

Józef Węglarz

Instytut Ochrony Zdrowia, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Tarnowie
Institute of Health Sciences, State Higher Vocational School in Tarnow, Poland

Panem et circenses – współcześnie **Panem et circenses / Bread and circuses –** **nowadays**

Streszczenie

Potrzeby ludzkie mają ustaloną hierarchię i są istotnie zależne od stylu życia jednostki. Są także uwarunkowane kulturowo. Ich spełnianie decyduje o poziomie ludzkiej egzystencji i miejscu osoby w strukturach społecznych, a także o indywidualnych preferencjach. Dbłość o ciało, w naszych realiach, lokuje się w tej strukturze dwojako. Z jednej strony stanowi społecznie postulowany obyczaj zachęcający do uczestnictwa w kulturze fizycznej, a z drugiej – jest aktem indywidualnego wyboru. Ten indywidualny wybór znamionuje postawę życzliwą dla cielesności (lub jej brak) jako potrzebę (lub jej brak). Życzliwość do ciała trzeba nauczyć przez ukazywanie jego wartości. Ma to uczynić, między innymi, edukacja fizyczna jako zorganizowany proces pedagogiczny.

Słowa kluczowe: potrzeby ludzkie, zachowania na rzecz ciała, edukacja fizyczna

Summary

Human needs have their own hierarchy and are significantly dependent on the lifestyle of the individual. They are also culturally conditioned. The satisfaction of one's needs determines the level of human existence and location of a person in social structures as well as individual preferences. Taking care of the body, in our world, can be understood in two ways. On the one hand it is a socially postulated custom encouraging to participate in a physical culture and on the other hand it is an act of individual choice. The latter marks the attitude towards physical affection as a need. Body kindness must be taught by showing its val-

ue. This is to be done, among others, by physical education as an organised pedagogical process.

Keywords: human needs, actions taken to treat the body well, physical education

Wprowadzenie

Zawarte w tytule starorzymskie zawołanie *Chleba i igrzysk*, przypisywane Juwenalisowi, chociaż wywołuje negatywne konotacje, jest przydatne w określeniu granic ludzkich potrzeb. *Chleb* jest egzystencjalnym fundamentem, bo zaspokaja głód i pozwala dalej żyć, a sytuujące się na drugim biegunie *igrzyska* są źródłem przyjemnych przeżyć, pozytywnych emocji, radości, a nawet próżności. Przestrzeń między nimi wypełniają inne oczekiwania i pragnienia człowieka, które są miarą poziomu i stylu jego życia oraz miejsca w społecznej zbiorowości.

Potrzeby są powiązane z kulturą i tradycjami w danym społeczeństwie oraz poziomem rozwoju cywilizacyjnego. Zachodzi między nimi taka zależność, że im wyższe jest zaawansowanie kulturowe i cywilizacyjne, tym ich gama staje się rozleglejsza. Dlatego czego innego oczekuje i o co inne zabiega, np. człowiek żyjący w dorzeczach Puszczy Amazońskiej niż mieszkaniec Nowego Jorku; inaczej określa granice konsumpcji dóbr multimilioner, a czego innego pragnie bezdomny. Potrzeby pozostają tak-

że w zależnościach ekonomicznych, politycznych i społecznych, jakie istnieją w danej zbiorowości. Mają wymiar powszechny, uniwersalny, kiedy są dążeniem większości członków danej społeczności; lub indywidualny, gdy ich skalę ustanawia jednostka. Dlatego zawsze istniało ich spore zróżnicowanie.

Zgodnie z teorią psychologiczną A. Masłowa potrzeby można zhierarchizować, stwarzając dla nich układ piramidalny. U podstawy tej teoretycznej konstrukcji występują wspomniane potrzeby fizjologiczne, takie jak: zaspokojenie głodu, pragnienia, popędów. Na wyższym piętrze sytuuje się bezpieczeństwo człowieka, a jeszcze wyżej sprawy jego przynależności i miłości. Kolejny poziom, kończący tzw. motywację braku, stanowi oczekiwanie na uznanie i szacunek. Dopiero na szczycie owej „budowli” można osadzić wspomniane „igrzyska”, które znamionują ludzką skłonność do samorealizacji [1]. Człowiek pragnie takich „igrzysk”, jako motywacji wzrostu tylko wtedy, kiedy jego sprawy tzw. niższego rzędu są zaspokojone na poziomie przynajmniej wystarczającym.

