

ZACHODNIE I WSCHODNIE KONCEPCJE PSYCHOFIZYCZNEJ EDUKACJI

Problem kulturowego zderzenia lub spotkania i dialogu na obszarze kultury fizycznej, czy raczej psychofizycznej wydaje się zyskiwać na znaczeniu we współczesnym globalizowanym świecie. Celem tej pracy jest właśnie ogólne porównanie orientalnych, w szczególności dalekowschodnich systemów praktyk psychofizycznych z odpowiadającymi im systemami zachodnimi. Konieczne jest tutaj uwzględnienie i przeciwstawienie podstaw filozoficznych na przykładzie sportu i azjatyckich sztuk walki. Z tej właśnie bazy ontologicznej i aksjologicznej wynika rozbieżność celów, a następnie stosowanych metod. Z drugiej strony należy zwrócić uwagę na wzajemne zapożyczenia i adaptacje, wymianę w zakresie metod i technik oraz wpływy ideowe. Osobnym zagadnieniem jest równoległe upowszechnienie systemów o proweniencji zachodniej i wschodniej na całym świecie.

Ustalenia definicyjne

Wypada przedstawić, czy raczej przypomnieć, podstawowe definicje określające istotę kultury fizycznej i sportu oraz, z drugiej strony, dalekowschodnich dróg sztuk walki.

W ujęciu Z. Krawczyka, kultura fizyczna jest to względnie zintegrowany i utrwalony system zachowań w dziedzinie dbałości o rozwój fizyczny, sprawność ruchową, zdrowie, urodę, cielesną doskonałość i ekspresję człowieka, przebiegających według przyjętych w danej zbiorowości wzorów, a także rezultaty owych zachowań. Jest to definicja typu behawioralnego, odwołująca się do ludzkich zachowań. Funkcjonują także inne definicje kultury fizycznej, np. aksjologiczna M. Demela, holistyczna J. Kosiewicza. Natomiast zgodnie z definicją M. Demela i Alicji Skład (11) sportem jest „działalność uprawiana systematycznie, według pewnych reguł, odznaczająca się silnym pierwiastkiem współzawodnictwa oraz tendencją do osiągania coraz lepszych wyników, mająca na celu manifestację sprawności ruchowej” Z kolei według artykułu drugiego *Europejskiej Karty Sportu* sport – „oznacza wszelkie formy aktywności fizycznej, które poprzez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane, stawiają sobie za cel wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej

i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach” Tak szeroka definicja obejmuje zarówno sport olimpijski, zawodowy, lub ‘sport dla wszystkich’, jak też różne przejawy kultury fizycznej, z dalekowschodnimi sztukami walki włącznie.

J. Oździński rozwija – w ramach teorii rekreacji – zagadnienia samorealizacji i transgresji konstytutywne dla dalekowschodnich systemów psychofizycznych. Jak definiuje: działania transgresyjne – „obejmują przekraczanie granic (zwłaszcza osiągnięć), przejawiają się w ekspansji człowieka – przestrzennej i czasowej – w działalności twórczej, innowacyjnej, w działaniach emancypacyjnych i władczych” Zakres pojęcia transgresji rozciąga Oździński na sferę działań czysto mentalnych. Transgresja zachodzi wtedy, kiedy jednostka aktywna i twórcza przekracza granicę tego, czym jest. Pojęcie ‘samorealizacji’ oznacza dwie składowe określające człowieka: 1) jako twórcę procesu samorealizacji, 2) jako współpartnera w działalności kulturowej. Zagadnienie samorealizacji nie dotyczy jedynie procesów autokreacji, ale „związane jest integralnie z warunkami środowiska naturalnego i społecznego” (37). Działalność transgresyjna wymaga dużych ilości energii, zwłaszcza w trakcie mobilizacji do ważnych przedsięwzięć. Za nośnik energii uznaje się emocje, uwikłane zazwyczaj w procesy motywacyjne, toteż ich znaczenie w działaniach twórczych jest bardzo znaczące. Centralnymi kategoriami samorealizacji są radość, wolność, podmiotowość i twórcze działanie (37). Wśród indywidualnych form rekreacji ruchowej Oździński wymienia:

- a) formy o dominancie somatycznej;
- b) formy o dominancie psychicznej:
 - ćwiczenia relaksacyjne,
 - dalekowschodnie systemy samorealizacji,
 - inne;
- c) formy rekreacji twórczej;
- d) formy kulturalno-rozrywkowe (38).

Zaproponowana przez Oździńskiego teoria rekreacji zgodna jest z nowym paradygmatem ujęć systemowych. Zaproponował on mianowicie systemowy model działalności rekreacyjnej, w którym na działalność rekreacyjną składają się trzy podstawowe komponenty: samodoskonalenie, wypoczynek i rozrywka, będące jednocześnie celami. Dobór form i metod uwzględniać powinien funkcje społeczno-wychowawcze i higieniczno-zdrowotne (8, 38).

Drogi sztuk walki są to pewne formy kultury fizycznej (psychofizycznej), które na bazie tradycji kultur wojowników prowadzą, poprzez trening technik walki, do psychofizycznego doskonalenia i samorealizacji. Jednocześnie są to procesy edukacji i pozytywnej ascezy. Asceza pozytywna łączy ćwiczenia cielesne ze świadomą samodyscypliną i ukierunkowana jest na postęp moralny i duchowy (9). „Zarówno joga, jak i dalekowschodnie sztuki walki dają recepty na osiągnięcie postępu duchowego drogą odpowiednich praktyk. Filo-

zofia narodów Dalekiego Wschodu jest prawie tożsama z praktyką o charakterze religijnym, ekspresją ruchu ciała, aktywnym wyrażaniem siebie w danej działalności. Jest przejawem myśli i kultury duchowej starożytnego Wschodu, wedle której rozwój duchowy związany jest ściśle z ćwiczeniem ciała” (9). Trudność jednoznacznego zakwalifikowania sztuk walki do obszaru kultury fizycznej wynika z konieczności ich bardziej holistycznego rozumienia. Jest to dziedzina z obszaru kultury psychofizycznej, pochodna tradycji, gdzie nie stosowano ostrego podziału między tym co duchowe albo fizyczne.

