عکس: گروه زندگی

تولد دوباره یک قهرمان

نگاهی به فراز و فرود زندگی حامد امیری که از قهرمانان و قوی‌ترین مردان ایران بود و امروز روی ویلچر افتخارمی آفریند

یوسف حیدری

روزگاری یکی از قوی‌ترین مردان ایران بود، پهلوانی که رکورد حمل چمدان‌های آهنی و «اسکات» در دنیا هنوز هم به نام اوست و تاکنون کسی نتوانسته جابه جایش کند. برنامه تلویزیونی مردان آهنین (که چند سال متوالی در ایام نوروز از آنتن شبکه سه پخش می‌شد) فرصتی بود تا میلیون‌ها نفر چشم به بازوهای پرقدرت او بدوزند و رقابت تنگاتنگش را با رقبا تماشا کنند. ۱۱ سال پیاپی در مسابقات قوی‌ترین مردان ایران حاضر شد و بارها بر سکوی قهرمانی ایستاد؛ سال‌هایی که خرم‌آبادی‌ها خاک پای اسطوره شهرشان را به چشم می‌کشیدند و برایش از ته دل آرزوی موفقیت می‌کردند. «حامد امیری» آرزوهای بزرگی داشت و می‌خواست قدرت واقعی‌اش را در فراسوی مرزها به رخ جهانیان بکشد و روی سکوهای جهانی بایستد، اما خبر نداشت که تقدیرش چیز دیگری است و نقش قالی زندگی‌اش طور دیگری بافته شده است. سرنوشت او را در مسیری قرار داد تا امروز به عنوان قهرمان زندگی شناخته شود. قهرمانی که اگرچه سال‌هاست نمی‌تواند روی پاهای خودش بایستد، اما تسلیم نشده و قصد ندارد دست‌ها را بالا ببرد. هرکول دیروز مردان آهنین، امروز، قهرمان معلولان جهان است. قهرمانی از جنس مدال‌های خوشرنگ آسیایی و جهانی و پارالمپیک.

هنوز هم خاطره تلخ آذرماه سال ۹۱ را که او را برای باقی زندگی ویلچرنشین کرد، به یاد دارد و هر روز با این امید که رویداد آن روز تلخ تنها یک کابوس بوده است، از خواب بر می‌خیزد. او که حالا در ۳۵ سالگی، تنها با پدر و مادرش زندگی می‌کند، الگوی زندگی بسیاری از معلولانی است که می‌خواهند محدودیت‌ها را کنار بزنند. او از روزهایی گفت که بر وزنه‌های آهنین غلبه می‌کرد و رؤیای زندگی‌اش رقابت با مردان آهنین جهان بود.