Z tych psychologicznych ustaleń wynika jeszcze jedna prawidłowość mówiąca, iż spełnianie potrzeb przebiega wedle określonej kolejności. Najpierw trzeba zaspokoić te, które są zaliczane do podstawowych, niezbędnych do życia i pra-

widłowego funkcjonowania organizmu, a więc utrzymujących homeostazę oraz zapewniających egzystencjalny byt człowieka. Jeżeli nie są spełniane na odpowiednim poziomie, to wszystkie inne przestają istnieć [1]. Przykładem niech będą czasy wielkiego kryzysu ekonomicznego i politycznego w Polsce, w latach 80. ubiegłego stulecia, kiedy podstawowe artykuły, niezbędne do życia były reglamentowane, a ich zdobywanie wymagało wielu zakulisowych zabiegów, nawet specjalnych przywilejów, odpowiednich znajomości u tych, którzy je rozdzielali, a często – zwyczajnego ludzkiego sprytu. Wtedy człowiek skupiał się wokół zaspokojenia swoich podstawowych potrzeb jak np. zdobycie pożywienia, odzieży, zapasów na zimę, urządzeń niezbędnych w domu i nie myślał o zabawie lub innych przyjemnościach. W takich okolicznościach *panem* zawsze poprzedza *circenses*.

Jawi się więc zasadnicze pytanie: gdzie w tej hierarchii sytuuje się dbałość o ciało, która przejawia się, między innymi, uczestnictwem w kulturze fizycznej współczesnego człowieka?

Geneza

Z pozoru odpowiedź na tak postawione pytanie wydaje się być prosta – w samorealizacji, czyli dążeniu do samospelnienia i pełnego wykorzystania swoich

potencjalnych możliwości. Nie bez znaczenia jest fakt, że owe samospelnienie jest aktem sprawiającym satysfakcję i przyjemność. Dlatego właśnie człowiek pragnie „igrzysk”, które dawałyby mu szansę ukazania swojej przewagi nad rywalem, demonstrowania sprawności, oderwania od codzienności, albo kojącego relaksu; w wyniku aktywności własnej lub podziwiania cudzych zmagania; jako przeciwwagi dla często żmudnych, rutynowych powinności rodzinnych, zawodowych i społecznych. Skłonności do tego rodzaju zachowań, niosących przyjemne doznania i będących stanem ich pożądaniami, są wpisane w ludzką sferę życia; i nie muszą być typowym zjawiskiem tylko dla okresu dzieciństwa i młodości, bo takie działania towarzyszą mu zawsze, chociaż wraz z wiekiem zmienia się ich treść, forma i motywacja.

Widowiska zawierające walory oparte na rywalizacji i ukazaniu sprawności ciała trwają nadal, chociaż przeszły sporą ewolucję przez wieki. W czasach starorzzymskich walka bezpośrednia była zarezerwowana dla elit, albo przygotowywanych i skazanych na nią gladiatorów. Zwyczajny człowiek wchodził w skład tłumu; i będąc widzem, miał przypisaną tylko jedną rolę – podziwianie, które często było traktowane instrumentalnie. Dlatego inne jest uczestnictwo w „igrzyskach” z pozycji

obserwatora, a inaczej bywa, kiedy on sam staje się gladiatorem areny.

