

AKWATYCZNE STYMULACJE KULTUROWE

Przyroda i kultura jako składowe człowieczego świata

Istota ludzka jest nieodłączną częścią natury. Materia, którą jesteśmy, jest przecież tylko chwilowo przekształconą i specyficznie ukształtowaną częścią wszechświata. Nasze bytowanie w świecie stanowi jednak nader swoistą i niepowtarzalną formę istnienia. „Człowiek jest przedmiotowo *kimś* – i to go wyodrębnia wśród reszty bytów widzialnego świata, które przedmiotowo są zawsze tylko *czymś*”¹ Osobowe istnienie, zawierające w sobie atrybuty natury fizycznej, psychicznej oraz duchowej, wyrażające się w możliwości do świadomego, intencjonalnego i twórczego działania, stanowi fundament do rozważań o bycie człowieka. Będąc niezbędnie „wtopioną” w naturę, każda istota ludzka ma zdolność do istnienia metafizjologicznie wzbogaconego, zawierającego w sobie umiejętność kreatywnego przekształcania samego siebie. Jednakże człowiek nie jest samotną i izolowaną monadą – w swym życiu w sposób nieunikniony nawiązuje różnorodne relacje ze światem wobec niego zewnętrznym. Interakcje te obejmują zarówno odniesienia do rzeczywistości związanej z przyrodą – martwą i ożywioną, jak i z przestrzenią szeroko rozumianego życia społecznego. Będąc wciąż częścią natury człowiek – indywidualny i społeczny – wykracza poza indywidualium tworząc pewien dorobek kulturowy, dzięki któremu z kolei reorganizuje samego siebie oraz otaczającą go rzeczywistość. Spełniając swoje istnienie funkcjonujemy zatem równocześnie w dwóch przenikających się przestrzeniach bytowych – świecie natury i świecie kultury; świat natury jest koniecznym fundamentem naszego istnienia, zaś świat kultury stanowi specyficznie ludzkie jego rozwinięcie i dopełnienie. Uznanie przyrodniczo-kulturowego sposobu istnienia człowieka i otaczającego go środowiska powoduje, że namysł nad różnorodnymi aspektami fenomenu życia uwzględniać powinien jego przyrodnicze ufundowanie oraz kulturowe opracowanie, a także proporcje występowania determinant przyrodniczych i kulturowych kształtujących ludzką egzystencję.

1. K. Wojtyła, *Miłość i odpowiedzialność*, Lubin 1986, s. 24.

Woda niezbędnym dla życia darem natury

Ziemia, woda i powietrze wraz z żyjącymi na nich i w nich roślinami i zwierzętami to „współtowarzysze” naszego istnienia. Niezbędnie korzystając z dostępnych nam zasobów przyrody i ustosunkowując się do nich odkrywamy i nadajemy im pewne wartości, określając za ich pośrednictwem stosunek do znanego nam świata. Dążymy do realizowania wartości uznanych przez nas za pozytywne lub przynajmniej neutralne, staramy się zaś unikać doznań odbieranych jako negatywne. Pragniemy żyć w zgodzie z uznanymi wartościami, gdyż jest to podstawą doznawania dobra i szczęścia; posiadanie wiedzy o wartościach, świadomość ich odczuwania oraz skłonność i możliwość do postępowania wedle nich staje się zatem zasadniczym czynnikiem życia intencjonalnego i motywacyjnego. Egzystując pośród wartości powinniśmy dysponować osobniczo i społecznie opisaną, uświadomioną i względnie zhierarchizowaną przestrzenią wartości, gdyż sprzyja to w istotnym stopniu uzyskiwaniu wyższego poziomu samoświadomości o ludzkim bycie. Internalizacja oraz samopoznanie wartości ułatwia człowiekowi orientację, co jest dlań konstruktywne, co nieistotne, a co wręcz destruktywne w jego życiu.

