

## حفظ انگیزه و اشباع نشدن



سید جلال یک نکته تستی را هم می گوید که با شنیدن آن دلیل این استمرار را می فهمیم، دلیل آن استارت های انفجاری که موقع ورودش به زمین به عنوان یار جایگزین می دیدیم و غافلگیرمان می کرد.

او به ما گفته بود: «سعی کردم که همیشه انگیزه خودم را حفظ کنم و فکر می کنم تا الان هم همین طور بوده است. حفظ انگیزه را از منز موفق شدن و البته محبوب شدن می دانم.» فردی که محرکی ندارد حرکتی ندارد. کسی که با پول اشباع می شود دلیلی برای موفقیت ورزشی ندارد. خیلی از فوتبالیست ها بازی می کنند تا قرار داد بهتری ببندند و بعد از مدتی چون به لحاظ مالی به چیزی می می خواستند رسیدند دیگر دلیلی برای تلاش بیشتر نمی بینند. خیلی ها به جای پول با موفقیت اشباع می شوند و انگیزه شان را برای تلاش از دست می دهند. خیلی ها بعد از ناکامی دیگر حالی برای تکاپو ندارند. شاید چهار سال قبل و وقتی با دلایل غیر فوتبالی سید جلال از تیم ملی برای حضور در جام جهانی خط خورد اگر کسی جز او بود فوتبال را راه می کرد دیا لاقل بعد از نبود بزرگ ترین رویداد فوتبالی جهان، انگیزه ای برای تلاش نداشت؛ اما موفقیت های او با همین خط خوردن شکل جدی تری گرفت و یکی از عوامل اصلی رسیدن فرمزها به فینال لیگ قهرمانان آسیا با پنجره بسته نقل و انتقالاتی بود.

خودش در باره این که آیا ممکن است از قهرمانی خسته شود به ما گفته بود: «اصلا چنین چیزی نیست، چرا باید خسته شویم؟ ما همیشه تلاش مان را می کنیم اما این که در زمین چه نتیجه ای رقم بخورد، مشخص نیست و همین از زیبایی های فوتبال است».

## بهترین اتفاق زندگی سید جلال

اما بحث خانواده در زندگی کاپیتان سرخ هایک موضوع ساده و تعارفی نیست؛ او با این همه رکورد و افتخار بهترین اتفاق زندگی اش را این گونه معرفی کرد: «بهترین اتفاق در زندگی من پدر شدن است و من هم از داشتن دو دختر، خیلی خوشحالم. بچه هر چقدر بزرگ تر می شود شرایط برای پدر و مادر سخت تر می شود. امیدوارم پدر خوبی باشم و تمام تلاشم را می کنم تا خوب پرورش پیدا کنند».

شاید یک دلیل همراهی و همدلی همسر و فرزندان سید باو این باشد که خودش هم واقعا خانواده دوست است و حواشی خیلی از سلب ریتی ها را ندارد.



## پرهیز از عوامل بازدارنده

خیلی از ما، در هر موقعیتی که باشیم مسیر موفقیت را بلدیم، می دانیم چه کاری ما را در شغل یا حوزه مورد علاقه مان به موفقیت می رساند، اما عوامل بازدارنده را نمی شناسیم، یکی از آن ها حضور مدیریت نشده در فضای مجازی است.

سید جلال در این باره گفته بود: «من خیلی وقت برای فضای مجازی نمی گذارم و خیلی هم برنامه خاصی برای حضور در این فضا ندارم. مثلا این طور نیست که با خودم بگویم باید روزی یک بار پست بگذارم یا... سعی می کنم مدیریت شده در فضای مجازی حضور داشته باشم و زمانم را به انجام کارهای مفیدتر اختصاص بدهم».

