

گفت‌وگوی «جوان» با جواد فروغی، تک‌تیرانداز طلایی ایران در توکیو ۲۰۲۰

# چفیه را به‌عنوان نماد مقاومت انتخاب کردم

آرامش، صبر و حوصله نقطه اشتراک تیراندازی و پرستاری است



**اولین طلایی کاروان ورزش ایران در المپیک بود، شیناوروزی**

همه به آن خیره شد. جواد فروغی تیرانداز تیانچه کشورمان با پشت سر گذاشتن همه سختی‌های شغلی، زندگی و حرفه‌ای، نمره تلاش‌های شبانه‌روزی‌اش را با قهرمانی در توکیو گرفت. پرستار، مدافع سلامت و مدافع حرمی که سال‌ها تیراندازی را غیر حرفه‌ای دنبال می‌کرد به یک باره طی چهار سال خودش را به سطح اول جهان رساند. قبل از المپیک مدال طلای جام جهانی را گرفت تا ترس و دلهره را به جان حریفان ببندازد. در آوردگاه توکیو نیز با تمرکز و آمادگی منحصر به فرد در خط آتش به هدف شلیک کرد و مدال تاریخی تیراندازی را سه‌گدن آویخت. اگرچه برخی‌ها در داخل و خارج سعی در زیر سؤال بردن طلای فروغی داشتند اما ارزش و اعتبار مدال تک‌تیرانداز ایرانی آن قدر بالاست که با همه‌های مجازی زیر سؤال نمی‌رود. جواد فروغی در روزهایی که حسابی سرش شلوغ است، صبورانه در حالی که فرزندانش بازیگوشی می‌کردند پاسخگوی سؤالات «جوان» بود.

**یک ماه از المپیک گذشته است. زندگی پس از کسب مدال طلای تاریخی تیراندازی ایران چگونه می‌گذرد؟**

قهرمانی در المپیک بازتاب زیادی داشت و به جاهای زیادی دعوت شدم. تماس‌های مکرری داشتم از سوی دوستان، آشنایان، شبکه‌های تلوزیونی و حتی انهایی که قبلاً من را نمی‌شناختند. بعد از بازگشت به تهران چند برنامه سفر داشتم، دید و بازدیدها زیاد شد و شانس آوردم دوران کرونا بود (باخنده) و گرنه رفت و آمدها و ملاقات‌هایبیشتر از اینها می‌شد. تب المپیک فروکش کرده و کم و بیش تمریناتم را شروع کرده‌ام. از بعد اجتماعی هم مدال من بازتاب مثبت بسیار زیادی داشت، چه از نظر معرفی رشته تیراندازی و چه از نظر معرفی خودم. الان بیرون که می‌روم با استقبال مردم مواجه می‌شوم و از من امضا می‌خواهند و با من عکس می‌گیرند.



**با اینکه در صدر رنکینگ جهانی قرار داشتید اما قبل از بازی‌های المپیک بیشتر از مدال آوری سایر رشته‌ها حرف زده می‌شد در حالی که شما اولین مدال تاریخ تیراندازی ایران و اولین مدال طلای کاروان‌مان در توکیو را کسب کردید. پیش‌بینی‌این عملکرد موفق را داشتید؟**

تاحدی در خودم می‌دیدم که به طلای المپیک برسم. با توجه به مسابقاتی که در هندو و کرواسی پشت سر گذاشتم دیدم که هم امتیاز خوبی به دست آوردم و هم دو مدال طلا گرفتم. همه‌جور انتظارم از خودم بالاتر رفت و در خودم می‌دیدم که روی سکوی قهرمانی بروم. ضمن اینکه مردم هم این توقع را داشتند. تا حدی نتیجه‌ای که در توکیو گرفتم برایم قابل پیش‌بینی بود. بااین حال همه حواس‌مان به آن روی سکنه بود، اینکه چه رقابیی در المپیک داریم. جزو بهترین‌های جهان هستنند. المپیک جایگاه حضور بزرگان است. فینال مسابقات تیراندازی در این بازی‌ها تنها با حضور هشت نفر برگزار می‌شود و به همین خاطر بسیاری از مدعیان پشت سد صعود به فینال ماندند. قبل از فینال ریزش داشتیم و خیلی‌ها که برای مدال آمدند به علوین نهم، دوازدهم یا پانزدهم رسیدند.