Wartości nieodzownie domagające się realizacji dla podtrzymania ludzkiego istnienia są związane z jego przyrodniczym ufundowaniem; odpowiedni klimat, wystarczająca ilość pożywienia i wody oraz możliwość rozmnażania się warunkuje nasze indywidualne i społeczne, a nawet gatunkowe trwanie. Szczególnie istotne znaczenie w tym kontekście należałoby przypisać możliwościom względnie zadawalającego zaopatrzenia w wodę pitną. Pierwszoplanowe znaczenie wody dla istnienia świata ożywionego i człowieka nie było nigdy podważane. „Wody były na początku i powracają przy końcu każdego cyklu historycznego i kosmicznego, będą zawsze istnieć, ale nigdy same, bo wody są zawsze pełne zarodków i w swej niepodzielnej jedności przechowują wirtualnie wszystkie formy. W kosmogonii, w micie, w rytuale, w ikonografii wody spełniają tę samą funkcję niezależnie od kompleksów kulturowych, do których należą: *poprzedzają* każdą formę i *są u podłoża* każdego stworzenia”² Mogłoby wydawać się, że środowisko wodne jest wręcz niewyczerpywalnym, w odniesieniu do potrzeb człowieka, zasobem naturalnym – zajmuje ono przecież aż 2/3 powierzchni naszej planety (ocenia się, że jest jej ok. 1,36 mld km³). Jednakże dla możliwości realizacji podstawowych wartości egzystencjalnych decydujące znaczenie ma woda „słodka” (przydatna do bezpośredniego i pośredniego spożycia), a ta stanowi zaledwie niecałe 3% ziemskich zasobów wody, z czego znakomita większość względnie trwale uwięziona jest w czapach lodowcowych zlokalizowanych na biegunowych częściach planety oraz w najwyższych partiach gór, pochłaniana jest przez

2. M. Eliade, *Traktat o historii religii*, Łódź 1993, s.185.

glebę, ulega parowaniu lub spływa do zbiorników wody słonej. Dla potrzeb człowieka pozostaje zatem zaledwie 0,03% (około 40 tys. km³) rezerwuarów wodnych Ziemi – stanowią je rzeki, jeziora oraz dostępne człowiekowi wody gruntowe. W Polsce w przeliczeniu na jednego mieszkańca jest jej nie więcej niż 560 m³ rocznie, z czego pokaźna część wód powierzchniowych charakteryzuje się znacznym poziomem zanieczyszczenia (często uniemożliwiającym jakiegokolwiek jej wykorzystanie), a około 70% wykorzystywana jest w rolnictwie (z obserwowaną tendencją do ciągłego wzrostu tego typu zużycia). Czysta i zdrowa woda jest więc bardzo często dobrem nader deficytowym, a ciągle wzrastający poziom jej spożycia i postępująca degradacja może spowodować w niezbyt odległej przyszłości zagrożenie dla jakości, a wręcz możliwości życia człowieka na wielu obszarach naszej planety. Woda, którą spożywamy, staje się ciałem człowieka. Substancjalnie jesteśmy przecież w około 80% wodą, toteż jej jakość bezpośrednio wiąże się z jakością naszego ciała. Ciągły przepływ płynów w organizmie warunkuje przebieg procesów życiowych (m.in. tkanki zaopatrywane są w substancje odżywcze rozpuszczone w płynie, produkty przemiany materii usuwane są z organizmu za pośrednictwem wody – mocz i pot), dlatego dla utrzymania się przy życiu niezbędne jest sukcesywne jej uzupełnianie. Jednakże możliwości jej wykorzystywania w formie „naturalnej” są coraz bardziej ograniczone, więc pozyskiwanie wody o jakości przydatnej człowiekowi staje się osiągnięciem kulturowym. Jakże niewielu z nas ma obecnie odwagę nabrać wody z przepływającego obok strumienia, a woli raczej skorzystać z butelkowanej wody źródlanej. Możliwość korzystania z wody, dana pierwotnie człowiekowi jako konieczny dlań „dar natury”, staje się współcześnie coraz istotniejszym osiągnięciem kulturowym. Uzdantniając, magazynując i w różnorodny sposób przystosowując ją do zaspokojenia niezbędnych potrzeb życiowych tworzymy podstawy „kultury wodnej”, umożliwiającej podtrzymywanie i rozwój naszego gatunku.