اما خیلی از فوتبالیست ها که محبوبیت و عملکرد سید جلال را اندازند این روزها غرق در فضای مجازی هستند. در حقیقت آن ها به جای آن که با تلاش محبوب هواداران شوند، سعی می کنند با حواشی اینستاگرامی مورد توجه باشند، با کُری خواندن های سطحی و کودکانه برای رقیب و هواداران محبوب خودی ها شوند یا با فعالیت در فضای مجازی فرصتی برای جذب آگهی و درآمد داشته باشند؛ غافل از این که بهترین راه موفقیت، محبوبیت و حتی درآمد بیشتر تمرکز روی بهبود عملکرد است. سید جلال مثل همه فوتبالیست ها در زمین پر سر و صدا و پر شور است، اما در تمرین تمرکز دارد، اهل بحث های فرسایشی با هم تیمی، مدیران باشگاه، تیم های رقیب و... نیست. وارد حاشیه هانی می شود. نه مصدومیت او را متوقف می کرد، نه مشکلات مالی باشگاه، نه مشکلات مدیریتی. او در هر حال سعی می کرد بهترین خودش باشد. جالب این که به رغم علاقه و تعصب به پرسپولیس، زمان خوبی هم به این تیم آمد. او با فاصله بعد از درخشش در ملوان از پرسپولیس پروین پیشنهاد داشت، اما ترجیح داد برود سایپا، بعد سپاهان و به عنوان یک بازیکن ملی پوش و کاپیتان وارد پرسپولیس شود تا مسیرش برای موفقیت پر از دست انداز نباشد. حالا اگر اخبار مربوط به خدا حافظی اش صحت داشته باشد خاطره بازی هایش به عنوان یک سوپرمن در ذهن ما باقی است، کسی که بی محایا روی توپ مسی می رفت، کسی که با گل هایش به الجزیره و الدحیل پرسپولیس را به فینال آسیا برد و کسی که تصویرش با جام قهرمانی، تکراری ترین قاب فوتبال مادر سال های اخیر بود. مردی که نان تلاش و غیرتش را می خورد.



با مرور صحبت ها و دقت در سبک زندگی سید جلال حسینی، پر افتخارترین فوتبالیست تاریخ لیگ برتر

به دلایل موفقیت مستمر او پی می بریم

سید سورنا ساداتی | روزنامه نگار

پرونده

این روزها صحبت از خدا حافظی سید جلال حسینی از دنیای فوتبال داغ است، گویا کاپیتان محبوب و پرافتخار سرخ ها قرار است به کادر فنی تیم اضافه شود؛ هر چند تا لحظه نوشتن این پرونده، باشگاه پرسپولیس موضع رسمی در قبال این ماجرا نداشته؛ اما بعید نیست دوران پر شکوه یکی از بزرگ ترین بازیکنان تاریخ فوتبال ایران، لاقل در کسوت بازیکن تمام شده باشد.

سید جلال و موفقیت هایش در س های بزرگی دارد برای هر کسی که در مسیر زندگی دنبال یاد گرفتن است؛ چه فوتبالی، چه غیر فوتبالی. بازیکنی که استمرار داشت، موفقیت های بزرگ در رده باشگاهی و ملی کسب کرد و تمام نشدنی بود. حدود دو سال قبل و بعد از پوکر سید در بالا بردن جام قهرمانی با قهرمانی پایتخت گبی با او زدیم که در زندگی سلام ۱۳ مرداد ۹۹ چاپ شد. گپی که مرور و تحلیل آن به ما کمک می کند بدانیم چطور چنین موفقیت هایی را رقم زده است.

## نقش محیط

سید در باره شهرش به زندگی سلام گفته بود: «در شهر انزلی، بچه ها تا چشم باز می کنند با فوتبال آشنا می شوند. این شهر، الگوهای فوتبالی بزرگی همچون مرحوم سیروس قایقران دارد که همه را به فوتبالیست شدن ترغیب می کند. من هم مثل خیلی از بچه های این شهر از دوره کودکی، عاشق فوتبال شدم. در دوران ابتدایی، عضو تیم مدرسه مان شدم و تقریبا همه اوقات فراغتم را در آن زمان با فوتبال سپری می کردم. خیلی زود هم عضو تیم پایه های ملوان شدم و آن زمان فکرش را هم نمی کردم به موفقیت هایی که اکنون دست یافته ام؛ برسم. شروع از زمین خاکی و قرض گرفتن استوک برای همه بازیکنانی که از بچگی فوتبال را آغاز کردند و اکنون به موفقیت رسیده اند، روزهای سخت و خاطر انگیزی بوده است».

حضور یک بازیکن الهام بخش مثل مرحوم سیروس قایقران که به بچه های کوچک پس کوچک های انزلی نشان داد می شود از همین شهر شروع کرد و کاپیتان تیم ملی شد؛ حس خوبی که تمام شهر به فوتبال دارد و از همه مهم تر تیمی ریشه دار و محبوب مثل ملوان که زمینه دیده شدن بازیکنان را در سطح کشوری فراهم می کند می تواند عوامل محیطی برای دیده شدن سید باشند. استعداد های زیادی مثل سید جلال در شهرهایی هستند که چون فوتبال در آن ها رونق ندارد، یا باشگاه حرفه ای ندارند یا باشگاهی هست اما به بازیکنان بومی اهمیت نمی دهد و سرمایه گذاری روی تیم های پایه ندارد؛ برای همین استعداد های شان هدر می رود اما انزلی قصه متفاوتی دارد و با این که شهر کوچکی است سهم زیادی در معرفی چهره های ورزشی مثل سید جلال، پژمان نوری، مازیار زارع، جلال رافخایی و... به فوتبال کشور داشته. جالب تر این که ملوان تیم پول دار هم نیست و چیزی که باعث شده تیمش حفظ شود همین علاقه ای است که کوچک و بزرگ در شهر به تیم دارند.