**مسابقات تیراندازی المپیک بالاترین سطح را در بین تورنمنت‌های بین‌المللی این رشته دارد؟**

به اسم المپیک بالاترین سطح را دارد ولی انتظار شخصی من در بازی‌های توکیو چه در مرحله مقدماتی و چه در فینال ثبت نمرات بالاتری بود. این مسئله باید آسیب‌شناسی شود و معلوم شود چه عواملی باعث پایین آمدن امتیازها شده. شاید بحث کرونا تأثیر گذاشته و شاید همه عوامل دیگری دخیل بوده است. البته همه می‌گویند جو المپیک با هر رقابت دیگری فرق می‌کند و این مسئله نیز می‌تواند روی عملکرد تیراندازان حاضر در این دوره تأثیر گذاشته باشد. در بخش مقدماتی رکوردها باز به نسبت بهتر از فینال بود و حتی نمره ۵۸۶ نیز به ثبت رسید.

**رکوردی که با ثبت آن به مدال طلا رسیدید همان رکورد مورد انتظار شما بود یا باید بهتر از اینها شلیک می‌کردید؟**

قطعاً بهتر از اینها نیز می‌شد شلیک کرد. منتها انتظار و پیش‌بینی خودم در فینال ثبت رکوردی باپین‌تر بود و برعکس در مرحله مقدماتی انتظار عملکرد بهتری از خودم داشتم. با امتیاز ۵۸۰ به فینال صعود کردم ولی انتظارم گرفتن امتیاز ۵۸۲ تا ۵۸۵ بود که محقق نشد. در فینال حدسم کسب امتیاز ۲۴۲ تا ۲۴۴ بود ولی در نهایت رکورد ۲۴۴ را به ثبت رساندم که در تیانچه امتیازی بسیار بالا و عالی محسوب می‌شود. خوشبختانه لطف خدا شاملم شد و به این موفقیت دست یافتم.

**در حین تماشای رقابت شما در توکیو آرامش و تمرکز بالا در چهره تان کاملاً مشهود بود. این آرامش یکی از ویژگی‌های شخصیتی شماست؟**

آرامشی که دارم را مدیون لطف خدا هستم. با توجه به شغل سخت پرستاری، اوضاع دشوار کرونایی و مشکلات اقتصادی که برای همه هست رسیدن به آرامش درونی کار ساده‌ای نیست. این مسئله را موهبتی از سوی خدا می‌دانم که به نوعی به یکی از ویژگی‌های شخصی من تبدیل شده است. این آرامش در تیراندازی واقعاً کمک‌کننده است. ناگفته‌نماند در فینال در برهه‌ای در شدد دچار استرس و بهم ریختگی روحی شدم. مسابقه را خیلی خوب شروع کردم. همان‌طور که می‌دانید مسابقه تیراندازی شش راند ۱۰ تایی است و ۶۰ تیر شلیک می‌شود. در راند پنجم کلاً به هم ریختم و با امتیاز ۹۳ راند را به پایان رساندم.

**در آن مسابقه سرنوشت‌ساز چطور دوباره تمرکزتان را به دست آوردید؟**

از مسابقه فاصله گرفتم، سعی کردم فضا را عوض کنم و با مریب‌ام صحبت کردم. دوباره به خدا توکل کردم و با یک روحیه جدید به میدان رفتم. در خط شلیک قرار گرفتم و خدا را شکر در راند بعدی توانستم با نمره ۹۸ به پایان برسانم و با همین نتیجه به فینال صعود کردم. در خصوص آرامشی که در

فینال داشتم باید

بگویم که



**تیراندازی ایران استحقاق کسب مدال‌های بیشتر المپیک را داشت؟**

قطعاً حق‌مان مدال‌های بیشتر بود. مهیار صداقت تنها با یک

دهم نمره از صعود به فینال بازماند. این اختلاف بسیار کم است و الا نمره خامش خیلی خوب بود و متأسفانه نهم شد. همچنین هائیه رستمیان با یک نمره کمتر به مرحله نهایی نرسید و اگر یکی از شلیک‌هایش ۱۰ می‌شد قطعاً فینالیست بود. چه بسا مدال می‌گرفت. در ماده‌ای که من حضور داشتم کسی نایب قهرمان شد که در مرحله گروهی هشتم شده بود. هیچ بعید نیست که هر دو نفر در صورت صعود به فینال می‌توانستند مدال آوری کنند.

**شرایط این رشته پس از کسب مدال طلای شما تغییری کرده‌است؟**

دید عموم نسبت به تیراندازی تغییر کرده و آگاهی مردم بیشتر شده است. بازتاب اخبار تیراندازی در رسانه‌ها بالا رفته و این رشته حسابی به چشم آمده است. طبیعتاً استقبال از تیراندازی افزایش یافته.

