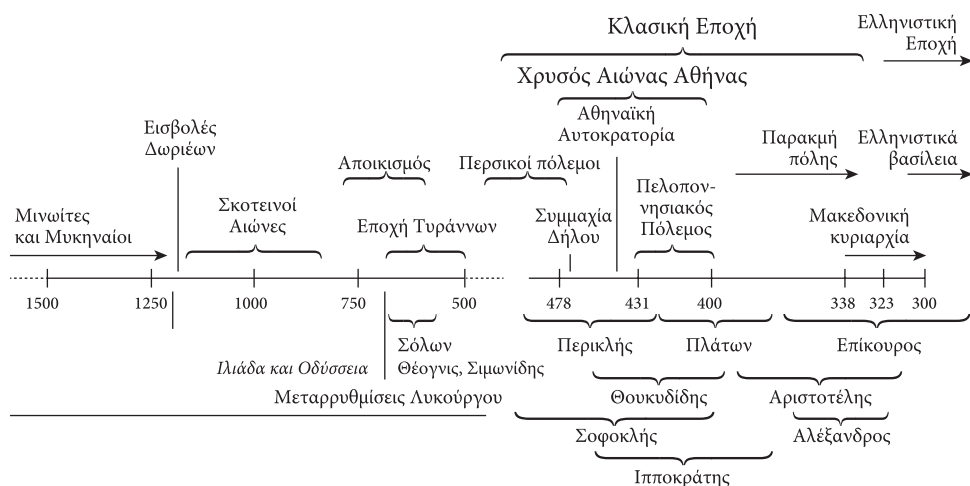


κεφάλαιο 3



Ελλάδα



ΣΤΟΧΟΙ

Ολοκληρώνοντας αυτό το κεφάλαιο, θα είστε σε θέση:

- Να κατανοείτε τη θαυμαστή πολιτισμική, φιλοσοφική και αθλητική επίδραση της αρχαίας Ελλάδας στην ανάπτυξη του δυτικού πολιτισμού.
- Να ταυτοποιείτε τις πολιτισμικές επιρροές από άλλους πολιτισμούς που διαμόρφωσαν την ανάπτυξη του ελληνικού πολιτισμού γενικά και του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής ειδικότερα.
- Να ταυτοποιείτε τις φιλοσοφικές απόψεις για το σώμα που ήταν σημαντικές στην Αθήνα και σε άλλα μέρη στην Ελλάδα και που επηρεάζουν μέχρι σήμερα την κατάσταση του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής.
- Να κατανοείτε τις φιλοσοφικές απόψεις για το σώμα που διατυπώθηκαν από τον Πλάτωνα και τον Σωκράτη στον Φαίδωνα και στα Βιβλία 2 και 3 της Πολιτείας και την επίδρασή τους στην ιστορική και φιλοσοφική ανάπτυξη του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής.

- Να κατανοείτε το σκεπτικό που διατύπωσε ο δρ Charles H. McCloy, ο οποίος υποστήριξε την εκπαίδευση του φυσικού (σώματος), και την αντίθετη άποψη του δρα Jesse F. Williams, ο οποίος υποστήριξε την εκπαίδευση *μέσω* του φυσικού (σώματος), και να συζητάτε την επίδρασή τους στη φυσική αγωγή και τον αθλητισμό στην Αμερική.
- Να εξηγείτε τη συμβολή του Αριστοτέλη στην εκπαίδευση, την πίστη του στην αναγκαιότητα της εκπαίδευσης του σώματος και τη συμβολή του στους Ολυμπιακούς Αγώνες της αρχαιότητας
- Να κατανοείτε, να εκτιμάτε και πιθανώς να συσχετίζετε τις έννοιες *αγών* και *αρετή*.
- Να εκτιμάτε την επίδραση της Ιλιάδας του Ομήρου και τον ρόλο των ταφικών αγώνων στην ιστορία του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής.
- Να αναγνωρίζετε ότι παραμένουν δημοφιλή σήμερα πολλά από τα αθλήματα και τις φυσικές δραστηριότητες που απολάμβαναν οι αρχαίοι Έλληνες.
- Να συζητάτε τον ρόλο του αθλητισμού στην Κρήτη.
- Να ταυτοποιείτε μερικές απόψεις για την ανάπτυξη του αθλητισμού στην αρχαία Ελλάδα.
- Να ταυτοποιείτε και να κατανοείτε τη σημασία και το εύρος των τεσσάρων σημαντικότερων πανελλήνιων και στεφανιτών αθλητικών αγώνων.
- Να κατανοείτε τις πολιτισμικές και αθλητικές διαφορές μεταξύ της Αθήνας και της Σπάρτης.
- Να κατανοείτε τις διαφορές που υπήρχαν μεταξύ της Αθήνας και της Σπάρτης όσον αφορά στα προγράμματα της φυσικής αγωγής και σωματικής εκπαίδευσης.
- Να συζητάτε την πρόσβαση των γυναικών στη φυσική εκπαίδευση και τους αθλητικούς αγώνες στη Σπάρτη και σε όλη την Ελλάδα.
- Να συζητάτε τον ρόλο που έπαιξε η θρησκεία στους αθλητικούς αγώνες.
- Να εκτιμάτε τον διαχρονικό σχεδιασμό των αρχιτεκτονικών χώρων που ήταν αφιερωμένοι σε αθλητικούς αγώνες.
- Να κατανοείτε και να εκτιμάτε τις θρησκευτικές τελετουργίες και τις πολιτισμικές λειτουργίες των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων.
- Να αναγνωρίζετε ότι, επιπρόσθετα των αθλητικών διαγωνισμών, οι Ολυμπιακοί αγώνες παρουσίαζαν εκδηλώσεις τέχνης. Διαγωνισμούς τέχνης περιλάμβαναν άλλωστε και άλλοι αγώνες.
- Να αναγνωρίζετε τα αγωνίσματα που λάμβαναν χώρα στους Ολυμπιακούς Αγώνες.
- Να συζητάτε τα φιλοσοφικά επιχειρήματα υπέρ και κατά μιας εκπαίδευσης του σώματος.
- Να κατανοείτε τη φύση της δυϊστικής φιλοσοφίας σε σχέση με την πεποίθηση ότι η ουσία της ανθρώπινης ύπαρξης είναι του νου/της ψυχής και της ύλης/του σώματος.
- Να κατανοείτε την επίδραση των ομηρικών επών *Ιλιάδα* και *Οδύσσεια* στην ανάπτυξη του αθλητή ως ήρωα.
- Να γνωρίζετε ότι η μεγάλη πόλη της Τροίας υπήρξε όντως κατά την αρχαιότητα και εκεί διοργανώνονταν αθλητικοί αγώνες στο ναό της Αθηνάς και άλλους κοντινούς χώρους.



Γενικά Ορόσημα

π.Χ.

- περίπου 1600-1100: Μυκηναϊκή Περίοδος
- περίπου 1184: Πτώση της Τροίας και εκπόρθησή της από Αχαιούς
- περίπου 1100: Οι Δωριείς και οι Ίωνες εισβάλλουν στην ελληνική χερσόνησο και υποτάσσουν τους Αχαιούς – Τέλος της Μυκηναϊκής Περιόδου και αρχή του Ελληνικού Πολιτισμού
- περίπου 950-800: Περίοδος ομηρικών επών
- περίπου 800-500: Αρχαϊκή Περίοδος
- περίπου 776: Πρώτη Ολυμπιάδα – Όλοι οι Έλληνες αγωνίζονται στους επίσημους αγώνες
- περίπου 494: Οι Πέρσες υπό τον Δαρείο εισβάλλουν στην Ελλάδα
- περίπου 490: Οι Αθηναίοι νικούν τους Πέρσες στον Μαραθώνα
- 480: Οι Πέρσες υπό τον Ξέρξη νικούν τους Σπαρτιάτες στις Θερμοπύλες
- Η Αθήνα λεηλατείται και πυρπολείται
- Οι Αθηναίοι νικούν τον περσικό στόλο στη Σαλαμίνα
- 477: Ιδρύεται η Συμμαχία της Δήλου υπό την ηγεμονία των Αθηναίων
- περίπου 461-429: Την Αθήνα κυβερνά ο Περικλής
- 454: Το ταμείο της Συμμαχίας της Δήλου μεταφέρεται στην Αθήνα
- 437-404: Πελοποννησιακοί Πόλεμοι μεταξύ Αθήνας και Σπάρτης
- 413: Οι Αθηναίοι ηττώνται στις Συρακούσες της Σικελίας
- 404: Η Αθήνα ηττάται από τη Σπάρτη – Τέλος της Αθηναϊκής Αυτοκρατορίας
- 387: Ο Πλάτων ιδρύει την Ακαδημία
- 335: Ο Αριστοτέλης ιδρύει το Λύκειο

Αρχιτεκτονική και Γλυπτική

- περίπου 650: Κτίζεται ο ιωνικός ναός της Αρτέμιδος στην Έφεσο
- περίπου 600: Σμιλεύεται ο Κούρος από το Σούνιο
- περίπου 550: Σμιλεύεται η Ήρα της Σάμου
- περίπου 530: Αρχαϊκοί δωρικοί ναοί κτίζονται στην Αθήνα, τους Δελφούς, την Κόρινθο και την Ολυμπία
- περίπου 489: Δωρικός ναός (Ταμείο Αθηναίων) κτίζεται στους Δελφούς
- περίπου 468-457: Κτίζεται ο Ναός του Δία στην Ολυμπία
- περίπου 460-440: Δημιουργούν τα έργα τους ο Μύρων και ο Πολύκλειτος
- 450: Ο Φειδίας αναλαμβάνει την επίβλεψη των εργασιών στην Ακρόπολη
- 449-440: Κτίζεται ο Ναός του Ηφαίστου (Θησείο)
- 447-432: Κτίζεται ο Παρθενώνας από τον Ικτίνο και τον Καλλικράτη
- 437-432: Κτίζονται τα Προπύλαια από τον Μνησικλή
- 427-424: Κτίζεται ο Ναός της Αθηνάς Νίκης από τον Καλλικράτη
- 421-409: Κτίζεται το Ερέχθειο από τον Μνησικλή
- περίπου 350-300: Δημιουργεί τα έργα του ο Λύσιππος

Φιλόσοφοι

- περίπου 582-507: Πυθαγόρας
- 500-428: Αναξαγόρας
- περίπου 470-399: Σωκράτης
- περίπου 428-348: Πλάτων
- 384-322: Αριστοτέλης

Ιστορικοί

- περίπου 495-425: Ηρόδοτος
- περίπου 460-395: Θουκυδίδης
- περίπου 434-355: Ξενοφών

Γλύπτες

- περίπου 490-432: Φειδίας
- περίπου 460-450: Δημιουργεί ο Μύρων
- περίπου 460-440: Δημιουργεί ο Πολύκλειτος
- περίπου 390-330: Πραξιτέλης
- περίπου 350-300: Δημιουργεί ο Λύσιππος

Δραματουργοί και μουσικοί

- 525-456: Αισχύλος
- 496-406: Σοφοκλής
- 484-406: Ευριπίδης
- 444-380: Αριστοφάνης

μ.Χ.

- περίπου 100: Ο Πλούταρχος γράφει τους *Παράλληλους Βίους*
- περίπου 140-150: Ο Πausanias επισκέπτεται την Αθήνα – Αργότερα γράφει το έργο του: *Ελλάδος περιήγησις*

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Καθώς προχωράμε προς τη νέα χιλιετία, υπάρχουν αρκετές «διαχρονικές» δραστηριότητες και ασχολίες στις οποίες θα συνεχίσει να επιδίδεται η κοινωνία μας. Η ακαδημαϊκή

μελέτη του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής θα συνεχίσει να ωριμάζει. Ως επαγγελματίες, θα προσπαθούμε να κάνουμε σημαντικές ανακαλύψεις που συμβάλλουν στην ανάπτυξη και τη βελτίωση της κοινωνίας και του ατόμου. Θα τελει-



οποιήσουμε τις γνώσεις μας για τη διατροφή και την άσκηση για να βοηθήσουμε στην επίτευξη κορυφαίων επιδόσεων. Θα συνεχίσουμε να ερευνούμε τη σύνδεση μεταξύ άσκησης και υγείας και, από την άποψη αυτή, θα αναζητούμε πρόσθετες πληροφορίες για να αναπτύξουμε, όπως επεδίωκε ο Πλάτων, μια αρμονική σχέση μεταξύ του νου και του σώματος.

Η κοινωνία μας θα συνεχίσει να οικοδομεί αγωνιστικούς χώρους για τον αθλητισμό με τη μορφή σταδίων και γυμναστηρίων. Οι αθλητές θα συνεχίσουν να επιδιώκουν τη νίκη, μερικές φορές ανεξάρτητα από το κόστος. Οι επιδόσεις τους θα μας εμπνέουν, θα μας ψυχαγωγούν και, κατά διαστήματα, θα μας απογοητεύουν. Και σχεδόν όλα αυτά τα σημερινά μνημεία, επιτεύγματα και συναισθήματα έχουν τις ρίζες τους στους θρύλους και τις ιστορίες για τις προσπάθειες και τις δοκιμασίες των αθλητών που ζούσαν στην αρχαία Ελλάδα.

Το διαχρονικό ενδιαφέρον για τους αθλητές, τον αθλητισμό και τη φυσική ανάπτυξη συνεχίζεται αμείωτο. Ωστόσο, όσο εντυπωσιακές και αν είναι οι προσπάθειές μας στους τομείς αυτούς σήμερα, ποτέ δεν θα πάψουμε να νιώθουμε έκπληξη και δέος όταν αναλογιζόμαστε τα επιτεύγματα των αρχαίων Ελλήνων. Η επιδίωξη ατομικής υπεροχής νου και σώματος, που ήταν χαρακτηριστικό των Ελλήνων κατά τη διάρκεια του Χρυσού Αιώνα, χρησιμεύει ως έμπνευση στα εκατομμύρια των προπονητών, γυμναστών και αθλητών που ακολουθούν το παράδειγμά τους σήμερα.

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΕΒΡΑΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΦΟΙΝΙΚΩΝ ΣΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟ

Οι Έλληνες ανέπτυξαν, πιθανότατα κάτω από την εβραϊκή και φοινικική επίδραση, σε μεγάλο βαθμό τον φιλοσοφικό προσανατολισμό του δυτικού κόσμου στο σώμα και τη φυσική αγωγή. Ο εβραϊσμός προϋπήρξε του ελληνικού πολιτισμού. Οι Εβραίοι απέδιδαν μεγάλη σημασία στη φροντίδα του σώματος και θεωρούσαν σημαντική τη σωματική τους ύπαρξη. Η θρησκεία τους, ο πολιτισμός τους και οι φιλοσοφικές τους απόψεις διαδόθηκαν σε ορισμένες περιοχές του ελληνικού κόσμου και μπορεί να είχαν μεγάλη επιρροή. Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια της δίκης του, ο Σωκράτης είπε στο δικαστήριο ότι πίστευε σε ένα θεό πολύ ανώτερο από οποιουδήποτε από τους θεούς που λάτρευαν οι πολυθεϊστές Έλληνες. Η αναφορά του σε μία και μοναδική ανώτερη θεότητα ίσως οφειλόταν στην αλληλεπίδραση με Εβραίους ή στην ανάγνωση έργων Εβραίων θεολόγων.

Το γεγονός ότι η Ελλάδα βρισκόταν τόσο κοντά στη Μέση Ανατολή έδωσε στους Φοίνικες τη δυνατότητα να αναπτύξουν εμπορικές σχέσεις με τους Έλληνες (Εικόνα 3-1). Ο αρχαίος αυτός ναυτικός λαός, που ζούσε στην περιοχή του σημερινού Λιβάνου, αγαπούσε τον αθλητισμό και τη φυσική δραστηριότητα. Η επιρροή του στην ανάπτυξη του δυτικού κόσμου ήταν σημαντική. Σύμφωνα με τον Labib Boutros, «Οι Φοίνικες κατά την αρχαιότητα είχαν αναπτύξει έναν ευρύ πολιτισμό και

έπαιξαν σημαντικό ρόλο στην πρώιμη ανάπτυξη του ευρωπαϊκού πολιτισμού». ¹ Ο Boutros δηλώνει ότι ο φοινικικός πολιτισμός άκμασε πριν από τον ελληνικό. Πόσο ασχολούνταν με τον αθλητισμό οι Φοίνικες; Έχουμε δύο πηγές πληροφοριών: τη μυθολογία και τις αρχαιολογικές έρευνες. Στη φοινικική μυθολογία, οι θεοί Μπάαλ και Μοτ συμμετείχαν σε αγώνα πάλης, ενώ ο Φοίνικας ήρωας Μελκάρτ συγκρινόταν με τον Έλληνα ήρωα και μεγάλο αθλητή Ηρακλή. Οι αρχαιολογικές ανασκαφές στο Αμρίτ αποκάλυψαν ερείπια παρόμοια με αυτά των ελληνικών σταδίων. Σύμφωνα με τη Σοφία Βακιρτζή, «Οι Φοίνικες επιδίδονταν όντως στον αθλητισμό». Ωστόσο, η αθλητική δραστηριότητα δεν μπορεί να χαρακτηριστεί «φοινικική» ως προς την προέλευση και τη σύλληψή της. ² Η Βακιρτζή υποστηρίζει ότι οι Φοίνικες είναι δυνατό να επηρεάστηκαν από άλλους πολιτισμούς της περιοχής, όπως αυτούς των Αιγυπτίων, των Μεσοποταμίων, των Σουμερίων και των Χετταίων κατά τη Χάλκινη Εποχή του Αιγαίου (3000-1100 π.Χ.). Είναι πιθανό κάποιες από τις τελετουργίες, τα αθλήματα και τις φυσικές δραστηριότητες των Φοινίκων να υιοθετήθηκαν από τους Έλληνες. Σύμφωνα με τον Boutros,

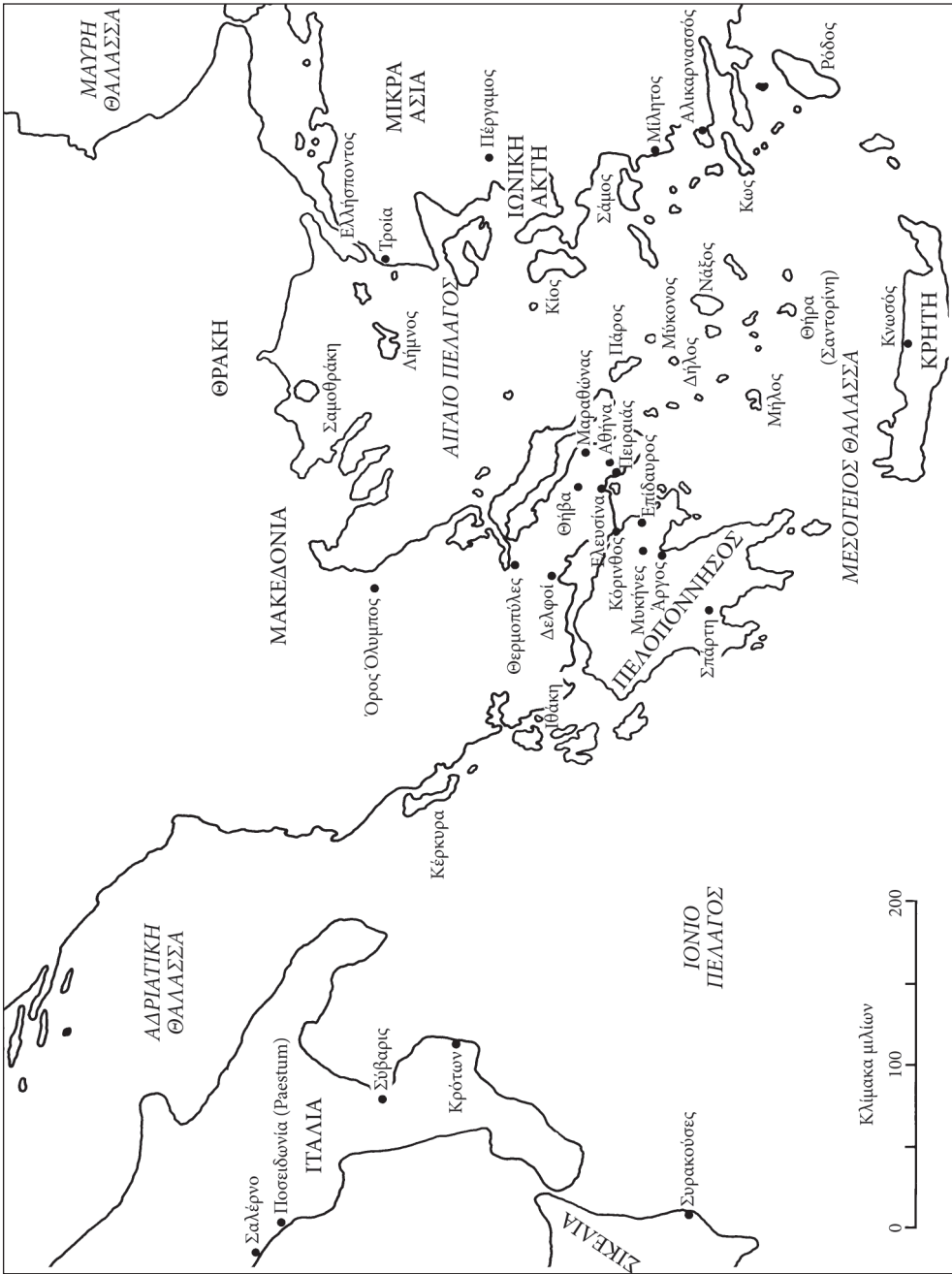
Μου φαίνεται, μάλιστα, ότι ο ελληνικός αθλητισμός βασιζόταν σε θεότητες και λατρευτικές τελετουργίες δανεισμένες από τους Φοίνικες και επιπλέον οι Έλληνες υιοθέτησαν τους φοινικικούς θεούς και τις τελετουργίες, σχεδόν ολοσχερώς, με αλλαγή μόνο των ονομάτων των

θεοτήτων, που βρίσκονταν σαφώς πίσω από την καθιέρωση των Ολυμπιακών Αγώνων και άλλων αθλητικών εορτών στην Ελλάδα. ³

Η έκταση της επίδρασης των Εβραίων και των Φοινίκων στις πεποιοθήσεις των αρχαίων Ελλήνων παραμένει ασαφής. Υπάρχουν ενδείξεις ότι οι δύο αυτοί πολιτισμοί διαδραμάτισαν ρόλο στην ανάπτυξη του ελληνικού κόσμου, αλλά οι ιστορικοί δεν γνωρίζουν με βεβαιότητα πόσο μεγάλος ήταν ο ρόλος αυτός. Ένα πράγμα είναι σαφές, πάντως: η ιδέα ότι οι Φοίνικες ήταν άμεσα ή έμμεσα υπεύθυνοι για την ίδρυση των Ολυμπιακών Αγώνων και άλλων ελληνικών αθλητικών γιορτών, όπως αναφέρεται από τον Boutros, είναι σίγουρο ότι θα προκαλέσει ζηηρές διαμάχες. Παρ' όλα αυτά, η μελέτη της ιστορίας δεν είναι ακριβής επιστήμη. Με την πάροδο του χρόνου, οι αρχαιολόγοι και οι μελετητές της ιστορίας του αθλητισμού μπορεί να ανακαλύψουν και άλλες πληροφορίες που θα ρίξουν περισσότερο φως στην ανάπτυξη του αθλητισμού και της φυσικής αγωγής στην αρχαία Ελλάδα.

ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΕΣ ΘΕΣΕΙΣ ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

Υπήρχαν δύο αντίθετες ιδέες για τη φυσική αγωγή στην Ελλάδα. Σύμφωνα με τον John Fairs, «Κάθε ιδέα φυσικής αγωγής ήταν προϊόν μιας συγκεκριμένης κοσμοθεωρίας ή μεταφυσικής θέσης και της αντίστοιχης πολιτισμικής νοοτροπίας του



Εικόνα 3-1 Χάρτης της αρχαίας Ελλάδας.