Obserwacja walki sportowej lub każdej innej rywalizacji jest uczestnictwem pasywnym, przedmiotowym, gdyż przeżywany jest cudzy wysiłek, charakterystyczny dla przytoczonego w tytule zawołania. Współcześnie, dzięki przekazom medialnym, można takie zmagania podziwiać codziennie. Jest to nawet dla wielu typowy sposób spędzania wolnego czasu, bo *circenses* zawitały do każdego domu. Wystarczy wybrać odpowiedni kanał telewizyjny. Bardziej zafascynowani taką rozrywką, mogą udać się na sportowe areny i przeżywać cudzy agon „na żywo”, czyli tak, jak to było w rzymskim Colosseum. Wartość takiej obserwacji zmagania do dziś pozostała niezmienna, bo czynny uczestnik jest traktowany przez widza podobnie, czyli przedmiotowo [2]. Sporej ewolucji uległy natomiast treści walki bezpośredniej, gdyż zamiast np. wyścigu kwadryg podziwiamy walkę kierowców w bolidach Formuły 1. Pojawiły się nowe dyscypliny i nowe reguły rywalizacji, ale już np. rzut dyskiem pozostał wykonawczo prawie niezmienny. *Circenses* były, i nadal są, źródłem emocji, a widzowi niczego ponad te przeżycia nie dostarczają.

Inaczej jest, kiedy człowiek staje się „gladiatorem”. Ale, aby można było w takim wydarzeniu wziąć czynny udział,

trzeba dysponować odpowiednim poziomem umiejętności władania ciałem; i często także posługiwania się specjalistycznym sprzętem. Bez tych kompetencji, powiązanych z odpowiednim poziomem sprawności fizycznej, uczestnictwo bezpośrednie jest niemożliwe. Są to w zasadzie jedyne warunki, jakie skłonny do działania podmiot powinien spełniać. Współczesne „gladiatorstwo” jest przede wszystkim wpisane w sport wyczynowy, który jest kontynuatorem agonu sprzed wieków i w swej specyfice oraz poziomie umiejętności doprowadził człowieka do czynów transgresyjnych. Inny, bardziej powszechny wymiar tego rodzaju aktywności, skupia się wokół zachowań rekreacyjnych, które są dostępne dla każdego. Takie rekreacyjne quasi-gladiatorstwo powinno być wpisane w egzystencjalny krajobraz współczesnego człowieka jako składowa jego stylu życia.

Inicjacja

Ktoś sportowego i rekreacyjnego władania ciałem powinien nauczyć i właściwie do tych zachowań podmiot umotywować. Czyni to, między innymi, edukacja fizyczna, która w swym procesie jako cel przyjmuje przygotowanie człowieka do uczestnictwa w kulturze fizycznej [3]. Nie jest ona współczesną szkołą gladiatorów, bo nie ogranicza się – przynajmniej

w założeniach – tylko do ćwiczenia sprawności ciała. Ma także kształtować osobowość pod kątem dbałości o cielesność, a więc wprowadzić naturę człowieka w świat wartości kultury fizycznej. Powinna w realizacji tego celu współdziałać z innymi ogniwami socjalizacyjnymi: rodziną, instytucjami i organizacjami kultury fizycznej, działającymi w środowisku. Kiedy tak przysposobiona osoba zaczyna swoją aktywność fizyczną traktować instrumentalnie i wiedzona konkretnymi motywami „używa” swego ciała dla spełnienia tych motywów, można uznać, że wkroczyła w sferę kultury fizycznej. Jest to jednak droga długa i trudna.

Powszechnie wiadomo, że absolwent polskiej szkoły nie posiada wystarczającego przekonania o potrzebie dbałości o swoją cielesność; i nie widzi zależności, jakie zachodzą pomiędzy regularną aktywnością fizyczną a np. zdrowiem, sprawnością fizyczną, urodą, elegancją ruchów, wydolnością organizmu. Głównym problemem szkolnego wychowania fizycznego są niewłaściwe proporcje w wyposażaniu ucznia w kompetencje gwarantujące przekonania o potrzebie osobistej troski o ciało, a więc spraw należących do świata aksjologii a właściwościami typowo technologicznymi, jakimi są sprawność motoryczna i umiejętności. Działalność innych ogniw socjalizacyj-

nych także nie wypełnia tej luki, a nieraz nawet bywa w opozycji do treści przekazywanych w ramach edukacji fizycznej. Obecnie jest wiele ofert płynących z różnych źródeł, promujących wśród dzieci i młodzieży aktywność opartą na bezczynności ruchowej i ona staje się sposobem konsumpcji ich wolnego czasu.

