

Γυμναστική και τέχνη: τα βασικότερα μέσα διαπαιδαγώγησης (Κωνσταντίνα Γογγάκη, Επ. Καθηγήτρια Παν/μίου Αθηνών)

/ [Πεμπτουσία](#)



Ο Πλάτων θεωρεί τη γυμναστική, μαζί με την τέχνη, ως ένα από τα βασικότερα μέσα διαπαιδαγώγησης, υποστηρίζοντας ότι αυτή ωφελεί περισσότερο την ψυχή, παρά το σώμα.

Το ασκητικό ιδανικό της Πολιτείας προβάλλει, επομένως, καθορισμένες απαιτήσεις στη Μουσική, όπως και στη ζωγραφική, τη γλυπτική και την αρχιτεκτονική. Απ' όλα τα είδη τέχνης πρέπει να εξοβελισθούν τα στοιχεία που διακρίνονται για την ασχημοσύνη, την αρρυθμία και την αναρμοστία τους.³⁰ Η ίδια ασκητική διάθεση χαρακτηρίζει τις σκέψεις του Πλάτωνα και στη γυμναστική.

Με τον όρο «γυμναστική» νοείται η συστηματική κίνηση που αποβλέπει στην υγεία, την ωραιότητα, δηλαδή το κάλλος, και την άσκηση του σώματος, η οποία έχει ως αποτέλεσμα αυτό να εκτελεί με καλύτερο τρόπο έργα που απαιτούν επιδεξιότητα και δύναμη, όπως οι πολεμικές τέχνες, ή χάρη, όπως ο χορός.³¹ Ο Πλάτων θεωρεί

τη γυμναστική, μαζί με την τέχνη, ως ένα από τα βασικότερα μέσα διαπαιδαγώγησης, υποστηρίζοντας ότι αυτή ωφελεί περισσότερο την ψυχή, παρά το σώμα. Μόνη η τέχνη, δίχως τη γυμναστική, καταπονεί την ψυχή. Αντιθέτως, μόνη η γυμναστική, δίχως την τέχνη, την καθιστά σκληρή και χυδαία.

Στόχος της διαπαιδαγώγησης αυτής, του συνδυασμού δηλαδή της μουσικής και της γυμναστικής, είναι η επίτευξη του «μέτρου» μεταξύ των δύο αυτών ακροτήτων, καθώς και η δημιουργία αρμονικής και μετριοπαθούς πνευματικής ιδιοσυγκρασίας. Ο Πλάτων επισημαίνει ότι η μουσική – η τέχνη γενικά – δεν πρέπει να αποβλέπει στην ηδονή, αλλά στην ηθική βελτίωση,³² και επομένως τα κριτήρια γι' αυτήν πρέπει να είναι μόνον ηθικά. Η τέχνη είναι *μίμησις* τρόπων και ηθών, και εκείνοι που μιμούνται, καθώς κι εκείνοι που τους παρακολουθούν, επηρεάζονται τελικά από το ήθος που εκφράζει η μίμηση. Συνεπώς, η τέχνη πρέπει να μιμείται μόνο τα χρηστά ήθη, ώστε να ωφεληθεί η άριστη πολιτεία.³³

Ο Πλάτων, όπως αναφέρθηκε, θεωρεί ότι η φύση και η κίνηση των ουρανίων σωμάτων χαρακτηρίζονται από την αρμονία, και ότι οι θεοί έβαλαν μέσα στον άνθρωπο τον ρυθμό.³⁴ Στον *Θεαίτητο*³⁵ η κίνηση αναγνωρίζεται ως το πλέον καθολικό φαινόμενο. Αυτή δημιούργησε την ίδια τη ζωή. Ή, αλλιώς, η κίνηση των έμβιων οργανισμών είναι αποτέλεσμα της καθολικής κίνησης που διέπει το σύμπαν. Η σωματική *έξις* καταστρέφεται με την ακινησία και την αργία, *υπό γυμνασίων δέ και κινήσεων επί πολύ σώζεται*.³⁶ Παρόμοια επιδρούν στην *έξιν* της ψυχής η έλλειψη της απαιτούμενης μορφώσεως και η αμάθεια απ' τη μια, και τα μαθήματα απ' την άλλη.³⁷

Το ίδιο ισχύει και για ολόκληρο το σύμπαν και τα όντα. Εφόσον εκτελούν τις κινήσεις τους υπάρχουν και σώζονται απ' τη φθορά. Αν όμως κάποτε σταθούν, τότε θα γίνει *το λεγόμενον άνω κάτω πάντα*.³⁸ Η αρχή απ' την οποία εξαρτάται όλη η ζωή είναι η κίνηση, και δεν υπάρχει τίποτε πέρ' απ' αυτήν.³⁹ Η εξωτερική κίνηση είναι χρήσιμη και για την ψυχική γαλήνη των παιδιών, επειδή αντισταθμίζει και εξουδετερώνει τις εσωτερικές «μανικές» κινήσεις.⁴⁰ Ο Πλάτων αναζητά τη φύση σε όλες τις εκδηλώσεις της ζωής, και ιδιαίτερα στην περιοχή της βιολογίας.⁴¹