■ مردی از جنس آهن

وقتی می‌خواهد از کودکی‌اش بگوید، روزهایی را به یاد می‌آورد که برای رسیدن به قهرمانی وارد عرصه چند رشته ورزشی مختلف شد. او نقش دایی خود را در این عرصه مهم عنوان می‌کند و می‌گوید: دایی‌ام اهل ورزش بود و زمانی که مرا به استادیوم ورزشی تختی خرم آباد می‌برد جثه‌ام بقدری کوچک بود که روی شانه‌های او می‌نشستم. سراغ ورزش وزنه‌برداری رفتم و بعد از ۹ ماه تمرین در رقابت‌های وزنه‌برداری قهرمانی نونهالان ایران در دامغان به مقام قهرمانی رسیدم. این نخستین مدالی بود که در شروع دوران ورزشی‌ام به دست آوردم و برایم بسیار با ارزش است. مدتی بعد احساس کردم علاقه‌ای به وزنه‌برداری ندارم و سراغ ورزش دوومیدانی و پرتاب دیسک رفتم. نوجوان بودم که با شناسنامه یکی از کارگران کارخانه در رقابت‌های قهرمانی کارگران کشور شرکت کردم و در پرتاب دیسک، قهرمان و در پرتاب وزنه نایب قهرمان شدم و رکورد جدیدی به جا گذاشتم. علاقه‌ام به پرتاب دیسک هر روز بیشتر می‌شد و سال بعد در رقابت‌های دو و میدانی جوانان کشور در پرتاب دیسک مقام نخست را کسب کردم. چندسالی دو و میدانی را ادامه دادم تا اینکه وارد ورزش کشتی شدم. چند سالی هم کشتی می‌گرفتم، اما با دیدن نخستین دوره رقابت‌های قوی‌ترین مردان ایران به ورزش قدرتی و پاورلیفتینگ علاقه پیدا کردم و وارد این رشته ورزشی شدم. نخستین دوره رقابت‌های قوی‌ترین مردان ایران در نساجی بروجرد برگزار شد و من با وجود سن کم و مخالفت اطرافیان، سراغ این ورزش قدرتی رفتم. وسایل و لوازم مورد نیاز برای تمرین را به شکل عجیبی تهیه می‌کردم. می‌نشستم و آیتم‌ها ی مسابقات را به دقت تماشا می‌کردم و بعد همان تمرینات را انجام می‌دادم. به یکی از معادن رفتم و آنها یک لاستیک بزرگ که قابل استفاده نبود به من دادند. کنده درخت را خودم تهیه کردم و داخل چمدان‌های فلزی قدیمی مقداری آهن ریختم تا سنگین شوند. با این وسایل هر روز تمرین می‌کردم و خودم را در شرایط مسابقه قرار می‌دادم. هر سال با دیدن آیتم‌های جدید مسابقه آنها را به تمرینات اضافه می‌کردم. سه سال تمرین کردم تا اینکه سال ۸۵ در رقابت‌های انتخاب مردان آهنین که در تهران بود شرکت کردم. در رقابت‌های انتخابی نتوانستم حد نصاب لازم را کسب کنم. ناامید نشدم و روزی ۵ ساعت تمرین می کردم. سال ۸۶ در رقابت‌های مردان آهنین موفق شدم با اختلاف ۴ امتیاز نایب قهرمان شوم. در آن سال به‌عنوان پدیده مسابقات معرفی شدم. سال بعد در نخستین دوره مسابقات مردان آهنین که از تلویزیون پخش می‌شد به مقام پنجم رسیدم و کاپ مرد اخلاق مسابقات به من اهدا شد. ۸ سال به شکل مستمر در رقابت‌های مردان آهنین حضور داشتم و دو رکورد جهانی در اسکات تعادلی و حمل چمدان ثبت کردم و تا به امروز کسی هنوز نتوانسته است این رکوردها را جابه‌جا کند. همیشه جزو نفرات نخست بودم، تا اینکه در سال ۹۰ برای حضور در رقابت‌های قوی‌ترین مردان جهان در فنلاند دعوت شدم.

■ کابوس تلخ زندگی

هنوز هم نمی‌تواند باور کند پاهایش او را همراهی نمی‌کند؛ روزی که یک تصادف دلخراش مسیر زندگی‌اش را تغییر داد و معلولش کرد. روزی که بازوهای قدرتمند وبدن تنومندش نیز نتوانست جلوی تقدیر را بگیرد.