Kulturotwórcze znaczenie środowiska wodnego

Środowisko wodne ujmować można jako materialne podłoże celowej i intencjonalnej, kulturogennej działalności. Jej wynikiem – przy uznaniu poglądu, że człowiek jest bytem stojącym wobec wartości i realizuje się poprzez ich aktualizację³ – jest wytwarzanie przedmiotów i wartości kultury ufundowanych istnieniem wody i człowieczej z nią koegzystencji. W ujęciu takim zakłada się, że wartości realizowane w relacjach z wodą stanowią swoisty budulec *aqua*-kultury. Tak rozumiana kultura wodna stanowi całość kształt materialnego i duchowego dorobku, uzyskanego w procesie celowego działania odnoszonego do środowiska wodnego, opartego o podmiotowo

3. Szerzej: W. Stróżewski, *W kręgu wartości*, Kraków 1992.

określony system wartości. Obserwując wytwory kultury można wnioskować o wartościach, jakie przyczyniły się do podejmowania działań ją tworzących i rozwijających oraz wzbogacających możliwości korzystania z dostępnego nam świata. „Aktywność kulturowa – skierowana zarówno na przekształcenie otoczenia, jak i doskonalenie samego siebie (w sensie duchowym lub fizycznym) może służyć zaspokajaniu życiowych potrzeb człowieka lub stanowić dla niego wartość samą w sobie. W pierwszym przypadku mamy do czynienia z tzw. kulturą bytu i jej wytworami o znaczeniu instrumentalnym dla człowieka; w drugim – z tzw. kulturą symboliczną, pozostającą w służbie wartości autotelicznych, które nie są nieodzowne dla ratowania życia, ale nadają mu równocześnie typowo ludzki wymiar”⁴. Wytwory kultury, w zależności od sposobu ich istnienia, podzielić możemy na dobra (czyli konkretyzacje wartości) materialne (kultura materialna) i duchowe (kultura duchowa).

W ujęciu historycznym najistotniejszą wartością kultury związaną z wodą wydaje się wartość ekonomiczna. Lokowanie osad ludzkich w okolicach zbiorników i cieków wodnych wiązało się zwykle z nadzieją na zaspokojenie nie tylko podstawowych potrzeb natury biologicznej, lecz także na poprawianie dobrobytu oraz uzyskiwania korzyści ekonomicznych. Sąsiedztwo akwenów wodnych, rzek i strumieni zapewniało pewne ilości naturalnego bądź hodowlanego pożywienia (w postaci ryb, skorupiaków oraz innych stworzeń i roślin wodnych), a ponadto umożliwiało lub intensyfikowało uprawy polowe (np. dzięki znanym już w starożytności systemom irygacyjnym). Równocześnie szlaki wodne stanowiły dogodny system komunikacyjny, wspomagający wymianę handlową. Wyrazem ogromnego uznania dla walorów ekonomicznych wody była dążność wielu władców (m.in. także władców polskich) do uzyskania nieskrępowanego dostępu do morza i wodnych szlaków komunikacyjnych. W świadomości społecznej wciąż uznawany jest pogląd o większych możliwościach bogacenia się społeczeństw ulokowanych w pobliżu dużych zbiorników i wodnych arterii transportowych. W wymiarze materialnym skutkiem realizowania omawianych wartości jest wielka ilość budowli hydrotechnicznych, systemów nawadniających lub melioracyjnych czy przemieszczających się po wodach całego świata handlowych jednostek pływających.

Duże znaczenie przypisać należy także wartości militarno-obronnej kreowanej w oparciu o środowisko wodne. W konstruowaniu budowli warownych wykorzystywano bądź naturalne właściwości terenowe (rzeki, jeziora), bądź otaczano je sztucznymi przeszkodami wodnymi, np. fosami. Brzegi rzek, jezior i mórz stanowiły naturalne linie obronne, a panowanie na morzach zapewniało względne bezpieczeństwo własnego terytorium oraz zapewniało dostęp do dóbr ekonomicznych.

4. H. Grabowski, *Teoria fizycznej edukacji*, Warszawa 1999, s. 15.

Tajemniczość i względna niedostępność wód stanowiły podstawę powstawania wartości poznawczych i sakralnych. W zależności od nastawienia intencjonalnego próbowano odkryć tajemnice wód, laicyzując środowisko wodne, lub też przypisywano mu cały arsenał symbolicznych znaczeń sakralnych. Z wartościami poznawczymi wiązały się wartości techniczne. Eksploracja wód, zarówno w płaszczyźnie horyzontalnej jak i wertykalnej, stymulowała bowiem ciągły postęp techniczny wspomagający ową działalność.