**در عین حال انتظار مردم نیز از تیم ملی تیراندازی بالا رفته‌است. چطور می‌توان روند موفق مدال آوری را حفظ کرد و ارتقا داد؟**

یکی از کارهایی که باید مد نظر قرار بگیرد بحث‌های استعدادیابی، پشتوانه‌سازی و همگانی کردن تیراندازی است. البته به صورت واقعی و عملی، نه اینکه در یک مدت کوتاه کارهایی انجام شود و خیلی زود به دست فراموشی سپرده شود. پشتوانه‌سازی در ماده تفنگ از تیانچه بهتر بوده. تیانچه به دو، سه نفر وابسته است و اگر این نقرات به هر دلیل کنار گذاشته شوند قطعاً با مشکل روبه‌رو خواهیم شد و فاصله با نسل بعد زیاد خواهد بود. این خلأ شاید چند دوره ما را با مشکل روبه‌رو سازد. از همین رو باید پشتوانه‌سازی و استعدادیابی به صورت علمی در دستور کار باشد و تیراندازی را در اختیار عموم قرار دهیم. با باشگاه‌های مختلف در تماس هستم و به من می‌گویند مردم به سمت تیراندازی هجوم آورده‌اند. خیلی‌ها به تیراندازی علاقه‌مند شده‌اند. این فرصت خوبی است برای پیدا کردن استعداد‌های ناب و پرورش آنها.

**با علاقه خاصی به تیراندازی آمدید؟**

علاقه خاصی به تیراندازی نداشتم. ورودم به این رشته کاملاً اتفاقی بود. قبلاً یک باشگاه کوچک در بیمارستان بقیه‌الله داشتمیم و من هم هر از گاهی تیراندازی می‌کردم. از سال ۸۹ تا ۹۶ به صورت پراکنده و غیر حرفه‌ای تیراندازی می‌کردم. هر زمان وقت داشتم به باشگاه می‌رفتم. ممکن بود چند ماه اصلاً تیراندازی نکنم. بعد از آن بحث حرفه‌ای پیش آمد و از سال ۹۶ کارم را شروع کردم. البته آن باشگاه دیگر نیست و در بیرون از بیمارستان فضایی را در اختیارمان قرار داده‌اند.

**در دوران کرونا چطور تمرینات‌تان را پشت سر گذاشتید؟**

سختی‌های خاصی خودش را داشت. در ماه‌های نخست سختی‌های خاصی وجودش را داشتم. در ماه‌های نخست که خیلی از رشته‌ها و فدراسیون‌ها تعطیل بودند، مدت زمان زیادی مجبور بودم در خانه تمرین کنم، البته تمرینات خشک. قطعاً تمرین در خانه با حضور بچه‌ها واقعاً سخت است، آنها در حین تمرین مزاحم می‌شدند و می‌خواستند با اسلحه بازی کنند. مخصوصاً بصرم «محمدامین» که حین تمرین واقعاً آذیت می‌کند و دائم می‌خواهد شلیک کند.

**با داشتن سه فرزند و بازیگوشی آنها چطور در منزل تمرین می‌کنید؟**

خیلی سخت است. به عنوان مثال الان همسرم و دختر بزرگم به کلاس آموزش تیراندازی رفته‌اند و دختر کوچک و بصرم پیش من هستند.

**شغل پرستاری کمک‌حال شما برای پیشرفت در تیراندازی بوده یا سدر راه موفقیت‌تان شده است؟**

هم‌زمان پرستار و تیرانداز بودن سخت است و گاهی با هم تداخل داشته‌اند. منتها پرستاری باعث شد من با شرایط سخت، بحرانی و بی‌خوابی و کم‌خوابی دائم مواجه باشم و در ورزش راحت‌تر بتوانم با چالش‌ها و سختی‌ها کنار بیایم. از طرفی نقطه اشتراک پرستاری و ورزش به ویژه

تیراندازی، آرامشی است که در هر دو حوزه به آن نیاز است. هم پرستار باید حوصله و صبر داشته باشد و هم یک تیرانداز حرفه‌ای. هر دو نفر باید دائم در حال مدیریت ذهن خود و کنترل تمرکزشان باشند.

**چطور شد که حرفه پرستاری را انتخاب کردید؟**

به رشته پزشکی علاقه‌مند بودم و در کنکور سال ۷۶ یکی از رشته‌هایی که انتخاب کردم پرستاری بود. این‌گونه بود که به این حرفه وارد شدم.

**بعد از قهرمانی در المپیک هجمه‌ای علیه شما در خصوص نظامی بودن تان به راه افتاد. حتی حریف گره‌ای تان نیز واکنش عجیبی نشان داد. داستان از چه قرار بود؟**

ورزشکار گره‌ای را کاملاً می‌شناختم و در مسابقات بین‌المللی بارها همدیگر را دیده بودیم. صحبت‌ها

می‌آمدند، یک بار نصف شب نوزاد چند ماهه‌ای را آوردند که باید داروی ربوی را به او تزریق می‌کردم. مراجعات زیادی داشتم و خدا را شکر که توانستم انجام وظیفه کنم.