Dla porównania wg § 2 załącznika do projektu Rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie uprawiania dalekowschodnich sportów walki i sztuk walki oraz kick-boxingu¹ czytamy: „1. W rozumieniu rozporządzenia do dalekowschodnich sportów walki należy zaliczyć te dyscypliny i dziedziny sportów powstałych na Dalekim Wschodzie, w których treningi przygotowują do udziału we współzawodnictwie sportowym. 2. Do dalekowschodnich sztuk walki należy zaliczyć te sztuki, w których ćwiczenia nie mają na celu przygotowania do udziału we współzawodnictwie sportowym” Ta próba prawnego rozstrzygnięcia co jest sztuką walki, a co sportem walki nie jest zupełnie trafna, gdyż nie są to zbiory rozłączne. Wiele sztuk walki jest jednocześnie sportami walki. Jednakże na potrzeby władz sportowych rozstrzygnięcie takie jest słuszne. Wbrew bowiem definicji Kaliny wskazującej, że sportem walki jest ta dyscyplina, której „istota rywalizacji polega na bezpośrednim starciu dwóch konkurujących sportowców” (21), także dyscypliny polegające na wyrazowych formach ruchu są sportami walki – rozgrywane są tu turnieje z mistrzostwami świata włącznie (np. w formach *wu shu*). Z kolei zawarta w *Teorii sportów walki* definicja sztuk walki jest pokrewna przedstawionej wcześniej ich interpretacji, lecz odnosi się w większym stopniu do widocznej, zewnętrznej strony treningu. W myśl tej teorii: „Sztukami walki określa się te dziedziny psychofizycznej aktywności ludzi, których deklarowana istota polega na fizycznym i mentalnym doskonaleniu osobowości poprzez stosowanie głównie ćwiczebnych form fizycznej konfrontacji pomiędzy jednostkami lub jednostką i małą grupą, bez lub z użyciem określonych narzędzi” (21).

Interpretacja wschodnich koncepcji psychofizycznej edukacji nie byłaby możliwa, gdyby nie rozwój (zachodniej) nauki i nauk o kulturze fizycznej, sporcie i aktywności ruchowej człowieka w szczególności. Humanistyczne spojrzenie na azjatyckie systemy psychofizycznej samorealizacji uwzględnia także dorobek nauk o człowieku, kulturze i społeczeństwie (antropologii, psychologii, socjologii, nauk o wychowaniu).

1. <http://rdsdsisw.republika.pl/RdsDSISW/projekt1.html>

Ekologia umysłu lub ekologia ducha Batesona (1, 2), czy także systemowe ujęcie kultury i zdrowia w poglądach Capry (4) powstały pod wpływem myśli Wschodu, zwłaszcza filozofii taoistycznej. Nauczający w USA C. A. Huang (18) wpisuje się także ze swymi taoistycznymi koncepcjami i nauczaniem *taiji* w zachodni obszar nauk o kulturze fizycznej. Z kolei, jak wynika z badań H. J. VanderZwaaga (47) w latach 1977-1982 na łamach amerykańskiego „Journal of the Philosophy of Sport” obok artykułów poświęconych tematom/hasłom: ‘play’, ‘game/games’, ‘women in sport’, ‘competition’ dość często występowały tematy ‘martial arts’ (sztuki walki) i ‘Eastern sports’ (wschodnie sporty). Z racji faktu podejmowania przez większość autorów problematyki bazy definicyjnej, VanderZwaag postulował postąpienie naprzód, aby wytyczyć programy przyszłościowego rozwoju sportu. Zadanie nakreślone przez tegoż amerykańskiego filozofa podjął m.in. S. K. Wertz (48), który zachęca, aby w nowoparadygmatacznej teorii sportu i filozofii sportu uwzględnić fenomeny jogi, zen i sztuk walki.

Znaczący jest dorobek polskiej teorii, filozofii i socjologii kultury fizycznej, które Krawczyk wywodzi z polskiej tradycji filozofii i socjologii kultury – dzieł F. Znanieckiego, S. Czarnowskiego, S. Ossowskiego, Z. J. Czarneckiego i A. Kłoskowskiej. Krawczyk formułuje podstawy zachodniej ontologii ciała, wyróżniając kierunki analiz zagadnienia „ciało jako fakt społeczno-kulturowy” – 1) Zależność budowy ciała od struktury społeczno-ekologicznej, 2) Techniki posługiwania się ciałem, 3) Kontrola ciała, 4) Ciało jako znak, 5) Sakralne właściwości ciała (26, 27, 29). Nawiązuje przy tym do wyników badań antropologicznych i kulturowych takich uczonych, jak J. Charzewski, M. Mauss, K. Heinemann, M. Allison i innych. Polski badacz formułuje też i opisuje wzory kultury somatycznej funkcjonujące historycznie na obszarze (zachodniej) kultury fizycznej.

Z. Krawczyk (28), a także J. Lipiec (31), J. Kosiewicz (24) i S. Kowalczyk (25), szeroko odnoszą się do związków kultury fizycznej z humanizmem, sferą *sacrum* i religią, zwłaszcza chrześcijańską. W oparciu o normy etyczne współczesnego personalizmu katolickiego powstaje pedagogika sportu, kreowana na gruncie rygoryzmu moralnego przez A. Pawłuckiego (39). Jest teorią odnoszącą pedagogikę personalistyczną i pedagogikę kultury do kultury sportu i olimpizmu. Ukazuje świat „kultury sportowej”, obraz ładu i uniwersalnych, humanistycznych norm. Olimpizm jest utopią braterstwa i pokoju, ale też użytecznym wychowawczo systemem aksjonormatywnym. Formułowana jest też bardziej ogólna pedagogika sportu (24) i pedagogika olimpijska (56).