Rzeczywistość informuje także, że skłonność do uczenia wedle wzorców typowych dla „gladiatorstwa” trzyma się w edukacji mocno. Proces wychowania fizycznego to przede wszystkim ćwiczenia cielesne, pozbawione refleksji nad ich sensem, z przewagą metod odtwórczych i komenderowaniem, ze znikomą wiedzą o ich znaczeniu i efektach tych działań. Trwa wszechwładny technologizm ćwiczeń fizycznych, z którego została wyjąłowiona aksjologia ciała, a ocena edukacyjnych rezultatów dotyczy przede wszystkim osiągniętych sprawności i umiejętności. O to, co czuje edukowany podmiot, mało kto pyta. Taki model trwa od wielu dziesięcioleci, bo wychowaniu fizycznemu przypisano, już dawno, wyłącznie ćwiczenie ciała.

Na ten technologizm ćwiczeń fizycznych jest też systemowe przyzwolenie gremiów kierujących i zarządzających oświatą, standardów nauczania, podstaw programowych, a także realizowanych programów kształcenia nauczycieli. Rzadko też można znaleźć w źródłach

metodycznych, w różnych publikacjach i dysertacjach naukowych traktujących o edukacji fizycznej wiedzę, która oddawałaby pierwszeństwo procesowi wychowania do kultury fizycznej nad sprawami usprawniania ciała. Niemal wszystkie rozpoczynają się rozważaniami dotyczącymi procesu fizycznego kształcenia, czyli procedur i uwarunkowań związanych z jego ćwiczeniem i nauczaniem ruchu. Mało mówi się o wychowaniu. I trudno jednoznacznie rozstrzygnąć dlaczego tak jest. Być może dlatego, że w tradycyjnym myśleniu o wychowaniu fizycznym, sięgającym początków dziewiętnastego stulecia, jego naczelnym celem była troska o zdrowie, prawidłowy rozwój i sprawność fizyczną dziecka [3]. Głównym czynnikiem oddziaływania był ruch, a środkiem ćwiczenia fizyczne, którym przypisano moc sprawczą, czyli kształtującą. Sprawy wychowawcze stały z dala od tego głównego nurtu i ich spełnianie – jakby to powiedział F. Znaniecki – jako „urabiania osobowości wychowanka” były realizowane „przy okazji” i zazwyczaj rzadko.

Z trudem toruje sobie drogę imperatywne przesłanie, oparte na refleksji pedagogicznej, sformułowane przed wielu laty przez M. Demela, że do ucznia dociera się nie przez ćwiczone i oćwiczone ciało, lecz przez osobowość, którą trzeba kształtować dla rozumienia potrzeb cie-

lesnych i jego wartości [4]. Uznanie ciała jako waloru i dbałość o nie powinny być wpisane w uczniowską osobowość, jako jej trwałe składniki. Wtedy można byłoby oczekiwać, że tak przygotowany człowiek, wykaże się skłonnością do skorzystania z oferty jaką proponuje mu kultura fizyczna. Problem ten dostrzegał już dawno M. Bukowiec słusznie stwierdzając, że: *Wychowanie fizyczne w szkole nie nadąża za nowoczesnymi tendencjami teorii wychowania, a w procesie (...) zdecydowanie przeważa nauczanie nad wychowaniem (...), co nie może gwarantować trwałych i odległych efektów wychowawczych* [5]. I tak jest nadal, bo proces przygotowania do uczestnictwa w kulturze fizycznej preferuje ćwiczenie ciała.

Konsumpcja

Uczestnictwo w kulturze fizycznej współczesnego człowieka powinno dostarczać przyjemnych doznań i zazwyczaj tak się dzieje, szczególnie wtedy, kiedy aktywność podejmowana jest dobrowolnie. Dobrowolność obecnie nie jest już tylko aktem samorealizacji, czyli elementem nadbudowy w hierarchii potrzeb współczesnego człowieka, gdyż stała się kulturową powinnością i oznacza *dbałość psychiki o ciało* [6]. Rozwój cywilizacyjny sprawił, że pojawiło się wiele udogodnień, które skutecznie

wyeliminowały codzienny wysiłek fizyczny. Jego brak w niezbędnej, fizjologicznej dawce, powoduje szereg niekorzystnych, a nawet patologicznych zmian w organizmie. Dlatego aktywność fizyczna, towarzysząca czynnemu uczestnictwu w kulturze fizycznej, spełnia przede wszystkim potrzeby niższego rzędu, należące do grupy niedoboru, które mają przeciwdziałać tym niekorzystnym zmianom. W przytoczonej hierarchii A. Masłowa tego rodzaju aktywność przyjmuje wymiar zstępujący, ponieważ aspekt zdrowotny stanowiący główny motyw skłania do tego rodzaju działań.

