

نخستین زن ایرانی که نامش در گینس ثبت شد

«الهام سادات اصغری» نخستین بانوی ایرانی است که نامش در کتاب‌های گینس ثبت شده و تا الان تعداد ایرانیان دارنده حکم ثبت رکورد در گینس پنج نفر است. او موفق شد با دستان بسته به مدت بیش از سه ساعت در آب‌های خلیج فارس شنا کند. خانم اصغری با ۳۵ سال سن رکورد پاتلو کارزری (مرد ایتالیایی) را به خود اختصاص داده و سال گذشته نامش در گینس ثبت شد.

گفت‌وگو با «گیتی موسوی» قوی‌ترین زن جهان که یک تریلی ۱۲ تنی را جابه‌جا کرد

کشیدن تریلی مثل ۲ کیلو سیب زمینی بود

شهروند | گیتی موسوی ۴۳ ساله که رشته تحصیلی‌اش ادبیات بوده حالا به‌عنوان قدرتمندترین زن جهان شناخته می‌شود. هر چند که او هنوز نتوانسته نامش را در گینس ثبت کند، اما با کشیدن یک تریلی ۱۲ تن و ۲۷۰ کیلویی، رکورد یک زن استرالیایی که پیش از این تریلی ۱۱ تن و ۲۵۰ کیلویی را کشیده بود، شکست، قدرت بدنی، عضله‌های قوی و هماهنگی بین جسم و ذهنش برگ برنده او در این ماراتن نفسگیر بود. موسوی که پنج سال است به‌طور حرفه‌ای به ورزش می‌پردازد، صحبت‌های جالبی درباره ورزش و زندگی‌اش دارد. او می‌گوید جابه‌جا کردن یک تریلی برایش مثل آب خوردن بود و روزی که می‌خواست تریلی را بکشد، درخواست کرد تا یک تن دیگر به‌بار تریلی اضافه شود تا به این زودی‌ها هیچ‌زنی در جهان نتواند رکورد او را بشکند.

نزدیک به ۴۰ متر. البته برای ثبت در گینس ۳۰ متر کشیدن کافی بود ولی من بیشتر از ۳۰ متر تریلی را کشیدم. آخرش هم سربالایی بود و من در سربالایی تریلی را می‌کشیدم و حس می‌کردم ۵۰ متر آخرش تریلی من را به عقب می‌کشد ولی خدا کمک کرد و من توانستم این مسافت را رکورد بزنم. راستش من هنوز هم فکر می‌کنم خیلی عجیب است که یک نفر بتواند یک تریلی را بکشد.

ببینید من فقط با نیرو و قدرت جسمی ام این کار را انجام ندادم. آدم‌ها علاوه بر قدرت جسمانی، قدرت فکری و روحی هم دارند. من عزم و اراده و قدرت فکر و اندیشه‌ام را هم برای این کار جمع کرده بودم و با تمرکز بر همه این‌ها توانستم قدرت جسمانی‌ام را نشان دهم.

این وزنه‌های سنگین چند تنی، آسیب و فشاری به بدن تان وارد نمی‌کند؟
نه اصلاً به هیچ وجه. مثل این بود که من یک وزنه دو کیلویی یا دو کیلو سیب‌زمینی برداشتم. تنها مشکلی که من بعد از کشیدن تریلی داشتم، مشکل تنفسی بود، آن هم به این خاطر که من آسم دارم. حساسیت خیلی خفیفی دارم و اشتباه کرده بودم که آن روز اسپری و حتی آب هم با خودم نبرده بودم. برای همین وقتی تریلی را می‌کشیدم، فقط نفس کم می‌آوردم، وگرنه بعد از کشیدن تریلی هیچ جای بدنم و دستم درد نمی‌کرد. در واقع حین کشیدن سخت بود و زور می‌برد.

چقدر زور دارید؟
خیلی. (می‌خندد) زور بدن و پای من خیلی زیاد است. شاید هم بتوانم یک تن بیشتر از این را هم بکشم.
یعنی ۱۲ تن روی دست، کمر یا شانه‌ها فشار نمی‌آورد؟
اصلاً برای من هیچ فشاری نداشت، حتی بعد از این که تریلی را کشیدم، به خانه رفتم و به جای استراحت کلی هم کار کردم.