Czy jednak wychowanie poprzez sport, stanowiące sposób na upowszechnienie modelu społeczeństwa rywalizacji, rynkowej konkurencji i kontrolo-

wanej agresywności jest na pewno tym, czego świat potrzebuje a współczesna psychologia i pedagogika potwierdzają? D. Whitson (49) wyraża pogląd, że wraz ze sportem dzieci ulegają socjalizacji do preferowanego w cywilizacji euroamerykańskiej dążenia do dominacji i orientacji na sukces. Tego typu wzory są w procesie globalizacji eksportowane, a poniekąd – za sprawą mediów – narzucane w innych kręgach kulturowych (8). Wśród humanistów nie ma zgody w kwestii wpływu rywalizacyjnego paradygmatu wychowania na osobowość. J. Lipiec wskazuje, że możliwa jest zmiana prosperowującego paradygmatu kultury fizycznej. „Dotyczyć to może w pierwszym rzędzie odrzucenia zasady, przyjmującej z dobrodziejstwem inwentarza ‘rywalizacyjny’ charakter człowieka. Gdyby w toku dalszego rozwoju ‘rywalizacjonizm’ okazał się szkodliwy personalnie, społecznie i gatunkowo, nastąpić musi odpowiednie przekształcenie celów, motywów i norm działania ludzkiego. Rywalizację zastąpi albo czysty perfekcjonizm, albo jakaś forma solidaryzmu, wzmacniającego, a nie różnicującego wspólnotę. Sport rywalizacyjny stałby się wówczas skansenem kultury barbarzyńskiej, musiałby więc zostać świadomie ograniczony, a nawet wręcz odrzucony, jako reliktowa reminiscencja wartości wychowawczo destrukcyjnych” (31).

Właśnie niskonakładowy i proekologiczny model, związany z ascezą drogi nieagresji (jak można przetłumaczyć termin *budō*), wydaje się być zgodnym z założeniami nowego, ogólnego paradygmatu społeczno-kulturowego F. Capry. Toteż badacze coraz częściej spoglądają na dziedzictwo kulturowe Azji wschodniej, tam właśnie poszukując inspiracji.

Oryginalne koncepcje i systemy edukacyjne Wschodu

Od wielu lat badacze zachodnich intrygują wzory kulturowe i etos kraju samurajów. O systemie normatywnym i edukacyjnym zwanym kodeksem *Bushidō* pisało wielu autorów zarówno japońskich, jak i zachodnich (34, 42). Popularna w środowisku antropologów kulturowych jest książka *Chryzantema i miecz* R. Benedict (3), która jednak niezbyt trafnie interpretuje żywy w japońskiej kulturze samurajski etos. Tym bardziej, aby zrozumieć sens tamtejszych sztuk walki lub dróg *budō* jako psychofizycznych praktyk i systemów wychowawczych, należy poznać ich historyczno-kulturowy i filozoficzno-religijny kontekst (12, 13).

Podstawą dla większości wschodnich antropologii jest zasadnicza teza o jedności ciała, ducha i umysłu. Zasada tak wyartykułowanego monizmu jest w różnych nurtach myśli Wschodu obecna jako punkt wyjścia lub jako cel, do którego należy zmierzać na drodze praktyk o charakterze po części religijnym lub ascetycznym. Pozytywne odniesienie do własnego ciała i świata natury wynika tu najczęściej z utożsamiania człowieka z mikrokosmosem i warunkowanego religijnie szacunku dla przyrody (taoizm, shintoizm).

O specyficie wschodniej kultury fizycznej przesądza jej wymiar ascetyczny. Ascezę należy tutaj rozumieć jako drogę przestrzegania etycznych zasad i uprawiania psychofizycznych ćwiczeń mających na celu przede wszystkim rozwój duchowy ćwiczącego. Asceza ta nie jest skierowana przeciw cielesności, lecz wymaga opanowania ciała. Perfekcja fizyczna umożliwia lub ułatwia osiągnięcie duchowego mistrzostwa (35). Pomimo odmiennych przesłanek filozoficznych (założeń ontologicznych) hinduskiej jogi i chińskiego taoizmu wypracowały one podobne systemy psychofizycznych praktyk, w których ćwiczenia medytacyjne, oddechowe, statyczne i ruchowe służą energetycznemu wzmocnieniu ciała, uzyskaniu stanu wewnętrznej harmonii i wyzwoleniu lub uświęceniu. Podobne zasady ascezy stanowią podstawę chińskiego kung-fu i buddyzmu *zen* (45). Dyscyplina i zespół reguł etycznych „dotyczących rozwijania sprawności ciała ma w wielu kulturach i religiach podobny cel: przy uznaniu, iż człowiek jest jednością tego, co cielesne i tego, co duchowe, wszelkie techniki odnoszące się do pierwszego aspektu odnoszą się zarazem do rozwoju człowieka jako całości – jako połączenia materialności i duchowości, mikrokosmosu i makrokosmosu” (45). Warto także zwrócić uwagę na wpływ zasad konfucjańskich, powodujących obecność istotnych wychowawczo relacji starszeństwa i szacunku w szkołach sztuk walki i grupach ćwiczących.

Uczniowie sławnego badacza jogi i orientalnych religii M. Eliadego wskazują na obecność w dalekowschodnich sztukach walki wymiaru duchowego, religijnego lub samorealizacyjnego (7, 32, 46). Transgresyjne i transcendentne cele istotnie różnią sztuki walki od sportu, tym bardziej, że rywalizacja jest w medytacyjno-samorealizacyjnych systemach odrzucana lub traktowana jedynie jako indywidualny sprawdzian adepta na jego drodze moralnego i duchowego postępu. Taki jest właśnie głębszy sens nie tylko japońskich dróg sztuk walki (9), ale także indyjskiego *kalaripayatt* (52), wielu odmian chińskich (18), indonezyjskiego *pencak silat* (5), koreańskiego *taekwondo* (30) i podobnych tradycji krajów Dalekiego Wschodu.