Στον άνθρωπο η ανώτερη ψυχή διέπεται από μια αρχή ομαλών κινήσεων, που προσδιορίζεται από μαθηματικούς όρους. Αυτή είναι μια αρχή γεμάτη τάξη και ομορφιά. Αντίθετα, στις κατώτερες ψυχές συντελούνται σκοτεινές και τραχιές φυσιολογικές λειτουργίες. Η ομορφιά και η αρμονία φαίνεται να απουσιάζουν.

Οι λύπες, οι χαρές, ο σαρκικός πόθος κλπ. εμποδίζουν τον άνθρωπο ν' ακολουθήσει

τον λόγον που χαρακτηρίζει την ανώτερη ψυχή. Όταν, όμως, συμβεί μια ισχυρή ψυχή να κατοικεί σ' ένα σώμα ασθενές ή, το αντίθετο, όταν δηλαδή ένα σώμα ισχυρό έχει μέσα του μια ασθενική διάνοια, τότε, στις περιπτώσεις αυτές, προκύπτει αναπόφευκτα ασυμμετρία, που έχει συγκεκριμένη μορφή. Για τις δύο αυτές αρρωστημένες καταστάσεις υπάρχει μια και μόνη σωτηρία: να μην ασκεί κανείς την ψυχή του χωρίς το σώμα, αλλά ούτε και το αντίθετο. Μονάχα έτσι θα επιτευχθεί η ισορροπία και η υγεία.

Τη σύμμετρη κίνηση του σώματος την εξασφαλίζει κανείς με τη γυμναστική, ενώ για την ψυχή θα χρησιμοποιήσει τη μουσική και τη φιλοσοφία. Και πρέπει να φροντίζει ώστε οι κινήσεις να είναι σύμμετρες μεταξύ τους. Αυτό αποτελεί την πραγματική καλοκαγαθία.⁴²

30 Πλάτωνος, Πολ. Γ 401d. Πβ. Ε. Τρουμπετσκόϊ, ό.π., σελ. 145. Για το σκηνικό της Πολιτείας βλ. Wa. Pater, 1969, *Plato and Platonism; a series of lectures*, [New York, Greenwood Press](#), (18931st), σελ. 236-237.

31 Βλ. Κωνσταντίνας Γογγάκη, 2003, «Η κατά Πλάτωνα περί Γυμναστικής διδασκαλία», στο Κων/νας Γογγάκη, *Οι αντιλήψεις των αρχαίων Ελλήνων για τον αθλητισμό*, Τυπωθήτω- Γ. Δαρδανός, Αθήνα, σελ.125-141.

32 Πλάτωνος, Πολ., Βιβλία Β' και Γ'. Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, ό.π., σελ. 233. Βλ. περισσότερο στο: Julius Moravcsik, 2000, *Plato and Platonism: Plato's Conception of Appearance and Reality in Ontology, Epistemology, and Ethics, and Its Modern Echoes*, Oxford, Cambridge (USA), Blackwell.

33 Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, ό.π., σελ. 234.

34 Πλάτωνος, Νόμ. Β 653c-d, 654a. Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, ό.π., σελ. 229.

35 Πλάτωνος, Θεαίτητος 152c κ.ε.: Η θεωρία της παγκόσμιας κίνησης.

36 Αυτόθι, 153b.

37 Αυτόθι, 153c: Το μέν άρα αγαθόν κίνησις κατά τε ψυχήν και κατά σώμα. Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, σελ.268.

38 Πλάτωνος, Θεαίτ. 153d.

39 Αυτόθι, 156a.

40 Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, σελ.269.

41 Πλάτωνος, Νόμ. ΣΤ 775c-d.

42 Πλάτωνος, Τίμ. 87c- 88c. Πβ. Τ. Αρβανιτάκη, ό.π., σελ. 272-273.

[συνεχίζεται]

Πηγή: Διεθνές Φιλοσοφικό Forum [«Ανάδρασις»](#), Κωνσταντίνα Γογγάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια Φιλοσοφίας του Αθλητισμού, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, «Η ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΝΑΡΜΟΝΙΣΗ ΥΠΟ ΤΗΝ ΟΠΤΙΚΗ ΤΟΥ ΠΛΑΤΩΝΙΚΟΥ ΝΟΗΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ»

Διαβάστε το προηγούμενο μέρος του άρθρου [εδώ](#)