خانم موسوی حسابی جنجال به راه انداختید، ۱۲ تن تریلی را کشیدید؟

۱۲ تن و ۲۷۰ کیلو. (می‌خندد)
دقیقاً، همین ۲۷۰ کیلو هم مهم است، چون فکر نمی‌کنم من بتوانم ۲۷ کیلو را هم بکشم.
به هر حال هر آدمی یک مهارت‌سی دارد. من هم فکر نمی‌کنم بتوانم خبرنگار باشم. (می‌خندد)
چه شد که اصلاً این مهارت را انتخاب کردید؟
ببینید هر فردی در یک زمینه‌ای استعداد دارد. یک نفر هنرمند است، یک نفر ورزشکار. استعداد من در رشته‌های قدرتی بود؛ یعنی از بچگی عادت داشتم در خانه‌مان هم وسایل سنگین را جابه‌جا می‌کردم. برای همین عضلات بدنم آماده این کارها بود.

باید ژنتیک قوی هم داشته باشید. درست است؟
بله؛ ژنتیکی هم خیلی قوی هستم. پدر بزرگ و پدرم خیلی قوی بودند و پهلوان بودند. بنابراین ژن‌شان هم در من تأثیر گذاشته و توانستم این کار را به یاری خدا انجام دهم.

چه ورزشی انجام می‌دهید که توانستید بدن تان را برای کشیدن ۱۲ تن تریلی آماده کنید؟
من از کودکی ورزش‌های آمادگی جسمانی انجام می‌دادم. از ۵ سال پیش وارد ورزش بدنسازی شدم و برای خودم کار می‌کردم. چون اصلاً در ایران برای خانم‌ها ورزش قدرتی نداریم ولی برای من فرقی نداشت که مسابقات یا تیم‌ملی برای ورزشی که انجام می‌دهم باشد یا نباشد، می‌خواستم برای خودم ورزش کنم.
این تریلی را در چقدر مسافت کشیدید؟



عکس‌ها: سید محمود زینال زاده

در خیابان ماشین‌ها را هم جابه‌جا می‌کنم

ورزش کنم، چون همین ناخن مانع ورزش کردن است. با این که امکان ندارد برای رفتن به باشگاه آرایش کنم، چون مواد آرایشی باعث می‌شود مواد سمی وارد بدن شود و نتوانیم استفاده لازم را از ورزش ببریم.
هدف تان از این که تریلی را کشیدید، چه بود؟ از قبل برنامه‌ای برای این کار داشتید و هدفی را دنبال می‌کنید؟
من چون ورزش را با تمام وجود انجام می‌دادم، دوست داشتم که در یک رقابت یا مسابقه‌ای شرکت کنم. در ایران به دنبال یک خانمی می‌گشتم که بتواند با من وارد یک رقابت قدرتی شود اما متأسفانه خانمی که بتواند این کار را انجام دهد، پیدا نکردم تا این که دو سال پیش با آقای اشکان دشمن‌زبیری که مشاور ایرانیان برای ثبت رکورد در کتاب گینس هستند، آشنا شدم. ایشان گفتند می‌توانی خودت را با جهانیان مقایسه کنی تا نام ایران را در گینس ثبت کنی؛ در فیلم‌ها دیده بودم که آقایان تریلی می‌کشند؛ بعد که در اینترنت سرچ کردیم، دیدیم که یک خانم استرالیایی هم یک ماشین ۱۱ تن و ۳۵۰ کیلویی را کشیده است. راستش خیلی به من برخورد چون ما از نسل رستم و پهلوانان ایرانی هستیم ولی اسم خارجی‌ها در گینس به عنوان افراد قدرتمند ثبت شده بود؛ برای همین تصمیم را گرفتم که این کار را انجام دهم.
می‌خواهید رکورد تان را در گینس ثبت کنید؟
بله؛ ولی به خاطر هزینه‌اش هنوز نتوانستم این کار را انجام دهم.
مگر برای ثبت رکورد در گینس باید پول پرداخت کنید؟
ثبت رکورد در گینس برای همه کشورها رایگان است؛ به غیر از ایران چون می‌گویند تحریم هستیم و از ماهرین می‌گیرند.