F. Fredersdorf wskazał na różne teorie wartości, norm, świadomości i celów, różniące wschodnioazjatyckie sztuki walki od zachodniego sportu, co powoduje inne motywacje, oczekiwania i efekty, oraz na sprzeczność mentalności „racjonalnego zachodniego społeczeństwa wyniku (*Leistungsgesellschaft*)” (16), z filozofią japońskiego *budō*. Jego zdaniem wśród centralnych wartości uprawiania sztuk walki znajdują się: dążenie do samospełnienia i oświecenia, praktyka sztuki, droga ciągłego ćwiczenia dla osiągnięcia cielesnej i duchowej jedności. Celami zaś sportu – wg Fredersdorfa – mają być: utrzymanie zdrowia, podnoszenie cielesnych możliwości, obniżenie psychicznych napięć, spędzanie czasu wolnego, estetyka ciała, związek z naturą, rozrywka i rekreacja – ruch źródłem przyjemności itd. W Japonii, w przeciwieństwie do zachodniego sportu, wynik fizyczny nie stanowi centralnej wartości. Podobnie

jest ze znaczeniem zawodów – na Zachodzie zawody stanowią potwierdzenie skuteczności i często stanowią motyw ćwiczeń, podczas gdy w *budō* są odrzucane lub transcendowane, stają się medium duchowo-cieleśnego kształcenia (rozwoju) i nie stanowią wartości autotelicznej (16). Inna jest także rola nauczyciela. Trener czuje się odpowiedzialny za fizyczne kształcenie uczniów, kierunkuje trening na sukcesy w zawodach, uwikłany jest w grupowe dynamiczne procesy między sportowcami, zwłaszcza wobec „mistrzów sportu” Natomiast mistrz sztuk walki czuje się fizycznie i moralnie odpowiedzialny za każdego pojedynczego ucznia – przedstawia uczniom cele „drogi” i możliwości pełnej samointegracji. *Sensei* (nauczyciel) buduje stabilne ludzkie związki ze swoimi uczniami, uczy i wychowuje, pełni funkcję ojcowską – wprowadzie z samoistnym autorytetem fachowości i duchowej mocy, ale koniecznie z ambiwalentną postawą przywódcy. Zdaniem berlińskiego badacza dzięki *jūjutsu* zyskujemy otwartość w kontaktach międzyludzkich i tolerancję wobec wzorów obcych, siłę woli i odwagę, postawę odpowiedzialności i honoru. Jednakże zwraca on uwagę na wynaturzenia sztuki walki, do których zalicza: wykorzystanie do „faszyzacji” żołnierzy japońskich podczas II wojny światowej i uprawianie *budō* jako sportu wyczynowego (9, 16).

Nasuwa się także uwaga o innym rozumieniu mistrzostwa w sztukach walki i w sporcie oraz o odmiennej symbolice sztuk walki, która w porównaniu z zachodnim sportem nie nawiązuje do tradycji greckich lecz do dziedzictwa cywilizacji Azji wschodniej. Symbolika ta odnosi się do duchowej drogi postępu adepta (10). Psychologia sztuk walki różni się od psychologii wielu innych dziedzin sportu, ponieważ wynika z zasad religii Wschodu i rycerskich kodeksów (40). Tym niemniej sama droga ascezy i postępu duchowego może odbywać się – w myśl filozofii buddyjskiej (zen) lub taoistycznej – w drodze praktyk zupełnie nie związanych z walką, jak rytuał parzenia herbaty zwany *chanoyū* lub *sadō* (23).

Niemniej jednak zarówno na Dalekim Wschodzie i np. w Europie dochodzi do dyfuzji w sferze idei bądź ideologii. Już wychowanie fizyczne w Japonii w okresie reform państwa różni się od form kultury psychofizycznej praktykowanych przed epoką *Meiji* (6, 17). Dopiero w końcu XIX wieku wprowadzono w Japonii, podobnie jak w Europie, powszechne szkolne wychowanie fizyczne, powszechną służbę wojskową itp. przejawy modernizacji. Także klasyczne sztuki walki musiały ewoluować, gdyż wraz ze zmianą kulturowego kontekstu, zmieniał się sens i cel ich praktykowania. Tak powstało współczesne *kendō*, *aikidō*, *karatedō* i całe nowe *budō*, a w szczególności *jūdō* (12, 41).

Wschodnie i zachodnie próby syntezy

W szczególności *jūdō* godne jest uwagi jako udany owoc syntezy technik starego *jūjutsu* i religijnego pojęcia ‘drogi’ z postępowymi kanonami edukacji i formułą sportową, czego dokonał tokijski profesor J. Kanō (22). Szkoda, że ta jednocześnie nawiązująca do szlachetnych tradycji i nowoczesna koncepcja kultury psychofizycznej przeobraziła się z czasem w dość siłowy i agresywny sport (46). Z drugiej jednak strony pedagogiczny wysiłek badaczy-praktyków umożliwia wykorzystanie tego jednocześnie sportu i sztuki walki w edukacji fizycznej, moralnej i obronnej dzieci i młodzieży (19, 20).

Od dłuższego czasu znane są w Europie różne orientalne systemy filozoficzne, lecznicze i pedagogiczne, w szczególności – indyjski system joga. Zapózyczenia z jogi stały się podstawą wielu popularnych na Zachodzie technik relaksacyjnych a także nowych, holistycznych koncepcji humanistycznych. Na gruncie zainteresowań medytacją i introspekcją w powiązaniu z ćwiczeniem fizycznym i rozwojem moralnym rozwijana jest przez A. Szyszko-Bohusza pedagogika holistyczna (43, 44). Pod wpływem inspiracji buddyzmem *zen* K. Wilber (50, 51) rozwija psychologię spektralną, porównując wschodnie i zachodnie teorie rozwoju osobowości i doświadczenia mistyczne ludzi różnych kultur. Rozwój osobowości stał się też modnym hasłem ruchu *New Age*.