## کار گروهی و دیگر هیچ



سید جلال رکوردهای زیادی را شکست، بین مدافعین بیشترین بازی ملی را دارد، در طول ادوار لیگ برتر بیشترین قهرمانی را داشته، به عنوان کاپیتان بیشترین جام را بالای سر برده و در کنار همه این ها پشت سر هم ترین قهرمانی ها را با ۵ قهرمانی داشته، اما نگاهش به رکورد هم جالب است.

او گفته بود: «فوتبال یک ورزش گروهی است و برای موفق شدن در آن، خوب بودن یک نفر کافی نیست و شما باید به معنای حقیقی کلمه یک تیم باشید. من خوشحالم که در تیم های بازی کردم که همیشه برای قهرمانی جنگیده اند. در ضمن خیلی به رکورد شکنی فکر نمی کنم و این چیزها بیشتر مورد توجه هوادارهاست».

این که او به رکورد شخصی فکر نمی کند، با این همه قهرمانی و رکوردهای دست نیافتنی خودش را بالاتر از بقیه نمی داند و کار گروهی را از هر چیزی مهم تر می داند کم چیزی نیست. روحیه جنگندگی تیم شاید تا حد زیادی ناشی از همین توجه کاپیتان به اهمیت کار گروهی و پرهیز از خودمحوری بوده است. سید جلال بازیکن کاریماتیک بود. بازیکنی که تاثیر زیادی روی دیگران می گذارد و الهام بخش است. او می داند برای موفق شدن خودش، تمام تیم باید موفق باشد و برای همین است که دنبال خودنمایی نیست. بلکه موفقیت تیم را مقدم بر همه چیز می داند. اتفاقی که بین خیلی از بازیکنان بزرگ دنیای فوتبال مثل امباپه، نیمار و گاهی کریس رونالدو هم نمی بینیم و ترجیح می دهند خودشان توی دید باشند و هر بلایی سرتیم آمد مهم نیست. سید جلال با راه به عنوان بازیکن تعویضی وارد زمین شد، از کنار خطا کنار دروازه خودی به انگیزه و سریع استارت زد و دویید و بابت ذخیره بودن گلا به ای نداشت. او می توانست سال قبل از فوتبال خدا حافظی کند تا برن حرفه ای و جایگاهش را حفظ کند، اما وقتی دید تیم به او نیاز دارد دماند و موثر بازی کرد.

## حمایت های خانواده

در آن گفت و گوی خواندنی که ما فقط بخش هایی از آن را در این پرونده منعکس می کنیم کاپیتان پرسپولیس درباره نقش خانواده اش به ما گفت: «سال ها پیش و زمانی که من با پدر و دو برادرم کار می کردم، آن ها از من خیلی حمایت می کردند. در واقع برادر هایم به خاطر این که من بتوانم به تمرینات فوتبال برسم، خیلی جور من را می کشیدند. یادم هست حتی زمانی که من بازی داشتم، آن ها بیشتر کار می کردند تا من بتوانم استراحت کنم و در واقع خیلی برای پیشرفت من زحمت کشیدند و به خوبی می دانم که دین بزرگی به گردن من دارند».

سید جلال بیشتر از آن که یک فوتبالیست نابغه مثل علی کریمی و خداداد عزیزی باشد، یک فوتبالیست پر تلاش مثل علی دایی است. درست مثل تفاوتی که مسی و رونالدو دارند. مسی سرشار از نبوغ است اما چهره اش بی تفاوت، اما رونالدو دنبال جاه طلبی است و در این مسیر دست از تلاش بر نمی دارد. برای فردی که نبوغ زیادی ندارد و متکی به تلاش است علاوه بر محیط، نقش اطرافیان هم خیلی موثر است. بازیکن پر تلاش باید برای جایگاهش بیشتر بجنگد چون سخت تر دیده می شود اما اگر جایگاهی را به دست بیاورد راحت از دست نمی دهد. بر خلاف علی کریمی که تا بایرن رفت اما چندان انگیزه نداشت، اما علی دایی با تلاش زیاد از موفقیت اشباع نمی شد. سید جلال هم در ۲۶ سالگی به تیم ملی رسید، سنی که خیلی از بازیکنان مطرح مثل شاهرودی، میانوند، پولادی و... آخرین بازی ملی شان را انجام دادند. اما سید جلال تازه شروع کرد و اگر دعوی مضحک و بچگانه کی روش و برانکونو بود، سید جلال قطعاً بازیکن فیکس تیم ملی در جام جهانی ۲۰۱۸ بود. خلاصه این که در مسیر تلاش برای رسیدن به موفقیت، اطرافیان باید با فرد هممسو باشند تا زمینه موفقیت فراهم شود و فرد شایستگی هایش را نشان دهد. در حقیقت خانواده سید جلال روی موفقیت او سرمایه گذاری کردند. همین صحبت ها نشان می دهد او از خانواده مرهقی وارد فوتبال نشده، اما خانواده اش به مسیری که او انتخاب کرده باور داشتند و خود او هم با تلاش قدر دان بستر محیطی شهر و همسویی و همراهی خانواده بوده است.



