان می کنید خانم ها چه قدر در این ورزش موفق باشند؟

البته نظر شخصی من این است که خانم ها با توجه به روحیاتی که دارند بهتر است این ورزش را انجام ندهند و این ورزش برایشان مناسب نیست.

البته فقط در حدی که برای دفاع شخصی آموزش ببینند مناسب خواهد بود.

آیا از مهارت های رزمی خود استفاده خارج از باشگاه می کنید؟
من اگر این طرف خیابان دعوا ببینم از آن طرف رد می شوم تا باد دعوا هم به من نخورد.

اگر بین همسایگانتان نیز درگیری ایجاد شود دخالت نمی کنید؟
فقط برای جدا کردن آنها وارد ماجرا می شوم.

منطقه ۴ را چطور می بینید؟
منطقه ای سنتی است که جوانان متعصب، باخلاق و باسواد در آن زیاد است.

پایان مصاحبه!



منابع:

پرسش و سایت های :

<http://www.aparat.com>

<http://sambkalah.vcp.ir>

<http://sambkalah.persianblog.ir>

و فتنه بر امیال دوشی زدن

نملک چند از رو به زخمش زدن

که ماندن بود بومه جایش زدن

چو ققنوس باید بر آتش زدن

بیایید که مردم به زخم عدو

نه عاشق همه راه رفتن بود

س.ا. میریوسفی