Na bazie dużego społecznego zainteresowania wschodnią duchowością pojawiły się na Zachodzie metody łączące doświadczenia z praktyki sztuk walki i wiedzę naukową, z „mądrością Wschodu” w zakresie praktyk psychofizycznych. Można tu wyróżnić metodę integracji funkcjonalnej sformułowaną przez jednego z pierwszych francuskich judoków M. Feldenkraisa (15) i próby dochodzenia do samoświadomości ciała, zdrowia i osobowego wzrostu różnych autorów (14). Dość modne i coraz bardziej popularne są także metody „tradycyjnej chińskiej dbałości o zdrowie” (53), „energetyzujące” *qigong*, ćwiczenia rewitalizujące, odchudzające itp.

W Polsce nie tyle tworzone są próby syntezy, co mają miejsce studia nad możliwością pogodzenia, czy też uzgodnienia wzajemnych relacji filozofii karate z chrześcijaństwem (36). Refleksję taką podejmował już prawie sto lat wcześniej japoński socjolog, zresztą katolik, I. Nitobe, który nie zauważał istotnych sprzeczności między *Bushidō* a nauką *Ewangelii*. Z drugiej strony wyniki badań wpływu jogi, karate i kulturystyki na ćwiczących wskazują, że dalekowschodnie praktyki psychofizyczne charakteryzują się większymi walorami w zakresie pozytywnego wpływu na ich osobowość. J. Oździński stwierdził zdecydowanie większą przydatność i bogactwo aksjologiczne dalekowschodnich systemów samorealizacji w porównaniu z ćwiczeniami kulturowymi. „Karatecy i jogini za najważniejszy efekt ćwiczeń uważają rozwój cech psychicznych. Większość ankietowanych uważa, że ćwiczenia mają

wpływ na ich lepszą relację do świata, eliminację emocji i agresji, wyższy poziom etyczno-moralny” (37).

Teoria wychowania fizycznego zaleca wychowanie „do” kultury fizycznej i zdrowotnej, do sportu i rekreacji, czy wreszcie do całościowego uczestnictwa w kulturze fizycznej. Współczesna „rozwijająca się cywilizacja promuje potrzeby samorealizacyjnego stylu życia, w którym aktywność fizyczna człowieka staje się wyborem moralnym” (55). Tak rozumiana koncepcja wychowania fizycznego bliska jest moralnej drodze sztuk walki realizowanej poprzez całościową psychofizyczną praktykę.

M. Zowisło (54) podejmuje kwestię ćwiczeń duchowych jako „alternatywnego myślenia o sporcie”, bazując głównie na popularnej książce E. Herrigela *Zen w sztuce łucznictwa*. Istotnie łucznictwo *kyūdō* jest bardziej buddyjskim rytuałem, niż sportem w zachodnim rozumieniu. Wskazana autorka stara się uzgodnić percepcję buddyzmu zen z poglądami zachodnich filozofów. Uważa, że kultura ciała nie może omijać spraw ducha, inaczej „przestaje być kulturą, czyli przemyślaną uprawą i rozwojem. (...) Filozoficzne ćwiczenia duchowe oraz duchowa atletyka mogą stać się dla sportu znakiem jego idealnego pułapu, rekordu, który wkraczałby w dziedziny doskonałości duchowej” (54).

Prócz ogólnej filozoficznej refleksji nad sportem S. Kowalczyk (25) wyróżnił orientálną filozofię sportu, która podejmuje problematykę dalekowschodnich sztuk walki. Taka właśnie baza interpretacyjna fenomenu sztuk walki i etyka normatywna stanowi, w ramach kreowanej humanistycznej teorii dalekowschodnich sztuk walki (9), podstawę dla realizowanej w sekcjach Stowarzyszenia Idōkan Polska – na bazie pedagogiki holistycznej – edukacji fizycznej i moralnej.

Sformułowana przez R. M. Kalinę teoria sportów walki jest, wbrew nazwie, ogólną teorią sportów walki, sztuk walki, systemów samoobrony i edukacji obronnej, odnoszącą się także do zagadnień rozwoju moralnego i duchowego ćwiczących (21). Na tej bazie realizowane jest nauczanie i wychowanie uczniów, studentów i żołnierzy w kilku ośrodkach w Polsce, a praktyka i eksperymenty potwierdzają słuszność tez i prawidłowości zawartych w owej teorii.

W innym ujęciu „pedagogika budō” wywodzona jest wprost z zasad i filozofii mądrościowej Wschodu. Sztuki walki uczyć mają zwycięstwa nad samym sobą, w przeciwieństwie do sportu, który uczy zwycięstwa nad przeciwnikiem. Tak więc w Niemczech azjatyckie (zwłaszcza japońskie) sztuki walki wykorzystywane są jako metoda zapobiegania przemocy (niem. *Gewaltprävention*) i wychowania młodzieży (33).

Ogólne odniesienie zaproponowanych przez Z. Krawczyka somatycznych wzorów kultury zachodniej do rzeczywistości uprawianych w Europie dalekowschodnich sztuk walki przedstawić można następująco:

1. Wzór estetyczny, który wpłynął na dominujący współcześnie ideał harmonii, siły i sprawności cielesnej w estetycznych kanonach urody ciała, sporto-

wą modę i sportowy styl życia. Wartości estetyczne sztuk walki stanowią jeden z motywów zainteresowania nimi nie tylko samych ćwiczących, ale też organizatorów wielkich gal i twórców filmów gatunku *martial arts*. Nasuwa się też dygresja, że harmonijna budowa osób uprawiających wszechstronnie rozwijające sztuki walki korzystnie kontrastuje z proporcjami sylwetek przedstawicieli niektórych dyscyplin sportu.