حامد همه آن لحظات تلخ را به قول سینمایی‌ها، فریم به فریم، به یاد دارد: ۴ روز به زمان پرواز باقی مانده بود. خودم را برای مسابقات فنلاند آماده می‌کردم. من تنها ایرانی بودم که به این رقابت‌ها دعوت شده بود و باید با قدرت حاضر می‌شدم. برای تمرین هر روز مسیر ۹۰ کیلومتری خرم آباد به بروجرد را طی می‌کردم و در آنجا تمرین می‌کردم. شرایط تمرین در آنجا بهتر بود. آذرماه سال ۹۰ وقتی از تمرین بازمی گشتم در جاده باریک به طرف خرم آباد درحال رانندگی بودم که ناگهان خودرو پیکانی که سبقت غیرمجاز گرفته بود، از روبه‌رو به من نزدیک شد و محبور شدم ماشین را به حاشیه خاکی جاده هدایت کنم. ماشین چپ کرد و ۸ بار معلق زد. در آن لحظات فقط اسم ائمه اطهار را صدا می‌زدم. ماشین بعد از اینکه چند متر روی زمین کشیده شد از حرکت ایستاد. عجیب اینکه هیچ کسی به کمک نمی‌آمد و خودروهای عبوری حاضر نمی‌شدند نگه دارند و مددی برسانند. بعد از ۱۰ دقیقه متوجه شدم پاهایم دیگر هیچ حسی ندارند. به هرسختی و فلاکتی که بود گوشی موبایلم را پیدا کردم و با خانواده تماس گرفتم. توان حرف زدن نداشتم اما به هر جان کندنی بود، به آنها گفتم در جاده تصادف کرده‌ام ولی نمی‌دانم دقیقاً کجا و در کدام منطقه هستم. بعد از آن با اورژانس تماس گرفتم و درخواست کمک کردم. ساعتی بعد آمبولانس اورژانس و خانواده‌ام بالای سرم بودند و مرا به بیمارستان عشایر خرم آباد منتقل کردند. با توجه به وضعیتی که داشتم مرا به اتاق عمل بردند و عمل جراحی شدم. تا ۹ ماه بعد از این حادثه نمی‌دانستم چه بلایی سر من آمده است. پزشکان و اطرافیان وعده می‌دادند که بزودی خوب می‌شوی و ماه بعد می‌توانی راه بروی. ماه‌ها بدون هیچ حرکتی روی تخت بیمارستان بودم و وزنم از ۱۷۴ کیلوگرم به ۷۱ کیلوگرم کاهش پیدا کرد. در این مدت بیش از ۱۰۰ کیلو وزن کم کردم و هر روز نحیف‌تر می‌شدم. با همان تخت بیمارستان مرا به خانه منتقل کردند و دکتر برای آرام کردن درد متادون تجویز کرده بود. ۲ سال با زجر و سختی زندگی کردم. روزهایی که هر لحظه آن با درد همراه بود. چهارفصل سال برایم تنها همان چیزی بود که از پشت پنجره می‌دیدم. مادرم همیشه غمخوار و مراقب من بود. مقابل در اتاق من می‌خوابید تا در صورت نیاز به من کمک کند. همه اینها در حالی بود که هنوز نمی‌دانستم چه اتفاقی برای پاهایم افتاده است. یکی از شب‌ها از شدت درد پتو را در دهانم ساعت ها فشار دادم و نمی‌خواستم مادرم را از خواب بیدار کنم، تنها چیزی که دردم را کمی کاهش می‌داد متادون بود. ساعت ها درد را تحمل کردم و نزدیک صبح از حال رفتم. آرزو داشتم تختم را کنار پنجره قرار بدهم تا بتوانم بیرون از خانه را ببینم. تنها چیزی که به من آرامش می‌داد، خواندن قرآن بود. با خدا راز و نیاز می‌کردم و می‌گفتم هرچه برایم مقدر کرده است می‌پذیرم. به خدا می‌گفتم اگر صلاح من این است که برای همیشه روی تخت باشم، نمی‌خواهم خانواده‌ام بیش از این اذیت شوند. با چشمانم دیدم که پدر و مادرم ۲۰ سال پیر شدند. برای آنها سخت بود که پسر پهلوان‌شان روی تخت نحیف و ضعیف افتاده باشد، نمی‌توانستم رقابت‌های مردان آهنین را تماشا کنم. من کسی بودم که وزنه‌های ۵۰۰ کیلویی را جابه‌جا می‌کردم اما اکنون قادر نبودم پاهایم را جابه‌جا کنم.

> هنوز هم نمی‌تواند باور کند پاهایش او را همراهی نمی‌کند؛ روزی که یک تصادف دلخراش مسیر زندگی‌اش را تغییر داد و معلولش کرد. روزی که بازوهای قدرتمند و بدن تنومندش نیز نتوانست جلوی تقدیر را بگیرد؛ حامد همه آن لحظات تلخ را به قول سینمایی‌ها، فریم به فریم، به یاد دارد

وی ادامه داد: با همه این سختی‌ها بازهم روی همان تخت ورزش می کردم و با دمبل سعی می‌کردم بازوهای خودم را تقویت کنم. پزشک معالجم مخالف بود اما توجهی نمی‌کردم. یکی از روزها وقتی برای معاینه به تهران آمدم پزشک من گفت باید به ویلچر عادت کنم و هیچ گاه نمی‌توانم روی پاهایم بایستم. از شنیدن این خبر شوکه شدم و با اعتراض به دکتر گفتم پس چرا همه به من وعده می‌دادند که دوباره می‌توانم با پاهایم راه بروم. همه خانواده این حقیقت تلخ را از من مخفی کرده بودند. در مسیر تهران به خرم آباد هزار بار مردم و زنده شدم.