[και] του κοινωνικοπολιτισμικού συστήματος».⁴ Αυτές οι δύο αντίθετες μεταφυσικές σχολές σκέψης ήταν η *νατουραλιστική* και η *αντινατουραλιστική*. Η *νατουραλιστική* άποψη υποστήριζε ότι ο άνθρωπος έπρεπε να έχει ένα ισορροπημένο πρόγραμμα που θα περιλάμβανε φυσική αγωγή και διανοητική εκπαίδευση, επειδή ο άνθρωπος θεωρούνταν ότι λειτουργούσε τόσο ως πνευματικό όσο και ως σωματικό ον. Η προσέγγιση αυτή απαιτούσε την επίτευξη μιας αρμονικής ισορροπίας ανάμεσα στο πνευματικό, το διανοητικό και το φυσικό (σωματικό). Κατά την *αντινατουραλιστική* άποψη, η φυσική αγωγή ήταν υποτελής στη διανοητική διεργασία. Ο νους που μάθαινε και το σώμα που συμπεριφερόταν όπως έπρεπε ήταν η τελική απόρροια μιας κοσμοθεωρίας που απέρριπτε τον υλικό κόσμο χάριν του αυτοδημιουργούμενου κόσμου της αγνής σκέψης.⁵ Η *αντινατουραλιστική* άποψη είχε τον νου σε μεγαλύτερη εκτίμηση από ό,τι το σώμα, ενώ η *νατουραλιστική* φιλοσοφία εκτιμούσε το σώμα περισσότερο από ό,τι η *αντινατουραλιστική* σχολή. Και οι δυο σχολές σκέψης είχαν σε μεγάλη εκτίμηση τον νου, αλλά διέφεραν ως προς τη θέση τους για το σώμα και την επακόλουθη σημασία που του απέδιδαν. Η *νατουραλιστική* άποψη ήταν πολύ πιο δημοφιλής από την *αντινατουραλιστική*. Ισχύει ακόμα αυτό σήμερα;

ΔΥΪΣΜΟΣ

Η *δυϊστική* προσέγγιση του προβλήματος της ύπαρξης (οντολογία) –αν

οι άνθρωποι είναι ουσιαστικά πνεύμα ή σώμα– περιγράφεται κλασικά από τον Πλάτωνα στο έργο του *Φαίδων*.⁶ Δύο από τους μεγαλύτερους φιλόσοφους όλων των εποχών, ο Σωκράτης (περίπου 470-399 π.Χ.) και ο Πλάτων (περίπου 428-348 π.Χ.), διατύπωσαν φιλοσοφικές απόψεις για το σώμα με βάση τον μεταφυσικό *δυϊσμό*⁷ και το επιχείρημα αυτό επηρέασε σημαντικά τον σκοπό και την εξέλιξη της σύγχρονης φυσικής αγωγής. Ο διαχωρισμός της ύπαρξής μας σε δύο συστατικά –τον νου και το σώμα– ονομάζεται *δυϊσμός* και αποτελεί ζωτικό στοιχείο της ιστορίας της μεταφυσικής σκέψης, ενώ παραμένει δημοφιλής και σήμερα. Για παράδειγμα, ο διαχωρισμός του νου και του σώματος ίσως στην πιο παραστατική μορφή του μπορεί να παρατηρηθεί στον πρώιμο φιλοσοφικό και ψυχολογικό προσανατολισμό του ασκητικού *δυϊσμού*. Χρησιμοποιώντας μια *διχοτομική* προσέγγιση, ο ασκητικός *δυϊσμός* πίστευε (1) στην ψυχή και (2) στην ύλη. Σε αντίθεση με τους Έλληνες, που προσπαθούσαν να αναπτύσσουν τον νου και να διαθέτουν παράλληλα θαυμάσια σωματική διάπλαση, οι ασκητές του Μεσαίωνα (900-1400 μ.Χ.) βάσιζαν τις πεποιθήσεις τους στην έννοια του προπατορικού αμαρτήματος και την επακόλουθη πλήρη ανηθικότητα ανδρών, γυναικών και παιδιών. Το σώμα θεωρούνταν εργαλείο του διαβόλου που χρησίμευε για να μολύνει και να διαστρέφει την ψυχή. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα να αγνοείται η εκπαίδευση του σώματος. Το σώμα, ως τρόπος του είναι και της ύπαρξης, ταπεινωνόταν, υποβαθμιζόταν και



θεωρούνταν απεχθές και αποκρουστικό. Αν οι αρχαίοι Έλληνες είχαν τα μέσα να δουν το μέλλον, θα είχαν πραγματικά απογοητευτεί από τις πεποιθήσεις και τις πρακτικές των ασκητικών διϊστών. Αναμφισβήτητα, οι ίδιοι αυτοί Έλληνες θα επιδοκίμαζαν το κίνημα υπέρ της καλής φυσικής κατάστασης που υπάρχει σήμερα στο μεγαλύτερο μέρος του κόσμου και την αφοσίωση στην υγεία, την άσκηση και τη διανοητική εκπαίδευση που χαρακτηρίζουν τη σύγχρονη φυσική αγωγή και κινησιολογία.

ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΝΘΡΩΠΙΣΜΟΣ

Οι κλασικοί μελετητές όπως ο William Fleming δεν έχουν καμία δυσκολία να ταυτίσουν τους αρχαίους Έλληνες με τη φιλοσοφία του *ουμανισμού* ή *ανθρωπισμού*, που παρέχει ένα σύστημα συμπεριφοράς μεταξύ των μελών της κοινωνίας. Η φιλοσοφία που ασπαζόταν ο Πλάτων, ωστόσο, μπορεί να μην προσφέρεται εύκολα για την εφαρμογή του ανθρωπισμού. Σε όλο το έργο του Πλάτωνα, είναι σαφέστατη η κυριαρχία του νου ή της ψυχής (που είναι αιώνια) επάνω στο σώμα (που είναι προσωρινό), ιδίως όταν λαμβάνεται υπόψη το σύστημά του των κοινωνικών τάξεων, όπως περιγράφεται στην *Πολιτεία*. Στο σύστημα των τάξεων που περιγράφει, οι επίλεκτοι άνθρωποι που καταλαμβάνουν τις ανώτερες βαθμίδες της ιεραρχίας ενδιαφέρονται ολοένα λιγότερο για εγκόσμια, ανθρωπιστικά θέματα. Ο Πλάτων δεν ήταν υπερασπιστής των δημοκρατικών ιδεω-

δών, αλλά πίστευε, αντίθετα, ότι οι μάζες πρέπει να κυβερνώνται από φιλοσόφους-βασιλείς που έχουν τη σοφία, ως αποτέλεσμα της κατάλληλης εκπαίδευσης, την οποία δεν διαθέτουν οι απλοί πολίτες. Η δημοκρατική ψηφοφορία, όπως εφαρμόζεται στις Ηνωμένες Πολιτείες και πολλές άλλες χώρες, δεν επιτρεπόταν στην *Πολιτεία* του Πλάτωνα.

Οι Έλληνες εστίαζαν το ενδιαφέρον τους κυρίως στην ύπαρξή τους ως ανθρώπων. Τους απασχολούσαν τα ίδια ερωτήματα που απασχολούν και εμάς σήμερα: Ποια είναι η θέση μας στη φύση και στο σύμπαν και ποιο είδος κοινωνικών σχέσεων είναι το καταλληλότερο για μας; Αυτά και αναρίθμητα άλλα ερωτήματα βοήθησαν να δημιουργηθούν τα θεμέλια για τον ανθρωπισμό, τη φιλοσοφική σχολή που υποστηρίζει τη θέση ότι το ενδιαφέρον του ατόμου για τη συνολική ευημερία του έχει πρωταρχική σημασία.⁸ Γι' αυτό οι Έλληνες έβλεπαν τους θεούς τους ως εξιδανικευμένα ανθρώπινα όντα. Αυτό παρατηρείται στην τέχνη τους, που χρησιμοποιούσε την ανθρώπινη μορφή ως σημείο εκκίνησης. Τα αγάλματα και οι καλλιτεχνικές αναπαραστάσεις του Δία, του Απόλλωνα και της Αθηνάς αποτελούν συχνά τέλειες απεικονίσεις του ανδρικού και του γυναικείου κάλλους.

Οι Έλληνες αισθάνονταν πιο άνετα στον φυσικό κόσμο από ό,τι αργότερα οι χριστιανικοί λαοί, που πίστευαν στη διάκριση σάρκας και πνεύματος. Οι Έλληνες θαύμαζαν πολύ την ομορφιά και την ευκινησία του ανθρώπινου σώματος στην ακμή της ανάπτυξής του (Εικόνα 3-2). Πέρα από τις φιλολογικές και μουσι-



Εικόνα 3-2 Έλληνες παλαιστής.

κές σπουδές, οι νεαροί Έλληνες εκπαιδεύονταν από την παιδική ηλικία για αθλητικούς αγώνες. Επειδή οι άνθρωποι έμοιαζαν στους θεούς κυρίως μέσω της τελειότητας των σωμάτων τους, η καλλιέργεια του σώματος ήταν μια δραστηριότητα όχι μόνο φυσική αλλά και θρησκευτική.⁹

Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΣΩΚΡΑΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΛΑΤΩΝΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΩΜΑ

Αν ο Σωκράτης έχει αφήσει γραπτό υλικό, δεν έχει ανακαλυφθεί ακόμα. Οι γνώσεις μας για τον Σωκράτη προέρχονται κυρίως από όσα έγραψε ο μαθητής του ο Πλάτων. Απ' ό,τι λέγεται πάντως, ο Σωκράτης και ο Πλάτων δεν ήταν μόνο ολοκληρωμένοι φιλόσοφοι, αλλά και εξαιρετικοί αθλητές επίσης, ιδίως ο Πλάτων!

Αν και οι περισσότεροι σύγχρονοι μελετητές δεν πιστεύουν ότι ο Πλάτων κέρδισε σε αγώνα πάλης στην Ολυμπία, υπάρχει μια μεμονω-

μένη πρόσφατη πηγή που ισχυρίζεται ότι αυτό ακριβώς συνέβη. Όταν έγιναν οι Ολυμπιακοί Αγώνες το 408 π.Χ., ο Πλάτων ήταν 19 ετών. Ο νικητής στο αγώνισμα της πάλης των Ολυμπιακών Αγώνων του 408 π.Χ. δεν είναι γνωστός. Θα μπορούσε άραγε να είναι ο Πλάτων;

Οι αρχαίες πηγές μάς παρέχουν αρκετές πληροφορίες για να ανασυνθέσουμε τη σταδιοδρομία του ως παλαιστή κατά τη νεανική του ηλικία. Εκπαιδευτής του ήταν ο Αρίστων ο Αργεῖος και γνωρίζουμε ότι ο Πλάτων νίκησε στους αγώνες πάλης στα Νέμεα και στα Ίσθμια. Τα κείμενά του είναι γεμάτα με μεταφορές και αναφορές στην πάλη. Ξέρουμε ότι ο Πλάτων παρακολούθησε τους Ολυμπιακούς Αγώνες ως θεατής, αλλά δεν ξέρουμε με βεβαιότητα αν κέρδισε στο αγώνισμα της πάλης το 408 π.Χ.¹⁰

Η μεταφυσική θέση του Σωκράτη και του Πλάτωνα σχετικά με τη φύση και την πραγματικότητα της ανθρώπινης ύπαρξης είναι αυτή του δυϊσμού, που διακρίνει την ύπαρξή μας σε σωματική και πνευματική/ψυχική. Ο διαχωρισμός αυτός κορυφώνεται με την αποχώρηση της ψυχής από το σώμα κατά τον θάνατο. Σε όλα τα κείμενα του Πλάτωνα (*Φαίδων*, *Πολιτεία* Βιβλία 2 και 3), η ανάπτυξη και άσκηση της φιλοσοφίας (διανοητική δραστηριότητα) που τρέφει την ψυχή εξυψώνεται πάντα υψηλότερα από την καλλιέργεια και την εκπαίδευση του σώματος. Το παρακάτω απόσπασμα από τον *Φαίδωνα*, την ιστορία της τελευταίας ημέρας του Σωκράτη στη φυλακή, δείχνει τον τρόπο που επιχειρηματολόγισε ο Πλάτων υπέρ του διαχω-



ρισμού νου και σώματος ή του διΐσμου και τις προεκτάσεις της φιλοσοφίας του. Κατά τη διάρκεια αυτής της ημέρας, συζητάει την αθανασία της ψυχής, την ικανότητα της ψυχής για καθαρή γνώση, την απόδειξη της διϋστικής φύσης της ύπαρξης, τη χυδαιότητα του σώματος και τον τρόπο με τον οποίο το κακό σώμα μολύνει και προκαλεί σύγχυση στον νου/την ψυχή. Επεξηγείται η σημασία του θανάτου και του ρόλου του θανάτου, αν και μόνο ο αληθινά αφοσιωμένος στη φιλοσοφία μπορεί να καταλάβει τον ισχυρισμό ότι ο θάνατος ελευθερώνει την ψυχή από τις αλυσίδες και τους περιορισμούς του σώματος. Μόλις απαλλαγεί από τα κακά του σώματος, η ψυχή (νους) έχει την ικανότητα να γνωρίζει αυτό που είναι αληθινά αγνό (την ανόθευτη γνώση). Το απόσπασμα έχει ως εξής:

Και οι αληθινοί φιλόσοφοι, Σιμμία, ασχολούνται πάντα με την εξάσκηση στο να πεθαίνουν [για να αποδεσμεύσουν την ψυχή από τους περιορισμούς του σώματος], έτσι γι' αυτούς, απ' όλους τους ανθρώπους, ο θάνατος είναι λιγότερο τρομερός. Δες το θέμα ως εξής: αν αποστρέφονται με κάθε τρόπο το σώμα και επιθυμούν να είναι μόνοι με την ψυχή... πόσο ασυνεπείς θα ήταν αν έτρεμαν και αγανακτούσαν, αντί να χαίρονται που πηγαίνουν εκεί όπου, όταν φτάσουν, υπάρχει ελπίδα να επιτύχουν αυτό που ποθούσαν σε όλη τους τη ζωή –και αυτό ήταν η σοφία [γνώση]– και ταυτόχρονα να απαλλαγούν

από αυτό που, όσο ήταν μαζί τους, το αποστρέφονταν [το σώμα];¹¹

Και ποια είναι η γνώμη σου για την πραγματική απόκτηση της γνώσης; Το σώμα είναι εμπόδιο ή βοηθός, αν το συμπεριλάβει κάποιος στην αναζήτησή της; Να τι εννοώ: υπάρχει καθόλου αλήθεια στην όραση και την ακοή ή μήπως είναι ανακριβείς μάρτυρες, όπως μας λένε πάντα οι ποιητές;

Πότε, λοιπόν, αγγίζει η ψυχή την αλήθεια; Γιατί όταν επιχειρεί να εξετάσει οτιδήποτε με τη βοήθεια του σώματος, είναι φανερό ότι το σώμα την εξαπατά. Άρα η αληθινή ύπαρξη δεν της αποκαλύπτεται, αν της αποκαλύπτεται, μόνο μέσα από τη σκέψη;¹²

Αυτό το απόσπασμα από τον *Φαίδωνα* περιγράφει την επιστημολογική θέση του Σωκράτη, καθώς επίσης και την περιφρόνησή του για το σώμα. Ο Πλάτων μάς έθεσε ένα επιστημολογικό ερώτημα: μπορούμε να φτάσουμε σε σημείο να «γνωρίζουμε τα πράγματα», να αποκτήσουμε γνώση, ενόσω είμαστε μέσα στο σώμα μας; Κατά τον Πλάτωνα, ο νους είναι αιώνιος. Σύμφωνα με την έννοια της αποδημίας των ψυχών, ο αιώνιος νους/ψυχή είχε γνώση την οποία ξέχασε κατά τη γέννηση. Η γνώση (κατά τον Πλάτωνα) ήταν η γνώση του πραγματικού (του κόσμου των μορφών), ενώ η πίστη είχε να κάνει με τον μεταβλητό, αισθητό κόσμο. Η εγκόσμια ζωή μας είναι μια διαδικασία επαναανάκαλυψης ή αποκάλυψης όλων εκείνων

των πραγμάτων που ο νους/η ψυχή βίωσε ως γνώση ή αλήθεια πριν κληρονομήσει το σώμα ή αποδοθεί σε αυτό. Το σώμα, ωστόσο, μας εξαπατά διαρκώς ως προς το τι είναι πραγματικό ή αυθεντικό. Το σώμα μάς ξεγελάει με ανακριβείς πληροφορίες. Επομένως, δεν πρέπει να εμπιστευόμαστε τις αισθήσεις μας για να αποκαλύψουμε την αλήθεια όσο έχουμε το σώμα μας. Οι ιδέες της αλήθειας και της γνώσης που διαμορφώνονται από τον νου/την ψυχή είναι πολύ πιο ακριβείς από τα παραδείγματα ή τις αναπαραστάσεις της αλήθειας και της γνώσης που υπάρχουν στον φυσικό-σωματικό-υλικό κόσμο, τον οποίο, λόγω της ικανότητας του σώματος να εξαπατά τον νου, δεν μπορούμε να εμπιστευτούμε.

Η μεταφυσική αυτή θέση και η επιστημολογία που τη συνοδεύει είναι επιβλαβείς για τη φυσική αγωγή επειδή δεν αποδίδουν αξία στο σώμα. Το σώμα το θεωρούν εχθρό του νου. Αν αυτή η ακραία επιστημολογική θέση υποστηριζόταν ποτέ ως βάση της σύγχρονης εκπαιδευτικής φιλοσοφίας, η φυσική αγωγή και ο αθλητισμός δεν θα αποτελούσαν ποτέ μέρος των προγραμμάτων μαθημάτων. Τα διδακτικά προγράμματα θα ήταν αφιερωμένα αποκλειστικά στην εκπαίδευση του νου. Περιληπτικά, ο Πλάτων και ο Σωκράτης πίστευαν ότι η εκπαίδευση του νου είχε κρίσιμη σημασία επειδή το άτομο που ανέπτυξε διανοητική υπεροχή μπορούσε να έχει συμβολή που θα ήταν αιώνια –στην επιστήμη, τη λογοτεχνία, την αρχιτεκτονική, την ποίηση και τη φιλοσοφία– και θα άντεχε στη «δοκιμασία του χρόνου».

Οι μεγάλες ιδέες και κάθε μεγάλη συμβολή είναι αιώνιες και άφθαρτες. Το σώμα, ωστόσο, πάντα φθείρεται. Γιατί να καλλιεργείται και να αναπτύσσεται η σωματική πλευρά της ύπαρξης αφού είναι βέβαιο ότι θα φθαρεί; Είναι σοφότερο να αναπτύσσουμε τον νου, να καλλιεργούμε τη δημιουργικότητα και να εμπνέουμε τα άτομα και τους πολιτισμούς να συμβάλλουν με τρόπους που εκτιμώνται σήμερα όσο και όταν τους συνέλαβε ο νους! Πόση «αλήθεια» αντικατοπτρίζει αυτή η πεποίθηση;

Η ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΣΩΚΡΑΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΛΑΤΩΝΑ ΓΙΑ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Παρότι στον *Φαίδωνα* περιγράφεται μια αρνητική φιλοσοφική άποψη για το σώμα που είναι σαφώς κατανοητή στο πλαίσιο των παραδόσεων του δυτικού πολιτισμού, αυτή δεν είναι η μόνη θέση του Σωκράτη και του Πλάτωνα για το θέμα αυτό. Η παράδοση φύση του Πλάτωνα γίνεται εμφανής όταν παρατηρούμε ότι, αν και ο Σωκράτης και ο Πλάτων ήταν αθλητές που προπονούσαν σκληρά για να παίρνουν μέρος σε αγώνες και φρόντιζαν το σώμα τους, επιτίθεντο στο σώμα ως «πηγή ατελείωτων προβλημάτων» που εμποδίζει τον νου και την ψυχή να φτάσουν στην αλήθεια όσο «η ψυχή μολύνεται από τα κακά του σώματος».¹³ Ωστόσο, σε μια ριζική απόκλιση από τη θέση αυτή, ο Πλάτων δίνει άλλη μία φιλοσοφική θέση για το σώμα στα Βιβλία 2 και 3 της *Πολιτείας* του. Παρότι εξακολουθεί να διατηρεί τη

δυσίτικη του προσέγγιση της φύσης και της πραγματικότητας του ανθρώπου, συμφωνεί ότι πρέπει να υπάρχει ισορροπία και αρμονία στην εκπαίδευση των πολιτών:

Εμπρός, λοιπόν, ας περάσουμε μια ελεύθερη ώρα με αφήγηση και η ιστορία μας θα είναι η εκπαίδευση των ηρώων μας.

Και ποια θα είναι η εκπαίδευσή τους; Μπορούμε να βρούμε καλύτερο είδος από το παραδοσιακό; Και αυτό έχει δύο σκέλη, τη γυμναστική για το σώμα και τη μουσική για την ψυχή.¹⁴

Στην *Πολιτεία*, ο Πλάτων επιχειρεί να οικοδομήσει την πρώτη ουτοπία στη λογοτεχνία. Η μόρφωση και η εκπαίδευση των πολιτών στην ουτοπία του είχαν κρίσιμη σημασία για τον Πλάτωνα. Η γυμναστική και η μουσική ήταν τα δύο συστατικά του προγράμματος σπουδών (Εικόνα 3-3). Ενδιαφέρον για τους καθηγητές φυσικής αγωγής έχει το γεγονός ότι αυτά τα συστατικά που ταυτοποιούνται ως «φυσική αγωγή», π.χ. γυμναστική, και «ακαδημαϊκά μαθήματα», π.χ. μουσική, ενισχύουν και διαιωνίζουν τη δυσίτικη προσέγγιση της εκπαίδευσης που συνεχίζεται μέχρι σήμερα: το ένα συστατικό εκπαιδεύει τον νου και το άλλο το σώμα. Ωστόσο, η λογική που χρησιμοποιούσε ο Πλάτων για να ενσωματώσει τη γυμναστική στο εκπαιδευτικό του πρόγραμμα ανυψώνει τη φιλοσοφική θέση του σώματος. Παρότι το σώμα δεν θα είναι ποτέ ίσο με τον νου/την ψυχή, το σώμα έχει πλέον θέση σημαντική, αν και εξακο-



Εικόνα 3-3 Ο Πλάτων και οι μαθητές του στον κήπο της ακαδημίας.

λουθεί να είναι υποδεέστερο του νου. Στο Βιβλίο 3 της *Πολιτείας*, ο Σωκράτης δηλώνει:

Η γυμναστική, όπως και η μουσική, πρέπει να ξεκινάει από μικρή ηλικία. Η εκπαίδευση σε αυτήν πρέπει να είναι προσεκτική και να συνεχίζεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής. Και το θέμα, κατά τη γνώμη μου, έχει ως εξής... δεν είναι το σώμα εκείνο που με την αρετή του κάνει καλή την ψυχή, αλλά αντίθετα, η καλή ψυχή, με την αρετή της, είναι που κάνει το σώμα όσο γίνεται πιο καλό.

Αν, λοιπόν, διαπλάσουμε σωστά την ψυχή και της αναθέσουμε πλήρως τη φροντίδα για το σώμα, θα πράξουμε σωστά.¹⁵

Ο Πλάτων επιθυμούσε οι πολίτες της ουτοπίας του, και ιδίως οι ηγέτες της (οι φιλόσοφοι-βασιλείς) και οι πολεμιστές-αθλητές, να λαμβάνουν σφαιρική και ολοκληρωμένη εκπαίδευση στις ελευθέρια τέχνες (Εικόνα 3-4). Αναγνωρίζει ότι η γυ-



Εικόνα 3-4 Έλληνες αθλητές σε αγώνα πυγμαχίας. Οι Έλληνες πυγμάχοι τύλιγαν τα χέρια τους με λωρίδες κατεργασμένου και μαλακωμένου δέρματος βοδιού που ονομάζονταν *μάντες* και ήταν κατά κάποιον τρόπο τα πρώτα γάντια πυγμαχίας. (Πηγή: Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο, Αθήνα, Ελλάδα. R. Mechikoff, 2005.)

μναστική μπορεί να προάγει την υγεία, αποκλίνοντας σημαντικά από τις απόψεις του για την υγεία που εκφράζει στον *Φαίδωνα*. Αυτό που ίσως είναι ακόμα πιο σημαντικό είναι ότι αναγνωρίζει το πρόβλημα της υπερβολικής αφοσίωσης στη μουσική ή τη γυμναστική, κάτι που μπορούμε να δούμε στην ακόλουθη συνομιλία μεταξύ του Σωκράτη και του Γλαύκωνα από την Πολιτεία, στην οποία χρησιμοποιείται η σωκρατική μέθοδος υποβολής ερωτήσεων. Ο Σωκράτης λέει:

Δεν καταλαβαίνεις πώς διαπλάθεται η ψυχή όσων ασχολούνται αποκλειστικά με τη γυμναστική σε όλη τους τη ζωή και καθόλου με τη μουσική;

Για ποιο πράγμα μιλάς;

Για την αγριότητα και τη σκληρότητα που προκαλεί το ένα και, αντίθετα, για τη μαλακότητα και τη θηλυπρέπεια που φέρνει το άλλο.

Ναι, το γνωρίζω, είπε, πως όσοι ασχολούνται αποκλειστικά με τη γυμναστική καταλήγουν να γίνουν πιο άγριοι απ' όσο πρέπει, ενώ αντίθετα, όσοι ασχολούνται μόνο με τη μουσική γίνονται πιο μαλθακοί απ' ό,τι θα ήταν καλύτερο γι' αυτούς...

Τι θα γίνει, λοιπόν, αν κάποιος γυμνάζεται πολύ σκληρά και παραδίδεται στις απολαύσεις του φαγητού, αλλά δεν ασχολείται καθόλου με τη μουσική και τη φιλοσοφία; Επειδή θα νιώθει το σώμα του ολοένα πιο δυνατό, θα είναι γεμάτος περηφάνια και ορμή και θα γίνεται ολοένα πιο ανδρείος;

Φυσικά.

Και τι θα γίνει αν δεν κάνει τίποτε άλλο και δεν έχει την παραμικρή σχέση με τη Μούσα; Αν η ψυχή του είχε πριν κάποια φιλομάθεια, επειδή δεν θα γεύεται καμία από τις απολαύσεις της μάθησης ή της αναζήτησης ή του λογισμού ή της μουσικής καλλιέργειας, δεν θα γίνει αδύναμη, κουφή και τυφλή, αφού τίποτα δεν θα τη διεγείρει και δεν θα την τρέφει;...

