

## **Το ιδανικό του τέλειου σώματος στον αθλητισμό και στην Ορθόδοξη παράδοση (Νικόλαος Γιόφτσιος, Θεολόγος)**

[/ Πεμπτουσία](#)



### **Η αρχαιοελληνική θεώρηση του σώματος**

Το σώμα κατείχε κεντρική θέση στον εικαστικό πολιτισμό της αρχαίας Ελλάδας. Οι εικόνες του, γυμνές και ντυμένες, εξακολουθούν να αιχμαλωτίζουν τη δυτική φαντασία. Σε έναν πολιτισμό ανθρωποκεντρικό, όπως ο αρχαίος ελληνικός, το ανθρώπινο σώμα θαυμάζεται για τη φυσική του ομορφιά, τις αρμονικές αναλογίες και τη συμμετρία του, επιλέγεται ως η ιδεατή εικόνα των θεών, γίνεται αντικείμενο ερωτικής επιθυμίας, αλλά και φορέας έκφρασης ιδεών, όπως η καλοκαγαθία, η ευεξία και η ανδρεία (Ross, 1951).



Στην αρχαία Ελλάδα η φροντίδα του σώματος κατείχε σημαντική θέση στην κοινωνία. Η άσκηση έπαιζε σημαντικό ρόλο στη ζωή των αρχαίων Ελλήνων. Η σωματική άσκηση, η γυμναστική, αποτελούσε το μισό μέρος της όλης εκπαίδευσης. Ο ιδανικός πολίτης ήταν γυμνασμένος στο σώμα και ολοκληρωμένος στο νου και τη ψυχή. Η γύμναση αποτελούσε μέσο αγωγής με κύριο στοιχείο της τον ανταγωνισμό, την άμιλλα. Πρώτοι οι Έλληνες χρησιμοποίησαν κατά αυτό τον τρόπο την άσκηση και όχι σαν μέσο στρατιωτικής προετοιμασίας. Ποιο ήταν όμως ο σωστός τρόπος εκγύμνασης του σώματος και ποια τα ιδανικά σωματικά πρότυπα στην αρχαία Ελλάδα;

Η ιστορία κάθε πολιτισμού δεν αρκείται μόνο σε ιστορικά και κοινωνικά δεδομένα αλλά παράλληλα καταγράφεται και η ιστορία της τέχνης κάθε εποχής και κάθε πολιτισμού. Κάθε ανθρώπινο δημιούργημα και κάθε καλλιτεχνική δημιουργία αποτελεί απόρροια της ίδιας της φύσης του ανθρώπου καθώς και της εξέλιξής του μέσα στην κοινωνική ομάδα την οποία ανήκει (Μακρυνιώτη, 2004).

Σημαντικές πληροφορίες λαμβάνονται από την αρχαία ελληνική φιλοσοφία και γραμματεία και την τέχνη. Η τέχνη αποτελεί βασική πηγή πληροφοριών για την κοινωνία της κάθε εποχής. Πρέπει να αναφερθεί ότι οι σχέσεις ανάμεσα σε πόλεις και κράτη δεν θα είχαν ισχύ αλλά ούτε θα ήταν γόνιμες και ειρηνικές, χωρίς να υπάρχει ανταλλαγή έργων τέχνης, κουλτούρας και ιδεών. Επίσης δεδομένου ότι η

τέχνη περικλείει όλους τους τομείς μιας κοινωνίας, όπως την επιστήμη και την θρησκεία είναι ενδιαφέρον μελετώντας δημιουργήματα προγενέστερων περιόδων να ανακαλύψουμε κάποια χαρακτηριστικά των τότε κοινωνιών.

[Διαβάστε ολόκληρη τη μελέτη εδώ](#)