Obawa przed utratą zdrowia, chociaż motywacyjnie nośna, nie jest jedynym powodem wiodącym współczesnego człowieka do dbałości o ciało. Socjologia kultury fizycznej ustaliła jeszcze kilka innych przyczyn jego „uprawy”. Zostały one wpisane w krajobraz życia współczesnego człowieka [7]. Bo tak naprawdę, każdy może znaleźć wiele własnych motywów i uzasadnień wiodących go do tej aktywności. Aby owe przekonania były wystarczająco silne, trzeba najpierw poznać ich sens, a także „uzbroić” podmiot w odpowiednie kompetencje.

I tu zaczyna się problem... Edukacja fizyczna trzymając się kurczowo technologiczmu ćwiczeń cielesnych, marginalnie traktuje przekaz wiedzy o potrzebach

somatycznych człowieka i nie potrafi zbudować trwałych przekonań o dbałości o ciało. Kiedy *soma* zaczyna upominać się o swoją fizjologiczną dawkę ruchu jest przeważnie za późno; i wtedy człowiek zamiast profilaktyki konsumuje terapię. W pokorze puka do bram medycyny naprawczej i rehabilitacji, stając się pacjentem na własne życzenie. Częstym powodem jest brak wiedzy i przekonań o znaczeniu ruchu dla organizmu. Gdyby systematyczna aktywność fizyczna, wybrana z palety wielu dostępnych form, była potrzebą, a więc miała swoje motywacyjne uzasadnienie, wtedy można byłoby uniknąć wielu schorzeń. Przykładem takich dolegliwości, powstałych w wyniku beczynności ruchowej są: otyłość, niewydolność krążenia, zrzęszotnienie kości, miażdżyce naczyń krwionośnych i in.

Brak jest społecznego odzewu na naukowo uzasadnione pozytywne zależności, jakie zachodzą pomiędzy aktywnością fizyczną człowieka a jego stanem zdrowia. Dlatego uczestnictwo w tym wycinku rzeczywistości kulturowej jest dla wielu aktem egzotycznym. Takie marginalne traktowanie kultury fizycznej bierze się stąd, że w naszym społeczeństwie – jakby to powiedział M. Demel – nie ma „obyczaju” [8], który stałby się powszechnym obowiązkiem dbałości o zdrowie i sprawność tą drogą.

Refleksje

Idea igrzysk zmieniała się przez wieki, miała wiele znaczeń i przebyła długą drogę: od pięknego, niosącego pokój greckiego agonu, poprzez brutalne i krwawe widowiska rzymskie, mroczne, pozostające w zapomnieniu o nich czasy średnio-wieczne, a potem turniejową rycerskość, „Coubertenowskie wskrzeszenie”, aż po współczesne, wielkie imprezy z wypełnioną po brzegi komercją i przepychem medialnym. Obecnie, jak zauważa J. Lipiec, czynnemu uczestnikowi agonu ... *pozostaje rola wynajętej na kilka sezonów gwiazdy, która ... staje się przedmiotem do oglądania (...) oraz zręcznie podsycanego przez media kultu* [2].