Θα καταλήξει, λοιπόν, να γίνει εχθρός της φιλοσοφίας και ακαλλιέργητος, ανίκανος να χρησιμοποιεί πλέον το όπλο του λόγου για να πείθει, και σαν άγριο θηρίο, θα αντιμετωπίζει τα πάντα με βία και αγριότητα,



ζώντας μέσα στην αμάθεια και την τραχύτητα, χωρίς καμία ευπρέπεια και λεπτότητα... Όμως εκείνος που συνδυάζει ιδανικά τη μουσική παιδεία με τη γυμναστική και τις προσφέρει με τον ορθότερο τρόπο στην ψυχή, δικαίως μπορεί να θεωρηθεί ότι είναι ολοκληρωμένος μουσικός και ότι έχει κατακτήσει σε μεγάλο βαθμό την αρμονία...

Πολύ σωστά, Σωκράτη.

Και έναν τέτοιο κυβερνήτη θα χρειαζόμαστε πάντα στην πόλη μας αν θέλουμε να διατηρήσουμε με ασφάλεια το πολίτευμα.¹⁶

Η άποψη για το σώμα στον *Φαίδωνα* αποτελεί ένα ακραίο παράδειγμα του πώς θα μπορούσε το σώμα να αναστείλει την ανάπτυξη του νου και την επακόλουθη απόκτηση αξιόπιστων πληροφοριών. Γιατί άλλαξε ο Πλάτων την κατεύθυνση της φιλοσοφικής του πεποίθησης που εκφράζει στον *Φαίδωνα*, όπου το σώμα είναι ο εχθρός του νου, και στην *Πολιτεία* υποστηρίζει μια αρμονική σχέση μεταξύ νου και σώματος;

Όταν ο Σωκράτης καταδικάστηκε, ήταν 70 ετών, αλλά ο Πλάτων ήταν ακόμα πολύ νέος. Ο Πλάτων ήταν αφοσιωμένος μαθητής του Σωκράτη και πιθανώς επηρεαζόταν εύκολα από τον μέντορά του. Ως πιστός υποστηρικτής του Σωκράτη, ο Πλάτων πίστευε ότι, μετά τον θάνατο του Σωκράτη, οι αρχές θα καταδίδωκαν και εκείνον, έτσι έφυγε από την Αθήνα και έμεινε μακριά για πολύ καιρό. Κατά το διάστημα της απουσίας του από την Αθήνα, ο Πλάτων ωρίμασε διανοητικά και άρ-

χισε να διαμορφώνει τις απόψεις του χωρίς τη «βοήθεια» του Σωκράτη. Ο Πλάτων έγραψε την *Πολιτεία* και διατύπωσε επιχειρήματα υπέρ μιας εκπαίδευσης και του νου και του σώματος. Παρότι η ανάπτυξη μιας αρμονικής σχέσης μεταξύ του νου και του σώματος συνιστά σημαντική φιλοσοφική απόκλιση από τη θέση που εκφράζει στον *Φαίδωνα*, ο Πλάτων παραμένει δεισιδής στην *Πολιτεία*. Η ανάπτυξη του νου εξακολουθεί να είναι πιο σημαντική από την ανάπτυξη του σώματος. Πρέπει να γίνει κατανοητό ότι «αρμονική σχέση» δεν σημαίνει ισότητα. Πολλοί σπουδαστές έχουν αρμονικές σχέσεις με τους καθηγητές τους και οι αθλητές μπορεί να έχουν αρμονικές σχέσεις με τους προπονητές τους. Οι σχέσεις αυτές είναι κοινωνικές και φιλικές, αλλά όχι υποχρεωτικά σχέσεις ισότητας.

Η πίστη στην αρμονική ανάπτυξη του νου και του σώματος στην *Πολιτεία* είναι ένα «μέσο για την επίτευξη ενός σκοπού» για τον Πλάτωνα. Στην ουτοπία του, χρειάζεται πολεμιστές-αθλητές για να τη φρουρούν από τους εχθρούς της. Δεν δέχεται έναν πολεμιστή-αθλητή που είναι δυνατός στο σώμα αλλά αδύναμος στο φρόνημα. Εκφράζει μια βάσιμη ανησυχία για την πιθανότητα μια ομάδα πολεμιστών να ανατρέψει την κυβέρνηση της πολιτείας που διοικείται από φιλοσόφους-βασιλείς, αν οι πολεμιστές αυτοί δεν κατανοούν τον λόγο ύπαρξης αυτής της κυβέρνησης. Αν δοθεί στους πολεμιστές του εκπαίδευση και του νου και του σώματος, θα έχουν τις φυσικές ικανότητες να υπερασπίζονται την πόλη και τη νοητική ικανότητα

να εκτιμούν και να υπερασπίζονται την κυβέρνηση.

Ο Πλάτων ενδιαφέρεται επίσης για τον τύπο των πολιτών που θα κατοικούν στην ουτοπία του. Θέλει μόνο τους καλύτερους. Ως αποτέλεσμα, ο Πλάτων δεν έχει υπομονή με τους αθλητές που είναι αφοσιωμένοι στην εκπαίδευση του σώματος, αλλά παραμελούν τον νου. Τα άτομα αυτά τα περιγράφει ως ανόητα και βαρετά. Και αντίστροφα, δεν έχουν θέση στην πολιτεία του όσοι προσέχουν αποκλειστικά τον νου και παραμελούν το σώμα. Πιστεύει ότι αυτό το είδος συμπεριφοράς κάνει τους άνδρες μαλθακούς και θηλυπρεπείς. Παρατηρεί επίσης ότι, αν το σώμα είναι υγιές, θα είναι ελκυστικό και δεν θα είναι επιρρεπές στις ασθένειες. Αν τα άτομα μπορούν να διατηρούν την υγεία τους μέσω της άσκησης και των αθλημάτων, ο νους δεν θα παρεμποδίζεται από ασθένειες και παθήσεις και θα κάνει τη δουλειά του πιο αποτελεσματικά. Ένα υγιές σώμα δεν βλάπτει τη διανοητική ανάπτυξη του ατόμου, αλλά ελευθερώνει τον νου για να ασχολείται με σημαντικά ζητήματα. Το σώμα δεν συμβάλλει στη γνώση, αλλά εμποδίζει τον νου αν (το σώμα) αρρωσταίνει.

Ο Πλάτων διατύπωσε ισχυρά επιχειρήματα υπέρ της εκπαίδευσης του νου και σώματος, έστω και ως μέσου για την επίτευξη κάποιου σκοπού. Παρότι τα φιλοσοφικά επιχειρήματα του Πλάτωνα που αιτιολογούν την εκπαίδευση του νου και σώματος στην *Πολιτεία* υποστηρίζουν την ανάγκη για σύγχρονα προγράμματα εκπαίδευσης, παρέμεινε αμετακίνητος στην άποψή του ότι το σώμα

δεν συμβάλλει στην ανάπτυξη του νου.

Περίληπτικά, ο Πλάτων εκφράζει δύο απόψεις για το σώμα με βάση τον μεταφυσικό του δυϊσμό: το επιχείρημα που εκφράζεται στον *Φαίδωνα* είναι υπέρ της ανάπτυξης της ψυχής σχεδόν αποκλείοντας το σώμα, ενώ στην *Πολιτεία* το επιχειρήμα του είναι υπέρ μιας αρμονικής, αλλά όχι ισότιμης, σχέσης ανάμεσα στο σώμα και τον νου/την ψυχή. Η σημασία του δυϊσμού του Πλάτωνα εδράζεται στο τι είναι η γνώση και πώς αποκτάται (επιστημολογία).

ΑΓΩΓΗ ΜΕΣΩ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΕΝΑΝΤΙ ΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

Ο Πλάτων δεν εμπιστευόταν το σώμα και αυτό έχει σημαντική επίδραση στις δύο ιστορικά διαφορετικές θέσεις που είναι ενσωματωμένες στην αμερικανική φυσική αγωγή: (1) την αγωγή μέσω του σώματος και (2) την αγωγή του σώματος. Η επίδραση του δυϊσμού του Πλάτωνα μπορεί να γίνει καλύτερα κατανοητή αν τεθούν τα εξής δύο ερωτήματα:

1. Μπορεί να επιτευχθεί «ακριβής» γνώση ενόσω ο άνθρωπος βρίσκεται μέσα στο σώμα;
2. Αν η απάντηση είναι ναι, πώς είναι δυνατό να εκπαιδευτεί;

Από φιλοσοφική άποψη, η συζήτηση της φυσικής αγωγής ως «αγωγής του σώματος» ή «αγωγής μέσω του σώματος» ήταν και είναι μια διάκριση-κλειδί μεταξύ των προσεγγίσεων της φυσικής αγωγής. Οι δύο αυτές θέσεις υποστηρίχθηκαν από δύο

από τις κορυφαίες μορφές της φυσικής αγωγής στην Αμερική. Ο Jesse Feiring Williams (1886-1966) στο εξαιρετικό του άρθρο με τίτλο “Education Through the Physical” (Αγωγή μέσω του σώματος)¹⁷ εξέφρασε την αντίθεσή του στη δυϊστική φύση της ύπαρξης και υποστήριξε, αντίθετα, την άποψη ότι κάθε άτομο αποτελεί μία ενότητα νου και σώματος, θεωρώντας την ψυχή απαραίτητο στοιχείο του όλου.

Σύμφωνα με τον Williams, που προφανώς διαφωνούσε με τον δυισμό του Πλάτωνα, η φυσική αγωγή είχε ως στόχο όχι μόνο την καλή φυσική κατάσταση, αλλά και τις προσωπικές σχέσεις, τις συναισθηματικές αποκρίσεις, τη νοητική μάθηση, την ομαδική συμπεριφορά και τις συναφείς κοινωνικές, συναισθηματικές και αισθητικές εκβάσεις δια της αγωγής μέσω του φυσικού στοιχείου, δηλαδή του σώματος. Ο Charles H. McCloy (1886-1959) ήταν σύγχρονος του Jesse Feiring Williams, αλλά υποστήριζε ένθερμα την άποψη ότι φυσική αγωγή ήταν η εκπαίδευση του φυσικού στοιχείου μας, δηλαδή του σώματος (Εικόνα 3-5). Στο έργο του McCloy, η θεματική έμφαση αποδιδόταν στη σπου-

δαιότητα των φυσικών χαρακτηριστικών – της φυσικής ανάπτυξης. Όπως ο Williams και οι σημερινοί καθηγητές φυσικής αγωγής, ο McCloy πίστευε ότι η φύση των ανδρών και των γυναικών είναι μιας οργανικής ενότητας. Η θέση του ήταν ότι η φυσική διάσταση αποτελεί σημαντική πλευρά της ύπαρξής μας. Στο βιβλίο του *Philosophical Basis for Physical Education* (Φιλοσοφική βάση για τη Φυσική Αγωγή), ο McCloy δηλώνει την κλασική θέση για την υποστήριξη της αγωγής του σώματος:

Η βιβλιογραφία της επιστήμης της ψυχολογίας τελευταία έχει αναφερθεί εκτενώς στο γεγονός της ενότητας σώματος-νου, αλλά η ίδια αυτή βιβλιογραφία συνήθως εξακολουθεί να περιλαμβάνει σκέψεις και κείμενα που αντιμετωπίζουν το παιδί σαν να αποτελείται μόνο από τον νου. Εμείς, στον τομέα της φυσικής αγωγής, με την ολοένα μεγαλύτερη έμφαση που δίνουμε στις εκπαιδευτικές πλευρές της φυσικής αγωγής [αγωγή μέσω του σώματος], τείνουμε να κάνουμε το ίδιο λάθος. Ο οργανισμός



Εικόνα 3-5
(Α) Ο Jesse Feiring Williams.
(Β) Ο Charles Harold McCloy.

μας είναι περισσότερο σώμα παρά νους και μόνο μέσω της επαρκούς λειτουργίας αυτού του όλου επιτυγχάνεται η πλέον επιθυμητή λειτουργία ακόμα και του εγκεφάλου.¹⁸

Ο McCloy πίστευε ότι η ανάπτυξη του σώματος και όχι η αγωγή μέσω του σώματος πρέπει να αποτελεί την προτεραιότητα της φυσικής αγωγής. Είναι συναρπαστικό να φαντάζεται κανείς μια συζήτηση ανάμεσα στον Πλάτωνα, τον Williams και τον McCloy σχετικά με τις επιστημολογικές τους θέσεις για το σώμα: τον δυϊσμό του Πλάτωνα έναντι της ιδέας της οργανικής ενότητας του Williams και του McCloy και την αγωγή μέσω του σώματος, που υποστήριζε ο Williams, να συναντάει τη σθεναρή αντίθεση του McCloy, που υποστήριζε την αγωγή του σώματος.

Οι σύγχρονοι επαγγελματίες της φυσικής αγωγής μπορεί να ανατρέχουν στην *Πολιτεία* του Πλάτωνα για να διατυπώσουν ή να υπερασπιστούν την αποστολή της φυσικής αγωγής στα σχολεία. Η θέση που υποστηρίζει ο Πλάτων στην *Πολιτεία* αναμειγνύει την ακαδημαϊκή γνώση με την κίνηση. Ωστόσο, αυτοί οι ίδιοι επαγγελματίες της φυσικής αγωγής μπορεί να μη γνωρίζουν τη φιλοσοφική άποψη περί του σώματος που εκφράζεται στον *Φαίδωνα*, όπου το σώμα είναι κακό και υποτελές στον νου. Η εκπαίδευση των μαθητών στη φυσική αγωγή δεν είναι πλήρης χωρίς τη βασική κατανόηση της φιλοσοφικής θέσης που διατυπώθηκε από τον Σωκράτη και τον Πλάτωνα. Η επιστημολογία του Σω-

κράτη και του Πλάτωνα σχετικά με το σώμα, οι δυϊστικές τους πεποιθήσεις και οι απόψεις τους για την ανάγκη γυμναστικής/φυσικής αγωγής εξακολουθούν να έχουν βαθύτατη φιλοσοφική επίδραση στη φυσική αγωγή ειδικότερα και στην εκπαίδευση γενικότερα. Ο Πλάτων θεωρούσε τον κόσμο ένα ατελές αντίγραφο του πραγματικού ή «ιδεώδους» κόσμου που υπήρχε στον νου και δεν εμπιστευόταν τις αισθήσεις του. Όμως ο καλύτερος μαθητής του δεν συμφωνούσε μαζί του: ο Αριστοτέλης πίστευε ότι ο κόσμος των αισθήσεων είναι πραγματικός.

Ο ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ

Ο Αριστοτέλης (384-322 π.Χ.), γιος του γιατρού Νικομάχου, πήγε να μαθητεύσει κοντά στον Πλάτωνα σε ηλικία 18 ετών. Πέρασε τα επόμενα 30 χρόνια με τον Πλάτωνα και αργότερα δίδαξε ένα 13χρονο αγόρι που έμεινε στην ιστορία ως Μέγας Αλέξανδρος. Το 335 π.Χ. ο Αριστοτέλης ίδρυσε τη δική του σχολή, το Λύκειο, γνωστό και ως Περιπατητική Σχολή Φιλοσοφίας. Οι μαθητές του λέγονταν Περιπατητικοί (από το ρήμα περπατώ), γιατί ο Αριστοτέλης δίδασκε και έκανε φιλοσοφικές συζητήσεις κατά τη διάρκεια περιπάτων στο Λύκειο. Το 323 π.Χ., όταν οι αθηναϊκές αρχές τον κατηγορήσαν για ασέβεια, ο Αριστοτέλης θυμήθηκε τι είχε συμβεί στον Σωκράτη και έφυγε από την Αθήνα, αφήνοντας το Λύκειο 12 χρόνια αφότου το άνοιξε. Μετακόμισε στη Χαλκίδα, όπου πέθανε σε ηλικία 62 ετών.

Ο Αριστοτέλης αναγνωρίζεται γε-



νικά ως ένας από τους επιφανέστερους φιλοσόφους όλων των εποχών, καθώς επίσης και ως ο πιο χαρακτηριστικός μαθητής του Πλάτωνα. Η επίδρασή του στην επιστήμη και τη φιλοσοφία ήταν βαθύτατη. Τα έργα του Αγίου Θωμά του Ακινάτη, του Καρτέσιου, του Καντ, του Χέγκελ και άλλων επηρεάστηκαν σημαντικά από τον Αριστοτέλη, που χώριζε τη φιλοσοφία σε τρεις κατηγορίες: (1) η θεωρητική φιλοσοφία απαρτιζόταν από τα μαθηματικά, τη φυσική και τη μεταφυσική, (2) η πρακτική φιλοσοφία πραγματευόταν τη θεωρητική άσκηση της ηθικής και της πολιτικής και (3) η ποιητική φιλοσοφία εστίαζε στην αισθητική. Σύμφωνα με τον Αριστοτέλη, η λογική επέτρεπε στους ανθρώπους να βρίσκουν την αλήθεια μάλλον αντί να λειτουργεί ως επιτομή αληθειών και τους προετοίμαζε για τη μελέτη της φιλοσοφίας. Ο Αριστοτέλης πίστευε ότι η λογική θα τους έδινε τη δυνατότητα να βρουν την αλήθεια, πράγμα που σήμαινε ότι η γνώση θα συμφωνούσε με την πραγματικότητα. Η αλήθεια υπάρχει όταν τα νοητικά ιδεώδη ή αναπαραστάσεις συμπίπτουν με τα πράγματα που υπάρχουν στον αντικειμενικό κόσμο.¹⁹ Σε αντίθεση με τον μέντορά του, τον Πλάτωνα, ο Αριστοτέλης πίστευε ότι υπάρχει μόνο μία πραγματικότητα και αυτή είναι η πραγματικότητα του ζωικού κόσμου που αντιλαμβανόμαστε με τις αισθήσεις μας. Ο Πλάτων και ο Σωκράτης δεν εκτιμούσαν την αντίληψη μέσω των αισθήσεων ως ακριβή αναπαράσταση της πραγματικότητας, αλλά για τον Αριστοτέλη, το σώμα αποτελούσε αξιόπιστη πηγή γνώσεων.

Η κοινωνική και πολιτική φιλοσοφία του Αριστοτέλη είναι ενδιαφέρουσα. Πίστευε ότι ο άνθρωπος πρέπει να αποσπάται από τις ωμές συνθήκες στις οποίες τον θέτει η πολιτεία, η οποία κατόπιν τον εκπολιτίζει παρέχοντας το θεμέλιο μιας ηθικής και διανοητικής ζωής. Η πολιτεία είναι ο μηχανισμός που θα επιτρέψει στον άνθρωπο να επιτύχει μια ζωή αρετής και ευτυχίας. Ο άνθρωπος δεν είναι ικανός να επιτύχει τον στόχο αυτόν χωρίς την πολιτεία, επειδή ο άνθρωπος είναι πολιτικό ζώο από τη φύση του, συνεπώς πρέπει να υπάρχει εντός μιας οργανωμένης κοινωνίας. Η υψηλότερη αρετή για το άτομο είναι τα διανοητικά επιτεύγματα και η επιδίωξη της ειρήνης. Ο Αριστοτέλης θεωρούσε τις γυναίκες, τα παιδιά και τους σκλάβους κατώτερους, έτσι τους απέκλειε από τη διακυβέρνηση. Θεωρούσε, ωστόσο, ότι στα παιδιά έπρεπε να παρέχεται μια εκπαίδευση με στόχο να τους ενσταλάξει την αρετή που θα διασφάλιζε ότι θα γίνονταν υπεύθυνοι πολίτες και θα τους έδινε το κίνητρο να εργάζονται με σκοπό το κοινό καλό της πολιτείας. Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα που οραματιζόταν ο Αριστοτέλης περιλάμβανε γραμματική, γυμναστική, μουσική και σχέδιο.²⁰

Για τον Αριστοτέλη, ήταν σημαντική η εκπαίδευση της λογικής ψυχής επειδή η υγεία του νου εξαρτιόταν από την υγεία του σώματος. Ο Αριστοτέλης πίστευε ότι ο αθλητισμός έδινε στους νέους τη δυνατότητα να αναπτύσσονται ως δυνατοί, υγιείς πολίτες που θα υπερασπιζόνταν την Αθήνα σε καιρό πολέμου και θα της ήταν χρήσιμοι σε καιρό ειρή-

νης. Πίστευε επίσης ακράδαντα ότι η φυσική αγωγή (γυμναστική) ήταν απαραίτητη επειδή η υγεία της ψυχής/του νου εξαρτιόταν από την υγεία του σώματος. Ο Αριστοτέλης ήταν επίσης ένθερμος υποστηρικτής των Ολυμπιακών Αγώνων. Επιχείρησε μάλιστα μια εκτεταμένη αναθεώρηση του καταλόγου των Ολυμπιονικών με αποτέλεσμα να συντάξει μια πληρέστερη έκδοση από αυτήν που υπήρχε μέχρι τότε.

ΤΑ ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΘΕΜΕΛΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Η Ακρόπολη των Αθηνών και ο τόπος όπου γεννήθηκαν οι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι οικεία σύμβολα που συσχετίζουμε τόσο με την αρχαία όσο και με τη σύγχρονη Ελλάδα. Η ιστορία της αρχαίας Ελλάδας είναι γεμάτη μύθους, σκλαβιά, πολέμους, ρομαντική ποίηση, πολιτιστικές δραστηριότητες μεγάλης κλίμακας και την ανάπτυξη του αθλητικού ανταγωνισμού και την προαγωγή του φυσικού κάλλους –μια ιστορία που εξακολουθεί να μας γοητεύει 2000 χρόνια αργότερα.

Αρετή και Αγώνας

Η *αρετή* και ο *αγώνας* αντιπροσωπεύουν ιδανικά που είχαν απήχηση σε κάθε Έλληνα. Από ιστορική και φιλοσοφική άποψη, αυτά τα δύο ιδανικά είναι σημαντικά αν θέλουμε να κατανοήσουμε τον ελληνικό πολιτισμό και την πολιτισμική σημασία των συγκεκριμένων ιδιοτήτων που αγωνιζόταν να επιτύχει κάθε Έλλη-

νας. Αυτό δεν είναι εύκολο έργο, επειδή μια κυριολεκτική μετάφραση του νοήματος αυτών των δύο λέξεων είναι επιεικώς δύσκολη. Το *Journal of Sport Literature* σημειώνει ότι η αρετή είναι δυνατή μόνο όταν κάποιος αγωνίζεται· όσοι νομίζουν ότι έχουν επιτύχει την αρετή, την έχουν χάσει και αυτό αποτελεί ύβρη (υπέρμετρη υπερηφάνεια). Ο Stephen G. Miller, επίτιμος καθηγητής κλασικής αρχαιολογίας στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας στο Berkeley και ειδικός στον αθλητισμό της αρχαίας Ελλάδας, δίνει την καλύτερη ερμηνεία της αρετής: «Η αρετή συνδέεται άρρηκτα με τον αθλητισμό της αρχαίας Ελλάδας και είναι φορτωμένη με πληθώρα νοημάτων». ²¹ Και συνεχίζει:

Ένας ορισμός της αρετής θα περιλάμβανε τη χρηστότητα, την ικανότητα, τη γενναιότητα, την υπερηφάνεια, την υπεροχή, τον ηρωισμό και την ευγένεια, αλλά οι λέξεις αυτές, είτε μεμονωμένα είτε συλλογικά, δεν αποδίδουν πλήρως το νόημα της αρετής. Η αρετή υπήρχε, σε κάποιο βαθμό, σε κάθε αρχαίο Έλληνα και ταυτόχρονα αποτελούσε στόχο που κάθε Έλληνας επιδίωκε και ήθελε να επιτύχει. ²²

Ο τρόπος που αντιλαμβάνονται την αρετή ορισμένοι μελετητές και οι περισσότεροι επαγγελματίες της φυσικής αγωγής πολύ συχνά εστιάζει στην αρετή που σχετίζεται με την επίτευξη της υπεροχής στον αθλητισμό, χωρίς να λαμβάνονται υπόψη άλλοι πολιτισμικοί παράμετροι της αρχαίας Ελλάδας. Ο Miller παρατη-



ρεί ότι «στην αρχαιότητα, η αρετή δεν περιοριζόταν στους αθλητές. Η αρετή –που δεν είναι πλήρως κατανοητή ως έννοια σήμερα– έχει συνεπώς θολώσει την εικόνα που έχουμε για την αρχαιότητα και μας έχει στερήσει πολλά από τα πραγματικά μηνύματα που πρέπει να αποκομίσουμε από τον αρχαίο αθλητισμό».²³ Στην αρχαία Ελλάδα, η αρετή δεν περιοριζόταν στα εκπληκτικά επιτεύγματα των ανδρών αθλητών, αλλά αποτελούσε επίσης προνόμιο και των δημοσίων λειτουργών, των ποιητών, των φιλοσόφων και των απλών πολιτών. Ένα παράδειγμα αρετής βρίσκουμε σε ένα κείμενο που γράφτηκε σχεδόν πριν από 2000 χρόνια από τον Πausανία, ο οποίος έζησε τον 2ο αιώνα μ.Χ. και ταξίδεψε σε όλον τον ρωμαϊκό κόσμο. Πέρασε χρόνο στην Ελλάδα και την Αίγυπτο και άφησε πίσω του λεπτομερείς περιγραφές των όσων παρατήρησε. Πολλά απ' όσα γνωρίζουμε για τον αρχαίο κόσμο τα οφείλουμε στα κείμενα του Πausανία.