■ تولدی دوباره

حامد امیری مرد آهنین دیروز و قهرمان معلول امروز تولد دوباره‌اش را مدیون پدر و مادر و کسی می‌داند که او را به ورزش دوباره تشویق کرد. روزی که به او پیشنهاد داد تا به ورزش معلولان رو بیاورد از ناراحتی اشک از چشمانش سرازیر شد. باید می‌پذیرفت که دیگر جایی در ورزش انسان‌های سالم ندارد و باید به ورزش معلولان رو بیاورد. می‌گوید: وقتی به ملاقاتم آمد و این پیشنهاد را مطرح کرد مادرم از ناراحتی صورتش سرخ شده بود. او نمی‌خواست باور کند که من معلول شده ام. وقتی برای بارسوم این پیشنهاد را مطرح کرد قبول کردم و به ورزشگاه رفتم. صحنه‌های عجیبی در آنجا دیدم. مردی که دو پا نداشت اما با شوق زیاد تمرین می‌کرد. جانبازی که یک دست و یک پا نداشت اما با اراده‌ای محکم مشغول تمرین ورزش بود. از دیدن آنها انگیزه پیدا کردم و از صبح روز بعد من هم مشغول تمرین شدم. از آنجایی که برنامه‌های بدنسازی را در رقابت‌های مردان آهنین به شکل علمی انجام می‌دادم از همان برنامه‌ها استفاده کردم و بعد از ۵ ماه تمرین در رشته پرتاب دیسک، وزنه و نقره به مسابقات بین‌المللی دوبی اعزام شدم. در این رقابت‌ها مدال نقره گرفتم و این نخستین سکوی پرتابی بود که مرا به میان بهترین روزهای زندگی‌ام پرتاب کرد. هر روز تمرینات فشرده‌ای انجام می‌دادم و در بازی های پاراآسیایی ضمن جابه‌جایی سه رکورد سه مدال طلا گرفتم. در رقابت‌های جهانی نیز با وجود آنکه در یک کلاس بالاتر مسابقه دادم مدال نقره گرفتم. مهم‌ترین میدان رقابت‌های پارالمپیک «ریو» بود که در آنجا نیز در پرتاب وزنه مدال نقره گرفتم. من دوباره متولد شده بودم و نمی‌خواستم متوقف شوم. در رقابت‌های جهانی در پرتاب نیزه دوم شدم. این روزها برای رقابت‌های جهانی تونس و بازی های پاراآسیایی جاکارتا آماده می‌شوم. حامد با بغض ادامه داد: وقتی مدال پارالمپیک را گرفتم خوشحال شدم که توانستم به خانواده‌ام ثابت کنم من همان حامد هستم. از آنجایی که مادرم از دیدن من روی ویلچر غصه دار می‌شود برای تمرین به شهرستان‌های اطراف می‌روم تا کمتر مقابل چشمان او باشم. من قهرمان جهان و پارالمپیک هستم اما با وجود این هر روز وقتی چشم باز می‌کنم با خودم می‌گویم کاش همه اتفاق‌های تلخی که پشت سرگذاشتم فقط یک خواب باشد. اعتراف می‌کنم که من خودم کسی بودم که گاه با رفقا می‌گفتم، پول که داشته باشی همه چیز داری، حتی می‌توانی سلامتی هم داشته باشی و اگر هم نقصی پیدا کردی می‌توانی با پول آن را جبران کنی! حالا که به یاد آن حرف‌ها می‌افتم می‌بینم چقدر جاهل بودم. بعد از این حادثه بود که متوجه شدم هیچ چیزی در این دنیا نمی‌تواند جایگزین سلامتی باشد.

حامد لبخندی می‌زند و ادامه می‌دهد: با همه این‌ها خوشحالم که با اراده‌ای محکم دوباره به عرصه ورزش بازگشتم و احساس می‌کنم بیشتر به خدا نزدیک شده ام. در کنار ورزش با معلولان بدنسازی کار می‌کنم و به آنها برنامه می‌دهم تا با تمرین بتوانند عضلات دست و پاها را قوی کنند. همچنین به آنها برنامه غذایی می‌دهم. معلولان بسیاری از سراسر ایران با من در تماس هستند و می‌دانند که من آنها را بخوبی درک می‌کنم. همیشه سعی کردم به آنها روحیه و انگیزه بدهم و حتی دو نفر از آنها را که از زندگی ناامید بودند و می‌خواستند خودکشی کنند از این کار منصرف کردم و امروز با ورزش روحیه خوبی به‌دست آورده‌اند. هرگاه احساس ناامیدی می‌کنند داستان زندگی‌ام را برایشان تعریف می‌کنم و می‌گویم اگر خدا از سر حکمت دری را ببندد صدها در دیگر را به روی ما باز می‌کند. دنیا جای امتحان است و باید از آن سربلند بیرون بیاییم. به آنها می‌گویم: «ببینید، این پهلوان ایران بود که از عرش به فرش افتاد؛ اما هیچ گاه ناامید و تسلیم نشد.» زندگی از دیدگاه من یعنی تلاش وتقلا و خواستن و حرکت کردن... وگرنه انسانی که هدف و اراده ندارد، چه فرقی با یک مرده متحرک دارد؟

