

## Η αξία της σωματικής και της πνευματικής γύμνασης κατά τον απόστολο Παύλο (Νικόλαος Γιόφτσιος, Θεολόγος)

/ [Πεμπτουσία](#)



Ο Παύλος αναφέρθηκε και σε μερικές από τις αγωνιστικές δραστηριότητες της εποχής του. Σύμφωνα με αυτόν, η πιο συχνή αθλητική δραστηριότητα της εποχής ήταν το αγώνισμα του δρόμου. Μέσω του Παύλου, παρέχονται πληροφορίες για το χώρο διεξαγωγής του δρόμου, το στάδιο και για τα έπαθλα. Ως βραβείο δινόταν στο νικητή ο κότινος ή αλλιώς το στεφάνι αγριελιάς. Το έπαθλο το κέρδιζε μόνο ο αθλητής που κατάφερνε να φτάσει πρώτος στο τέρμα. Οι υπόλοιποι αθλητές δεν βραβεύονταν και επομένως όλη τη δόξα λάμβανε ο πρώτος νικητής. Ο Απόστολος κάνει αναφορές και στο δύσκολο τρόπο ζωής που διήγαγαν οι δρομείς. Επρόκειτο για έναν ειδικό τρόπο ζωής ο οποίος επέβαλλε τη σκληραγώγηση του σώματος μέσα από την άσκηση και την εγκράτεια. Μέρος της τεχνικής των δρομέων ήταν να επικεντρώνονται στο στόχο τους, στο σημείο τερματισμού, τρέχοντας προς την κατεύθυνση αυτή και αδιαφορώντας για το τι συνέβαινε πίσω τους (Κιλίφης, 1999).

Ο Απόστολος Παύλος αναφέρθηκε σε τρία αγωνίσματα στον αγώνα δρόμου, την

πυγμαχία και την πάλη. Για αυτόν ο αγώνας δρόμου αποτελούσε τον αγώνα για ηθική και χριστιανική ζωή. Αναφέρει ότι και ο ίδιος ζει σαν δρομέας καθώς τρέχει και αγωνίζεται με σκοπό κερδίζει τη σωτηρία. Για αυτό το λόγο σκληραγωγούσε το σώμα του όπως οι αθλητές, έτσι ώστε να μπορεί να είναι ικανός να κηρύξει την πίστη και σ' άλλους. Για τον Παύλο η προπόνηση και η προετοιμασία είναι αναγκαία για να μπορέσει το καλό να επικρατήσει έναντι του κακού (Κιλίφης, 1999).



Προέτρεπε τους χριστιανούς να βαδίζουν σύμφωνα με την αποστολική διδασκαλία και να επιδιώκουν τη λύτρωση από τις αμαρτίες τους. Η επιβράβευση με το στέφανο της δικαιοσύνης θα δώσει στον πιστό το προνόμιο να περηφανεύεται ότι δεν αγωνίστηκε ματαίως «εἰς καύχημα ἐμοί εἰς ἡμέραν Χριστοῦ, ὅτι οὐκ εἰς κενόνεδρομον» (Τρεμπέλας, 1978). Το ίδιο συνέβαινε και στην αθλητική πραγματικότητα, καθώς όσοι συμμετείχαν σε αθλητικούς αγώνες ήταν επικεντρωμένοι στην κατάκτηση της νίκης. Ο αθλητής που δεν πετύχαινε το στόχο του στους αγώνες, αντιλαμβάνονταν ότι ο κόπος του ήταν μάταιος.

Ο Παύλος παρομοίασε τους χριστιανούς με δρομείς και επισήμανε ότι η εξέλιξη και η νίκη τους δεν εξαρτάται από το έλεος του Θεού αλλά από τους ίδιους. Ο πιστός όπως και ο αθλητής επιδιώκει να αποκτήσει αυτοέλεγχο και προσήλωση στο στόχο που απαιτείται για την τήρηση του ενάρετου βίου (Henderson, 1996).

Επίσης, αναφέρεται και στο άθλημα της πυγμαχίας. Όπως και οι αθλητές του δρόμου έτσι και οι πυγμάχοι αντιμετώπιζαν τη ζωή τους ως ένα συνεχή αγώνα και προετοιμασία για τη νίκη τους. Παραλληλίζει τους πιστούς με τους πυγμάχους με σκοπό να τονίσει ότι οι πρώτοι πρέπει να βρίσκονται σε ετοιμότητα και να έχουν την αναγκαία αποφασιστικότητα για να πετύχουν σε ανώτερους αγώνες έτσι ώστε να αποκτήσουν το στέφανο της δικαιοσύνης. Παρόμοιο έπαθλο έπαιρνε και ο νικητής των αθλημάτων το οποίο ήταν ένα στεφάνι ελιάς (.Α' Τιμόθεον, 1: 6).