Περίπου το 170 μ.Χ., αναφέρθηκε στην αρετή κατά τη διάρκεια μιας επίσκεψης στην αγορά της Φιγαλείας. Κατά την παραμονή του στη Φιγαλεία, ο Πausανίας πρόσεξε ένα πέτρινο άγαλμα που είχε ανεγερθεί προς τιμήν του Αρριχίωνα, ενός μεγάλου αθλητή που νίκησε τρεις φορές στην Ολυμπία στο παγκράτιο (ένα συνδυασμό πυγμαχίας και πάλης). Σύμφωνα με τον Πausανία, η επιγραφή στο πέτρινο μνημείο του Αρριχίωνα εξαφανίστηκε, αλλά η περιγραφή της νίκης του στην πεντηκοστή τέταρτη Ολυμπιάδα (το 564 π.Χ.) είχε γίνει θρύλος. Στην πεντηκοστή τέταρτη Ολυμπιάδα, ο Αρρι-

χίων είχε νικήσει εν μέρει χάρη στη δικαιοσύνη των Ελλανοδικών (κριτών) και εν μέρει χάρη στην αρετή του.²⁴ Καθώς ο Αρριχίων πάλευε με τον αντίπαλό του, εκείνος άρχισε να τον στραγγαλίζει και κατάφερε επίσης να τυλίξει τα πόδια του γύρω από την κοιλιά του Αρριχίωνα. Ο Αρριχίων αμύνθηκε και κατάφερε, μάλιστα, να σπάσει ένα από τα δάκτυλα του ποδιού του αντιπάλου του. Ωστόσο, κατά τη διάρκεια της πάλης, ο Αρριχίων πέθανε από ασφυξία, αλλά ο αντίπαλός του δεν το αντιλήφθηκε και έκανε το σημείο παραδοχής της ήττας του. Όταν οι Ελλανοδίκες χώρισαν τους δύο αθλητές, ανακάλυψαν ότι ο Αρριχίων ήταν νεκρός. Φαίνεται ότι είχε προτιμήσει να πεθάνει παρά να παραδεχτεί την ήττα του. Οι Ελλανοδίκες, εμπνεόμενοι από την αρετή του, τον κήρυξαν νικητή και έστεψαν τον νεκρό αθλητή με το στεφάνι ελιάς.

Η ιστορία της νίκης και της επίδειξης αρετής του Αρριχίωνα δεν είναι παρά ένα μόνο παράδειγμα αρετής, αλλά ιδιαίτερα εντυπωσιακό! Η αρετή είναι μια πολύπλοκη αλλά συναρπαστική έννοια και δεν επιδέχεται εύκολους ορισμούς. Αντικατοπτρίζει ιδιότητες και συμπεριφορές που έχαιραν της μεγαλύτερης εκτίμησης στην αρχαία Ελλάδα. Εξακολουθούμε να αναφερόμαστε στην αρετή στον σύγχρονο κόσμο, αν και τις περισσότερες φορές δεν χρησιμοποιούμε τον όρο σωστά, περιορίζοντάς τον, για παράδειγμα, στην αθλητική υπεροχή. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η αρετή δεν περιοριζόταν στον αθλητισμό και ότι ήταν εφικτή για όλους τους Έλληνες, αθλη-

τές και μη. Σημειωτέον ότι δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι υπήρχε σύνδεση μεταξύ αρετής και αγώνα όσον αφορά τις γυναίκες. Η αρετή αποτελούσε ένα καθαρά ανδρικό ιδεώδες, με πιθανή εξαίρεση τις γυναίκες της Σπάρτης. Αυτό, ωστόσο, είναι απλή εικασία.

Ο Miller και άλλοι έχουν παρατηρήσει συχνά ότι μπορούμε να μάθουμε πολλά από τους αρχαίους Έλληνες και ιδίως από τον ελληνικό αθλητισμό. Ίσως είναι καιρός να ανακαλύψουμε και πάλι το αληθινό νόημα της αρετής και να εφαρμόσουμε τις αρχές της στις προσπάθειες βελτίωσης του σύγχρονου αθλητισμού και της σύγχρονης κοινωνίας. Η αρετή είναι μια ιδιότητα που δεν μπορεί να καθοριστεί εύκολα στον σημερινό κόσμο. Μπορεί να μη διαθέτουμε τις κατάλληλες λέξεις για να αποδώσουμε το νόημά της, αλλά μπορούμε να καταλάβουμε τη σημασία της.

Αν και η αρετή ήταν εφικτή για όλους τους Έλληνες, η κατάκτησή της δεν ήταν εύκολη και δεν κατάφεραν να την έχουν όλοι οι Έλληνες. Ο αγώνας είναι μια έννοια λιγότερο πολύπλοκη από την αρετή. Ο Όμηρος αναφέρεται στον αγώνα ως χώρο συνάντησης όπου λάμβαναν χώρα αθλητικές εκδηλώσεις. Με τον καιρό, η λέξη «αγών» απέκτησε ευρύτερη σημασία που περιλάμβανε όχι μόνο τον αθλητικό ανταγωνισμό, αλλά και αγώνες μουσικής, ποίησης, ρητορείας κ.λπ. Για παράδειγμα, ο όρος «γυμνικός αγών» χρησιμοποιούνταν για να υποδηλώσει τους αθλητικούς αγώνες όπου συμμετείχαν γυμνοί αθλητές. Η σύγχρονη λέξη αγωνία προέρχεται από τον αγώ-

να. Η αγωνιστική διαδικασία συνήθως αναφέρεται στον φυσικό πόνο που υπομένουν οι αθλητές κατά τη διάρκεια της προπόνησης και του αγώνα. Από την αρχαία λέξη γυμνός προήλθε σταδιακά η λέξη γυμναστής, που υποδήλωνε όποιον έκανε κάτι γυμνός και τελικά η λέξη «γυμναστής» άρχισε να υποδηλώνει τους εκπαιδευτές που προπονούσαν αθλητές στο γυμνάσιο, έναν χώρο εκπαίδευσης, όπου οι αθλητές εκπαιδεύονταν γυμνοί με στόχο την ανάπτυξη τόσο του νου όσο και του σώματος.

Η *Ιλιάδα* και η *Οδύσσεια* – Η ιστορία της Τροίας

Τα έργα του Ομήρου *Ιλιάδα* και *Οδύσσεια* είναι επικά ποιήματα. Αρχικά ήταν προφορικές αφηγήσεις και αποδίδονταν στον ποιητή Όμηρο, που λεγόταν ότι ήταν τυφλός. Αργότερα, η *Ιλιάδα* και η *Οδύσσεια* αποτυπώθηκαν σε γραπτή μορφή σε κάποιο χρονικό σημείο μεταξύ του 1100 π.Χ. και του 700 π.Χ. Ο Όμηρος μπορεί να ήταν ένας μεμονωμένος ποιητής, αν και ορισμένοι πιστεύουν ότι ο Όμηρος αντιπροσωπεύει το έργο περισσότερων από ένα ατόμων. Όπως και να έχει, πρόκειται για εντυπωσιακές ιστορίες με πρωταγωνιστές πασίγνωστους Έλληνες τα ονόματα των οποίων είναι σήμερα εξίσου αναγνωρίσιμα με το παρελθόν: την ωραία Ελένη, τον βασιλιά των Μυκηνών Αγαμέμνονα, τον Πάρη, τον γιο του βασιλιά της Τροίας Πριάμου που έκλεψε την Ελένη, τον Οδυσσέα, τον ήρωα της *Οδύσσειας* που ήταν ο πολυμήχανος Έλληνας ο οποίος συνέλαβε την ιδέα



της κατασκευής του Δούρειου Ίππου, τον Έκτορα, γιο του Πριάμου, μεγαλύτερο αδελφό του Πάρη, και γενναϊότερο πολεμιστή των Τρώων, που σκοτώθηκε από τον Αχιλλέα, και τον Μενέλαο, τον βασιλιά της Σπάρτης που απαιτούσε να του επιστρέψουν την Ελένη, αλλιώς θα γινόταν πόλεμος! Όπως και έγινε.

Η *Ιλιάδα* διηγείται την ιστορία της αρπαγής της Ελένης, συζύγου του βασιλιά της Σπάρτης Μενελάου, και του 10ετούς Τρωικού Πολέμου, ενώ η *Οδύσσεια* περιγράφει τις περιπέτειες ενός από τους ήρωες του Τρωικού Πολέμου, του Οδυσσέα, μετά το τέλος του πολέμου και μέχρι να επιστρέψει πίσω στην πατρίδα του. Η Τροία και ο Τρωικός Πόλεμος γοήτευαν τους ανθρώπους του αρχαίου κόσμου. Όταν ο Μέγας Αλέξανδρος (356-323 π.Χ.) άρχισε την κατάκτηση της Περσικής Αυτοκρατορίας, σταμάτησε στην Τροία και απαίτησε φόρο τιμής στους ήρωες του Τρωικού Πολέμου τρέχοντας γύρω από τα τείχη της πόλης γυμνός και κρατώντας την ασπίδα που λεγόταν ότι ανήκε στον Αχιλλέα. Ενώσω βρισκόταν στην Τροία, προσευχήθηκε στον Ναό της Αθηνάς. Το μεγαλύτερο μέρος του ναού έχει καταρρεύσει, αλλά το δάπεδο όπου στάθηκε και προσευχήθηκε ο Αλέξανδρος υπάρχει ακόμα.

Η *Οδύσσεια* είναι η ιστορία του Οδυσσέα και του ταξιδιού της επιστροφής του στην Ελλάδα. Είναι άλλη μία επική ιστορία που αξίζει να διαβάσουν όλοι και, ναι, το Χόλιγουντ την έχει κάνει και αυτήν ταινία.

Η Τροία και ο μύθος του Τρωικού Πολέμου εξακολουθούν να μας συναρπάζουν στον 21^ο αιώνα. Οι μεγά-

λοι παραγωγοί του Χόλιγουντ ήξεραν ότι ο σύγχρονος κόσμος εξακολουθεί να γοητεύεται από το καταπληκτικό αυτό έπος και το 2004 προβλήθηκε για πρώτη φορά η ταινία *Τροία*, με τον Μπραντ Πιτ στον ρόλο του Αχιλλέα. Η ταινία, όπως και το πρωτότυπο έπος, είχε τεράστια επιτυχία. Όμως υπήρξε σ' αλήθεια η Τροία; Σε ποιο βαθμό στηρίζονται σε αληθινά γεγονότα η *Ιλιάδα* και η *Οδύσσεια*, που αποτελούσαν προφορικές αφηγήσεις πριν από χιλιάδες χρόνια;

Η Τροία υπήρξε όντως. Οι Έλληνες είχαν αποικίσει τη Μικρά Ασία, που σήμερα ανήκει στην Τουρκία, και είχαν κτίσει επιβλητικές πόλεις. Μετά την κατάκτηση της Ελλάδας από τους Ρωμαίους το 146 π.Χ., οι Ρωμαίοι συνήθως «εκρωμαίζαν» τις ελληνικές πόλεις και συχνά τις έκαναν πιο πολυτελείς από ό,τι οι Έλληνες. Οι Ρωμαίοι, όπως και οι Έλληνες, μαγεύτηκαν από την ποίηση του Ομήρου και κατοίκησαν στη μεγάλη αυτή πόλη. Περισσότερα σχετικά με αυτό θα πούμε στο επόμενο κεφάλαιο· τώρα ας επανέλθουμε στην Τροία.

Την εποχή που έζησε ο Όμηρος, η Τροία ήταν γνωστή με το όνομα Ίλιον. Τα ερείπια της Τροίας βρίσκονται στη δυτική Τουρκία, κοντά στα παράλια του Αιγαίου Πελάγους, περίπου μία ώρα με το αυτοκίνητο από το Τσανάκαλε ή έξι από την Κωνσταντινούπολη. Ο πόλεμος άρχισε τον 13ο αιώνα, όταν ο Πριάμος, ο βασιλιάς της Τροίας, έστειλε τον μικρότερο από τους δύο γιους του, τον Πάρη, σε διπλωματική αποστολή στη Σπάρτη. Ο νεαρός Πάρις ταξίδεψε στη Σπάρτη με σκοπό να καλ-

λιεργήσει συμμαχικές σχέσεις με τους Σπαρτιάτες. Όταν έφτασε στη Σπάρτη, τον παρουσίασαν στον βασιλιά Μενέλαο, αλλά ο Πάρης δεν άργησε να στρέψει την προσοχή του στην Ελένη, τη σύζυγο του Μενελάου, που λεγόταν ότι ήταν η ωραιότερη γυναίκα σε όλη την Ελλάδα.

Σαγηνευμένος από την ομορφιά της Ελένης, ο Πάρης την έκλεψε από τη Σπάρτη μέσα στη νύκτα και σάλπαρε αμέσως για την Τροία μαζί με την κατάκτησή του. Η Ελένη σύντομα θα γινόταν δική του γυναίκα.

Όπως θα μαντέψατε, ο βασιλιάς Μενέλαος έγινε εξαλλος που ο Τρώας πρίγκιπας είχε αρπάξει τη γυναίκα του και απαίτησε από τον Πάρη να του την επιστρέψει. Ο Πάρης, όμως, δεν ήταν διατεθειμένος να δώσει πίσω τον έρωτα της ζωής του, ακόμα και αν αυτό σήμαινε πόλεμο. Ο Μενέλαος συσκέφτηκε με τον αδελφό του, τον ισχυρό βασιλιά των Μυκηνών Αγαμέμνονα, και γρήγορα οι Έλληνες συγκέντρωσαν χιλιάδες πλοία για να επιτεθούν στην Τροία και να ξαναφέρουν την Ελένη στη Σπάρτη. Έτσι, η Ελένη έμεινε στην ιστορία ως «το πρόσωπο που για χάρη του απέπλευσαν χίλια πλοία».

Ο πόλεμος διήρκεσε 10 χρόνια. Πάνω που η κατάσταση έμοιαζε να έχει οδηγηθεί σε αδιέξοδο, ο πανέξυπνος Έλληνας βασιλιάς της Ιθάκης Οδυσσέας συνέλαβε μια ιδέα για να ξεγελάσουν τους Τρώες, που αρνούνταν να επιστρέψουν την Ελένη. Κατασκεύασαν ένα γιγάντιο άλογο που ήταν κούφιο από μέσα και εκεί κρύφτηκαν Έλληνες πολεμιστές. Άφησαν τον «Δούρειο Ίππο» έξω από τα τείχη της Τροίας ως

«δώρο» –τουλάχιστον έτσι πίστεψαν οι Τρώες. Οι Έλληνες τούς έδωσαν την εντύπωση ότι είχαν εγκαταλείψει τις προσπάθειες εκπόρθησης και είχαν σαλπάρει για την Ελλάδα. Οι ανύποπτοι Τρώες μετέφεραν χαρούμενοι το άλογο μέσα στην πόλη και οργάνωσαν μεγάλη γιορτή για τη νίκη τους. Όταν βράδιασε, εξαντλημένοι από το γλέντι και το πιετό, οι Τρώες έπεσαν για ύπνο. Τότε οι Έλληνες που κρύβονταν μέσα στο άλογο κατέβηκαν με ένα σκοινί και άνοιξαν όλες τις πύλες της πόλης για να μπει ο στρατός των συμπατριωτών τους που είχε επιστρέψει. Οι Έλληνες αιφνιδίασαν τους Τρώες και έπεσαν καταπάνω τους χωρίς οίκτο. Ο Μενέλαος έψαχνε να βρει την Ελένη όχι για να τη σώσει, αλλά για να τη σκοτώσει. Όταν τη βρήκε όμως, η ομορφιά της τον μάγεψε και πάλι (όπως και κάθε άλλον άντρα που την αντίκριζε) και της χάρισε τη ζωή. Η φράση «φοβού τους Δαναούς και δώρα φέροντας» αναφέρεται στον Δούρειο Ίππο, που προσφέρθηκε στους Τρώες τάχα ως «δώρο». Σήμερα ο όρος Τροϊαν έχει δοθεί σε έναν ιό ηλεκτρονικών υπολογιστών, αλλά το νόημα παραμένει το ίδιο, δείχνοντας για άλλη μία φορά την τεράστια επίδραση των αρχαίων Ελλήνων στον σύγχρονο κόσμο.

Για χιλιάδες χρόνια, οι άνθρωποι νόμιζαν ότι η ιστορία του Τρωικού Πολέμου ήταν μύθος. Ο Ερρίκος Σλήμαν (1822-1890) γεννήθηκε στη Γερμανία και από νεαρή ηλικία τον γοήτευσε η περιγραφή του Τρωικού Πολέμου από τον Όμηρο. Τόσο πολύ είχε γοητευτεί ο Σλήμαν, που ήταν πεπεισμένος ότι η Τροία είχε



υπάρξει πραγματικά και ο Τρωικός Πόλεμος αποτελούσε ιστορικό γεγονός και όχι μύθο.

Ο Σλήμαν έγινε πολύ πλούσιος χάρη στο επιχειρηματικό του δαιμόνιο και κυρίως χάρη στις επιχειρηματικές του δραστηριότητες στην Καλιφόρνια. Μιλούσε επίσης με άνεση πολλές ξένες γλώσσες. Αυτό του έδωσε τη δυνατότητα να κυνηγήσει το όνειρο της ζωής του, που ήταν να βρει την Τροία. Αφιέρωσε αρκετά χρόνια στη μελέτη των κλασικών και της αρχαιολογίας στη Σορβόνη και στο Παρίσι, αλλά δεν πήρε ποτέ διδακτορικό στη Φιλοσοφία. Με την επιμονή του, κατάφερε, ωστόσο, να πείσει τις πανεπιστημιακές αρχές της Σορβόνης να του απονεύμουν ένα πιστοποιητικό σπουδών. Επιστρέφοντας στην Τουρκία, εξασφάλισε την άδεια της οθωμανικής κυβέρνησης να κάνει ανασκαφές στις περιοχές όπου πίστευε ότι υπήρχαν τα απομεινάρια της αρχαίας Τροίας. Ως αυτοδίδακτος αρχαιολόγος –το χειρότερο είδος αρχαιολόγου– κατέστρεψε αρκετούς αρχαιολογικούς χώρους κατά τη διάρκεια των αναζητήσεών του. Ωστόσο, σε ένα μεγάλο λόφο που λεγόταν Ινσιρλίκ, ανακάλυψε τελικά ένα χώρο με αντικείμενα που έδειχναν ότι είχε ανακαλύψει τη μυθική πόλη της Τροίας.

Όπως αποδείχθηκε, στον χώρο εκείνο είχαν οικοδομηθεί περισσότερες από μία αρχαίες πόλεις. Οι ανασκαφές αποκάλυψαν εννέα αρχαίες πόλεις, η αρχαιότερη από τις οποίες, η Τροία 1, χρονολογείται περίπου από το 3000 π.Χ. Οι περισσότεροι αρχαιολόγοι πιστεύουν ότι η Τροία υπ' αριθμόν 6 είναι η πόλη που περιέγραψε ο Όμηρος.

Ο Σλήμαν είχε παντρευτεί μια Ελληνίδα με το όνομα Σοφία. Σύμφωνα με την περιγραφή του ίδιου, είδε κάτι που γυάλιζε σαν πολύτιμο μέταλλο. Θα μπορούσε άραγε να είναι ο χρυσός του Πριάμου; Έσπευσε να δώσει μία ημέρα άδεια στους εργαζόμενους του και ξέθαψε μόνος του μια σειρά πολύτιμων κοσμημάτων. Εντόπισε, μάλιστα, ένα που θεωρούσε ότι ήταν αυτό που φορούσε η ωραία Ελένη και φωτογράφησε τη σύζυγό του με το εξάισιο εκείνο περιδέραιο.

Ο Σλήμαν, που αγαπούσε πάντα τη δημοσιότητα, γνωστοποίησε αμέσως στον παγκόσμιο τύπο ότι είχε πράγματι ανακαλύψει τη μυθική πόλη της Τροίας. Πολλοί τον αντιμετώπισαν με σκεπτικισμό. Όσο περνούσε ο καιρός, ωστόσο, και γίνονταν ολοένα περισσότερες αρχαιολογικές ανασκαφές υπό την επίβλεψη εκπαιδευμένων αρχαιολόγων όπως ο Carl W. Blegen, η Τροία των ομηρικών επών άρχισε να ζωντανεύει. Οι ανασκαφές στην Τροία συνεχίζονται μέχρι σήμερα. Ο διάσημος Τούρκος αρχαιολόγος Reyhan Köpru διενεργεί εδώ και 20 χρόνια έρευνες στην Τροία και τη γύρω περιοχή, γνωστή ως Τρωάδα.²⁵ Μέχρι στιγμής οι αρχαιολόγοι δεν έχουν βρει τεχνουργήματα (ενδείξεις) που να παραπέμπουν στο πρωτότυπο ξύλινο άλογο, τον Δούρειο Ίππο. Έχει βρεθεί, ωστόσο, ένα αντικείμενο που απεικονίζει ένα ξύλινο άλογο μέσα στο οποίο κρύβονται Έλληνες στρατιώτες. Ένα τεράστιο μοντέλο αυτού του «Δούρειου Ίππου» είναι το πρώτο πράγμα που αντικρίζουν οι σημερινοί επισκέπτες όταν μπαίνουν στον αρχαιολογικό χώρο της Τροίας (Εικόνα 3-6).



Εικόνα 3-6 Αυτό το αντίγραφο βρίσκεται μέσα στην Τροία. Η κατασκευή του βασίστηκε σε μια εικόνα που πάρθηκε από ένα αρχαίο αγγείο και απεικονίζει τους Έλληνες στρατιώτες κρυμμένους μέσα στον Δούρειο Ίππο.

Ταφικοί αγώνες

Ο Όμηρος περιγράφει τους ταφικούς αγώνες στην 23^η ραψωδία της *Ιλιάδας*, που γράφτηκε μεταξύ του 1100 και του 700 π.Χ. μαζί με την *Οδύσσεια*. Οι ταφικοί αγώνες που περιγράφει ο Όμηρος αφορούν τον Πάτροκλο, φίλο και συμπολεμιστή του μυθικού Αχιλλέα. Ο Πάτροκλος σκοτώθηκε στη μάχη και ο Αχιλλέας, για να τιμήσει και να πενήσει τον φίλο του, θέσπισε τους ταφικούς αγώνες (αθλητικούς αγώνες προς τιμήν του νεκρού). Οι Έλληνες πολεμιστές, καθισμένοι γύρω από το σώμα παρακολούθησαν μια ταφική εορταστική τελετή. Την επομένη, ο Αχιλλέας τοποθέτησε το σώμα του νεκρού σε έναν ξύλινο βωμό περιβαλλόμενο από τέσσερα σφαγιασμένα άλογα και 12 άτυχους νεαρούς

Τρώες που εκτελέστηκαν για την περίπτωση αυτή. Ο βωμός, τα άλογα και οι νεκροί Τρώες παραδόθηκαν στις φλόγες. Μετά την αποτέφρωση, έλαβαν χώρα οι ταφικοί αγώνες, που περιλάμβαναν αρματοδρομία, δισκοβολία, τοξοβολία, πάλη, αγώνες δρόμου, ακονισμός και πυγμαχία.*

Οι ταφικοί αγώνες δεν ήταν ασυνήθιστοι ούτε οι Έλληνες ήταν οι μόνοι που τους διοργάνωναν. Οι Έλληνες, όπως συνέβαινε και με άλλους αρχαίους πολιτισμούς, ήταν πολύ θρησκοί και ήθελαν να τιμούν και να κατευνάζουν θεούς όπως ο Δίας (ο ανώτερος από όλους τους θεούς), ο Απόλλων (ο θεός του ήλιου, προστάτης της μουσικής και της θεραπευτικής και μαντικής τέχνης) και η Αθηνά (η θεά της σοφίας και των τεχνών). Πέρα από το ότι τιμούσαν τους νεκρούς, οι ταφι-

*Σημ. επιμελητή: Το αγωνιστικό πρόγραμμα των ταφικών αγώνων προς τιμήν του Πατρόκλου περιλάμβανε και την σπλομαχία. *Ιλιάδα* Ψ798-825.



κοί αγώνες θεωρούνταν ότι ευχαριστούσαν τους θεούς, οι οποίοι, όπως πίστευαν οι άνθρωποι, παρακολουθούσαν και απολάμβαναν τους αθλητικούς αγώνες. Ο ναός της Αθηνάς στην Τροία ήταν επίσης ένας χώρος όπου οργανώνονταν αθλητικοί αγώνες προς τιμήν της θεάς. Τέτοιες εορταστικές αθλητικές εκδηλώσεις, πέρα από τους Έλληνες, οργάνωναν και οι Ρωμαίοι όταν κυριεύσαν την Τροία. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η Τροία είχε αποτελέσει τη σκηνή επικών μαχών και λαμπρών αθλητικών αγώνων.