Potęga oraz piękno ciągłej zmienności wód stanowiły podstawę konkretyzowania wartości estetycznych. Obok indywidualnej, impresjonistycznej percepcji piękna związanej np. z zachodzącym nad morzem słońcem, walory estetyczne związane z wodą stanowiły natchnienie dla wielu artystów. Dość licznie reprezentowany jest nawet odrębny kierunek w malarstwie, nazywany marynistycznym, który związany jest tematycznie z morzem.

Dostrzegając liczne związki oraz relacje powiązane ze współistnieniem człowieka i środowiska wodnego twierdzić możemy, że jest ono bardzo istotną przestrzenią tworzenia się różnorodnych stymulacji kulturotwórczych.

Kultura fizyczna w środowisku wodnym

Jednym z rodzajów pro kulturowej aktywności człowieka jest realizowanie siebie poprzez aktywność fizyczną. Potrzeba, czy raczej pragnienie uczestnictwa w kulturze tworzonej na podłożu nieużytecznej i „niekoniecznej” ruchliwości – zarówno w kontekście społecznym, jak i indywidualnym – ujawnia się w momencie powstania pewnej ilości wolnego czasu. Czas ten powstaje po satysfakcjonującym zrealizowaniu co najmniej części wartości biologicznych, tzn. wartości związanych z dążeniem do podtrzymania bytu oraz z koniecznością doznawania względnie zadowalającego poziomu zaspokajania pragnienia i głodu. Zabezpieczenie konstytutywnych potrzeb egzystencjalnych daje podstawowe, fizjologiczne poczucie bezpieczeństwa, a to z kolei powoduje otwarcie się podmiotu na inne, wyższe wartości. Należą do nich wartości kojarzone z potrzebą wypoczynku (biernego i aktywnego), działaniami zmierzającymi do podtrzymania, przywrócenia bądź podniesienia stanu zdrowia, dążeniem do doznawania satysfakcjonującego poziomu osobowej samorealizacji; potrzeby te zaspokajane mogą być w różnorodny sposób, a jedną z możliwości jest ich urzeczywistnianie poprzez aktywność ruchową dokonywaną i przejawianą w przestrzeni kultury fizycznej⁵

Kultura fizyczna jest podstawą świadomego i intencjonalnego odnoszenia się człowieka do własnej cielesności. Dzięki wcześniejszym i wciąż aktuali-

5. Kultura fizyczna jest tu rozumiana w ujęciu zaproponowanym przez M. Demelą, uwzględniającym jej aspekty aksjologiczne; obejmuje one i zwraca uwagę na wartości, które „(...) odnoszą się do zdrowia, budowy i postawy ciała, odporności, wydolności, sprawności i urody” M. Demel, *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*, Warszawa 1973, s. 38.

zowanym doświadczeniom pozyskujemy wiedzę, jakie działania podejmowane wobec osoby ludzkiej są dla niej przyjazne, a jakie bywają dlań szkodliwe czy wręcz niebezpieczne; także indywidualna i społeczna intuicja daje nam pewne w tym względzie wskazówki. Skutkiem tego nabywamy zazwyczaj głębokie przekonanie, że środowisko wodne jest bardzo korzystnym podłożem (czy raczej przestworzem) dla podejmowania różnorodnych i wszechstronnych działań w ramach kultury fizycznej. W nader szeroko zakrojonych relacjach człowiek – środowisko wodne odnaleźć można i realizować bardzo szerokie spektrum zachowań ruchowych. Wyrażanie się ruchem w wodnym środowisku ma jednak w znamienym stopniu charakter ambiwalentny – wzbogacenie zasobu czynności ruchowych napotyka zarazem na istotne utrudnienia; ograniczenia te związane są z koniecznością dostosowania się człowieka do specyficznych cech fizycznych środowiska oraz do niestandardowego (dla aktywności w warunkach lądowych) sposobu oddychania. Możliwość korzystania z dobrodziejstw osiąganym dzięki aktywności ruchowej w wodzie wymaga wcześniejszego podjęcia czynności przygotowawczych; należy – w podstawowym choćby zakresie – nauczyć się pływać, a przynajmniej posiadać umiejętność bezpiecznego zachowania się w czasie zanurzenia się w wodzie. Umiejętność pływania jest sztuką, której człowiek musi się uczyć, gdyż „pływanie nie jest naturalną zdolnością właściwą człowiekowi. Nie otrzymał on od Stwórcy daru pływania, jak otrzymał dar chodzenia, jak ptak otrzymał dar latania”⁶ Jest przeto umiejętność pływania gatunkową zdobyczą kulturową, która umożliwia względnie bezpieczny udział w proaktywnej części kultury fizycznej. Jednakże „prosta” umiejętność pływania (ujmowana autotelicznie) nie wyczerpuje innych ewentualności udziału w wodnej kulturze fizycznej; dzięki niej nabywamy kompetencji do spędzania czasu wolnego wypoczywając nad wodą, porównujemy się z innymi przedstawicielami gatunku w różnorodnych „wodnych” formach sportowego współzawodnictwa, poprawiamy i odzyskujemy zdrowie dzięki ćwiczeniom w wodzie, realizujemy najgłębsze wartości humanitarne udzielając pomocy w przypadkach zagrożenia zdrowia i życia w wodzie. Analizując człowieczą aktywność ruchową bez większego ryzyka popełnienia błędu przyjąć możemy, że w tworzeniu i realizacji kultury fizycznej poczesne miejsce zajmuje ta jej część, która związana jest ze środowiskiem wodnym, a układ aksjologicznych i kulturowych relacji człowiek – woda jest jednym z najstarszych w historii ludzkości. Pragnienie przeżywania pozytywnych wartości wynikających z uprawiania szeroko rozumianych sportów wodnych stało się podstawą do kreowania i rozwijania kultury fizycznej w wodzie.