نیم‌نگاه

> ■ وقتی مدال پارالمپیک را گرفتم خوشحال شدم که توانستم به خانواده‌ام ثابت کنم من همان حامد هستم. از آنجایی که مادرم از دیدن من روی ویلچر غصه دار می شود برای تمرین به شهرستان‌های اطراف می روم تا کمتر مقابل چشمان او باشم. من قهرمان جهان و پارالمپیک هستم اما با وجود این هر روز وقتی چشم باز می کنم با خودم می گویم کاش همه اتفاق های تلخی که پشت سرگذاشتم فقط یک خواب باشد. اعتراف می کنم که من خودم کسی بودم که گاه با رفقا می گفتم، پول که داشته باشی همه چیز داری، حتی می توانی سلامتی هم داشته باشی و اگر هم نقصی پیدا کردی می توانی با پول آن را جبران کنی! حالا که به یاد آن حرف ها می افتم می بینم چقدر جاهل بودم. بعد از این حادثه بود که متوجه شدم هیچ چیزی در این دنیا نمی تواند جایگزین سلامتی باشد

قهرمان امروز

قهرمان دیروز

جدول سـودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۲۶۱۳

آسان

		۴		۹		۸		
	۹	۳	۱		۶	۵	۲	
			۴		۳			
۹		۵		۷		۴		۲
۱		۶		۴		۹		۳
			۹		۵			
	۵	۸	۲		۷	۳	۱	
		۹		۳		۲		

متوسط

	۳		۶					۲
		۵	۳			۶		
				۷		۴		
۵	۲				۸			
	۹						۱	
			۲				۴	۸
		۲		۹				
		۴			۶	۸		
۷					۴		۳	

سخت

		۷			۴			۸
		۲				۵	۴	
۸				۲	۱			
							۳	
		۱		۷		۸		
	۲							
			۳	۶				۴
	۳	۵				۹		
۹			۵			۲		

۳	۱	۷	۹	۵	۴	۶	۲	۸
۶	۹	۲	۷	۳	۸	۵	۴	۱
۸	۵	۴	۶	۲	۱	۳	۷	۹
۵	۸	۹	۱	۴	۶	۷	۳	۲
۴	۶	۱	۲	۷	۳	۸	۹	۵
۷	۲	۳	۸	۹	۵	۴	۱	۶
۲	۷	۸	۳	۶	۹	۱	۵	۴
۱	۳	۵	۴	۸	۲	۹	۶	۷
۹	۴	۶	۵	۱	۷	۲	۸	۳

۱	۳	۷	۶	۴	۵	۹	۸	۲
۹	۴	۵	۳	۸	۲	۶	۷	۱
۲	۸	۶	۹	۷	۱	۴	۵	۳
۵	۲	۱	۴	۶	۸	۳	۹	۷
۴	۹	۸	۵	۳	۷	۲	۱	۶
۶	۷	۳	۲	۱	۹	۵	۴	۸
۸	۵	۲	۱	۹	۳	۷	۶	۴
۳	۱	۴	۷	۵	۶	۸	۲	۹
۷	۶	۹	۸	۲	۴	۱	۳	۵

۵	۶	۴	۷	۹	۲	۸	۳	۱
۷	۹	۳	۱	۸	۶	۵	۲	۴
۲	۸	۱	۴	۵	۳	۷	۹	۶
۹	۳	۵	۶	۷	۱	۴	۸	۲
۸	۴	۷	۳	۲	۹	۱	۶	۵
۱	۲	۶	۵	۴	۸	۹	۷	۳
۳	۷	۲	۹	۱	۵	۶	۴	۸
۴	۵	۸	۲	۶	۷	۳	۱	۹
۶	۱	۹	۸	۳	۴	۲	۵	۷