Η ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ

Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες έπαιζαν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του αθλητισμού. Η Ελλάδα, που εκτείνεται στις βορειότερες ακτές της Μεσογείου, είναι μια χώρα ευλογημένη με άφθονη ηλιοφάνεια και ζεστό καιρό. Οι κλιματικές αυτές συνθήκες επέτρεψαν στους Έλληνες να επιδίδονται σε ζωηρές υπαίθριες δραστηριότητες καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, σε σύγκριση με τους σκανδιναβικούς και τους γερμανικούς λαούς, που παρέμεναν κλεισμένοι στα σπίτια τους για μεγάλο μέρος του έτους λόγω των κακών καιρικών συνθηκών. Η Ελλάδα αποτελείται από μια πλειάδα νησιών και την ηπειρωτική χώρα, που έχει μια ακανόνιστη, δαντελωτή ακτογραμμή με όμορφα λιμάνια, ήρεμους κόλπους και ειδυλλιακά χωριά. Το μεσογειακό νησί της Κρήτης, που άκμασε ως συναφής αλλά χωριστός πολιτισμός, έχει επίσης θαυμάσια ερείπια και αθλητικά μνημεία, όπως πλατείες



Εικόνα 3-7 Άλματα και ακροβασίες Μινωίτη επάνω σε ταύρο.

που φαίνεται ότι αποτελούσαν χώρους για τα ταυροκαθάψια (ακροβασίες με άλματα πάνω σε ταύρους) (Εικόνα 3-7). Στην Κρήτη, τα σημαντικότερα ανάκτορα ήταν κτισμένα στην Κνωσό, τη Φαιστό και τα Μάλια και ανάμεσα στα ερείπιά τους υπάρχουν ακόμα έργα τέχνης που απεικονίζουν αθλητές να πηδούν πάνω σε ταύρους, πιθανώς χρησιμοποιώντας κάποιο βοήθημα, σε έναν χώρο που ίσως βρισκόταν στην κεντρική αυλή του παλατιού. Η πυγμαχία και ο χορός ήταν επίσης δημοφιλείς δραστηριότητες στις οποίες επιδίδονταν οι Κρήτες κατά τη Χάλκινη Εποχή του Αιγαίου (3000-1100 π.Χ.).²⁶

ΜΕΡΙΚΕΣ ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Οι μελετητές δεν έχουν εντοπίσει με απόλυτα βεβαιότητα τις απαρχές του ελληνικού αθλητισμού. Στην ελληνική μυθολογία υπάρχουν πολυάριθμες

αναφορές στην αθλητική ικανότητα των θεών και των θνητών. Η *Ιλιάδα* του Ομήρου αφηγείται την ιστορία του Αχιλλέα και τα θρυλικά του κατορθώματα που έδειχναν τη φυσική του ρώμη και την ανδρεία του. Στην *Οδύσσεια*, ο Όμηρος εξυμνεί τις αρετές του ήρωα Οδυσσέα και τις αθλητικές ικανότητές του. Πριν από αυτή τη (μυθική) χρονική περίοδο, οι Έλληνες της Μυκηναϊκής Εποχής συμμετείχαν σε αθλητικούς αγώνες που έμοιαζαν πολύ με αγώνες στίβου. Παρότι υπάρχουν ακόμα διχογνωμίες σχετικά με τις ρίζες του ελληνικού αθλητισμού, η πλούσια παράδοση και η ιστορική κληρονομιά του ελληνικού αθλητισμού είναι απaráμιλλες. Αυτό δεν σημαίνει ότι άλλοι πολιτισμοί δεν προσπάθησαν. Ο Boutros υποστηρίζει ότι οι Φοίνικες μπορεί να ήταν σε μεγάλο βαθμό υπεύθυνοι για τα πρώτα στάδια της ανάπτυξης του ελληνικού αθλητισμού. Την άποψη αυτή, ωστόσο, δεν τη συμμερίζονται οι περισσότεροι. Υπάρχουν δύο κυρίαρχες σχολές σκέψης όσον αφορά την ανάπτυξη του ελληνικού αθλητισμού. Η πρώτη εξήγηση, που είναι η παραδοσιακή άποψη, είναι της ανόδου και της πτώσης. Οι μελετητές που υιοθετούν τη ρομαντική αυτή άποψη πιστεύουν ότι ο αρχαίος ελληνικός αθλητισμός άκμασε κατά τον 6ο και τον 5^ο αιώνα π.Χ. και κατόπιν γνώρισε μια μακρά περίοδο παρακμής, εν μέρει λόγω της περιφρόνησης που έτρεφαν οι Ρωμαίοι για τον ελληνικό αθλητισμό, της ανόδου του Χριστιανισμού και της σταθερής αύξησης των επαγγελματιών αθλητών που αγνοούσαν τις αρχικές έννοιες του αγώνα και της αρετής.

Κατά την παραδοσιακή άποψη, ο

ελληνικός αθλητισμός αναπτύχθηκε κυρίως από τους αγώνες που περιγράφει ο Όμηρος στην *Ιλιάδα* και την *Οδύσσεια*. Γνωρίζουμε με βεβαιότητα ότι, από τον 6ο αιώνα π.Χ. και μετά, ο πρώτιστος στόχος του αθλητή ήταν να αγωνίζεται σε έναν κύκλο τεσσάρων σημαντικών εθνικών αγώνων που ονομάζονταν στεφανίτες αγώνες, επειδή ο νικητής ανταμειβόταν με ένα στεφάνι ελιάς, δάφνης, πεύκου ή σέλινου. Οι στεφανίτες αγώνες αργότερα ήταν γνωστοί ως Πανελλήνιοι Αγώνες. Ο κύκλος των Πανελληνίων Αγώνων θεσπίστηκε το 573 π.Χ., περιλαμβάνοντας τα Νέμεα. Οι Πανελλήνιοι Αγώνες, που τελούνταν κατά τέτοιο τρόπο ώστε να διασφαλίζεται ότι θα γινόταν ένας σημαντικός αγώνας ετησίως, περιλάμβαναν:

1. Τους Ολυμπιακούς Αγώνες, που γίνονταν κάθε τέσσερα χρόνια στην Ολυμπία προς τιμήν του Δία. Ήταν οι παλαιότεροι και μεγαλύτερου κύρους Πανελλήνιοι Αγώνες. Η πρώτη καταγραφή των Ολυμπιακών Αγώνων εμφανίζεται το 776 π.Χ. Οι νικητές στεφανώνονταν με στεφάνι ελιάς.
2. Τα Πύθια, που γίνονταν κάθε τέσσερα χρόνια στους Δελφούς, τον ιερό τόπο του Απόλλωνα. Οι νικητές στεφανώνονταν με δάφνινο στεφάνι.
3. Τα Ίσθμια, που γίνονταν κάθε δύο χρόνια κοντά στην Κόρινθο, προς τιμήν του Ποσειδώνα, του θεού της θάλασσας. Οι νικητές έπαιρναν ένα στεφάνι πεύκου από πεύκο του ιερού δασυλίου. Για κάποιο διάστημα, τους απένεμαν στεφάνι από σέλινο.
4. Τα Νέμα, που γίνονταν κάθε δύο



χρόνια στη Νεμέα προς τιμήν του Δία. Στους νικητές έδιναν ένα στεφάνι από φρέσκο σέλινο.

Κατά την παραδοσιακή άποψη, την άνοδο του επαγγελματικού αθλητισμού διαδέχτηκε μια εποχή εξειδίκευσης, ανταμοιβών και όλων των κακών που συνοδεύουν το χρήμα και τη δόξα. Τον 4^ο αιώνα π.Χ., ο αθλητισμός δεν ήταν τίποτα περισσότερο από ένα θέαμα και το χρήμα τον είχε διαφθείρει. Στην άποψη αυτή υπάρχει κάποια αλήθεια.

Ωστόσο, οι σύγχρονοι ιστορικοί του αθλητισμού θεωρούν αυτή την παραδοσιακή ή ρομαντική άποψη εσφαλμένη, εν μέρει λόγω της επιρροής του βαρόνου Πιερ ντε Κουμπερτέν, ιδρυτή των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων. Η πρώτη σύγχρονη Ολυμπιάδα έλαβε χώρα στην Αθήνα το 1896, αν και οι Έλληνες είχαν διοργανώσει κάποιους «Ολυμπιακούς Αγώνες» τον 19^ο αιώνα πριν από τους Ολυμπιακούς Αγώνες του ντε Κουμπερτέν. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες που έγιναν στο Γουένλοκ της Αγγλίας προηγήθηκαν επίσης των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων. Ο βαρόνος ντε Κουμπερτέν διαιώνισε το ερασιτεχνικό ιδεώδες το οποίο, σύμφωνα με τους παραδοσιακούς και τους ρομαντικούς, αποτελούσε την επιτομή του ιδεώδους του ελληνικού αθλητικού ανταγωνισμού που θεωρούνταν ότι ήταν αγνό και συμβόλιζε τις έννοιες του αγώνα και της αρετής. Ωστόσο, το ελληνικό ιδεώδες του «ερασιτεχνισμού» δημιουργήθηκε από ιδιοτελείς ομάδες που επινόησαν την έννοια ως μέσο επίτευξης ενός σκοπού.

Οι μελετητές που διαφωνούν με

τους υποστηρικτές της παραδοσιακής άποψης ισχυρίζονται ότι ο ελληνικός αθλητισμός προέκυψε ως αποτέλεσμα της επαφής με τις εδραιωμένες αθλητικές δραστηριότητες της Κρήτης και πολιτισμούς της Εγγύς Ανατολής όπως των Φοινίκων και των Αιγυπτίων. Κατά τους μη παραδοσιακούς, ο ελληνικός αθλητισμός δεν αναπτύχθηκε προς την ιδανική κατεύθυνση του ερασιτεχνισμού που περιγράφει η παραδοσιακή σχολή. Ο H. W. Pleket, για παράδειγμα, υποστηρίζει ότι οι έννοιές μας για τον ερασιτεχνισμό και τον επαγγελματισμό και οι πεποιθήσεις μας για τα βραβεία και άλλες ανταμοιβές συχνά είναι αναχρονιστικές όσον αφορά τον ελληνικό αθλητισμό.²⁷ Σύμφωνα με τον David C. Young, στην ελληνική γλώσσα δεν υπήρχε λέξη για τους αγγλικούς όρους *amateur* και *games*.²⁸ Ενισχύοντας τις απόψεις του Pleket, η Cynthia Slowikowski δηλώνει ότι «οι αρχαίοι Έλληνες ποτέ δεν είχαν λέξη που να σημαίνει επαγγελματίας (professional) και επιπλέον δεν διέκριναν μεταξύ των ερασιτεχνών και άλλων αθλητών στους αγώνες».²⁹ Ο Young επίσης υποστηρίζει ότι οι Έλληνες ποτέ δεν θεωρούσαν τους εαυτούς τους ερασιτέχνες και ποτέ δεν ανέπτυξαν την ιδέα αυτή. Ο Allen Guttman φτάνει, μάλιστα, σε σημείο να πει ότι η ιδέα του ερασιτεχνισμού ήταν επινόηση Βρετανών ιστορικών του 19^{ου} αιώνα και διαιωνίστηκε ως όπλο της ταξικής πάλης για να μην μπορούν οι κατώτερες τάξεις να νικούν τις ανώτερες στις αθλητικές διοργανώσεις.³⁰

Θα συνεχίσουν να υπάρχουν διαφορετικές ερμηνείες της ιστορίας

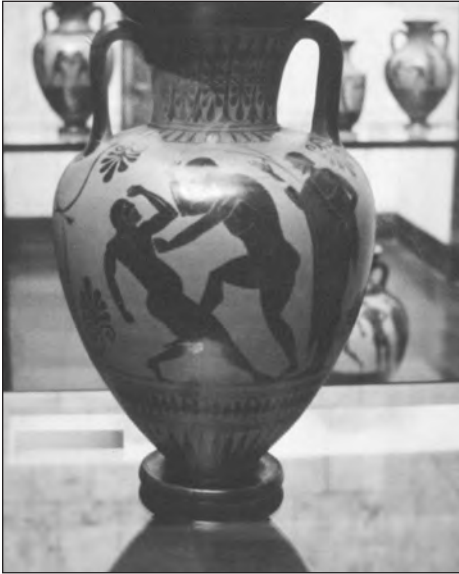
και γενική διαφωνία μεταξύ των ιστορικών της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού ως προς το τι συνέβη και γιατί συνέβη αναφορικά με την ανάπτυξη του αθλητισμού στην αρχαία Ελλάδα. Παρ' όλα αυτά, όπως τα τείχη της αρχαίας Ακρόπολης της Αθήνας, τα θεμέλια της ρομαντικής ερμηνείας της προέλευσης του ελληνικού αθλητισμού καταρρέουν. Δυστυχώς, η άποψη αυτή παραμένει δημοφιλής μεταξύ πολλών επαγγελματιών της φυσικής αγωγής και των αθλητικών ΜΜΕ. Πρέπει να γίνουν πολλές ιστορικές και αρχαιολογικές μελέτες ακόμα με αντικείμενο τον ελληνικό αθλητισμό και με την πάροδο του χρόνου και τις νέες πληροφορίες, θα έρθει στο φως μια σαφέστερη και ακριβέστερη εικόνα ή μπορεί να καταλήξουμε σε διαφορετική ερμηνεία των ίδιων ενδείξεων.

ΑΘΗΝΑ ΚΑΙ ΣΠΑΡΤΗ: ΙΣΤΟΡΙΑ ΔΥΟ ΠΟΛΕΩΝ

Η Ελλάδα αποτελούνταν από μια σειρά πόλεων-κρατών και από περιφερειακές πόλεις, μεγάλες και μικρότερες, που ενώνονταν για τα κοινά τους συμφέροντα, όπως το εμπόριο και η άμυνα. Η χώρα δεν ήταν πολιτικά ενοποιημένη· τις πόλεις-κράτη διόικουσαν βασιλιάδες που συχνά πολεμούσαν μεταξύ τους. Με τον καιρό, αυτές οι πόλεις-κράτη συγχωνεύτηκαν σε περίπου 20 μεγάλους συνασπισμούς ή συμμαχίες υπό την ηγεσία μιας κυρίαρχης πόλης σε κάθε συνασπισμό ή συμμαχία. Οι δύο γνωστότερες πόλεις-κράτη ήταν η Αθήνα και η Σπάρτη και θα τις συζητήσουμε επειδή η αντίθετη φύση αυ-

τών των δύο ισχυρότερων πόλεων-κρατών στην αρχαία Ελλάδα επιτρέπει μια διαφωτιστική και αποκαλυπτική πολιτισμική ανάλυση.

Η Αθήνα, μια πόλη με τεράστιο πολιτισμό και εκπληκτική αρχιτεκτονική, ήταν η πατρίδα του Σωκράτη, του Πλάτωνα, του Αριστοτέλη, του Αριστοφάνη και άλλων φημισμένων ποιητών, δραματουργών και φιλοσόφων. Επιπλέον, η Αθήνα είχε εξελιχθεί στην πιο προηγμένη μορφή δημοκρατίας. Η Σπάρτη, αντίθετα, ήταν μια στρατιωτική δύναμη με κύριο στόχο να κυριαρχήσει σε ολόκληρη την Ελλάδα, γι' αυτό οι πολίτες της είχαν μόνο ένα σκοπό: να είναι πολεμιστές. Ο βασιλιάς της Σπάρτης Λυκούργος έγραψε έναν κώδικα νόμων που έδωσαν στις Σπαρτιάτισσες περισσότερα δικαιώματα και ελευθερίες από όσα είχαν οι Αθηναίες. Καθιέρωσε επίσης να υποβάλλονται οι Σπαρτιάτισσες σε σκληρή φυσική εκπαίδευση και να λαμβάνουν μέρος σε αθλητικούς αγώνες που γίνονταν στη Σπάρτη. Η Σπάρτη επέβαλλε σιδηρά πειθαρχία στους πολίτες της και στα εδάφη που κατακτούσε. Επειδή οι Σπαρτιάτες είχαν εμμονή με τη στρατιωτική υπεροχή, ασχολούνταν ελάχιστα με τις τέχνες, τις επιστήμες, τη λογοτεχνία και τη φιλοσοφία της Ελλάδας, ιδίως σε σύγκριση με τους Αθηναίους. Τα προγράμματα φυσικής αγωγής και οι αθλητικοί αγώνες είχαν μεγάλη σημασία για τη Σπάρτη, την Αθήνα και τον υπόλοιπο ελληνικό κόσμο, που περιλάμβανε και τις αποικίες στην σημερινή Ιταλία, την Τουρκία και, χάρη στις κατακτήσεις του Μεγάλου Αλεξάνδρου, την Ινδία, το Αφγανιστάν και το Πακιστάν επίσης (Εικόνα 3-8).



Εικόνα 3-8 Αθλητικός αγώνας. Ο αθλητής νικάει κάτω από την άγρυπνη καθοδήγηση του ελλανοδίκη.

ΔΥΟ ΑΠΟΨΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Όπως προαναφέραμε, οι Έλληνες απεικόνιζαν τους θεούς τους ως τέλεια φυσικά πρότυπα. Στα έργα τέχνης και τη λογοτεχνία των Ελλήνων αφθονούν εικόνες και ιστορίες που παρουσιάζουν τον Δία, τον Ηρακλή και άλλους θεούς και ημίθεους να διαθέτουν απίστευτο φυσικό κάλλος και σωματικές ικανότητες. Για να τιμούν σωστά τους θεούς οι Έλληνες, επιδίωκαν να τους μοιάζουν μέσω της επίτευξης και της καλλιέργειας του φυσικού κάλλους.

Η πολιτισμική καλλιέργεια και υποστήριξη των αθλητικών αγώνων, παράλληλα με την επιθυμία των Ελλήνων να μοιάζουν με τους θεούς μέσω της επίτευξης φυσικής ομορφιάς, προήγαγαν μια αθλητική φιλοσοφία και κληρονομιά πρωτόγνωρων

διαστάσεων. Η φυσική αγωγή γνώρισε τη μέγιστη ακμή της στην Αθήνα, όπου εξυπηρετούσε τον πρακτικό σκοπό της προετοιμασίας των στρατιωτών για πόλεμο και πρόσφερε επίσης πρότυπα των ελληνικών ιδανικών της ομορφιάς και της αρμονίας. Το αθηναϊκό πρόγραμμα περιλάμβανε αγωγή μέσω του σώματος, που σήμαινε ότι μέσω της φυσικής αγωγής οι Αθηναίοι θεωρούνταν ότι αποκτούσαν τις σπουδαίες αρετές της ιδιότητας του πολίτη, της αφοσίωσης και του θάρρους. Οι Αθηναίοι επιζητούσαν την αρμονία νου και σώματος, κατά συνέπεια η φυσική αγωγή κατείχε σημαντική θέση στο εκπαιδευτικό τους πρόγραμμα. Στο αθηναϊκό γυμνάσιο, αναπτυσσόταν τόσο το σώμα όσο και ο νους. Οι Αθηναίοι πίστευαν ότι, αν κάποιος είχε αγύμναστο και πλαδαρό σώμα, αυτό ήταν σημάδι ανεπαρκούς εκπαίδευσης και ατιμωτικό.

Επειδή ο σκοπός της φυσικής αγωγής ήταν τόσο διαφορετικός στη Σπάρτη από ό,τι στην Αθήνα, τα αντίστοιχα προγράμματά τους δεν έμοιαζαν καθόλου, παρότι και τα μιν και τα δε ευνοούσαν την καλλιέργεια του σώματος. Η σπαρτιατική προσέγγιση της σωματικής προπόνησης (όχι σωματικής εκπαίδευσης) συνοψιζόταν αυστηρά στην αγωγή του σώματος, δηλαδή στην προπόνηση του σώματος για στρατιωτικούς σκοπούς. Η εκπαίδευση των Σπαρτιατών πολιτών ήταν ευθύνη της πολιτείας. Κάθε νεογέννητο βρέφος εξεταζόταν από ένα συμβούλιο πρεσβυτέρων που αποφάσιζαν αν το βρέφος θα ήταν κάποτε χρήσιμο στη Σπάρτη ή όχι. Μόνο τα δυνατότερα και υγιέστερα βρέφη

επιτρεπόταν να ζήσουν, ενώ τα υπόλοιπα εγκαταλείπονταν στο όρος Ταΰγετος για να πεθάνουν. Τα αρσενικά παιδιά έμεναν στο σπίτι τους μέχρι την ηλικία των 7 ετών, οπότε στρατολογούνταν για τη θητεία τους, που διαρκούσε μέχρι την ηλικία των 50 ετών (αν ζούσαν τόσο πολύ). Τα 7χρονα αγόρια στεγάζονταν σε στρατώνες κάτω από το άγρυπνο βλέμμα του *παιδονόμου*, που επέβλεπε το εκπαιδευτικό τους πρόγραμμα, τη λεγόμενη Αγωγή. Εκεί ήταν που σφυρηλατούνταν ο χαρακτήρας του Σπαρτιάτη, ο οποίος διακρινόταν από σιδηρά πειθαρχία, υπακοή στους ανώτερους, αδιαφορία για τον πόνο και τις κακουχίες και σφοδρή επιθυμία για νίκη στη μάχη ή σε οποιοδήποτε είδος αγώνα· η ήττα ήταν αδιανόητη.

Η γυμναστική ήταν το κύριο μέσο στρατιωτικής και φυσικής αγωγής. Η σπαρτιατική άσκηση δεν λάμβανε χώρα σε πολυτελή γυμνάσια ή παλαίστρες όπως της Αθήνας, αλλά σε εγκαταστάσεις λιτές και λειτουργικές. Οι νεαροί Σπαρτιάτες διδάσκονταν να κολυμπούν, να τρέχουν, να μάχονται, να παλεύουν, να πυγμαχούν, να παίζουν παιχνίδια με μπάλα, να ιππεύουν, να χρησιμοποιούν το τόξο, να ρίχνουν δίσκο και ακόντιο, να κάνουν πορείες και να αγωνίζονται στο παγκράτιο (ένα συνδυασμό πυγμαχίας και πάλης). Σε ηλικία 20 ετών, όλοι οι άνδρες έδιναν όρκο πίστης στη Σπάρτη και μπορούσαν να συμμετέχουν σε μάχες.

Στη Σπάρτη, περιοδικοί έλεγχοι και αξιολογήσεις διενεργούνταν από τους *εφόρους*. Οι έφοροι παρατηρούσαν τους Σπαρτιάτες εφήβους και σχολίαζαν την πρόοδό

τους, όπως δείχνει το παρακάτω κείμενο:

Και πέρα από αυτό, ο νόμος έγραφε ότι κάθε δέκα ημέρες τα νεαρά αγόρια γδύνονταν και περνούσαν από δημόσια επιθεώρηση ενώπιον των *εφόρων*. Αν ήταν γεροδεμένα και εύρωστα και τα κορμιά τους έμοιαζαν να είναι σμιλεμένα από γλύπτη ή χαράκτη χάρη στις γυμναστικές ασκήσεις, άκουγαν επαίνους. Αν, όμως, το σώμα τους εμφάνιζε οποιαδήποτε πλαδαρότητα ή χαλάρωση ή τις πρώτες ενδείξεις πάχους λόγω τεμπελιάς, τα περίμενε ξυλοδαρμός και τιμωρία.³¹

Καλά εκπαιδευμένος Σπαρτιάτης ήταν εκείνος που βρισκόταν σε καλή φυσική κατάσταση και ήταν ατρόμητος πολεμιστής. Τα πολιτισμικά ήθη της Σπάρτης δεν είχαν ευρεία βάση, όπως στην Αθήνα, αλλά κατευθύνονταν προς τον στόχο της επίτευξης στρατιωτικής υπεροχής, ο οποίος αντικατοπτριζόταν στο πρόγραμμα της φυσικής αγωγής τους.

Αθηναϊκή Φυσική Αγωγή

Οι δραστηριότητες φυσικής αγωγής στην Αθήνα ξεκινούσαν επίσης γύρω στην ηλικία των 7 ετών και άρχιζαν με γενική φυσική προετοιμασία. Όπως και στη Σπάρτη, η φυσική αγωγή περιλάμβανε πυγμαχία, τρέξιμο, πάλη, χορό, ρίψη ακοντίου, δισκοβολία και παγκράτιο. Αν μια οικογένεια είχε την οικονομική δυνατότητα, περιλαμβάνονταν επίσης αρματοδρομίες, μουσική εκπαίδευση και διάφορα παιχνίδια με μπάλα.