6. L. Courtivron, *De la natation et de son application a l'art de la guerre*, Paris 1824, s. 18.

Materialny aspekt wodnej kultury fizycznej

Woda zawsze była nieprzewidywalnym i bardzo groźnym dla nas żywiołem. Próbując koegzystować z nią w poczuciu bezpieczeństwa i w zgodzie z własnymi potrzebami człowiek dążył do jej „oswojenia”. Wymyślał i upowszechniał w tym celu różne „protezy” poprawiające ludzkie możliwości lub ujarzmił wodę, czyniąc ją dlań przystępniejszą. Współczesne możliwości techniczne powodują, że możemy uprawiać aktywność ruchową w przestrzeni wodnej w sposób coraz bardziej efektywny, przyjemny i bezpieczny.

Podstawową i najbardziej powszechną formą aktywności ruchowej realizowanej w bezpośrednim kontakcie z wodą jest pływanie (jedną z jego form jest także nurkowanie, czyli pływanie w całkowitym zanurzeniu). Uprawianie pływania możliwe jest bez wykorzystywania dorobku kultury materialnej; z powodzeniem można przecież pływać nago w naturalnym zbiorniku lub cieku wodnym, doznając zjednoczenia z naturą, bez – zbędnego wówczas – pośrednictwa kulturowego. Najczęściej jednak pływanie wiąże się z wykorzystaniem, choćby niewielkim, produktów kultury materialnej; niezbędnym minimum jest tu wyposażenie w strój do pływania. Współczesne stroje kąpielowe produkowane są z materiałów mało chłonących wodę i powodujących niewielkie opory tarcia podczas przemieszczania się w środowisku wodnym. Na potrzeby kwalifikowanego sportu pływackiego, gdzie parametry te nabierają coraz większego znaczenia, konstruuje się specjalne kombinezony do pływania (tak zwana skóra rekina, czyli elastyczny skafander okrywający całe ciało, pokryty małutkimi płytkami na wzór łusek rekina), które pozwalają zmniejszyć współczynnik oporów wody. Niemalże niezbędnym uzupełnieniem wyposażenia pływaka są obecnie okulary pływackie, zdecydowanie poprawiające widzialność – a dzięki temu orientację przestrzenną – przy zanurzeniu oczu w wodzie oraz zapobiegające podrażnieniom gałek ocznych. Często, szczególnie przy korzystaniu z pływalni, stosuje się łatwo wysychające obuwie (tzw. klapki), chroniące przed poślizgnięciem oraz zapobiegające infekcjom stóp, szczególnie typu grzybiczego. Pływanie na pływalniach wiąże się też z koniecznością stosowania czepka pływackiego, który zapobiega zanieczyszczeniu wody wypadającymi włosami. Wraz ze zwiększaniem się różnorodności przejawów aktywności ruchowej wzbogaca się zazwyczaj wyposażenie pływaka. Nauczanie pływania ułatwia się stosując przybory wypornościowe (deski i skrzydełka pływackie, piankowe rury i węże itp.). W celu skuteczniejszego nurkowania ubiera się płetwy, maskę i tzw. fajkę (zestaw taki zwany jest sprzętem ABC), aby móc jeszcze dłużej rozkoszować się przebywaniem pod wodą wykorzystuje się butle ze sprężonym gazem i reduktorem umożliwiającym oddychanie. Woda charakteryzuje się znacznie wyższym niż powietrze przewodnictwem cieplnym, więc aby uniknąć nadmiernego wychłodzenia lub przegrzania organizmu używa się specjalnych ubrań izolują-

