

W sporcie niezwykle ważna jest pokora

data aktualizacji: 2020.03.24 autor: Walentyna Juszczak



(fot. Walentyna Juszczak)

W Rawie Mazowieckiej pojawiła się gościnnie podczas warsztatów z samoobrony przeprowadzonych w ramach Policynego Dnia Kobiet. O tym, jak łączyć pracę w policji z treningami opowiada Marta Mysur, mistrzyni Świata i Europy w taekwondo.

Jak zaczęła się pani przygoda ze sztukami walki?

Sztuki walki, a konkretniej taekwondo pojawiło się w moim życiu kiedy miałam 13 lat. Wcześniej uczęszczałam w mojej rodzinnej miejscowości na taniec towarzyski. Sekcję zlikwidowano, więc musiałam sobie znaleźć inną pasję. Próbowałam kilku sportów, jednak żaden nie wydawał mi się wystarczająco interesujący. Wtedy tata zabrał mnie na trening taekwondo. Sam był czynnym zawodnikiem, więc znał ten sport od podszewki. Po kilku treningach zapaliła mi się w głowie taka mała lampka, że to właśnie taekwondo jest sportem, który pragnę uprawiać w życiu. Oczywiście, przez tyle lat treningów pojawiały się chwile zwątpienia. Zdarzały się momenty, gdy chciałam wyjść z sali i już nigdy do niej nie wracać. Jednak za każdym razem sukcesywnie przełamywałam swoje bariery i tak już jest do tej pory.

Podczas warsztatów z samoobrony organizowanych w ramach Policynego Dnia Kobiet w Rawie Mazowieckiej wspominała pani, że hala OSiR jest dla niej szczególnie sentymentalna, dlaczego?

Darzę Rawę Mazowiecką szczególnie dużym sentymentem dlatego, że to właśnie tutaj przyjeżdżaliśmy na młodzieżowe obozy sportowe, jeszcze jak trenowałam w łódzkim klubie taekwondo. To właśnie w tym miejscu zostawiłam hektolitry potu i leż jako młodzik.

Jest pani złotą medalistką mistrzostw świata w drużynowych technikach specjalnych w taekwondo. Jakie uczucia towarzyszyły pani podczas odbierania złota w Dublinie?

To była jedna z najlepszych chwil w moim życiu. Kiedy stanęłam na podium rozpierała mnie duma, zwłaszcza, że zaledwie trzy, może cztery miesiące wcześniej miałam kontuzję – zerwałam więzadło przednie krzyżowe. Często mówi się, że nie ma rzeczy niemożliwych i szczerze uważam, że jeśli chodzi o sporty to zgadza się to w stu procentach. Urazu nabawiłam się na pucharze Polski, który weryfikował kadrę narodową na mistrzostwa Europy. Mimo kontuzji, trenerzy uwierzyli we mnie i dostałam przepustkę na mistrzostwa Europy. Oczywiście operacja nogi nie wchodziła w grę, ponieważ okres rekonwalescencji trwałby za długo. Musiałam dojść do pełnej sprawności za pośrednictwem wzmocnienia mięśni oraz ćwiczenia więzadeł bocznych. Po pięciu tygodniach od pucharu Polski wyjechaliśmy na mistrzostwa w Tampere, gdzie udało nam się wywalczyć złoto w drużynowych technikach specjalnych. To był szok. Kiedy w październiku pojechaliśmy do Dublina rozpierała mnie duma. Fakt, że mimo tak dużej przeciwności losu udało mi się wraz z moją drużyną wywalczyć złoto podczas mistrzostw świata był niesamowity. Dźwięki Mazurka Dąbrowskiego, kiedy staliśmy na pierwszy miejscu podium, były czymś cudownym. Emocje, które wtedy mi towarzyszyły były nie do opisania. Z całego serca życzę każdemu sportowcowi, by miał taką chwilę życia.

Czy taekwondo staje się w Polsce coraz bardziej popularne?

Tak. Obecnie w Polsce mamy około 12 tysięcy osób, które trenują taekwondo. To o wiele więcej niż kilkanaście lat temu, kiedy ja zaczynałam. Sama staram się zachęcać dzieci i młodzież do uprawiania tego sportu. W Tomaszowie Mazowieckim, w którym obecnie mieszkam założyłam klub, w którym trenują dzieci i młodzież w wieku od 5 do 16 lat.

Taekwondo, kickboxing czy inne sztuki walki kojarzone są raczej jako męskie sporty. Ciężko być kobietą w tym męskim świecie?