Σε αντίθεση με τη Σπάρτη, η εκπαίδευση των νεαρών Αθηναίων αποτελούσε ευθύνη της οικογένειας και όχι της πολιτείας. Η Αθήνα, όπως και η υπόλοιπη Ελλάδα, είχε μια αυστηρή ταξική δομή που κατέτασσε τους πολίτες σε συγκεκριμένες τάξεις ανάλογα με τα κληρονομικά τους δικαιώματα, την εκπαίδευση και τα οικονομικά τους. Ανάλογα με τις οικονομικές δυνατότητες της οικογένειας, η εκπαίδευση των παιδιών είχε ως έδρα το σπίτι, με δασκάλους τους γονείς, ή προσλαμβανόταν δάσκαλος που μπορούσε να τους παρέχει πιο πλούσιες εκπαιδευτικές εμπειρίες. Παρ' όλα αυτά, οι Αθηναίοι πίστευαν ότι ήταν απόλυτα αναγκαία η εκπαίδευση τόσο του νου όσο και του σώματος και κατέβαλλαν μεγάλες προσπάθειες προς αυτή την κατεύθυνση. Οι Αθηναίοι θεωρούσαν απαραίτητη την τελειοποίηση των στρατιωτικών ικανοτήτων των πολιτών και τη διδασκαλία των κατάλληλων αξιών, αρετών και μεθόδων για τη συνέχιση της προόδου της πόλης τους μέσω της εκπαίδευσης και της καλλιέργειας.

Η φυσική αγωγή αποτελούσε σημαντικό μέρος της αθηναϊκής παιδείας. Σύμφωνα με τους Deobold Van Dalen και Bruce Bennett,

Οι Έλληνες επιδείκνυαν για τη φυσική αγωγή ένα σεβασμό που δεν έχει ξανακερδίσει ποτέ από τότε. Απέδιδαν στο σώμα αξιοπρέπεια ίση με αυτήν που απέδιδαν στον νου. Συσχέτιζαν τον αθλητισμό με τη φιλοσοφία, τη μουσική, τη λογοτεχνία, τη ζωγραφική και κυρίως τη γλυπτική. Άφησαν σε όλους τους μελ-

λοντικούς πολιτισμούς σπουδαίες αισθητικές ιδέες: την ιδέα της αρμονικής ισορροπίας νου και σώματος, της σωματικής συμμετρίας και του κάλλους του σώματος σε συνθήκες ανάπαυσης και δράσης.³²

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις στην Αθήνα και στον υπόλοιπο ελληνικό κόσμο αποτελούνταν από γυμνάσια και παλαιότερες. Στην Αθήνα υπήρχαν τρία φημισμένα γυμνάσια, η Ακαδημία, το Λύκειο, το οποίο είχε κτίσει ο Πεισίστρατος, και το Κυνόσαργες. Τα πρώτα γυμνάσια δεν ήταν παρά μια καθορισμένη περιοχή κοντά σε νερό, όπου οι αθλητές μπορούσαν να ασκούνται και κατόπιν να πλένονται. Σταδιακά, ωστόσο, τα γυμνάσια εξελίχθηκαν όχι μόνο σε υψηλού επιπέδου κέντρα αθλητικής εκπαίδευσης, αλλά και σε χώρους όπου ενθαρρύνονταν και υποστηρίζονταν οι πνευματικές αναζητήσεις. Ο Πλάτων, όσο διανοούμενος και εκλεπτυσμένος και αν ήταν, ήταν επίσης αφοσιωμένος αθλητής. Ο Miller σημειώνει ότι η Ακαδημία του Πλάτωνα ήταν «πάνω απ' όλα ένας χώρος άσκησης για το σώμα».³³ Σε κάθε γυμνάσιο, υπήρχαν αναρτημένοι κανόνες. Αρχαιολόγοι έφεραν στο φως μια πέτρινη επιγραφή στην οποία ταυτοποιήθηκαν κανόνες που αφορούσαν «Εκείνους που δεν επιτρέπεται να εισέρχονται στο γυμνάσιο». Ένας από τους κανόνες ήταν «Στο γυμνάσιο δεν επιτρέπεται να γδύνεται κανένας δούλος, ούτε απελεύθερος, ούτε οι γιοι δούλων ή απελεύθερων, ούτε ανάπηροι, ούτε ομοφυλόφιλοι, ούτε όσοι ασχολούνται με την εμπορική τέχνη, ούτε παράφρονες».³⁴

Η παλαιστρα περιγραφόταν συνήθως ως ένα κέντρο όπου λάμβαναν χώρα δραστηριότητες πάλης. Ωστόσο, η Rachel Sargeant Robinson δηλώνει:

Όταν η γυμναστική εκπαίδευση εξελίχθηκε σε καθιερωμένο θεσμό, υποκείμενο σε καλά διαμορφωμένους κανόνες, έγιναν πλέον απαραίτητες κάπως επιμελέστερα σχεδιασμένες εγκαταστάσεις. Ένα απλό κτίριο, που λεγόταν παλαιστρα, φαίνεται ότι προστέθηκε στο χώρο άσκησης του γυμνασίου... εξοπλισμένο για τα είδη άσκησης που χρησιμοποιούνται στην εκπαίδευση των πυγμάχων και των παλαιστών.³⁵

Οι άνδρες αθλητές γδύνονταν στο αποδυτήριο, που λειτουργούσε όπως τα σημερινά αποδυτήρια, αλλά με μια διαφορά: οι αθλητές δεν φορούσαν στολές ή φόρμες· απλώς άλειφαν με λάδι τα σώματά τους και πήγαιναν να γυμναστούν εντελώς γυμνοί.

Υπήρχαν τόσο δημόσιες όσο και ιδιωτικές αθλητικές εγκαταστάσεις και μερικοί από τους πλουσιότερους Αθηναίους έκτιζαν γυμνάσια αποκλειστικά για προσωπική χρήση. Αν μια οικογένεια διέθετε αρκετά χρήματα, προσλάμβανε έναν *παιδοτρίβη*, δηλαδή έναν καθηγητή σωματικής αγωγής που είχε δική του παλαιστρα και χρέωνε για τη χρήση της, όπως συμβαίνει με τις σημερινές ιδιωτικές λέσχες υγείας και ευεξίας (health clubs). Η μουσική ήταν δημοφιλής στα γυμνάσια και τις παλαιστρες της Ελλάδας, όπου συχνά ακουγόταν ο αυλός. Οι *παιδαγωγοί* ήταν πολίτες ή έμπιστοι δούλοι που συνόδευαν τα

νεαρά αγόρια ως κηδεμόνες, δάσκαλοι, υπηρέτες, σύμβουλοι και, όταν ήταν αναγκαίο, τους επέβαλλαν την πειθαρχία. Η επίσημη εκπαίδευση στην Αθήνα περιοριζόταν στους πολίτες. Οι δούλοι και όσοι δεν είχαν την ιδιότητα του πολίτη δεν είχαν δικαίωμα να φοιτούν σε σχολεία, αν και το γυμνάσιο του Κυνοσάργους επέτρεπε σε μη Αθηναίους γονείς να εγγράφουν τους γιους τους. Τα κέντρα άσκησης για φυσική κατάσταση και υγεία και οι προσωπικοί γυμναστές που υπάρχουν σήμερα θυμίζουν από πολλές απόψεις τις πρακτικές των αρχαίων Αθηναίων.

Συμμετοχή των Ελληνίδων στα Αθλήματα

Είναι γνωστό σε όλους ότι ο ελληνικός πολιτισμός και οι ελληνικές συνήθειες επέβαλλαν να συμμετέχουν στα αθλήματα οι άνδρες. Σε ποιο βαθμό, όμως, συμμετείχαν σε αθλητικούς αγώνες οι Ελληνίδες και επιδίδονταν άραγε σε ασκήσεις που προήγαγαν την καλή φυσική κατάσταση; Όπως προαναφέραμε, οι Σπαρτιάτισσες λάμβαναν ευρεία αθλητική εκπαίδευση και συμμετείχαν σε πολύ απαιτητικές ασκήσεις. Ο Σπαρτιάτης νομοθέτης Λυκούργος πίστευε ότι πρωταρχικός ρόλος των γυναικών ήταν να γεννούν γερά, υγιή παιδιά για τη Σπάρτη. Υπέθετε ότι, για να γεννηθούν γερά παιδιά, έπρεπε να είναι γεροί και υγιείς και οι γονείς. Ήξερε ότι η εκπαίδευση που λάμβαναν οι άνδρες στη Σπάρτη θα τους έκανε δυνατούς. Πώς μπορούσε να διασφαλίσει, όμως, ότι θα γίνονταν δυνατές και οι γυναίκες; Για τον σκοπό αυτό, όρισε ότι οι



Σπαρτιάτισσες έπρεπε να οικοδομούν σώματα εξίσου γερά και γυμνασμένα με των ανδρών και διακήρυξε ότι η συμμετοχή των γυναικών σε αγώνες δρόμου θα απέφερε σημαντικά οφέλη. Σύμφωνα με τον Πλούταρχο (περίπου 100 μ.Χ.), ο Λυκούργος θέσπισε ότι οι παρθένες στη Σπάρτη όχι μόνο θα συμμετείχαν σε αγώνες δρόμου, αλλά θα επιδίδονταν επίσης στην πάλη και στη δισκοβολία. Ο Λυκούργος επίσης:

αφαίρεσε από αυτές (τις παρθένες) κάθε μαλθακότητα και λεπτότητα και θηλυπρέπεια και συνήθισε τα κορίτσια, όπως και τα αγόρια, να παρελαύνουν γυμνά και να χορεύουν και να τραγουδούν σε ορισμένες θρησκευτικές εορτές όπου ήταν παρόντες νεαροί άνδρες ως θεατές... Η γύμνια των παρθένων δεν ήταν επαίσχυντη, επειδή υπήρχε σεμνότητα και εγκράτεια... τις διαπότιζε με μια ευγενή νοοτροπία, επιτρέποντάς τους να συμμετέχουν στην αρετή και την υπερηφάνεια.³⁶

Οι Αθηναίοι, ορκισμένοι αντίπαλοι των Σπαρτιατών, δεν εντυπωσιάζονταν από τα προγράμματα φυσικής αγωγής για γυναίκες της Σπάρτης. Ένας διάσημος Αθηναίος, ο Ευριπίδης (480-406 π.Χ.), παρατήρησε ότι «μια νεαρή Σπαρτιάτιτσα δεν θα μπορούσε να είναι αγνή ακόμα και αν το ήθελε. Εγκαταλείπουν τα σπίτια τους για να τρέχουν εδώ κι εκεί με νεαρούς άνδρες, με γυμνούς μηρούς και ανοικτά ρούχα, και να μοιράζονται μαζί τους τον ίδιο αγωνιστι-

κό χώρο και την ίδια παλαίστρα –μια κατάσταση που εγώ βρίσκω ανυπόφορη».³⁷ Ένας άλλος διάσημος Αθηναίος, ο Πλάτων, εντυπωσιάστηκε από μερικές από τις μεθόδους που χρησιμοποιούσαν οι Σπαρτιάτες. Στην *Πολιτεία*, ο Πλάτων παρουσιάζει την εκπαιδευτική φιλοσοφία του:

Όσον αφορά τις γυναίκες, πρέπει να υπάρχει ένας δρόμος σταδίου και ένας δίαυλος [αγώνας δρόμου από τη μία άκρη του σταδίου ως την άλλη και πίσω] και ένας εφίππιος* [ένας αγώνας δρόμου μεγαλύτερης απόστασης από ό,τι ο δίαυλος, απόστασης τετραπλάσιας από το μήκος του σταδίου] για κορίτσια κάτω από την ηλικία της ήβης, που θα πρέπει να είναι γυμνά κατά τη διάρκεια του αγώνα δρόμου. Τα κορίτσια άνω των δεκατριών ετών πρέπει να συνεχίσουν να συμμετέχουν μέχρι να παντρευτούν ή μέχρι την ηλικία των είκοσι ετών το πολύ... αλλά ντυμένα ευπρεπώς όταν παίρνουν μέρος σε αυτούς τους αγώνες.³⁸

Υπήρχε ένας τρόπος να συμμετέχουν οι γυναίκες στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Παρότι δεν μπορούσαν να επιδείξουν τις ικανότητές τους οδηγώντας οι ίδιες, αν ήταν αρκετά εύπορες μπορούσαν να συμμετέχουν στους αγώνες αρματοδρομίας προσλαμβάνοντας άνδρες ηνιόχους (οδηγούς αρμάτων).* Η Κυνίσκα, κόρη του βασιλιά της Σπάρτης Αρχιδάμου, έλαβε μέρος με τα άλογά της σε αρματοδρομίες στους Ολυμπιακούς Αγώνες και κέρδισε

*Σημ. επιμελητή: Ο γενικότερα αποδεκτός όρος είναι *ίππιος* δρόμος. Βλέπε Πausanias, VI.16.4.

δύο φορές, το 396 και το 392 π.Χ. Για να γιορτάσει τη νίκη της, ανήγειρε στην Ολυμπία ένα άγαλμα με την επιγραφή «Οι βασιλιάδες της Σπάρτης είναι οι πατέρες και οι αδερφοί μου. Η Κυνίσκα, αφού με γοργοπόδαρα άλογα νίκησα στις αρματοδρομίες, έστησα αυτό το άγαλμα. Μόνη δε εγώ είμαι απ' όλες τις γυναίκες της Ελλάδας που κέρδισα αυτόν τον στέφανο».³⁹ Η Βελιστίχη, παλλακίδα του Πτολεμαίου Φιλάδελφου, βασίλιά της Αιγύπτου, έχει επίσης καταγραφεί ως νικήτρια αρματοδρομιών σε Ολυμπιακούς αγώνες.

Ο Πausανίας αναφέρει πως, όταν οι άνδρες ολοκλήρωναν τους Ολυμπιακούς Αγώνες, οι Ελληνίδες οργάνωναν αθλητικούς αγώνες στην Ολυμπία προς τιμήν της θεάς Ήρας, συζύγου και αδελφής του Δία. Τα Ηραία περιλάμβαναν αγώνες δρόμου για παρθένες. Οι αθλήτριες διαιρούνταν σε τρεις ομάδες: στις νεότερες, στις ελαφρώς μεγαλύτερες και στις μεγαλύτερες παρθένες, που έτρεχαν τελευταίες. Χρησιμοποιούσαν το ίδιο ολυμπιακό στάδιο, αν και οι αγώνες δρόμου τους κάλυπταν μικρότερες αποστάσεις από των ανδρών. Τη διοργάνωση αναλάμβαναν 16 γυναίκες που συγκεντρώνονταν πριν από την έναρξη των αγώνων για να υφάνουν ένα πέπλο για την Ήρα. Τις 16 αυτές γυναίκες βοηθούσαν οι Ελλανοδίκες. Οι Ελλανοδίκες και οι 16 διοργανώτριες δεν μπορούσαν να ξεκινήσουν τις τελετές τους πριν εξαγνιστούν με την τελετουργική θυσία ενός χοίρου. Η τελε-

τουργία του εξαγνισμού γινόταν σε μια πηγή που λεγόταν Πιέρα και βρισκόταν ανάμεσα στην Ολυμπία και την Ήλιδα.⁴⁰ Οι νικήτριες έπαιρναν ένα στεφάνι από κλαδί ελιάς και μέρος της αγελάδας που είχε θυσιαστεί προς τιμήν της Ήρας. Είχαν δε το δικαίωμα να αναρτήσουν μια πλάκα για τη νίκη τους στους κίονες του Ναού της Ήρας. Ίχνη αυτών των πλακών μπορεί κανείς να δει ακόμα και σήμερα στην Ολυμπία. Η Judith Swaddling αναφέρει ότι οι νικήτριες προτιμούσαν τις ζωγραφικές απεικονίσεις της νίκης τους.⁴¹

Οι Ηλείοι ζούσαν στην περιοχή της Ήλιδας, όπου βρίσκεται η Ολυμπία, και πολλές φορές υπηρετούσαν ως διοικητές της. Έκτισαν ένα βωμό στο στάδιο της Ολυμπίας, απ' όπου μια έγγαμη γυναίκα που εκπροσωπούσε τη λατρεία της θεάς Δήμητρας Χαμύνης μπορούσε να παρακολουθεί τις αθλήτριες. Παρότι οι Ηλείοι δεν απαγόρευαν στις άγαμες γυναίκες να βλέπουν τους αγώνες, υπήρχε ένας νόμος που απαγόρευε στις έγγαμες να παρακολουθούν τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Η Swaddling σχολιάζει ότι δεν υπάρχουν γραπτές ενδείξεις που να εξηγούν αυτή τη διάκριση των Ελλήνων εις βάρος των έγγαμων γυναικών. Ο συγκεκριμένος νόμος πάντως μπορεί να μην εφαρμοζόταν αυστηρά ή κάποιες φορές να είχε αγνοηθεί, επειδή ο Δίων Χρυσόστομος παρατήρησε ότι «στους Ολυμπιακούς αγώνες επιτρεπόταν να παρευρίσκονται ακόμα και γυναίκες αμφιβόλου χαρακτήρα».⁴²

*Σημ. επιμελητή: Στα αγωνίσματα του ιπποδρόμου δεν ήταν απαραίτητη η φυσική παρουσία του ιπποτρόφου (ιδιοκτήτη ίππων). Αυτός είναι ο λόγος που δικαιολογεί την ύπαρξη γυναικών ολυμπιονικών.



Αν συλλαμβανόταν γυναίκα «χωρίς άδεια» να παρακολουθεί τους Ολυμπιακούς Αγώνες, η ποινή ήταν να την εκτελέσουν γκρεμίζοντάς την από τους βράχους του Ταΰγετου.* Αναφέρεται η περίπτωση μιας γυναίκας που κατάφερε να εισέλθει κρυφά στο στάδιο για να παρακολουθήσει το γιο της να αγωνίζεται. Ήταν ντυμένη σαν άνδρας εκπαιδευτής και μπορεί να είχε περάσει απαρατήρητη αν δεν είχε πηδήσει πάνω από ένα φράκτη αποκαλύπτοντας άθελά της την αληθινή της ταυτότητα. Την συνέλαβαν, αλλά της επέτρεψαν να ζήσει επειδή ήταν χήρα και η κόρη του μυθικού αθλητή Διαγόρα του Ρόδιου. Συνέβαλε επίσης το γεγονός ότι ο αδελφός της και ο γιος της ήταν και οι δυο Ολυμπιονίκες. Για να αποθαρρυνθούν άλλες γυναίκες να μεταμφιέζονται σε εκπαιδευτές για να παρακολουθήσουν τους αθλητές, ψηφίστηκε ένας νέος νόμος που επέβαλλε στους εκπαιδευτές να παρακολουθούν τους αγώνες γυμνοί, όπως ακριβώς και οι αθλητές.

Εκτός από τη Σπάρτη, ελάχιστες ελληνικές πόλεις-κράτη έδιναν αρκετές ευκαιρίες στις γυναίκες να συμμετέχουν σε αθλήματα ή να ασκούνται για να διατηρούνται σε καλή φυσική κατάσταση. Μπορούμε να συμπεράνουμε ότι, με εξαίρεση τους Σπαρτιάτες, οι περισσότεροι Έλληνες δεν προήγαγαν ούτε ενθάρρυναν τον αθλητικό ανταγωνισμό ή την άσκηση για καλή φυσική κατάσταση μεταξύ των γυναικών τους. Οι ελάχιστες «αθλητικές» δραστηριότητες

που επιτρέπονταν στις γυναίκες ήταν εντελώς ασήμαντες σε σύγκριση με αυτές στις οποίες είχαν δικαίωμα να συμμετέχουν οι άνδρες.

Οι αρχαίοι Έλληνες απολάμβαναν να παρακολουθούν γυμνές ακροβάτισες να εκτελούν κυβιστήσιες και άλματα που εκτελούνται μέχρι σήμερα από γυμναστές και ακροβάτες. Οι κάθε λογής ακροβάτες δεν θεωρούνταν αθλητές στην αρχαιότητα, αλλά διασκεδαστές. Οι ακροβάτες έδιναν παραστάσεις σε γάμους, συμπόσια και κηδείες, όπου τα συγκεντρωμένα πλήθη θαύμαζαν τη δύναμη και τις ικανότητες που επιδείκνυαν με τις επικίνδυνες φιγούρες και τα άλματά τους.⁴³

ΟΙ ΑΡΧΑΙΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Υπάρχουν αρκετά ενοχλητικά και εκνευριστικά πράγματα στη ζωή· δεν είναι τάχα τόσο άσχημα τα πράγματα στους Ολυμπιακούς Αγώνες; Δεν καίγεσαι εκεί από τον καύσωνα; Δεν συνθλίβεσαι στον συνωστισμό του πλήθους; Δεν είναι δύσκολο να δροισιστείς; Δεν σε μουσκεύει ως το κόκαλο η βροχή; Δεν σ' ενοχλούν ο θόρυβος, η οχλαγωγία και άλλα είδη φασαρίας; Μου φαίνεται, όμως, ότι μπορείς μια χαρά να τα αντέχεις όλα αυτά, και μάλιστα μετά χαράς, όταν αναλογίζεσαι τα συναρπαστικά θεάματα που θα δεις.

Αυτά ήταν τα ερωτήματα και οι παρατηρήσεις που έκανε ο Επίκτητος,

*Σημ. επιμελήτη: Πρόκειται για το Τυπαίον όρος το οποίο βρίσκεται μεταξύ Σελινούντα και Ολυμπίας. Πανσανίας V.6.7.

ο οποίος έζησε τον 2^ο αιώνα μ.Χ., σε ένα φίλο του που ετοιμαζόταν να ξεκινήσει το ταξίδι του για την Ολυμπία όπου θα παρακολουθούσε τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες (*Διατριβαί* 16, 23-9). Τα διαχρονικά ερωτήματα του Επίκτητου παραμένουν επίκαιρα σήμερα σχεδόν για όλους όσοι έχουν παρακολουθήσει τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Οι Αθηναίοι έκτισαν ένα στάδιο* και οργάνωναν εκατοντάδες γιορτές στη διάρκεια του έτους, κυρίως θρησκευτικές, όπως θρησκευτική είναι πιθανότατα και η προέλευση των Ολυμπιακών Αγώνων. Πέρα από το στάδιο στην Αθήνα και τους αγώνες που διοργανώνονταν εκεί, ωραία στάδια φιλοξενούσαν αθλητικούς αγώνες στο Άργος, τη Σικυώνα και την Επίδαυρο (το τελευταίο σώζεται μέχρι σήμερα και βρίσκεται σε μικρή απόσταση από την Αθήνα). Στην Ελλάδα διοργανώνονταν πολλές αθλητικές γιορτές. Σχεδόν κάθε πόλη-κράτος και όλες οι μικρές πόλεις οργάνωναν εορτασμούς, μια από τις σημαντικότερες δραστηριότητες των οποίων ήταν οι αθλητικοί αγώνες.

Η πρώτη γραπτή ένδειξη** της ύπαρξης των Ολυμπιακών Αγώνων χρονολογείται από το 776 π.Χ. Σύμφωνα με τον Κλεάνθη Παλαιολόγο, «οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην πραγματικότητα δεν ιδρύθηκαν κάποια συγκεκριμένη ημερομηνία και αυτός είναι ο λόγος που δεν υπήρχαν συγκεκριμένοι ιδρυτές. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες εξελίχθηκαν χρόνο με τον

χρόνο, θυσία με τη θυσία, τελετουργία με την τελετουργία».⁴⁴ Ο Ηλείος Κόροιβος είχε την τιμή να καταγραφεί ως ο πρώτος Ολυμπιονίκης.

Η παρακμή και το τέλος των Ολυμπιακών Αγώνων παραμένουν σε μεγάλο βαθμό μυστήριο. Δεν υπάρχει ομοφωνία ως προς τη συγκεκριμένη ημερομηνία που συνέβη αυτό. Μπορεί να συνέβη το 393 μ.Χ., όταν ο πρώτος Χριστιανός αυτοκράτορας της Ρώμης, ο Θεοδόσιος Α΄, εξέδωσε ένα διάταγμα που απαγόρευε κάθε παγανιστική λατρεία. Επειδή η Ολυμπία ήταν μέρος παγανιστικής λατρείας, οι αγώνες μπορεί να καταργήθηκαν εκείνη την εποχή. Το τέλος τους μπορεί επίσης να επήλθε το 435 μ.Χ., όταν καταστράφηκε ο Ναός του Δία στην Ολυμπία, μαζί με όλους τους υπόλοιπους ειδωλολατρικούς ναούς στην ανατολική Μεσόγειο, με διαταγή του αυτοκράτορα Θεοδοσίου Β΄ της Ρώμης. Το πιο διαφωτιστικό επιχείρημα προέρχεται από τον Stephen Miller, ο οποίος δηλώνει,

Δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι οι Ολυμπιακοί Αγώνες τελείωσαν ποτέ επίσημα. Όταν όμως ο αυτοκράτορας Θεοδόσιος Β΄ απαγόρευσε επίσημα τη χρήση των παλιών ειδωλολατρικών θρησκευτικών ναών το 435 μ.Χ., οι αγώνες που συνδέονταν με οικοδομήματα όπως ο Ναός του Δία καταργήθηκαν επίσης. [Σε εκείνο το χρονικό σημείο], η (αρχαία) ελληνική θρησκεία και ο ελληνι-

*Σημ. επιμελητή: Το γνωστό Παναθηναϊκό στάδιο.

**Σημ. επιμελητή: Ο χρόνος ίδρυσης των Ολυμπιακών αγώνων αλλά και το περιεχόμενο των πρώτων αγώνων αποτελεί σημείο τριβής μεταξύ πολλών ερευνητών. Βλ. H. Lee, *The First Olympic Games of 776 B.C.*, in W. Raschke, *The Archaeology of the O.G.* London 1988-110-118.