Στο τελευταίο αγώνισμα στο οποίο αναφέρεται ο Απόστολος είναι αυτό της πάλης. Παραλληλίζει τον αγώνα των πιστών με μια πάλη η οποία όμως διαφέρει, καθώς των αθλητών είναι σωματική και των πιστών πνευματική. Οι χριστιανοί παλεύουν για την πνευματική τους σωτηρία ενάντια στα πονηρά πνεύματα (Κιλίφης, 1999).



Πολύ σημαντική είναι η άποψη που εξέφρασε ο Παύλος για την αξία της σωματικής γύμνασης. Η σωματική γύμναση είναι ωφέλιμη για τον άνθρωπο αλλά με κάποιους περιορισμούς «η γαρ σωματική γυμνασία προς ολίγον εστίν ωφέλιμος» (Α΄ Τιμ. 4.8) . Πιο συγκεκριμένα, η εκγύμναση του σώματος των αθλητών είναι χρήσιμη αλλά όχι επαρκής. Η γυμναστική συμβάλει στη σωστή διάπλαση του σώματος και την ευρωστία του. Ωστόσο ο Παύλος επισημαίνει ότι το σώμα είναι εφήμερο, δεν έχει

διαχρονική αξία και η χρησιμότητα του περιορίζεται στην παρούσα ζωή . Για αυτό το λόγο επισημαίνει ότι πιο σημαντική είναι άσκηση του πνεύματος και συγκεκριμένα, η σπουδή στην αρετή της ευσέβειας και της πνευματικότητας. Μόνο το πνεύμα ζει αιώνια και έχει αξία και παροντική αλλά και μελλοντική (Henderson, 1996).

Για να εξασκηθεί ο άνθρωπος στην ευσέβεια πρέπει να υποβάλλεται σε διαρκή και ακατάπαυστη άσκηση. Ο Απόστολος ενώ εκτιμούσε την αξία της σωματικής άσκησης όσον αφορά την υγεία και ευεξία του ανθρώπου, ωστόσο βασικός του στόχος του ήταν να αφυπνίσει τους πιστούς και να τους εθίσει σε έναν πνευματικό αγώνα έτσι ώστε να κερδίσουν την σωτηρία της ψυχής τους. Δεν κατακρίνει τη σωματική φροντίδα αλλά διδάσκει ότι αν δεν υπάρχει μέτρο στην ενασχόληση του ανθρώπου με το σώμα, τότε ο ίδιος κινδυνεύει να χάσει στον πνευματικό του αγώνα (Τρεμπέλας, 1978).

Η προτίμηση που δείχνει ο Απόστολος για τον πνευματικό αγώνα των πιστών έναντι του σωματικού, καταδεικνύεται και από το ότι στην επιστολή του προς την Εκκλησία της Κορίνθου τονίζει την ανωτερότητα του άφθαρτου χριστιανικού στέφανου έναντι του φθαρτού που απονεμόταν στους αθλητές, «εκείνοι μεν ουν ίνα φθαρτόν στέφανον λάβωσιν, ημείς δε άφθαρτον» (Α' Κορινθ. 9. 25). Λόγω του ότι ο Παύλος φαίνεται να ήταν πολύ καλά ενημερωμένος για τις αθλητικές συνήθειες της εποχής του πολλοί ιστορικοί υποθέτουν ότι μπορεί να παρακολούθησε τους αγώνες των Ισθμιων κατά την παραμονή του στην Κόρινθο το 49 ή 51 μ.Χ. (Broneer, 1962).

Η διδασκαλία του Αποστόλου Παύλου δεν εστιάζει στην άθληση και εκγύμναση του ανθρώπινου σώματος. Αντιθέτως, εκμεταλλεύεται και δανείζεται όρους από τον αθλητισμό για να εξηγήσει και να αναλύσει τις βασικές του θεολογικές απόψεις. Αν και Ιουδαίος, ο Παύλος γνώριζε τα αθλητικά δρώμενα του καιρού του και για αυτό το λόγο αναφέρεται στα δημοφιλή αγωνίσματα αλλά και σε σημαντικά αθλητικά χαρακτηριστικά της εποχής .

[Διαβάστε ολόκληρη τη μελέτη εδώ](#)