Tak ukształtowana historycznie wieloznaczność igrzysk zawsze dotyczyła zachowań człowieka głównie w dwóch aspektach: widza i czynnego uczestnika. Status widza pozostał w zasadzie niezmienny i dla niego, jako biernego obserwatora, doznania wizualne oraz towarzyszące im emocje wypełniają sedno. Walka sportowa z pozycji oglądającego cudze zmagania ma obecnie jednak inne uwarunkowania niż te, które były w Colosseum, bo stała się atrakcyjnym towarem wystawionym na sprzedaż. Trzeba za te doznania płacić, nieraz duże pieniądze, a w Rzymie to widz mógł się spodziewać zapłaty. Imprezy sportowe organizowane współcześnie są, w swej

komercji, na usługach już nie tylko widza, który jest dla nich przeważnie dekoracyjnym tłem i dodatkiem, lecz przede wszystkim okazją dla wielu firm inwestujących i sponsorujących je oraz mediów, które w ten sposób oczekują zwiększenia swoich zysków.

Czynne uczestnictwo w kulturze fizycznej jest obecnie w służbie wielu celów i nie jest już wyłącznie aktem samorealizacji. Albo stało się źródłem wielkich zarobków i sławy, jak to mamy w sporcie zawodowym, albo wypełnia codzienne zapotrzebowanie na minimalną, fizjologiczną dawkę ruchu, czy też, poprzez rehabilitację, pozwala na powrót do normalnego funkcjonowania organizmu. Do tego rodzaju działań ma przysposobić podmiot edukacja fizyczna, wchodząca w skład szeroko pojętej socjalizacji, stawiająca drogowskazy i ukazująca horyzont wartości ciała tak, aby każda osoba objęta jej procesem, mogła ustanowić swoje priorytety. Z nich powinna się zrodzić postawa prosomatyczna, będąca emocjonalnym odzwierciedleniem świadomych czynów na rzecz cielesności. Wnikając w jej strukturę dostrzegamy w niej somatyczną wiedzę, pozytywne motywacje i trwałe przekonania o potrzebach dbania o ciało i przede wszystkim skłonność do zachowań kreatywnych, rekreacyjnych i rehabilitacyjnych na jego rzecz [3].

Jednak proces tworzenia takiej postawy napotyka obecnie bariery trudne do pokonania. Są nimi przede wszystkim „siedzące atrakcje”, jakie, za przyzwoleniem dorosłych, proponuje się dzieciom i młodzieży, chętniej wybierającym przeglądarkę internetową niż np. grę w piłkę. Ucichła więc podwórkowa dziecięca wrzawa, zniknęły niechętnie powracające do domu umorusane, ale szczęśliwe twarze, kłótnie o wynik potyczki, przyjemne zmęczenie zachęcające do głębokiego snu. Mamy za to niespotykaną biegłość manualną młodego pokolenia w obsłudze i wykorzystaniu wszelkich urządzeń elektronicznych, umiejętność wirtualnej wędrówki po świecie zapewniającej nieograniczony dostęp do wielu dziedzin poznania. Dostęp ten jest dla nich prosty, ale kosztem skrzywionego kręgosłupa.

Konieczny zatem jest namysł, jak zmienić przyzwyczajenia i stereotypy, które zakorzeniły się w świadomości współczesnych i skutecznie wyeliminowały wysiłek ciała na rzecz jego pasywnej wygody? Chyba niewiele tu pomoże słowo-wytrych – *adrenalina*, które obecnie bije rekordy wieloznaczności, chociaż

mało kto wie, jaką funkcję pełni ten hormon w organizmie. Potrzebne jest więc kulturowe wskrzeszenie *igrzysk*, jako indywidualnego obyczaju, manifestującego troskę o cielesność, bo *chleba* nam wystarcza.

Piśmiennictwo/References:

- [1] Masłow A. Motywacja i osobowość. Warszawa, 2006.
- [2] Lipiec J. Filozofia olimpizmu. Warszawa, 1999.
- [3] Grabowski H. teoria fizycznej edukacji. Warszawa, 1997.
- [4] Demel M. O trzech wersjach teorii wychowania fizycznego. Kraków, 1990.
- [5] Bukowiec M. Postulowane, założone i rzeczywiste funkcje wychowania fizycznego w przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej. Kraków, 1990.
- [6] Tatarkiewicz W. Parerga. Warszawa, 1979.
- [7] Krawczyk Z. Socjologia kultury fizycznej. Warszawa, 1995.
- [8] Demel M. Szkice krytyczne o kulturze fizycznej. Kraków, 1998.