κός αθλητισμός, που αποτελούσαν ήδη κατάλοιπα του παρελθόντος, έπαψαν εντελώς να δραματίζουν οποιονδήποτε σημαντικό ρόλο στην κοινωνία.⁴⁵

Πρόσφατα, Γερμανοί αρχαιολόγοι που έκαναν ανασκαφές σε ένα αρχαίο αποχωρητήριο στην Ολυμπία ανακάλυψαν ενδειξεις ότι οι Ολυμπιακοί Αγώνες μπορεί να συνεχίστηκαν μέχρι το 493 μ.Χ. ή και αργότερα.*

Η προέλευση των Ολυμπιακών Αγώνων βασιζόταν σε μύθους και θρησκευτικές γιορτές. Είναι γνωστό, ωστόσο, ότι περίπου το 1100 π.Χ., στην Ολυμπία ανεγέρθηκε ένα ιερό προς τιμήν του Δία, ο οποίος, σύμφωνα με τη μυθολογία, ζούσε στον Όλυμπο μαζί με άλλους 11 θεούς, που αποτελούσαν το συμβούλιο των θεών. Οι θρησκευτικές γιορτές που γίνονταν προς τιμήν θεών ήταν δημοφιλείς στην Ελλάδα και η Ολυμπία δεν αποτελούσε εξαίρεση. Με τον καιρό, η Ολυμπία έγινε γνωστή ως το μέρος όπου γιορτάζονταν τόσο αθλητικές όσο και στρατιωτικές νίκες. Οι Έλληνες πίστευαν ότι τη νίκη την όριζαν οι θεοί. Και η Ολυμπία άρχισε να καθιερώνεται ως θρησκευτικό κέντρο, ιερός τόπος των θεών οι οποίοι, όπως πίστευαν οι Έλληνες, απολάμβαναν να παρακολουθούν τους θνητούς να ανταγωνίζονται μεταξύ τους σε αθλήματα. Οι αθλητές αγωνίζονταν για να τιμή-

σουν τον Δία, το σημαντικότερο θεό των αρχαίων Ελλήνων, γι' αυτό έπρεπε να δίνουν έναν όρκο και να ορκίζονται στον Δία ότι θα αγωνίζονταν έντιμα. Τον 2^ο αιώνα μ.Χ., ο Παυσανίας έγραψε την ακόλουθη περιγραφή του όρκου στον Δία:

Όμως ο Δίας που είναι στο βουλευτήριο περισσότερο απ' όλα τα αγάλματα του Δία, έγινε έτσι που να προκαλεί το φόβο στις καρδιές των παραβατών. Προσονομάζεται *όρκιος* και σε κάθε του χέρι κρατάει από έναν κεραυνό. Κοντά στο άγαλμα υπάρχει η συνήθεια οι αθλητές, οι πατέρες και οι αδελφοί τους, καθώς επίσης και οι γυμναστές τους, να δίνουν έναν όρκο επάνω στις τεμαχισμένες σάρκες ενός κάπρου ότι δεν θα αμαρτήσουν με κανέναν τρόπο παραβιάζοντας τους κανόνες των Ολυμπιακών Αγώνων.⁴⁶

Όταν οι αθλητές συλλαμβάνονταν να παραβιάζουν τους κανόνες ή να επιδεικνύουν άλλου είδους αντιαθλητική συμπεριφορά, τους επιβάλονταν πρόστιμα τα οποία χρησιμοποιούνταν στη συνέχεια για την κατασκευή μπρούντζινων αγαλμάτων προς τιμήν του Δία**. Παρότι το κλέψιμο (η απάτη) αποδοκιμαζόταν, ήταν κάτι που συνέβαινε. Σε μια περίπτωση, ένας πατέρας ήθελε τόσο διακαώς να δει τον γιο του να στέφεται Ολυμπιονίκης, που δωροδό-

*Σημ. επιμελητή: Το ζήτημα της παύσης των αγώνων της Ολυμπίας είναι ένα δυσεπίλυτο πρόβλημα για το οποίο έχουν εκφραστεί διαφορετικές απόψεις. Βλ. Remijsen, SoFie, *The end of ancient athletics*, Ph.D. KU Leuven, 2012.

**Σημ. επιμελητή: Τα μπρούτζινα αυτά αγάλματα ονομάζονταν *Ζάνες*. Στη βάση των Ζανών αναγράφονταν τα ονόματα των παραβατών και η αιτία επιβολής των προστίμων. Βλ. Παυσανίας ν.21.2



Εικόνα 3-9 Σημεία εκκίνησης. Οι αθλητές τοποθετούσαν τα δάκτυλα των ποδιών τους στις αύλακες και ίσως έπαιρναν τη στάση εκκίνησης του δρομέα ταχύτητας ή την όρθια στάση εκκίνησης.

κησε τον πατέρα του αντιπάλου του γιου του για να χάσει εσκεμμένα τον αγώνα. Συνελήφθησαν και οι δύο και τους επιβλήθηκαν βαρύτατα πρόστιμα.

Με τα χρόνια, οι θρησκευτικές γιορτές στην Ολυμπία έγιναν πολύ δημοφιλείς και προσέλκυαν αθλητές και θεατές από όλη την Ελλάδα.

Οι πανελλήνιες αθλητικές γιορτές, ιδίως στους Ολυμπιακούς Αγώνες, ήταν μια εποχή για θρησκευτι-



Εικόνα 3-10 Ζωγραφική σε κύπελλο που απεικονίζει το Πένταθλο.

κές τελετουργίες, αθλητικούς αγώνες και δημόσιες ομιλίες από την πνευματική ελίτ του ελληνικού κόσμου. Στους αρχαίους Έλληνες άρεσε επίσης να έχουν κοινωνικές συναναστροφές και να πίνουν κρασί.

Οι πρώτοι Ολυμπιακοί Αγώνες περιλάμβαναν μόνο ένα αγώνισμα, το *στάδιο*, έναν αγώνα δρόμου περίπου 200 μέτρων (Εικόνα 3-9). Από το 724 π.Χ. εισήχθη άλλο ένα αγώνισμα, ο *δίαυλος*, ένας αγώνας ταχύτητας περίπου 370 μέτρων, και το 720 π.Χ. στο πρόγραμμα των αγώνων προστέθηκε ένας «μεγάλος



Εικόνα 3-11 Αλληλουχία σκηνών άλματος εις μήκος με τη χρήση αλτήρων.*

*Σημ. επιμελητή: Ο τρόπος διεξαγωγής του άλματος εις μήκος είναι ένα άλυτο πρόβλημα. Βλ. Mouratidis John, On the Jump of the ancient Pentathlon, *Nikephoros: Beihefte* Band 20, 2012. Η συγκεκριμένη αναπαράσταση του άλματος που παρουσιάζεται στην εικόνα δεν είναι αποδεκτή από όλους τους ερευνητές.



Εικόνα 3-12 Αλτήρας. Οι αθλητές κρατούσαν αλτήρες σε κάθε χέρι τους. Ο κάθε αλτήρας ζύγιζε περίπου 1,8 έως 2,27 κιλά.

αγώνας δρόμου*» περίπου 4.800 μέτρων. Η πάλη και το πένταθλο (που απαρτιζόταν από πέντε αγωνίσματα: το άλμα, ένα σύντομο αγώνα δρόμου (στάδιον), τη δισκοβολία, το ακόντιο και την πάλη) (Εικόνες 3-10, 3-11 και 3-12) προστέθηκαν το 708 π.Χ., οι αρματοδρομίες το 680 π.Χ., η πυγμαχία το 623 π.Χ. και η οπλιτοδρομία το 520 π.Χ. (Εικόνα 3-13). Η χρονολογική σειρά εισαγωγής των ολυμπιακών αγωνισμάτων παρουσιάζεται στον Πίνακα 3-1.

Οι αθλητικές εγκαταστάσεις κατά τα πρώτα στάδια της ανάπτυξης των αγώνων ήταν μάλλον πρωτόγο-



Εικόνα 3-13 Αθλητής που συμμετέχει σε οπλιτοδρομία.



Εικόνα 3-14 Η Άσπενδος ήταν μια αρχαία ελληνορωμαϊκή πόλη στη Μικρά Ασία 40 χιλιόμετρα ανατολικά της σύγχρονης τουρκικής πόλης της Αττάλειας. Το νόμισμα αυτό, που λέγεται στατήρας, κόπηκε προς τιμήν δύο αθλητών Ολυμπιακών Αγώνων από την πόλη αυτή, ενός παλαιστή και ενός ακοντιστή, περίπου την περίοδο 370-333 π.Χ.

νες (Εικόνες 3-14 και 3-15). Η κατασκευή μόνιμων κτισμάτων άρχισε περίπου το 550 π.Χ. και κορυφώθηκε με ένα στάδιο (χωρητικότητας 40.000 καθιστών θεατών), ένα γυμνάσιο, μια παλαίστρα και ένα ιπποδρόμιο. Ένας ναός αφιερωμένος στον Δία ανεγέρθηκε στα μέσα του 5ου αιώνα π.Χ. μαζί με ένα κτίσμα**



Εικόνα 3-15 Το αρχαίο στάδιο της Ολυμπίας.

*Σημ. επιμελητή: Ο “μεγάλος αγώνας δρόμου” ονομάζοταν *δόλιχος δρόμος*. Βλ. Πausanias V.8.7.

**Σημ. επιμελητή: Δεν ήταν ένα κτίσμα αλλά πολλά που ονομάζονταν *θησαυροί* όπου φυλάσσονταν τα δώρα προς τιμήν του Δία. Πausanias VI.19.1.

πινακας 3-1

Εισαγωγή αγωνισμάτων στους Ολυμπιακούς Αγώνες

Ολυμπιάδα	Έτος	Αγώνας
1	776 π.Χ.	Στάδιο
14	724 π.Χ.	Δίαυλος ή διπλό στάδιο
15	720 π.Χ.	Δόλιχος ή αγώνας δρόμου αντοχής
18	708 π.Χ.	Πένταθλο και πάλη
23	688 π.Χ.	Πυγμαχία
25	680 π.Χ.	Αρματοδρομία με τέσσερα άλογα - τέθριππον
33	648 π.Χ.	Παγκράτιο και ιπποδρομία
37	632 π.Χ.	Σταδίου δρόμος και πάλη για παίδες αθλητές
38	628 π.Χ.	Πένταθλο παιδων (καταργήθηκε αμέσως)
41	616 π.Χ.	Πυγμαχία παιδων
65	520 π.Χ.	Αγώνας δρόμου με πανοπλία – οπλιτόδρομος
70	500 π.Χ.	Αρματοδρομία με ημίονους (απήνη), που διατηρήθηκε μέχρι το 444 π.Χ.
71	496 π.Χ.	Ιπποδρομία κελήτων (κάλπη), που διατηρήθηκε μέχρι το 444 π.Χ.
77	472 π.Χ.	Νομοθετήθηκε η διάρκεια των αγώνων και η σειρά εκτέλεσης των αγωνισμάτων
84	444 π.Χ.	Καταργήθηκαν η απήνη και η κάλπη
93	408 π.Χ.	Αρματοδρομία με δύο άλογα – συνωρίδα
96	396 π.Χ.	Αγώνες για κήρυκες και σαλπικτές
99	384 π.Χ.	Αρματοδρομία με τέσσερα πουλάρια*
128	268 π.Χ.	Αρματοδρομία με δύο πουλάρια – συνωρίδα**
131	256 π.Χ.	Ιπποδρομία με πουλάρια***
145	200 π.Χ.	Παγκράτιο παιδων

Πηγή: Maxwell L. Howell, “The Ancient Olympic Games: A Reconstruction of the Program,” Ομιλία που εκφώνησε ο Seward Staley στη North American Society for the History of Sport, στη Βοστώνη τον Απρίλιο του 1975.

*Σημ. επιμελητή: Τέθριππο πώλων.

**Σημ. επιμελητή: Συνωρίδα πώλων.

***Σημ. επιμελητή: Ιπποδρομία πώλων.



που λειτουργούσε ως θησαυροφυλάκιο, όπου φυλάσσονταν τα δώρα προς τιμήν του Δία. Υπήρχε επίσης ένας ξενώνας για τους επίσημους και τους σημαίνοντες επισκέπτες. Ήταν γνωστός ως *Λεωνιδαίο*, από το όνομα του Λεωνίδα της Νάξου, που τον έκτισε τον 4^ο αιώνα π.Χ.

Κάθε τέταρτο έτος, τρεις κήρυκες έφευγαν από την Ολυμπία και ταξίδευαν σε όλον τον ελληνικό κόσμο για να αναγγείλουν την έναρξη των Ολυμπιακών Αγώνων. Έπρεπε τότε να τηρηθεί μια ιερή και απαράβιαστη *εκεχειρία*, κατ' εντολή του μαντείου των Δελφών, για να μπορέσουν οι αθλητές και οι θεατές να μεταβούν με ασφάλεια στην Ολυμπία. Ακόμα και ο Μέγας Αλέξανδρος* χρειάστηκε να καταβάλει χρήματα σε έναν Αθηναίο που λήστεψαν κάποιοι στρατιώτες του ενώ ταξίδευε προς την Ολυμπία. Οι άγαμες γυναίκες μπορούσαν να παρευρίσκονται μεταξύ των θεατών, αλλά στους αγώνες είχαν δικαίωμα να συμμετέχουν μόνο Έλληνες άνδρες. Αυτό άλλαξε όταν την Ελλάδα κατέλαβαν οι Ρωμαίοι. Οι Ρωμαίοι έδωσαν το δικαίωμα συμμετοχής σχεδόν σε όλους όσοι προσέρχονταν και δήλωναν ενδιαφέρον.

Οι κανόνες των Ολυμπιακών Αγώνων ήταν σαφείς: οι αθλητές (και οι γυμναστές τους) έπρεπε να βρίσκονται στην Ήλιδα, κοντά στην Ολυμπία, το αργότερο ένα μήνα πριν από την έναρξη των αγώνων. Έπρεπε να αποδείξουν ότι ήταν πολίτες χωρίς βεβαρημένο ποινικό μη-

τρώο, να δώσουν όρκο ότι θα αγωνίζονταν έντιμα και να ορκιστούν στον Δία ότι είχαν προπονηθεί τους προηγούμενους 10 μήνες.

Λες, «Θέλω να νικήσω στην Ολυμπία.»... Αν το θέλεις, θα πρέπει να υπακούς στις οδηγίες, να τρως σύμφωνα με τους κανονισμούς, να μένεις μακριά από επιδόρπια, να ασκείσαι με καθορισμένο πρόγραμμα καθορισμένες ώρες, είτε με ζέστη είτε με κρύο· δεν πρέπει να πίνεις κρύο νερό ούτε κρασί όποτε το επιθυμείς. Πρέπει να παραδοθείς στον προπονητή σου ακριβώς όπως θα παραδινόσουν σε έναν γιατρό. Έπειτα, στον ίδιο τον αγώνα, πρέπει να πιέσεις άγρια και να πιεστείς και θα υπάρχουν φορές που θα στραμπουλήξεις τον καρπό σου, θα σου γυρίσει ο αστράγαλος, θα καταπιείς άμμο και θα μαστιγωθείς. Και μετά απ' όλα αυτά, υπάρχουν και φορές που χάνεις. (Επίκτητος, *Διατριβαί* 15.2-5, μετάφραση W. E. Sweet)

Οι γνωστότεροι κριτές των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων ήταν οι ελλανοδίκες. Οι προετοιμασίες τους ξεκινούσαν περίπου 10 μήνες πριν από την έναρξη των αγώνων. Ζούσαν στον «οίκο των ελλανοδικών» που βρισκόταν στην Ήλιδα και χρησίμευε αποκλειστικά για τη δική τους στέγαση. Οι ελλανοδίκες επιλέγονταν με κλήρο και, κατά το μεγαλύτερο μέρος της διάρκειας των

*Σημ. επιμελητή: Δεν πρόκειται για τον Μέγα Αλέξανδρο αλλά για τον πατέρα του Φίλιππο Β' που αποζημίωσε τον Αθηναίο Φρύνωνα τον οποίο είχαν ληστέψει Μακεδόνες την περίοδο της ιερής εκεχειρίας το 348/7 π.Χ. Αισχίνης 2.12-13.

Ολυμπιακών Αγώνων, υπήρχαν 10 για να επιβλέπουν τους αγώνες. Ένας από αυτούς επιλεγόταν για να ενεργεί ως γενικός επόπτης και οι υπόλοιποι αναλάμβαναν να παρακολουθούν τα διάφορα επιμέρους αγωνίσματα. Σύμφωνα με τη Swaddling, η πρώτη ομάδα των ελλανοδικών ήταν υπεύθυνη για τους ιππικούς αγώνες, η δεύτερη για το πένταθλο και η τρίτη για όλα τα υπόλοιπα αθλήματα. Είχαν την ευθύνη να επιβάλλουν πρόστιμα και ποινές για οποιαδήποτε παραβίαση των κανονισμών. Οι ποινές αυτές μπορούσαν να είναι πολύ σκληρές. Τόσο οι αθλητές όσο και οι γυμναστές τους μπορούσαν να μαστιγωθούν δημόσια από τους *μαστιγοφόρους*, αν η παραβίαση των κανόνων ήταν ιδιαίτερα σοβαρή.⁴⁷ Οι κριτές αυτοί φορούσαν το πορφυρό μανδύα των βασιλιάδων λόγω της υψηλής θέσης και της εξουσίας τους. Έδιναν όρκο να είναι δίκαιοι στις κρίσεις τους και να μην αποκαλύπτουν ποτέ οτιδήποτε μάθαιναν που θα έδινε σε έναν αθλητή πλεονέκτημα έναντι κάποιου άλλου.

Για τουλάχιστον ένα μήνα πριν από την έναρξη των Ολυμπιακών Αγώνων, οι αθλητές έπρεπε να ζουν στην Ήλιδα και να προπονούνται κάτω από το άγρυπνο βλέμμα των ελλανοδικών. Οι κριτές αυτοί φρόντιζαν να λαμβάνουν μέρος οι αθλητές που είχαν τα κατάλληλα προσόντα. Τα άρματα και τα άλογα εξετάζονταν για να διαπιστωθεί αν πληρούσαν τις απαραίτητες προϋποθέσεις. Η προπόνηση ήταν σκληρή, επειδή οι αρχαίοι Έλληνες δεν ελάττωναν σταδιακά τις προσπάθειές τους ούτε ξεκουράζονταν αμέσως

μετά τον αγώνα, όπως κάνουν οι σημερινοί αθλητές. Οι Έλληνες αθλητές πρόσεχαν να υπακούουν σε κάθε εντολή των ελλανοδικών και να ακολουθούν επίσης μια αυστηρή δίαιτα.⁴⁸

Δύο ημέρες πριν από την έναρξη των αγώνων, οι ελλανοδικές έφευγαν από την Ήλιδα και, μαζί με την πομπή των αθλητών, μετέβαιναν στην Ολυμπία. Τους αθλητές ακολουθούσαν οι γυμναστές, τα άλογα και οι ιδιοκτήτες τους, οι αναβάτες και τα άρματα. Πρέπει να ήταν ένα επιβλητικό και εντυπωσιακό θέαμα να βλέπεις όλο εκείνο το πλήθος να προχωράει στην Ιερά Οδό με κατεύθυνση προς την Ολυμπία. Καθ' οδόν, σταματούσαν στην πηγή Πιέρα, που βρισκόταν στο όριο μεταξύ Ήλιδας και Ολυμπίας, για να τελεστούν θρησκευτικές τελετουργίες. Στο τέλος της πρώτης ημέρας, οι συμμετέχοντες διανυκτέρευαν στους Λετρίνους.⁴⁹ Το επόμενο πρωί, ακολουθούσαν και πάλι την Ιερά Οδό μέσα από την κοιλάδα του Αλφειού ως την Ολυμπία, όπου τους υποδέχονταν χιλιάδες θεατές.⁵⁰

Τόσο στην τελετή έναρξης όσο και στην τελετή λήξης, η ατμόσφαιρα ήταν συναρπαστική. Μικροπωλητές πουλούσαν φαγητά, επιχειρηματίες έκλειναν «συμφωνίες», αντιπροσωπείες από διάφορες πόλεις-κράτη συζητούσαν πολιτικά θέματα και μάντεις, πωλητές ενθυμίων, μουσικοί και χορευτές, μαζί με προαγωγούς και πόρνες, έκαναν χρυσές δουλειές.

Το 472 π.Χ., οι Ολυμπιακοί Αγώνες αναδιοργανώθηκαν έτσι ώστε να διαρκούν πέντε ημέρες,⁵¹ και παρέμειναν αμετάβλητοι τα επόμενα 800

πίνακας 3-2

Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες (472 ή 487 π.Χ.)

ΠΡΩΤΗ ΗΜΕΡΑ

- Πρωί: Εγκαίνια εκδηλώσεων, τελετή ορκωμοσίας, αγώνες κηρύκων και σαλπικτών.*
- Απόγευμα: Ολόκληρο το πρόγραμμα των αγώνων γραφόταν και αναρτιόταν για να το βλέπουν όλοι.

ΔΕΥΤΕΡΗ ΗΜΕΡΑ

- Αγωνίσματα παιδων στο στάδιο
- Ιππικά αγωνίσματα

ΤΡΙΤΗ ΗΜΕΡΑ

- Ιππικά αγωνίσματα και πένταθλο
- Απόγευμα: Τελετουργικό συμπόσιο

ΤΕΤΑΡΤΗ ΗΜΕΡΑ

- Τελετή προς τιμήν του Δία
- Αγωνίσματα ανδρών – αγώνες δρόμου
- Βαρέα αγωνίσματα (πάλη, πυγμαχία, παγκράτιο)
- Οπλίτης δρόμος

ΠΕΜΠΤΗ ΗΜΕΡΑ

- Τελετή απονομής
- Συμπόσιο στο Πρυτανείο προς τιμήν των νικητών

Πηγές: Ludwig Drees, *Olympia: Gods, Artists, and Athletes* (New York: Drager, 1968), Panos Valavanis, *Games and Sanctuaries in Ancient Greece – Olympia, Isthmia, Nemea*, Athens (Los Angeles: J. Paul Getty Museum, 2004).

χρόνια.** Δυόμισι ημέρες αφιερώνονταν στους αγώνες και οι υπόλοιπες

**Σημ. επιμελητή: Οι αγώνες σαλπικτών και κηρύκων εισήχθησαν το 396 π.Χ. στο ολυμπιακό πρόγραμμα. Βλ. Ευσεβίου Παμφίλου, *Χρονικών Βιβλίο I*, κεφ. XXXIII.

**Σημ. επιμελητή: Για την εξέλιξη του προγράμματος και τις διαφορετικές απόψεις που έχουν εκφρασθεί. Βλ. H. Lee *The Program and Schedule of the Ancient Olympic Games*, *Nikephoros*: Beihefte, Bd.6, 2001.

είχαν κυρίως θρησκευτικό προσανατολισμό. Ο Πίνακας 3-2 δείχνει ένα τυπικό πρόγραμμα της διοργάνωσης.