W kategorii kobiecej w sportach walki także jest spora konkurencja. Z roku na rok liczba kobiet trenujących sporty walki rośnie. Wszystko za sprawą wszechobecnej popularyzacji karate, taekwondo czy innych sztuk walki. Czy ciężko być kobietą w męskim świecie? Nie wiem. Twierdzę natomiast, że każdy zarówno kobieta jak i mężczyzna samemu muszą zapracować na swój sukces. Treningi taekwondo zaczęłam dla samej siebie, nie próbowałam się wybić w żaden sposób. Sukces, jaki mi towarzyszy jest jedynie zwieńczeniem mojej ciężkiej pracy.

Co jest najważniejsze, kiedy ciężkie treningi przynoszą wymierne efekty w postaci kolejnych tytułów i medali?

W sporcie niezwykle ważna jest pokora. Naprawdę ważne jest, by kiedy odniesiemy sukces nie stracić głowy. By woda sodowa nie uderzyła nam do głowy i byśmy dalej pokornie pracowali na kolejne zwycięstwa. Kiedy udało nam się osiągnąć szczyt swoich możliwości, musimy skupić się na tym jak pokierować swoją karierą i jak ukształtuje nas ten sport. Chwile sławy czy blaski fleszy są nieważne.

Czy znajomość sztuk walki pomogła w jakiś sposób w dostaniu się do policji?

Policja w moim życiu nie pojawiła się przypadkowo, wybór ścieżki kariery był całkowicie świadomy. Zaraz po szkole średniej zaczęłam myśleć o tym, by zostać funkcjonariuszem. Jednak po ukończeniu liceum wybrałam się na studia na kierunku pedagogiki resocjalizacyjnej. Dopiero po studiach postanowiłam spróbować swoich sił w służbach mundurowych. Testy sprawnościowe były pierwszym z elementów, które musiałam przejść w fazie weryfikacji. Jako zawodniczka taekwondo miałam predyspozycje i kondycję. Jednak tor sprawnościowy, który przechodzą funkcjonariusze sprawdza naszą wytrzymałość pod każdym kątem. Mimo sprawności jaką posiadałam, nie ukrywam, że musiałam przygotować się specjalnie do niego, by wypaść jak najlepiej.

Trudno jest połączyć pracę zawodową ze startami w kadrze?

Często tak. Wiele razy wyjeżdżam na zgrupowania na urlopie wypoczynkowym i zamiast odpoczywać spędzałam czas w halach treningowych. Często jedynymi miejscami, które zwiedzam podczas „zagranicznych wycieczek” są to lotniska i sale gimnastyczne w miastach, w których odbywają się zgrupowaniach kadry. Zazwyczaj całe zgrupowania spędzamy z drużyną na sali, nawet kiedy sami nie tratujemy w danych konkurencjach. Zawodnicy kadry są potrzebni jako dodatkowi trenerzy, osoby do przeprowadzenia rozgrzewki czy nawet kibice. Często po tak intensywnym „urlopie” zdarza się, że na drugi dzień jestem już w pracy, mimo że o 2 w nocy wróciłam w lotniska. Jednak lubię to co robię, współpracuję z naprawdę cudownymi osobami. Mój grafik mimo, że jest naprawdę napięty jest tak skonstruowany, by znaleźć czas i na treningi i na życie prywatne.

Jest pani mistrzynią świata w taekwondo, więcej osiągnąć się nie da, czego więc życzyć w sportowej karierze?

No tak, żadnej nagrody ponad mistrza świata zawodnik zdobyć nie może. Oczywiście starty indywidualne jak najbardziej dalej mnie cieszą. Jestem jeszcze powoływana do kadry narodowej oraz przydaję się drużynie. Moim marzeniem jest to, bym wychowała mistrza świata. To chyba największy cel jaki można osiągnąć przechodząc z czynnego zawodnika w trenera.

Czyli teraz całą energię przekłada pani w swoich zawodników?

Tak. W moim klubie mam wielu zdolnych ludzi, którzy mają przed sobą naprawdę świetlaną karierę. Staram się włożyć całą energię w ich rozwój oraz poprawę zdolności. Mam nadzieję, że nasza wspólna praca będzie miała w przyszłości naprawdę wysokie efekty.

Źródło: <https://rawa.eglos.pl/aktualnosci/item/35053-w-sporcie-niezwykle-wazna-jest-pokora>