2. Wzór hedonistyczny – dotyczy doznań (w tym ujęciu) głównie kinetycznych. Ruch traktowany jest jako źródło przyjemności. Także wiele sztuk walki uprawianych jest rekreacyjnie z takich właśnie pobudek. Europejczyk nie musi ćwiczyć z religijnym „namaszczaniem”, ani też łączyć treningu z medytacyjnym skupieniem i przeżywaniem religijnego rytuału. Tym niemniej, jak wskazuje Tokarski (46), wielu jest tu „duchowych samurajów”, poszukujących w uprawianiu sztuk walki nie tyle radości i rozrywki, co samodoskonalenia.

3. Wzór ascetyczny – pierwotnie oznaczał deprecjację ciała i potrzeb cielesnych. Aktualnie (zdaniem autora) funkcjonuje w ideologiach systemów samo-realizacji psychofizycznej (współczesna nauka Kościoła katolickiego, reguły zakonne, filozofia sztuk walki – zwłaszcza jap. budō itp. o wysokich wymaganiach w zakresie etyki i samodyscypliny) i przeciwstawiany jest stylowi konsumpcyjnemu bogatych, zachodnich społeczeństw. Asceza w wersji dla budō źródłowej uwarunkowana była zwłaszcza soteriologią buddyzmu *zen*, który stanowi ideologię wielu japońskich sztuk walki. Budō jest zasadniczo „duchową drogą”, przy czym praktyka ćwiczeń fizycznych wywodzących się z tradycji buddyjskich i taoistycznych klasztorów i medytacje *zen* służą osiągnięciu jedności wewnętrznej (psychofizycznej) i harmonii z makrokosmosem. Pokonywanie własnej słabości (sztafardowe hasło *karate-dō*) i składowe mistyczne stanowią o ascetycznej proveniencji sztuk walki Dalekiego Wschodu.

4. Wzór higieniczny – realizujący cele egzystencjalne i użyteczne, jest dzięki działalności szkolnictwa, oświaty i służby zdrowia najbardziej upowszechniany. Wiąże się z celami profilaktyki zdrowotnej i rozwijaniem tężyzny fizycznej młodzieży. Systemem wychowania fizycznego i zdrowotnego jest np. *jūjutsu*, popularyzowane w Polsce i Europie od początków XX wieku. Obecnie *jūdō*, karate lub *aikidō* funkcjonują w programach szkolnego wychowania fizycznego nie tylko w Japonii.

5. Wzór sprawnościowy – stanowi kontynuację tradycji rycerskich i militarnych. Współcześnie zdaje się być przydatny zwłaszcza dla sił zbrojnych i jako idea działań kompensacyjnych w sytuacji cywilizacyjnego zjawiska deficytu ruchu i wysiłku fizycznego, powodującego atrofię i szereg chorób cywilizacyjnych. Militarne tradycje dalekowschodnich sztuk walki stanowią tu cenne dziedzictwo kulturowe i są dość szeroko wykorzystywane – w wojsku, policji i różnych służbach mundurowych.

6. Wzór agonistyczny – realizujący kategorię dzielności, wyrażającą się w walce i rywalizacji sportowej. Zachowania agonistyczne miały początkowo

zasięg ograniczony klasowo – do dżentelmeńskiego sportu arystokratycznego. Wraz z ideą czystego amatorstwa i zasadą *fair play* wzór ten stworzył kanon aksjologiczny współczesnego sportu. Azjatyckie sporty walki podejmują w większości rywalizację międzynarodową i często przyjmują idee olimpizmu. Jednakże przez część szkół i organizacji sztuk walki rywalizacyjny paradygmat sportu jest zdecydowanie odrzucany.

Różnorodność sztuk walki powoduje, że uprawiane są one dla zdrowia, samoobrony, samoekspresji, samorealizacji, dla sportu, rekreacji, dla doskonalenia charakteru czy też dla rehabilitacji. Uczeń znajduje tu fragment bogatej kultury Dalekiego Wschodu – ćwiczenia fizyczne powiązane są z praktyką duchową, kodeksem etycznym, religiami i filozofiami bądź ideologiami poszczególnych szkół, tradycyjną medycyną i językami nauczania ich azjatyckich nauczycieli. Ten szeroki kontekst kulturowy wymaga zwłaszcza ujmowania systemowego zarówno w zakresie obszaru penetracji, jak i perspektywy badawczej.

Dalekowschodnie koncepcje psychofizycznej edukacji wpisują się, czy też są wpisywane, w obszar kultury zdrowotnej i psychofizycznej, w samorealizacyjny styl życia – życia aktywnego i twórczego społeczeństw postindustrialnych, ponowoczesnych.

Odmiany sportu wobec systemów ustroju społecznego i głównych motywacji uczestnictwa

sport – rozrywka znudzonych dżentelmenów	aktywne uczestnictwo	schyłek feudalizmu, początki kapitalizmu
sport – rozrywka mas, widowisko popkulturowe	biznes, udział spektatorski	kapitalizm, realny socjalizm
praca zawodowa o uzyskanie wyniku	cele ekonomiczne działalności	kapitalizm
praca zawodowa o uzyskanie wyniku	cele polityczne i ekonomiczne działalności	realny socjalizm
kultura psychofizyczna	aktywność dla samorealizacji	społeczeństwo ponowoczesne
kultura zdrowotna	aktywność dla szeroko pojętego zdrowia	społeczeństwo ponowoczesne
kultura cielesna (rekreacja fizyczna)	dla przyjemności, urody, emocji, itp. motywów	od najdawniejszych czasów do dziś

Źródło: badania własne, Cynarski 2003, s. 87.