Η σημασία της αθλητικής ικανότητας στον ελληνικό πολιτισμό και η θρυλική επίδειξη αθλητικής τέχνης και ταλέντου στην Ολυμπία αποτελούσαν θέματα συζήτησης για αιώνες. Τον 2^ο αιώνα μ.Χ., ο Λουκιανός έγραψε:

Αν οι Ολυμπιακοί Αγώνες γίνονταν τώρα... θα μπορούσατε να δείτε μόνοι σας γιατί αποδίδουμε τόσο μεγάλη σημασία στον αθλητισμό. Κανένας δεν μπορεί να περιγράψει με απλά λόγια την αφάνταστη... ευχαρίστηση που αποκομίζεται από αυτούς και την οποία θα απολαμβάνατε και εσείς αν καθόσασταν ανάμεσα στους θεατές και γέμιζαν τα μάτια σας από την ανδρεία και την αντοχή των αθλητών, το κάλλος και τη ρώμη των κορμιών τους, την απίστευτη επιδεξιότητα και ικανότητα, την ανίκητη δύναμή τους, το θάρρος τους, τη φιλοδοξία, την ανθεκτικότητα και την επιμονή τους. Δεν θα σταματούσατε ποτέ... να τους χειροκροτάτε.⁵²

Η πυγμαχία τότε, όπως και τώρα, ήταν ένα άθλημα βάνουσο και αιματηρό. Υλικό από πρωτογενείς πηγές, που χρονολογείται από χιλιάδες χρόνια πριν, μας δίνει μια ανατριχιαστική εικόνα. Ο μπρούντζινος πυγμάχος στο Μουσείο των Θερμών της Ρώμης και ένα ανάγλυφο σε μια επιτύμβια στήλη στο Μουσείο του

Κεραμεικού στην Αθήνα εμφανίζουν πρόσωπα σηματοδεδμένα από ουλές, σπασμένες μύτες και παραμορφωμένα αυτιά. Ζωγραφικές απεικονίσεις αγώνων πυγμαχίας σε αγγεία δείχνουν ματωμένες μύτες. Οι αρχαίες πηγές ισχυρίζονται ότι οι πυγμάχοι παραμορφώνονταν τόσο, που δεν τους αναγνώριζαν ούτε τα σκυλιά τους και δεν μπορούσαν να διεκδικήσουν τις κληρονομίες τους:

Όταν ο Οδυσσεάς επέστρεψε με ασφάλεια στην πατρίδα του μετά από 20 χρόνια, μόνο ο σκύλος του, ο Άργος, τον αναγνώρισε βλέποντάς τον. Εσένα, όμως, Στρατοφών, μετά τις τέσσερις ώρες που πυγμαχήσες, δεν θα σε αναγνώριζαν ούτε τα σκυλιά σου ούτε οι συμπολίτες σου. Αν έχεις την καλοσύνη να κοιτάξεις το πρόσωπό σου σε έναν καθρέφτη, θα πάρεις όρκο κι εσύ ο ίδιος, «Εγώ δεν είμαι ο Στρατοφών». (Λουκίλιος, *Ελληνική Ανθολογία* 11.77, μετάφραση W. E. Sweet)

Ω, Αύγουστε, αυτός ο άνδρας, ο Ολυμπικός, όπως εμφανίζεται τώρα, κάποτε είχε μύτη, πηγούνι, μέτωπο, αυτιά και βλέφαρα. Έπειτα όμως γράφτηκε στη συντεχνία των πυγμαχών, με αποτέλεσμα να μην πάρει το μερίδιο από την κληρονομιά που του είχαν αφήσει με διαθήκη. Γιατί στην αγωγή που άσκησε για τη διαθήκη ο αδελφός του, έδειξε στον δικαστή ένα πορτρέτο του Ολυμπικού, που κρίθηκε ότι ήταν απατεώνας, αφού δεν είχε καμία ομοιότητα με την ίδια του την εικόνα. (Λουκίλιος, *Ελληνική Ανθολογία* 11.75, μετάφραση W. E. Sweet)

Το διαχρονικό εγκώμιο του Λουκία-

νού για τους αθλητές των Ολυμπιακών Αγώνων φέρνει στον νου εικόνες εξαιρετικά προπονημένων αθλητών που έπαιρναν μέρος σε μια αθλητική γιορτή θρησκευτική και ευγενή. Ο Λουκιανός και ο Επίκτητος δεν ήταν οι μόνοι που εκθείασαν τον ηρωισμό των αθλητών των Ολυμπιακών Αγώνων. Ο Έλληνας ποιητής Πίνδαρος (518-446 π.Χ.) έζησε αρκετούς αιώνες πριν ο Επίκτητος και ο Λουκιανός παρακολουθήσουν τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τα Πύθια, τα Νέμεα και τα Ίσθμια. Ο Πίνδαρος αφηγείται τα θαυμαστά αθλητικά επιτεύγματα σε μια σειρά λυρικών ποιημάτων που είναι γνωστά ως «ωδές». Έγραψε 14 Ολυμπιονίκους, 12 Πυθιονίκους, 11 Νεμεόνικους και 8 Ίσθμιόνικους (ωδές προς τιμήν των νικητών των αντίστοιχων αγώνων). Όπως προαναφέραμε, ο φιλόσοφος Αριστοτέλης βοήθησε στην ενημέρωση του καταλόγου των Ολυμπιονικών που τηρούσαν στην Ολυμπία. Ξέρουμε ότι ο Πλάτων παρευρισκόταν στους αγώνες. Παρευρισκόταν για να παρακολουθήσει τους αθλητές και να ακούσει τις δημόσιες ομιλίες φιλοσόφων από ολόκληρο τον ελληνικό κόσμο που συγκεντρώνονταν για να «ανταγωνιστούν πνευματικά» μεταξύ τους. Είναι σημαντικό να γίνει κατανοητή η σπουδαιότητα των Ολυμπιακών Αγώνων. Παρότι αυτοί που προβάλλονταν περισσότερο ήταν οι αθλητές, τα τεράστια πλήθη που συνέρρεαν στην Ολυμπία αποπομονούσαν να δουν ό,τι καλύτερο είχε να προσφέρει η Ελλάδα –τους καλύτερους φιλοσόφους, ποιητές, στρατιωτικούς ήρωες και καλλιτέχνες, μαζί με τους καλύτερους αθλητές. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες πα-



ρουσίαζαν την αθλητική και πνευματική ελίτ του ελληνικού κόσμου.

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες, πέρα από σημαντική θρησκευτική τελετή για τους Έλληνες πολίτες, ήταν επίσης μια διοργάνωση στην οποία οι αθλητές αγωνίζονταν για χρήματα και για δόξα. Και καθώς η δημοτικότητα των αγώνων μεγάλωνε, δεν ήταν

ασυνήθιστο για έναν αθλητή να προσφέρει έναντι αμοιβής τις υπηρεσίες του στην πόλη που του έδινε τα περισσότερα χρήματα και τις μεγαλύτερες πολυτέλειες, αρκεί να συνέχιζε να της φέρνει νίκες. Φαίνεται ότι η πρακτική των αθλητών να αγωνίζονται ελεύθερα και «χωρίς συμβόλαιο» έχει μακρά προϊστορία!

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ίσως κανένας άλλος πολιτισμός στην ιστορία δεν έχει αγκαλιάσει τον αθλητικό ανταγωνισμό και τη διανοητική ανάπτυξη τόσο όσο οι αρχαίοι Έλληνες. Τα θεμέλια της παράδοσης του αθλητισμού που ήταν εμβληματική για τους Έλληνες επηρεάστηκαν εν μέρει από τους Αιγύπτιους, τους Κρήτες και ίσως και τους Φοίνικες. Ποικίλοι αθλητικοί αγώνες έγιναν γνωστοί στην ηπειρωτική Ελλάδα χάρη σε εμπόρους ναυτικούς από μακρινές χώρες. Μπορούμε να υποθέσουμε ότι, κατά τη διάρκεια στρατιωτικών εκστρατειών, οι Έλληνες υιοθέτησαν μερικές από τις συνήθειες των εχθρών που νίκησαν, περιλαμβανομένων αγώνων και αθλημάτων που τους προσέλκυαν.

Οι Ολυμπιακοί αγώνες ήταν εξαιρετικά δημοφιλείς στον αρχαίο μεσογειακό κόσμο. Η μεγάλη αθλητική γιορτή στην Ολυμπία προσέλκυε Έλληνες και μη. Ο Ιώσηπος, Εβραίος φιλόσοφος και ιστορικός που έζησε τον 1^ο αιώνα μ.Χ., έγραψε ότι η έλξη που ασκούσαν οι ελληνικοί θεσμοί ήταν ευρύτατη. Ο βασιλιάς Ηρώδης ενδιαφερόταν για τους Ολυμπιακούς Αγώνες και ο Ιώσηπος

σημειώνει ότι «δεν είναι περίεργο που βλέπουμε ορισμένα στοιχεία του ελληνικού αθλητισμού να εμφανίζονται στην Ιουδαία».

Ως γενική ιδέα, οι Έλληνες πίστευαν στην ανάπτυξη του σώματος με τρόπο τόσο αθλητικό όσο και αισθητικό. Παρότι ο αθλητισμός αποτελούσε προτεραιότητα, η πνευματική καλλιέργεια και ανάπτυξη όπως την ξέρουμε σήμερα δεν ήταν ομοιόμορφη μεταξύ των Ελλήνων, που είχαν πολιτικές διαφορές μεταξύ τους. Η Αθήνα συμβόλιζε την πολιτιστική και πολιτική υπεροχή, ενώ η Σπάρτη, αντίθετα, ήταν πολιτιστικά άγονη και πολιτικά αμείλικτη και καταπιεστική. Δεν ήταν σπάνιο οι Έλληνες να πολεμούν μεταξύ τους ή να σπεύδουν να συνδράμουν μια άλλη ελληνική πόλη-κράτος που δεχόταν επίθεση από μη Έλληνες.

Οι αθλητικές γιορτές εμφανίστηκαν σε τοπικό και εθνικό επίπεδο και τελικά αποτέλεσαν θεσμό, προσφέροντας έναν τόπο συνάντησης για όλους τους Έλληνες και, πράγμα ακόμα πιο σημαντικό, έναν στίβο ανταγωνισμού για τις πόλεις-κράτη και τους σχεδόν εθνικιστές αθλητές τους. Η πρωιμότερη έννοια των με-

γαλοπρεπών αθλητικών γιορτών των Πανελληνίων Αγώνων, που βασιζόταν στην τιμή προς τον Δία και στα ιδεώδη της εντιμότητας και του τίμιου αγώνα, έδωσε τη θέση της στην εποχή των επαγγελματιών αθλητών που εκπροσωπούσαν όποια πόλη είχε τη δυνατότητα να τους πληρώνει καλύτερα. Στις αρχές του 6^{ου} αιώνα π.Χ., ο Αθηναίος νομοθέτης Σόλων πρόσφερε 500 δραχμές στους Αθηναίους αθλητές που είχαν νικήσει στους Ολυμπιακούς Αγώνες και μικρότερα ποσά και έπαθλα σε Αθηναίους αθλητές που είχαν νικήσει σε

μικρότερες αθλητικές διοργανώσεις. Κάτω από τη ρωμαϊκή κυριαρχία, οι αθλητικές γιορτές συνεχίστηκαν, αλλά δεν χρησίμευαν πλέον ως πηγή έμπνευσης της φυσικής αγωγής ή της προαγωγής της ατομικής αριστείας. Οι Έλληνες άρχισαν βαθμιαία να αποδίδουν λιγότερη σημασία στην ατομική φυσική ανάπτυξη και, μέχρι τον 4^ο αιώνα μ.Χ., το πνευματικό και αθλητικό ιδεώδες της ανάπτυξης ενός ολοκληρωμένου ατόμου που ήταν μορφωμένος πολίτης, αθλητής και στρατιώτης υπό την αθηναϊκή έννοια είχε εξανημιστεί.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗΣ

1. Ανέπτυξαν οι Έλληνες παιχνίδια και αγώνες χωρίς εξωτερικές επιρροές ή φαίνεται ότι άλλοι πολιτισμοί μπορεί να συνέβαλαν στην ανάπτυξη του ελληνικού αθλητισμού;
2. Τι σημαίνει δυϊσμός;
3. Μπορεί ο δυϊσμός να επηρεάσει τις επιστημολογικές πεποιθήσεις;
4. Σε γενικές γραμμές, πού τοποθετούσαν την ανάπτυξη του σώματος σε σχέση με την ανάπτυξη του νου ο Σωκράτης και ο Πλάτων; Ποιο ήταν το σκεπτικό τους;
5. Ποιες ήταν οι δύο αντίθετες αντιλήψεις για τη φυσική αγωγή που υπήρχαν στην αρχαία Ελλάδα;
6. Ποια ήταν η σχέση της στρατιωτικής εκπαίδευσης με τη φυσική αγωγή στον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό; Ισχύει και σήμερα η σχέση αυτή;
7. Ποιο ρόλο έπαιζε η θρησκεία στον αρχαίο ελληνικό αθλητισμό;
8. Ποιος ήταν ο ρόλος των γυναικών στον αθλητισμό στην αρχαία Ελλάδα; Ήταν όλες οι πόλεις-κράτη ίδιες από την άποψη αυτή; Σε ποιο βαθμό είχαν δικαίωμα συμμετοχής στους αθλητικούς αγώνες οι γυναίκες;
9. Πώς έβλεπαν το σώμα οι Έλληνες; Πώς επηρεάζει, αν επηρεάζει, η άποψή τους για το σώμα τη σύγχρονη κοινωνία σήμερα;
10. Ήταν «ερασιτέχνες» οι αρχαίοι Έλληνες αθλητές; Από πού προέρχεται αυτή η ιδέα του ερασιτεχνισμού;
11. Ποιοι ήταν οι θεσμοί, η προετοιμασία, οι κανόνες και τα αγωνίσματα που συγκροτούσαν την επιτυχία και τη δημοτικότητα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων;
12. Διαβάστε μερικές από τις ωδές που αφιέρωσε στους Έλληνες αθλητές ο Πίνδαρος. Ποια είναι μερικά από τα θέματα που μοιράζει να τονίζει ο Πίνδαρος;



13. Ποιες ομοιότητες μπορείτε να εντοπίσετε ανάμεσα στον τρόπο που προπονούσαν οι Έλληνες αθλητές πριν από χιλιάδες χρόνια και τον τρόπο προπόνησης των σημερινών αθλητών;
14. Κατά τη γνώμη σας, οι αθλητές της αρχαίας Ελλάδας ήταν γενικά καλύτεροι αθλητές από τους σημερινούς; Γιατί ή γιατί όχι;
15. Τι γνώμη είχαν οι Αθηναίοι για τις Σπαρτιάτισσες που ασχολούνταν με τον αθλητισμό;
16. Τα στάδια και οι αθλητικοί αγώνες περιορίζονταν μόνο στη Σπάρτη, την Αθήνα και τους Παγελλήνιους Αγώνες;
17. Πόσο διαδεδομένες ήταν οι έννοιες του αγώνα και της αρετής στην αρχαία Ελλάδα; Νομίζετε ότι ίσχυαν τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες; Η αρετή διδάσκεται ή ενσταλάζεται από τους προπονητές ή τους καθηγητές φυσικής αγωγής στους αθλητές/μαθητές τους σήμερα;



ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

Perseus Digital Library: Ancient Olympics
www.perseus.tufts.edu/Olympics

Παρέχει πληροφορίες για τον αρχαίο ελληνικό αθλητισμό, τους Ολυμπιακούς Αγώνες της αρχαιότητας και συναφή θέματα.

National Geographic News: Ancient Olympics

http://news.nationalgeographic.com/news/2004/08/0809_04089_nakedolympics.html

Αφηγείται μια διασκεδαστική και ενημερωτική ιστορία για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Ancient Greece: Directory of Online Resources

www.academicinfo.net/histancgreece.html

Παρέχει πληροφορίες για τον πολιτισμό και την κουλτούρα της αρχαίας Ελλάδας.

Greek Sports: Track and Field

www.hellenism.net/eng/sports_olympics1.htm

Παρέχει πληροφορίες σχετικά με τα αγωνίσματα στίβου της αρχαιότητας.

Athletes Tunic Up for “Real” Olympics

www.abc.net.au/sport/features/2003/s1166217.htm

Περιέχει ένα άρθρο και links σχετικά με τα Νέμεα.

Archaeology Magazine: Olympic Resources

www.archaeology.org/online/features/olympics/resources.html

Δίνει μια λίστα πηγών για τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Παγκόσμιο Ιστό και τη βιβλιοθήκη.

History and Philosophy Greece

<http://users.bigpond.net.au/bstone/greece.htm>

Παρέχει πληροφορίες για τη φιλοσοφία και τον πολιτισμό της αρχαίας Ελλάδας.

Ancient Nemea

www.nemea.org

Διηγείται την ιστορία των αθλητικών αγώνων που ήταν γνωστοί ως Νέμεα.

Για επιπλέον πληροφορίες και εργαλεία μελέτης, επισκεφτείτε το διαδικτυακό μας κέντρο μάθησης History and Philosophy of Sport and Physical Education Online Learning Center (www.mhhe.com/mechikoffbe).

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ

- Balme, M. "Attitudes to Work and Leisure in Ancient Greece." *Greece and Rome*, 1, no. 2 (October 1984): 140-52.
- Cahn, J. L. "Contributions of Plato to Thought on Physical Education, Health, and Recreation." Doctoral dissertation, New York University, 1942.
- Crowther, N. B. "Weightlifting in Antiquity: Achievement and Training." *Greek, Roman, and Byzantine Studies* 24 (1977): 111-20.
- . "Studies in Greek Athletics." *Classical World* 78 (1984): 497-558.
- . "Studies in Greek Athletics." *Classical World* 79 (1985): 73-135
- Dyson, H. G. Geoffrey. "The Ancient Olympic Games." *Journal of the Canadian Association for Health, Physical Education, and Recreation* 42, no. 4 (March-April 1976): 3-7.
- Fleming, W. *Arts and Ideas*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1963.
- Hyde, W. W. "The Pentathlon Jump." *American Journal of Philology* 59, no. 4 (1938): 405-17.
- Journal of Sport History* 30, no. 2 (2004). Issue devoted to ancient Olympics and Greek society and politics.
- Lee, H. M. "Athletic Arete in Pindar." *Ancient World* 7, nos. 1-2 (March 1983): 31-37.
- Matz, David. *Greek and Roman Sport: A Dictionary of Athletes and Events from the Eighth Century B.C. to the Third Century A.D.* London: McFarland, 1991.
- Miller, Stephen G. ed. *Nemea: A Guide to the Site and Museum*. Berkeley: University of California Press, 1990.
- . *Arete—Greek Sports from Ancient Sources*. Berkeley: University of California Press, 1991.
- . *Ancient Greek Athletics*. New Haven, CT: Yale University Press, 2004.
- . *Plato at Olympia*. Athens: Lucy Braggiotti Editions, 2008.
- Mouratidis, J. "Games and Festivals as a Unifying Force in Ancient Greece." *Physical Education Review* 8, no. 1 (1985): 41-49.
- Nagy, B. "The Athenian Athlothetai." *Greek, Roman, and Byzantine Studies* 19, no. 4 (1978): 307-13.
- Pindar. *The Odes of Pindar. Including the principal fragments, with an introduction and an English translation by Sir John Sandys*, rev. ed. (London: W. Heinemann, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1937).
- Raubitschek, A. E. "The Agonistic Spirit in Greek Culture." *Ancient World* 7, nos. 1-2 (March 1983): 3-7.
- Romano, D. G. "The Ancient Stadium: Athletes and Arete." *Ancient World* 7, nos. 1-2 (March 1983): 9-16.
- Scanlon, Thomas Francis. *Greek and Roman Athletics: A Bibliography*. Chicago: Ares, 1984.
- Seltman, C. "Life in Ancient Crete II: Atlantis." *History Today* 2, no. 5 (May 1952): 332-43.
- Sutts, A. "Our Greek Heritage." *Journal of Physical Education, Recreation, and Dance* 55, no. 1 (January 1984): 27-28.
- Swaddling, J. "Olympic Glory." *Natural History* (June 1984): 60-74, 77.
- Valavanis, Panos. *Games and Sanctuaries in Ancient Greece: Olympia, Isthmia, Nemea, Athens*. Los Angeles: J. Paul Getty Museum, 2004.
- Young, D. C. "Professionalism in Archaic and Classical Greek Athletes." *Ancient World* 7, nos. 1-2 (March 1985): 45-51.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

1. Labib Boutros, *Phoenician Sport – Its Influence on the Origin of the Olympic Games* (Amsterdam: J. C. Gieben, 1981), 1.
2. Σοφία Βακιρτζή, «Αθλητικές Δραστηριότητες στη Φοινίκη» (έρευνα που παρουσιάστηκε στη Διεθνή Ολυμπιακή Ακαδημία, στην αρχαία Ολυμπία, στην Ελλάδα. 10 Μαΐου 2000).
3. Boutros, *Phoenician Sport*, 1-2.
4. John R. Fairs, “The Influence of Plato and Platonism on the Development of Physical Education in Western Culture,” *Quest IX* (Δεκέμβριος 1968): 14-33.
5. Αυτόθι, 14.
6. *Phaedo* (Φαίδων) και *The Republic* (Πολιτεία). Όλες οι αναφορές από J. Jowett, μετάφραση, *The Dialogues of Plato (Πλατωνικοί Διάλογοι)* (New York: Washington Square Press, 1966).
7. Ο μεταφυσικός διϊσμός είναι η φιλοσοφική διαίρεση της ύπαρξης σε δύο συστατικά μέρη: τον νου και το σώμα. Ο διϊσμός είναι εμφανής στις λέξεις νους και σώμα και αποτελεί παράδοση στη σκέψη και τις γλώσσες του δυτικού πολιτισμού.
8. Μπορεί να συγκριθεί με τον ασκητισμό, κατά τον οποίο απορρίπτεται το σώμα χάριν της υπόσχεσης της πνευματικής λύτρωσης.
9. William Fleming, *Arts and Ideas* (New York: Holt, Rinehart & Winston, 1966), 43-44.
10. Stephen G. Miller, *Plato at Olympia* (Athens: 2008), σελ. 61, Stephen G. Miller, *Ancient Greek Athletics* (New Haven CT: Yale University Press, 2004), σελ. 119, προσωπική επικοινωνία με τον Stephen G. Miller μέσω email, 21 Νοεμβρίου 2008.
11. B. Jowett, *Phaedo and the Republic*, 62.
12. Αυτόθι, 78.
13. *Φαίδων*, 80.
14. *Πολιτεία*, Βιβλίο 2, 253.
15. Αυτόθι, 258-59.
16. Αυτόθι, 262-64.
17. Jesse Feiring Williams, “Education Through the Physical,” *Journal of Higher Education* 1 (Μάιος 1930): 279-82.
18. Charles Harold McCloy, *Philosophical Basis for Physical Education* (New York: F. S. Crofts, 1940), 77-78.
19. William S. Sahakian, *History of Philosophy* (New York: Barnes & Noble, 1968), 63.
20. Αυτόθι, 76-78.
21. Stephen G. Miller, *Arete – Greek Sports from Ancient Sources*, 3η έκδοση (Berkeley: University of California Press, 2004), ix.
22. Αυτόθι.
23. Stephen Miller, *Arete – Greek Sports from Ancient Sources*, 2η έκδοση (Berkeley: University of California Press, 1991), vii, viii.
24. Πausanias 8.40, 1-5, Miller, *Arete*, 2η έκδοση, 36.
25. Nurtensevinc, Reyhan Körpe et al. “A New Painted Graeco-Persian Sarcophagus from Can,” *Studia Troica* 11 (2001), Verlag Philipp von Zabern-Mainz Am Rhein, 383-420, Reyhan Körpe and Mikhail Treister, “Rescue Excavations in the Necropolis of Lampacus, 1996,” *Studia Troica* 12 (2002), Verlag Philipp von Zabern-Mainz Am Rhein, 429-50, Reyhan Körpe and Funda Körpe, “A New Inscription of Asklepios from the Troad, 2005,” *Studia Troica* 15 (2005), Verlag Philipp von Zabern-Mainz

- Am Rhein, 205-8, Reyhan Körpe and Funda Körpe, "A Lead Medallion from Skepsis in the Troad," *Studia Troica* 11 (2002), Verlag Philipp von Zabern-Mainz Am Rhein, 421-26, C. Brian Rose and Reyhan Körpe, "The Granicus River Valley Survey Project, 2004," έρευνα που παρουσιάστηκε στην ετήσια συνάντηση του Archaeological Institute of America, στο Montreal, Quebec, στον Καναδά, στις 5-8 Ιανουαρίου 2006.
26. James G. Thompson, "Clues to the Location of Minoan Bull-Jumping from the Palace of Knossos," *Journal of Sport History* 16, no. 1 (Spring 1989): 62-69.
 27. H. W. Plecket, "Games, Prizes, Athletes, and Ideology: Some Aspects of the History of Sport in the Greco-Roman World," *Stadion* 1 (1975): 49-89.
 28. David C. Young, *The Olympic Myth of Greek Amateur Athletics* (Chicago: Ares, 1984).
 29. Cynthia S. Slowikowski, "Alexander the Great and Sport History: A Commentary on Scholarship," *Journal of Sport History* 16, no. (Spring 1989): 73.
 30. Allen Guttman, *From Ritual to Record: The Nature of Modern Sports* (New York: Columbia University Press, 1978).
 31. Variae Historiae Aeliani 14:7, in Clarence Forbes, *Greek Physical Education* (New York: Century, 1929), 33.
 32. Deobold B. Van Dalen and Bruce L. Bennett, *A World History of Physical Education*, 2nd Edition (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1971), 47.
 33. Miller, *Arete*, 3η έκδοση, ix.
 34. Αυτόθι, 139.
 35. Rachel Sargent Robinson, *Sources for the History of Greek Athletics* (Cincinnati, OH: Author, 1955), 152.
 36. Miller, *Arete*, 2η έκδοση, 107.
 37. Αυτόθι, 107.
 38. Αυτόθι, 103.
 39. Αυτόθι, 100.
 40. Αυτόθι, 102-3.
 41. Judith Swaddling, *The Ancient Olympic Games* (London: British Museum, 1987), 43.
 42. Miller, *Arete*, 2η έκδοση, 100, Swaddling, *Ancient Olympic Games*, 42.
 43. *Biblical Archaeology Review*, σελ. 80, March/April 2010, τόμος 36, No. 2.
 44. Κλεάνθης Παλαιολόγος, «Η πορεία της εξέλιξης των Ολυμπιακών Αγώνων» (παρουσίαση στη Διεθνή Ολυμπιακή Ακαδημία, 24η Συνεδρία, Αρχαία Ολυμπία, Ελλάδα, 4-19 Ιουλίου 1984), 76.
 45. Miller, *Ancient Greek Athletics*, 6 (New Haven, CT: Yale University Press, 2004), 6.
 46. *Descriptions of Greece*, v. 24.9, Swaddling.
 47. Swaddling, *Ancient Olympic Games*, 35, 41.
 48. Αυτόθι, 35-36.
 49. Αυτόθι, 36.
 50. Ludwig Drees, *Olympia: Gods, Artists and Athletes* (New York: Drager, 1968).
 51. *Anacharsis* 12, Swaddling, *Ancient Olympic Games*, 79.
 52. Swaddling, *Ancient Olympic Games*.