cych, tzw. pianek neoprenowych, zwiększających komfort cieplny organizmu. Przy głębokim i długotrwałym nurkowaniu niezbędne jest posiadanie chronometrów odmierzających czas przebywania pod wodą oraz głębokościomierzy, informujących o głębokości zanurzenia.

Do sportów wodnych zalicza się także dyscypliny związane z przemieszczaniem się w środowisku wodnym z wykorzystaniem różnorodnego sprzętu pływającego. Służyć temu mogą najprzeróżniejsze konstrukcje – od najprostszyc jednostek pływających (kłody drewna, tratwy, dmuchane koła czy materace), poprzez specjalnie konstruowane do celów rekreacyjnych łodzie (posiadające zazwyczaj możliwość zastosowania jakiegoś napędu – wiosłowego, żaglowego lub mechanicznego), kajaki, deski (wind- lub kitesurfingowe), pontony czy narty wodne, aż po nader wyrafinowane i technologicznie skomplikowane jachty żaglowe i motorowe, łodzie wioślarskie czy kajaki używane w wysoko kwalifikowanym sporcie.

Oprócz osobistego zaopatrzenia pływaka oraz wykorzystywanego przezeń sprzętu pływającego do kultury materialnej zaliczyć należy także różnorodne konstrukcje związane z realizacją aktywności ruchowej w wodzie. Pragnąc pełniej wykorzystywać i wzmacniać walory środowiska wodnego związane z kulturą fizyczną spiętrza się rzeki i strumienie, buduje się pływalnie i inne sztuczne zbiorniki wodne, przybywa wciąż torów wioślarskich i kajakowych. Niektóre z tych obiektów znajdują się na wolnym powietrzu, jednak coraz częściej „przykrywa się je dachem”, by wydłużyć możliwości ich wykorzystywania w chłodniejszych porach roku. Woda zamknięta w basenach pływackich jest zazwyczaj w specjalny – często bardzo złożony sposób – uzdatniana, by zapobiegać rozwojowi drobnoustrojów chorobotwórczych. Atrakcyjność pływalni podnosi się budując zjeżdżalnie, sztuczne przeszkody czy urządzenia do tworzenia sztucznych fal.

Praktykowanie sportu i rekreacji w środowisku wodnym wiąże się niestety z pewnym ryzykiem utonięcia lub wystąpienia innych zagrożeń zdrowotnych. Tworzone są zatem organizacje, których zadaniem jest poprawa bezpieczeństwa; aby zwiększyć efektywność ich działań wyposaża się je w przybory, przyrządy i sprzęty ułatwiające i usprawniające działania ratunkowe (kamizelki ratunkowe i asekuracyjne; koła, rzutki, pasy ratunkowe; specjalistyczne pływające jednostki ratunkowe, środki łączności).

Przedstawione – wybrane przecież spośród wielu innych występujących w rzeczywistych warunkach – przykłady obrazują, jak szeroki zakres mają wodne stymulacje w tworzeniu kultury materialnej. Niektóre z nich stanowią adaptacje ogólnych osiągnięć kulturowych, jednak istotna ich część to specyficzny, proakwatywny dorobek materialny współczesnego człowieka.

