



مردکاغذی

پیشنهاد ۲۰ هزار لیره‌ای «آرسنال» گفت: «چانه نزنید! من پولکی نیستم و باید به فوتبال کشورم خدمت کنم.»

حتی وقتی وضع مالی باشگاه متزلزل شده بود و نمی‌توانست حقوق بازیکنان را بپردازد، قرار شد که سیندلار را بفروشند. اما او اعتراض کرد و گفت: «پول مهم نیست. هر وقت داشته باشید می‌دهید اما من باشگاهم را میهن دوم خود می‌دانم و نمی‌توانم از آن جدا شوم!»

در میدان مسابقه بارها و بارها روی او خطاهای شدید می‌شد اما او همواره با چهره‌ای مهربان با رقیبان برخورد می‌کرد. سیندلار بود که تیم رویایی اتریش را پدید آورد. تیمی که طی دو سال تمام بزرگان فوتبال جهان را شکست داد.

شاید سرنوشت این بود که زندگی افسانه‌ای ماتياس به شکلی افسانه‌ای پایان یابد. او پس از اشغال اتریش توسط حکومت آلمان نازی هرگز حاضر نشد برای آلمان‌ها بازی کند. در همین شرایط ناگهان خبر رسید که ماتياس در اثر مسمومیت از دنیا رفته است. آیا سیندلار مسموم شده بود؟ یا این که توسط نازی‌ها کشته شد؟ هیچ کس واقعیت را نفهمید تا زندگی درخشان ستاره با اخلاق اتریشی این‌گونه پایان یابد؛ تنها پس از ۳۶ سال!

روز دهم فوریه ۱۹۰۳، ماتياس تنها پسر خانواده «سیندلار» به دنیا آمد. پدر او بنا بود و در دهکده «کوزلف» در نزدیک، شهر «جیپلاوا» زندگی می‌کرد. ماتياس دوران خردسالی خود را سپری می‌کرد که پدرش تصمیم گرفت به «وین»، پایتخت اتریش - مجارستان مهاجرت کند. در آن دوران، وین پر از کارخانه‌های آجرسازی بود و پدر ماتياس هم مانند بسیاری از بناهای مهاجر به عنوان خشت‌زن در کارخانه شروع به کار کرد. ماتياس هنوز کودک بود و تنها تفریح وی، فوتبال با هم‌سن و سالانی بود که به او لقب «موتزل» داده بودند. او به سرعت با تکنیک حیرت‌انگیز خود همه را متعجب می‌کرد. در همان ایام و در فاصله سه سال پس از آغاز جنگ جهانی اول (۱۹۱۷) پدر موتزل در خط مقدم جبهه جنگ کشته شد و از آن پس جوانک لاغراندام مجبور شد تا در کنار فوتبال، مخارج مادر و خواهرانش را هم تأمین کند. او مجبور شد با شاگردی در یک مکانیکی هزینه خانواده خود را به دست آورد. در همان حال در فوتبال رشد کرد و به سرعت به تیم ملی اتریش دعوت شد.

او به اندازه‌ای لاغر بود که کارشناسان به او لقب «مرد کاغذی» داده بودند. اما با سرعت بالا و تکنیک بی‌نظیر خود سبب شد که بسیاری دیگر لقب «موزارت فوتبال» را به او بدهند و او را با موسیقی‌دان بزرگ اتریشی مقایسه کنند.

اما شهرت ناگهانی سیندلار ذره‌ای اخلاقیات او را عوض نکرد. او در برابر

در رکاب سلامتی

امروزه در بسیاری از نقاط دنیا مردم ترجیح می‌دهند به جای استفاده از خودرو، برای رفت و آمد از دوچرخه استفاده کنند. دوچرخه سواری در شهرهای بزرگ می‌تواند معضل آلودگی هوا را از بین ببرد، اما این تنها فایده دوچرخه سواری نیست. کسانی که روزانه به صورت مرتب رکاب می‌زنند، با کمترین هزینه فایده‌های زیادی را به سوی جسم و روح خود سرازیر می‌کنند. شما چطور؟ آیا می‌دانید اگر بیشتر از ۳۰ دقیقه در روز دوچرخه سواری کنید، چه تأییراتی در جسم خود احساس خواهید کرد؟



- این میزان دوچرخه سواری، خطر ابتلا به دیابت را ۴۰ درصد کاهش می‌دهد.
- یک دوچرخه‌سوار ۶۵ کیلوگرمی با رکاب زدن تنها با سرعت ۱۶ کیلومتر در ساعت، می‌تواند حدود ۴۰۰ کالری در هر ساعت بسوزاند.
- مطالعات ثابت کرده‌اند که چندبار دوچرخه سواری در هفته، فشارخون و استرس را کاهش می‌دهد که این موضوع موجب بهبود روحیه می‌شود.
- تقویت قلب و عضلات، کاهش ۵۰ درصدی ابتلا به بیماری قلبی، تقویت سیستم ایمنی، بهبود تنفس و چندین و چند خاصیت دیگر نیز از فایده‌های دوچرخه سواری‌اند.
- بعد از مدتی دوچرخه سواری به وضوح می‌بینیم که کمتر با مشکل کم آوردن نفس مواجه می‌شویم.
- با تمرین منظم دوچرخه سواری بیشتر می‌توانیم کارهای فیزیکی انجام بدهیم، زیرا قلبمان تقویت شده است و با تقویت قلب، طی هر بار ضربان، خون و اکسیژن بیشتری به بدنمان می‌رسد.

توقف ممنوع

معرفی کتاب کفش باز

«هر دوندۀ ای این را می‌داند. کیلومترها می‌دوی و می‌دوی، بدون آنکه واقعاً دلیلش را بدانی. به خودت می‌گویی به خاطر هدفی این کار را می‌کنی یا دنبال جمعیتی هستی؛ اما دلیل حقیقی دویدن تو آن است که جایگزین آن، یعنی ایستادن تو را تا سرحد مرگ می‌ترساند.

به این ترتیب، در آن صبح سال ۱۹۶۲ به خودم گفتم: بگذار همه بگویند که ایده‌ات ابلهانه است... تو ادامه بده. نیست. حتی به ایستادن فکر هم نکن تا اینکه به آنجا برسی و فکرت را زیاد مشغول این نکن که «آنجا» کجاست. هرچه پیش آمد فقط نیست.

این پندی استثنایی، پیش‌گویانه و ضروری بود که به‌طور غیرمنتظره‌ای موفق شدم به خودم بدهم و از خودم بگیرم. نیم‌قرن بعد از آن روز، اکنون بر این باورم که این بهترین و یا شاید تنها پندی است که می‌توانیم و باید به خود و دیگران بدهیم.»

بخشی از کتاب کفش باز

این‌ها بخشی از خاطرات فیل نایت در کتاب «کفش باز» است. مردی که یکی از مشهورترین برندهای تولید کفش دنیا را بنیان گذاشت. کتاب زندگی‌نامه نایت و تلاش‌های وی برای از بین بردن مشکلات پیش رو، در سال ۲۰۱۶ کتاب برتر سایت «آمازون» شد.

نویسنده: فیل نایت / مترجم: مریم علیزاده