## سید جلال و همسر و فرزندان و عشق به خانواده

مدت ها قبل در خبر ها داشتیم که همسر سید جلال برای بازی نذر می کند، پیچ اینستاگرامی او را هم که نگاه کنیم عکس های زیادی با دخترانش دارد، خانواده برای او اهمیت زیادی دارد و یکی از ستون های استمرار است. اگر روزی برادر و پدرش زمینه موفقیت اولیه را فراهم کردند؛ در ادامه زندگی سالم و متاهلی، در کنار همراهی و همدلی همسرش بر داشتن گام های بعدی را ایرایش فراهم کرد. خود سید جلال در گپ و گفتش به زندگی سلام گفته بود: «واقعا ممنون همسر و دو دخترم هستم که خیلی سختی ها را تحمل کردند تا شاهد پیشرفت بیشتر من باشند. این موضوع ارزشمندی است که نباید بی توجه از کنارش گذشت. قطعاً بخش زیادی از موفقیت هایم را مدیون صبر و بردباری همسر هستم و همان طور که گفتیم اگر فداکاری های ایشان نبود، قطعاً شرایط برای پیشرفت من مهیا نمی شد و درک خوب ایشان از من و شغل من باعث شد پیشرفت زیادی در زندگی ام داشته باشم».

## رفتار حرفه ای

بازیکنان بزرگ از یک جایی به بعد تصور می کنند عملکرد همیشگی را حفظ می کنند و نیازی به تمرین بیشتر نیست. عجیب نیست بعضی بازیکنان در سی سالگی از فوتبال محو می شوند و سید جلال تا ۴۰ سالگی اوج آمادگی بود.

او در باره حفظ آمادگی در سن و سال بالا می گوید: «من همه وقت خودم را با تمرین و استراحت پر می کنم. همیشه حواسم به تغذیه ام هست تا خطری، سلامت جسمی ام را تهدید نکند. بعد از جام جهانی ۲۰۱۴ به این طرف، من خیلی بیشتر تلاش کردم و زمان بیشتری را به تمرین کردن اختصاص دادم. یک فوتبالیست وقتی سنش بالاتر می رود، کارش خیلی سخت تر می شود».

نکته جالب این جاست که بازیکنان معمولی بعد از یک موفقیت مثل حضور در جام جهانی اشباع می شوند اما سید جلال تازه تمریناتش را بیشتر کرده. زندگی حرفه ای داشته روی تغذیه اش حساس بوده، سالم و بی حاشیه زندگی کرده، با تمرین داشته یا استراحت کنار خانواده؛ کمتر عکسی از او دیده شده که در حال تقریحات لکچری باشد، رستوران گردی کند، سوار بر ماشین آن چنانی باشد یا در مهمانی های کذایی شرکت کند. نتیجه تمرکزش روی رفتار حرفه ای می شود استمرار بی نظیر و شگفت انگیز در دوران ورزشی. هواداران پرسپولیس یکی از بی تعارف ترین طرفداران فوتبال دنیا هستند و حتی از اسطوره هایی مثل علی پروین زمانی که تیمش نتیجه نمی گرفت انتقاد می کردند، اما در تمام این سال ها حتی اگر تیم نتیجه نگرفت انگشت اتهام و نقد سمت سید جلال نرفت، چون در روزهای بد تیم هم او خوب بود.

به این بخش جالب از صحبت هایش توجه کنید: «در باره اوقات فراغت، من با سر تمرین هستم یا در خانه. طبیعتاً بیشتر اوقات فراغتم با خانواده می گذرد. هر چند که بعضی اوقات در خانه هم تمرین می کنم یا فیلم بازی های مختلف را می بینم. انگار ذهن من برای فوتبال تنظیم شده و خیلی اوقات فراغتم به آن شکلی که بشود کار خاصی کرد، نیست».