Duchowe przejawy *aqua* – kultury fizycznej

Kultura duchowa obejmuje wartości, znaczenia i symbole. Jest narzędziem komunikowania się oraz podstawą do porównywania siebie z innymi ludźmi. Pełni ważne funkcje instrumentalne wobec podstawowych potrzeb biologicznych i materialnych, chociaż ich bezpośrednio nie zaspokaja. Jedną z charakterystycznych cech rodzaju ludzkiego jest zdolność i chęć przekazywania innym osobnikom swoich doświadczeń; możliwość uspołeczniania własnych przeżyć i internalizacji wiedzy o doznaniach podmiotów wobec nas zewnętrznych, warunkuje powstawanie swoistej, kulturowej formy człowieczeństwa. Intencjonalnie działania człowieka skierowane są na realizację wartości. Wiedza o wartościach i zdolność do ich odkrywania, tworzenia, odczuwania oraz zaspokajania wynosi życie człowieka na coraz wyższy poziom świadomości; osobowe wzbogacanie istnienia nastąpić może także poprzez realizację wartości związanych z aktywnością ruchową w wodzie. Konstruktywny sposób ich przeżywania powinien przyczyniać się do multiplikowania poziomu dobra w człowieczym życiu. Dążąc zatem do oparcia „planu naszego istnienia” na fundamencie wartości osobowo i społecznie najistotniejszych, oceniamy również w tym kontekście przydatność wartości środowiska wodnego.

Każdy rodzaj aktywności wiążącej się ze zwiększonym wysiłkiem powoduje przyspieszenie przemiany materii i wydzielanie się ciepła; konieczność utrzymania cieplnej homeostazy łączy się z procesami pocenia się, skutkującego odwodnieniem. Niezbędne jest tedy uzupełnianie płynów w formie łatwo przyswajalnej i przyjaznej dla organizmu; spożywane w tym celu napoje bazują na naturalnej i czystej wodzie. Uprawianie bezpośrednio w wodzie czynności ruchowych także wymaga odpowiedniej jakości wody. Sporty wodne, a szczególnie pływanie, przyczyniło się w bardzo istotnym stopniu do pobudzenia wrażliwości ekologicznej. Upowszechnienie świadomości o zagrożeniach ekologicznych zapoczątkowane zostało od dostrzeżenia postępującego wzrostu zanieczyszczenia wód. Bardzo spektakularne okazało się np. stwierdzenie, że większość wód w Polsce nie nadaje się w stanie naturalnym nie tylko do spożycia, ale nawet do kąpieli. Ośrodki turystyczne nie dysponujące czystymi kąpieliskami zaczęły tracić na znaczeniu. Chcąc utrzymać swoją renomę (i związaną z tym realizację wartości ekonomicznych) musiały podjąć działania proekologiczne; jednak dla poprawy stanu Polskich wód nie wystarczają już wyłącznie działania profilaktyczne –niezbędne jest podejmowanie czynności zmierzających do częściowego przynajmniej zrekonstruowania pierwotnego stanu środowiska. „Kultura ekologiczna nakazuje zatem: po pierwsze – nie szkodzić (tak jak dotąd, a najlepiej wcale), po drugie – poprawić to, co się wcześniej zepsuło”⁷ Uprawianie sportów wodnych,

7. J. Lipiec, *Filozofia olimpizmu*, Warszawa 1999, s. 186.

poprzez uwrażliwienie człowieka na dbałość o środowisko wodne i jego otoczenie, stało się jednym z czynników kreujących wartości ekologiczne.

Korzystny i wszechstronny wpływ wody i aktywności w niej odbywanej na zdrowie i rozwój fizyczny leży u podstaw doznawania wartości związanych z doskonaleniem oraz pielęgnacją naszej cielesnej powłoki. Pływanie, a także inne sporty wodne są zazwyczaj jedną z częściej zalecanych form rekreacji, rehabilitacji (fizycznej, psychicznej oraz społecznej) i korekcji.