**برای اهدای مدال طلای المپیک به حضرت آقا از قبل مسابقه نیت کرده بودید؟**

بله، ایشان بزرگ ماست و مدالم متعلق به ایشان است. به نمایندگی از مردم تصمیم گرفتم مدال را تقدیم‌شان کنم، انشاءالله که پذیرا باشند.

**معمولاً بعد از هر دوره بازی‌های المپیک مدال آوران دیداری با رهبر معظم انقلاب دارند و البته با توجه به شیوع کرونا شاید این بار این دیدار محقق نشود. دوست دارید در این دیدار صمیمانه حضور داشته باشید؟**

من که آرزویم است و از خدایم است که ایشان را زیارت کنم. انشاءالله این توفیق نصیبم شود و خدمت‌شان برسم. هر جا که رفتم و دعوت شدم در خواست دیدار ایشان را مطرح کردم و امیدواریم این آرزو محقق شود. در سفری که به مشهد داشتم برای زیارت امام رضاع( مدال طلای جام جهانی هند را به آستان مقدس امام رئوف اهدا کردم. طلای جام جهانی هند اولین مدال سال ۱۴۰۰ و به نوعی اولین مدال قرن بود.

**در بازگشت از توکیو با لباس پرستاری وارد فرودگاه شدید. علتش چه بود؟**

لباس پرستاری یک نماد است و می‌خواستم به همه بگویم که لباس و شغل اولم پرستاری است. خودم را متعلق به شغل پرستاری می‌دانم و لباس خدمت لباس پرستاری است.

**انداختن مدال طلا به گردن همسر تان نشان از توجه ویژه به خانواده دارد. نقش خانواده در موفقیت‌تان چقدر بود؟**

نقش خانواده‌باز هم به همان صحبت سر دار همدانی برمی‌گردد، اینکه پشت سر من قطعاً کسانی هستند که باعث شدند موفق شوم. یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت خانواده است، حتی اگر به خانواده به عنوان پشتیبان نگاه نکنیم و تنها کار گروهی را در نظر بگیریم، من به عنوان یکی از اعضای این گروه به تلاش و همکاری همسرم به عنوان عضو اصلی این گروه نیاز دارم تا بتوانم به نتیجه دلخواه برسم. غیر از مدال المپیک، سایر مدال‌هایم را نیز به صورت نمادین به گردن همسرم می‌اندازم؛ از مدال‌های لیگ گرفته تا مدال‌های خارجی و المپیک. فرقی نمی‌کند همه مدال‌هایم را همان دم در خانه به همسرم تقدیم می‌کنم.



**هدفگذاری بعدی تان برای کسب مدال‌های بیشتر چیست؟**

تمریناتم را شروع کردم. در کوتاه‌مدت و در آبان ماه مسابقات جام ریاست فدراسیون جهانی لهستان را در پیش داریم. این رویداد با تعداد کمی از تیراندازان برگزار خواهد شد و در هر ماده تنها ۱۲ نفر را دعوت کرده‌اند. در برنامه‌های بلندمدتم حضور در المپیک پاریس قرار دارد. اگر خدا کمک کند توانایی و آمادگی کافی را داشته باشم قطعاً اگر سهمیه بگیرم باز هم در المپیک حاضر خواهم شد.

**با توجه به قهرمانی در المپیک در بحث شغل پرستاری، امتیازهایی برای تان در نظر گرفته‌اند تا در آینده با فراغ‌بال به تمرینات‌تان برسید؟**

خوشبختانه با مأموریت ورزشی‌ام موافقت شده و به نوعی بنده را در اختیار فدراسیون تیراندازی قرار داده‌اند. فعلاً چند ماهی است که آزاد هستم و برای تمدید مأموریتم در خواست دادم. انشاءالله اگر موافقت شود تا بازی‌های آسیایی ۲۰۲۲ از اختیار تیراندازی باشم.

**بحران کرونا در کشورمان بالا گرفته و همه استان‌ها در گیر این موضوع هستند. اخیراً عکسی از نماز خانه بیمارستان بقیه‌الله تهران منتشر شد که بیماران کرونایی در آنجا بستری بودند. به عنوان یکی از مدافعان سلامت به مردم چه توصیه‌ای دارید؟**

دقیقاً همین‌طور است. هم بیمارستان ما و هم سایر بیمارستان‌ها بسیار شلوغ هستند و مملو از بیماران کرونایی. واقعاً نیاز به توصیه جدید نیست. همان چیزهایی که تاکنون آموزش دیده‌ایم را رعایت کنیم کافی است. متأسفانه آمار رعایت پروتکل‌های بهداشتی در بسیاری از استان‌ها به زیر ۴۰ درصد رسیده‌است. اینها مسائل جدیدی نیستند. همین که مردم حواس‌شان باشد در تجمعات و نقاط پرجمعیت حاضر نشوند، به غیر از موارد ضروری بیرون نروند و ماسک بزنند تأثیرگذار خواهد بود.