Podsumowanie

O ile dalekowschodnie sztuki walki istotnie różnią się od rywalizacyjnego sportu, to jednak w ramach szerokiej zakresowo definicji sportu mogą być one interpretowane choćby w perspektywie filozofii i socjologii sportu. Zwłaszcza, gdy pojęcie sportu rozumiemy zgodnie z innymi, niż rywalizacyjny, paradygmatami (propozycje Capry i Herrigela, Lipca i Zowisło). Podobnie szersze, holistyczne ujęcie zapewnia możliwość podejmowania sztuk walki na gruncie teorii rekreacji ruchowej i wychowania fizycznego, czy bardziej ogólnie: pedagogiki i rekreacji (w ujęciach Wilbera i Szyszko-Bohusza, Palma i Oździńskiego, Jaskólskiego i Kaliny, von Salderna i Woltersa).

Psychofizyczna edukacja, uwzględniająca zarówno fizyczne i duchowe potrzeby człowieka, zyskuje coraz większe zainteresowanie, podobnie jak medycyna holistyczna i stanowiąca fundament dla tego typu rozważań systemowa wizja człowieka i kultury. Toteż międzykulturowe zapożyczenia, adaptacje i syntezy są tutaj jak najbardziej zasadne. Już dzisiaj z powodzeniem funkcjonują produkty takich syntez, żeby wymienić tylko metody relaksacji, pedagogikę holistyczną, pedagogikę budō i sport „łagodnej drogi” – jūdō.

Zagadnienie, jako wykraczające poza ramy dyscyplin akademickich, wymaga opisu i rozpatrywania, analiz i interpretacji multidyscyplinarnych. Najbardziej kompetentne są tu niewątpliwie nauki o kulturze fizycznej oraz nauki o kulturze i nowe nauki o człowieku (nowa humanistyka lub antropologia integralna) w wersjach zaproponowanych przez Fromma i Caprę, Eliadego i Jana Pawła II (9).

Światowy rozwój nauk o sporcie i kulturze fizycznej a także nauk o kulturze (socjologia kultury, antropologia kulturowa) umożliwił podjęcie podobnej refleksji na obszarze orientalnych praktyk psychofizycznych, będących najczęściej niezupełnie sformalizowanymi systemami medytacyjnymi, ascetycznymi, edukacyjnymi pochodzenia militarnego lub magiczno-religijnego, powiązаныmi z żywym etosem wojowników i długą tradycją kulturową różnych krajów, regionów, narodów i grup etnicznych. Toteż ten właśnie namysł i dyskurs prowadzą do zbliżenia i lepszego zrozumienia intuicyjnej (tj. bazującej głównie na rozwoju intuicji) myśli filozoficznej Wschodu. Dopiero czynna praktyka i holistyczna percepcja omawianego tu fenomenu spotkania wiedzy Zachodu z mądrością Wschodu na obszarze edukacji psychofizycznej umożliwić powinny stworzenie kolejnych cennych syntez.

Bibliografia

1. Bateson G., *Steps to an Ecology of Mind*, ballentine Books, New York 1972.
2. Bateson G., *Ökologie des Geistes. Anthropologische, psychologische, biologische und epistemologische Perspektiven*, Surkamp, Frankfurt am Main 1988.
3. Benedict R., *Chryzantema i miecz. Wzory kultury japońskiej*, PIW, Warszawa 1999.
4. Capra F., *Punkt zwrotny. Nauka, społeczeństwo, nowa kultura*, PIW, Warszawa 1987.
5. Cordes H.T., *Pencak Silat. Die Kampfkunst des Minangkabau und ihr kultureles Umfeld*, Afra Verlag, Frankfurt/Main 1994.
6. Craig D.M., *Japan's Ultimate Martial Art. Jujitsu Before 1882. The Classical Japanese Art of Self-Defence*, Chartles E. Tuttle Co., Inc., Boston-Rutland, Vermont-Tokyo 1995.
7. Cynarski W. J., *Psychologiczne i antropologiczne aspekty sztuk walki w świetle badań amerykańskich*, „Rocznik Naukowy Idō – Ruch dla Kultury” 2000.
8. Cynarski W. J., *Globalizacja a spotkanie kultur*, Wyd. UR, Rzeszów 2003.
9. Cynarski W. J., *Teoria i praktyka dalekowschodnich sztuk walki w perspektywie europejskiej*, UR, Rzeszów 2004.
10. Cynarski W. J., Āuriček M., *Symbolika wschodnioazjatyckich sztuk walki*, „Przegląd Naukowy IWFIZ UR” 2001, nr 2.
11. Demel M., Skład A. , *Teoria wychowania fizycznego*, PWN, Warszawa 1974.
12. Draeger D.F., *The Martial Arts and Ways of Japan (vol. 3). Modern Bujutsu & Budo* (wyd. II), Weatherhill, New York-Tokyo 1996.
13. Draeger D.F., *The Martial Arts and Ways of Japan (vol. 2). Classical Budo* (wyd. III), Weatherhill, New York-Tokyo 1996.
14. Dychtwald K., *Körperbewußtsein: Eine Synthese der östlichen und westlichen Wege zur Selbstwahrnehmen, Gesundheit und persönlichem Wachstum*, Essen 1981.
15. Feldenkrais M., *Bewußtheit durch Bewegung. Der aufrechte Gang*, Frankfurt/Main 1978.
16. Fredersdorf F., *Japanische Budo-Disziplinen and Abendländische Bewegungskultur. Entstehung, Verbreitung und Aneignung kulturfremder Sportarten am Beispiel japanischer Kampfkünste*, TU, Berlin 1986.
17. Hancock H.I *Fizyczne wychowanie w Japonii „Dziu-itsu”*, Warszawa 1906.