اولین بار بود که تریلی را می‌کشیدید؟
نه؛ قبلاً هم یک‌بار تریلی را کشیده بودم.
به غیر از کشیدن تریلی چه وزنه‌های سنگین دیگری را امتحان کردید؟
کلاً ماشین‌ها را زیاد جابه‌جا کردم. اگر می‌دیدم یکی ماشینش توی جاله یا جوب افتاده، می‌رفتم و بلندش می‌کردم. یا این که یک نفر که در جای پارک بد پارک کرده باشد، می‌روم و ماشینش را یک مقدار جابه‌جا می‌کنم تا یک ماشین دیگر هم بتواند جلو یا عقبش پارک کند. مثلاً با خواهرم که بیرون می‌روم، اگر بخواهیم جایی پارک کنیم و این مشکل وجود داشته باشد، می‌روم ماشین را می‌کشیم و بعد که پارک کردیم، دوباره سر جایش برمی‌گردانم.
فکر می‌کنم روش برداشتن و کشیدن و سایل سنگین یک قاعده و قانونی هم دارد. درست است؟
بله و خیلی هم مهم است، چون اگر با روش غلط این کار را انجام دهیم، صدمه‌ی بدن آسیب می‌بیند، ضمن این که آمادگی جسمانی و قدرت عضلات خیلی مهم است. به هر حال من از بچگی ورزش کردم و ۵ سال است که وارد باشگاه بدنسازی شدم و به صورت حرفه‌ای تک‌تک ماهیچه‌ها و عضلات بدنم را تمرین داده‌ام.
روزی چقدر تمرین می‌کردید؟
حدود ۳ تا ۴ ساعت بدون وقفه. من وقتی در باشگاه ورزش می‌کنم با هیچ‌کس حتی حرف نمی‌زنم و توجه‌ام را هیچ چیز از دور و اطرافم جلب نمی‌کند. محال است ناخن‌هایم یک سانت بلند شود و من بروم

اگر کسی رکوردم را بشکند رکوردش را می‌شکنم

در باور عمومی شاید بعضی از مردم انتظار دارند کاری که شما کردید را یک مرد انجام دهد. شاید شما هم با این نگاه روبه‌رو شده باشید؛ مثلاً این که حالا چرا می‌خواهی کار مردها را انجام دهی یا این که زن که تریلی جابه‌جا نمی‌کند و از این دست حرف‌ها در ست است؟
بله؛ انتقاد خیلی زیاد است. عده‌ای فکر می‌کنند اگر یک خانم بیايد و کارهای سنگین انجام دهد و قوی باشد، ظرافت زنانه ندارد. در حالی که من چهره و صدای زنانه‌ای دارم و روحیه‌ام خیلی زنانه و لطیف است و بالا بودن قدرت بدنی‌ام منافاتی با احساسات زنانه‌ام ندارد. یک زن در عین حال که همه ویژگی‌های زنانه‌اش را دارد می‌تواند قوی و مستحکم هم باشد.
از دواج کردید؟
بله؛ من یک دختر چهارده ساله دارم.
از تولد تان با کاری که انجام می‌دهید، مخالفتی ندارند؛ منظورم این است که نگران آسیب‌رسیدن به بدن تان باشند؟

مادرم همیشه نگران است که به کمرم آسیب وارد شود. به هر حال حق دارد مادر است و شاید بچه‌اش را با بچه‌های معمولی همسن و سالش مقایسه می‌کند. مادرم موقع کشیدن تریلی یک گوشه‌ای ایستاده بود و داشت آیت‌الکرسی می‌خواند. فکر می‌کنم حالا دیگر پذیرفته که دخترش برای خودش مردی شده است. (می‌خندد)

خانم موسوی اگر کسی رکورد تان را بشکند، چه کار می‌کنید؟

ببینید به من گفتند رکورد این خانم استرالیایی ۱۱ تن و ۳۵۰ کیلو است یعنی من اگر ۱۱ تن و ۴۰۰ کیلو می‌زدم، رکورد این خانم شکسته می‌شد. من به آقایانی که تریلی را برای من آماده می‌کردند، گفتم یک تن سنگین ترش کنید. گفتند می‌خواهی خودکشی کنی اما من گفتم نه می‌خواهم یک رکوردی بزنم که به این راحتی‌ها شکسته نشود. حالا شاید یک نفر پیدا شود که بیايد رکورد این خانم استرالیایی را با ۱۰۰ یا ۲۰۰ کیلو بالاتر بشکند ولی تا بخواهد یک نفر پیدا شود که رکوردی هم اندازه من یا بیشتر از من بزند تا آن وقت من هم خودم را آماده می‌کنم و باز رکورد او را می‌شکنم. (می‌خندد)