Sporty wodne są obecnie najczęstszym powodem do odczuwania narodowej dumy z osiągnięć polskich sportowców. Na Igrzyskach Olimpijskich w Atenach sześć z dziesięciu medali zdobyli przedstawiciele sporów wodnych (pływanie - 3, wioślarstwo - 1, kajakarstwo - 1, żeglarstwo - 1). Walka sportowa, będąca formą kulturowego zachowania ruchowego, jest jedną z podstawowych własności sportu. Treścią walki sportowej jest „to, co stanowi przedmiot psychofizycznego wysiłku podmiotu walki; wszystko to, co w postępowaniu ruchowym jej podmiotu jest nastawieniem na określone wartości i zorientowanym na wykonanie działania i osiągnięcie celu – wraz z nadbudowanymi nad sferą motoryczności doznaniem somatycznymi i duchowymi, przeżyciami i aspiracjami podmiotu oraz symbolicznymi znaczeniami walki sportowej”⁸ Konstytutywną cechą sportu jako części kultury jest zatem aktywność ruchowa, wyzwana w celu sprawdzenia możliwości człowieka, ujmowanego w jego całościowej, psychofizycznej postaci. Sport jest próbą sprawdzenia samego siebie poprzez realny czyn, dokonany w odniesieniu do siebie, innego człowieka lub do materialnego podłoża tego czynu, przebiegającą według wystandardyzowanych norm i zasad oraz wiąże się z tworzeniem i realizowaniem określonych wartości. „Sport zatem to poszukiwanie odpowiedzi na pytanie co, jak i ile potrafię” metodą wejścia w określony scenariusz danej konkurencji oraz normatywną regulację konkretnego wydarzenia, przede wszystkim sprawdzenia siebie sobą samym w aktach woli, przetworzonych w realny czyn fizyczny”⁹

Woda jest środowiskiem „aktywnym” wobec sportowej, rekreacyjnej i rehabilitacyjnej działalności człowieka. Może stawać się *quasi-przeciwnikiem*¹⁰ lub *quasi-sprzymierzeńcem* przy realizacji odnośnych wartości. Aktywność człowieka realizowana w kooperacji z wodą umożliwia przeżywanie i wzbogacenie ludzkich doznań poprzez doświadczanie satysfakcji z pokonywania odwiecznych sił przyrody lub dzięki nabyciu umiejętności do zjednoczenia się z nimi w celu osiągnięcia istotnych dlań korzyści. Woda staje się w takim uję-

8. A. Matuszyk, *Humanistyczne podstawy teorii sportów przestrzeni*, Kraków 1998, s. 7.

9. J. Lipiec, *Filozofia olimpizmu*, wyd. cyt., s. 58.

10. Pojęcie używane przez A. Matuszyka (*Humanistyczne podstawy teorii sportów przestrzeni*, wyd. cyt.) dla określenia niby-podmiotowej roli przestrzeni walki sportowej jako podłoża ludzkiej aktywności ruchowej.

ciu współkreatorem wartości hedonicznych, agonistycznych, poznawczych, ludycznych, relaksacyjnych, emocjonalnych czy estetycznych.

Pomoc innemu, często obcemu człowiekowi, nawet z narażeniem własnego zdrowia i życia, jest jednym z zachowań odróżniających nas od innych przedstawicieli zwierzęcego świata. Skłonność do ryzykowania własnego życia dla altruistycznych pobudek jest podstawą działania na niwie ratownictwa wodnego. Realizowane wówczas wartości, będąc własnością konkretnego człowieka, stają się wartościami społecznymi, głęboko humanitarnymi, nakierowanymi na dobro wielu innych ludzi. Ratownictwo wodne staje się misją pojedynczego człowieka (lub stosunkowo wąskiego grona osób) spełnianą dla pomnażania szczęścia wszechstronnie rozumianego człowieka pływającego.

Kultura związana z aktywnością ruchową w wodzie jest zjawiskiem bardzo złożonym i wieloaspektowym. Współczesny człowiek gatunkowy, społeczny i osobowy korzysta z wielu osiągnięć kulturowych umożliwiających, ułatwiających, uatrakcyjnających, uefektywniających i czyniących bardziej bezpiecznymi kontakty ze środowiskiem wodnym. Obserwując wciąż postępujące „ukulturowanie” relacji człowiek – środowisko wodne dostrzec można, iż, pozornie naturalne z nią kontakty, są coraz powszechniej opracowywane kulturowo; dążąc do kulturowego „obłaskawienia” wody i korzystając z niej pamiętać jednak niezbędnie należy, że jest ona groźnym, potężnym żywiołem i bywa wciąż nierzadko (zarówno z powodu jej braku, jak i nadmiaru) bezpośrednią przyczyną przedwczesnego zakończenia ludzkiego żywota. Jednym z przejawów kultury wodnej powinien być zatem głęboki szacunek i pokora wobec środowiska wodnego i dbałość o jej, tak ważne dla życia na ziemi, zasoby.