18. Huang C.A., *W uścisku z tygrysem. Powrót na górę. Istota taiji*, Rebis, Poznań 2000.
19. Jaskólski E., *Rozwój osobowości i dyspozycyjności ciała w procesie pedagogicznego wykorzystania zasad budō*, (w :) R. M. Kalina, W. Jagiełło (red.), *Wychowawcze i utylitarne aspekty sportów walki*, AWF, Warszawa 2000.
20. Kalina R.M., *Sporty walki i trening samoobrony w edukacji obronnej młodzieży*, PTNKF, Warszawa 1997.
21. Kalina R.M., *Teoria sportów walki*, COS, Warszawa 2000.
22. Kanō J. (1936), *Jūdō*, Tōkyō 1936.
23. Kitayama J., *Bedeutung des Weges*, (w :) M. von Saldern (red.), *Budō in heutiger Zeit*, Universität Lüneburg 1998.
24. Kosiewicz J., *Filozoficzne aspekty kultury fizycznej i sportu*, BK, Warszawa 2004.
25. Kowalczyk S., *Elementy filozofii i teologii sportu*, TN KUL, Lublin 2002.
26. Krawczyk Z. *The Ontology of the Body: A Study in Philosophical and Cultural Anthropology*, „Dialectics and Humanism” 1984, no. 1.
27. Krawczyk Z., *Ontologia ciała. Studium z pogranicza antropologii filozoficznej i kulturowej*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1984, nr 2.
28. Krawczyk Z., *Sport i humanizm* (w :) Z. Dziubiński (red.), *Personalistyczna wizja sportu*, SALOS RP, Warszawa 1994.
29. Krawczyk Z. (red.), *Socjologia kultury fizycznej*, AWF, Warszawa 1995.
30. Kwon J.H., *Zen – Kunst der Selbstverteidigung. Taekwon-Do – Karate*, Bern-München-Wien 1977
31. Lipiec J., *Filozofia olimpizmu*, Sprint, Warszawa 1999.
32. Maliszewski M., *Spiritual Dimensions of the Martial Arts*, Charles E. Tuttle Co., Rutland, Vermont–Tokyo 1996.
33. Neumann U., Saldern M. von, Pöhler R., Wendt P.-U. (red.), *Der friedliche Krieger. Budo als Methode der Gewaltprävention*, Schüren Verlag, Marburg 2004.
34. Nitobe I., *Bushido – dusza Japonii*, Lwów 1904.
35. Obodyński K., Cynarski W. J., *The Ascetic Pattern of the Body Culture in the Japanese Ways of Non-Aggression*, (w :) J. Kosiewicz, K. Obodyński (red.), *Sport in the Mirror of the Values*, Rzeszów 2003.
36. Olszewski D., *Filozofia karate w spotkaniu z chrześcijaństwem*, Lublin 1995.
37. Oździński J., *Aktywność ruchowa jako element samorealizacji w cywilizacjach antycznych i orientalnych oraz w transmisji współczesnej*, AWF, Poznań 1995.

38. Oździński J., *Wybrane zagadnienia z metodyki rekreacji ruchowej*, (w :) I Kiełbasiewicz-Drozdowska, W Siwiński (red.), *Teoria i metodyka rekreacji (zagadnienia podstawowe)*, AWF, Poznań 2001.
39. Pawłucki A., *Personalism for Sport Pedagogy*, AWFIS, Gdańsk 2003.
40. Pietrzak H., Cynarski W. J., *Psychologia duchowej drogi sztuk walki*, „Rocznik Naukowy Idō – Ruch dla Kultury” 2000.
41. Rżany R., Cynarski W. J., *Twórcy współczesnego budō: Kanō, Funakoshi, Ueshiba*, „Rocznik Naukowy Idō – Ruch dla Kultury” 2001.
42. Saldern M. von (red.), *Bushido – Ethik des japanischen Ritters*, Verlag der Universität Landau, Landau 1993.
43. Szyszko-Bohusz A., *Joga – indyjski system filozoficzny, leczniczy i pedagogiczny*, Ossolineum, Wrocław 1978.
44. Szyszko-Bohusz A., *Pedagogika holistyczna*, Ossolineum, Wrocław 1989.
45. Szymańska B., Trzeciński Ł., *Ruch i spoczynek. Sprawność ciała jako etyczny problem filozofii Wschodu*, (w :) J. Lipiec (red.), *Logos i etos polskiego olimpizmu*, Kraków 1994.
46. Tokarski S., *Sztuki walki. Ruchowe formy ekspresji filozofii Wschodu*, Glob, Szczecin 1989.
47. VanderZwaag H.J., *The Nature of the Inquiry in the Philosophy of Sport*, „Dialectics and Humanism” 1984, no. 1.
48. Wertz S.K., *Talking a Good Game. Inquires into the Principles of Sport*, Southern Methodist University Press, Dallas 1991.
49. Whitson D., *Sport and Hegemony: On the Construction of the Dominant Culture*, „Dialectics and Humanism” 1984, no. 1.
50. Wilber K., *Psychologia perennis: the spectrum of consciousness*, „Journal of Transpersonal Psychology” 1975, no. 2.
51. Wilber K., *Niepodzielone. Wschodnie i zachodnie teorie rozwoju osobowości*, Zysk i S-ka, Poznań 1996.
52. Zarrilli P.B., *„Kalaripayatt” and the Performing Artist East and West. Past, Present, Future* (doctoral dissertation, University of Minnesota). Dissertation Abstracts International 1978.
53. Zeng Q., *Metody tradycyjnej chińskiej dbałości o zdrowie*, PZWL, Warszawa 1995.
54. Zowisło M., *Ćwiczenie duchowe jako alternatywne myślenie o sporcie*, „Wychowanie Fizyczne i Sport” 2000, nr 4.
55. Żukowska Z., *Inspiracje humanistyczne dla rozwoju nauk o kulturze fizycznej*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne” 2004, nr 10.
56. Żukowska Z., Żukowski R. (red.), *Edukacja olimpijska w reformującej się szkole*, Warszawa 2000.