Norman Károly

Egy edző töprengései – I.

Egyebek mellett edző vagyok, több sportágban. A mai helyzetben főleg utánpótlással foglalkoztam, régebben sportoktatóként felnőttebbekkel is. Több sportágban rémisztgettem a mezőnyt, voltak minősítéseim, de csillagfényű és piacosítható eredményeket nem értem el, részben, mert nem kiugróak a méreteim és nem átütő a tehetségem; részben talán a sportágakat is másként kellett volna ehhez kiválasztani; harmadrészt, mert nem voltak igazi edzőim. Bőven szereztem ilyen-olyan tapasztalatokat versenysportot, edzőket és edzőséget illetőleg, de amikor lehetőségem nyílt edzőként cikkeket közzétenni a sportról, kiderült, hogy a kifejezések: „sport", „edző" stb., érdeklődési szűrőket kapcsolnak be. Karosszékükben hanyatt dőlő, kezükben söröskorsót lengető polgárok e fogalmak televíziós felületen keresztül történő megérintésében érdekeltek. Életüket újévenként újrakezdő, fitnessz-orientált érdeklődők csodatévő testegyenészeti receptúrákra, edzésprogramokra és testzsírcsökkentő divatformulákra fogékonyak. Leendő olimpikonok részben nem vágynak sportfilozofálásra, részben más műhelyekbe akarnak-fognak besorolni, mind a néhányan. Sportszociológiai alapművek, már amennyiben ilyennek minősíthetők egyes tankönyvek a tárgyban, a „mennyi és mennyi féle szociológiai problémára kell figyelni korunkban!" jellegű tematikus összefoglalásokat tartalmaznak, az „ezt a gondot így oldd meg, edző kolléga!" beállításokat nem. (Óvatosság, sportszociológus kolléga! Kiderülhet, hogy a helyzet összetettebb, ami még visszaszállna a regionális nagyokos fejére, jön ám az igazi, fölkent, bélyegzőképes szociológus!) Aztán akadnak volt bajnokok, akiknek évtizedein átcsillognak az egykori sikerek, az olimpiai éremtől a megyei másodosztályig, ők fényt szeretnének, regényes múltakat és mitikus pályafutásokat, technikai-élettani sportrészletek nélkül, csodás érmeket a saját kollekciójuk lelki szidolozása végett, hajrá Hollywood – sajna ilyenekkel nem szolgálhatok, egyfelől, mert a másokéhoz nem vagyok sportújságíró, másfelől mert nekem csak kisebbek jutottak, bár akadt egy-kettő. Van néhány kilónyi, nyakba akasztható vagy tárlóba rendezhető érmecském és pár kupám különféle sportágakból, ezekkel egyetlen utódom sem tudna kezdeni semmit, addig van jelentésük a világ számára, amíg élek, amennyiben én is a világ része vagyok. Mint amikor a rádióamatőr megöregszik, és az újabb kor egy doboznyi litze-huzalból készült méhsejt-tekercs puszta értelmezésén is megakadna régészeti támogatás nélkül, a kvantumelektronika korszakában.

Ebben a dolgozatban, s ha lesz ilyen még, azokban is: kizárólag ténylegességek fognak előfordulni, némi epeíz és kis regényesség ízesítésével. Nem tagadhatom a szubjektivitásomat sem. Emlékeim és társult spekulációim nagyobb, amorf halmazt alkotnak. A viszonyom a sporthoz életfogytig tartó, mély, elkötelezett, érzelmileg teljesen átfűtött, pozitív indulategyüttes; felmutatnám, mert többen vagyunk, akiké ilyen, mint ahányan közülünk nyertek valamely olimpián. És mert – majd erre még kitérek – roppant, vagyon-kaliberű anyagiak akkumulálódtak bennem is a sportismereteim és sportrelációim formájában, hála a társadalomnak, ahonnan származnak; s az életösztön tiltakozik bennem az ellen, hogy ezek nyom nélkül visszatérjenek oda, ahonnan vétettünk mi, élők, ezen a bolygón: a levegőbe (öt kiló szárazanyagtól eltekintve).

Szerepelnek néhol nevek is ebben s a szándékom szerinti, további írásokban. Ezek valósak, de csak keresztnevek: akik közelebbről ismerik a viszonyokat, esetleg sejthetik-tudhatják, kik vagy kik voltak, de a teljes nevek üres adatot jelentenének az adott területen kívül állók számára. Ők az én tapasztalataim-emlékeim konkrét fogódzói, hol elismerőleg, hol kritikusan, akár vegyesen is; esetleg minden értékeléstől függetlenül. Akadhat például, akit én a magam szempontjából rossz edzőnek tartok, holott szakmai elismeréseket aratott, mert másokkal vagy néhányakkal különböző színvonalú és tartalmú sikereket ért el. Tehát én egy-egy megjegyzésemben csak meghatározott, szűk tapasztalatomat-véleményemet idézem fel illusztrációként, ami egyáltalán nem sommás és átfogó értékelés. Persze többnyire egy, valakivel kapcsolatban felidézett szubjektív élmény túlmutat az illető sportbeli működésén, illusztrálhat valamilyen típust, tipikus felfogást is, a szubjektív szándékom szerint. Mint amikor egykori tanárainkat idézzük fel: névvel az őket és bennünket is ismerők számára bír jelentéssel valamely velük kapcsolatos tétel vagy értékelés; mások számára inkább csak rólunk ad némi célzott tájékoztatást.

A sportágak, amelyekből közvetlen, gyakorlati érintkezésre támaszkodva meríthetek: az úszás, a szertorna, az evezés, az atlétika (futás, magasugrás), a vitorlázórepülés, a sakk, az aikido, a sportlövészet. Képzettségem háromban éri el a szakmai szintet is, egy negyedikkel kiegészítve: vitorlázórepülő-oktató, úszóedző és evezősedző vagyok, ez utóbbihoz csatlakozva szolgálati kisgéphajó-vezető. Amiket pedig elmondanék, azok szikár szakmai cikkbe nem illenek, mert tágabb viszonyokra tekintenek; bulvárpublikációkba sem, mert annál esetenként szakmaibbak, és nincsen bennük szenzáció. Akkor hát hol lehetne közzétenni őket? Természetesen nyíltabb szemléletű szerkesztő vezette irodalmi lapban – hiszen magam is író lennék.

Mi a sport? Mi a versenysport?

Saját megközelítésemben fogalmazom meg a válaszaimat, természetesen lehet ezeket vitatni, de érvelek mellettük. A gyakorlathoz az a közük, hogy kis sportági füzetben, egy-egy kis publikációban már kaptak korlátozott nyilvánosságot: a saját egykori klubom sportolói számára készült anyagban is szerepeltek, jelzik az edzői felfogásomat, amellyel a kezdőket kiképezni kezdtem. Károly mesteredző, akit nagyra tartok, magas elismeréssel kísérte a szűk sportágon túlmutató tartalmat, arra ösztönzött, hogy gondoljuk tovább, mert szerinte is jót tenne a sportnak az általánosabb irányú töprengés.

A sportolás: önkéntes, érett döntés alapján végzett, nem munkaszerű, rendszeres szociális tevékenység, amelynek fő célja a személyes (testi-idegi-lelki-technikai-erkölcsi-szociális-stb.) képességek fejlesztése.

Versenysportoló: sportoló, aki elkötelezte magát egy adott (a sport-technikája által meghatározott) sportág mellett. A „versenysport" és a „minőségi sport" szinonimák.

A meghatározásokat a sportoló szemszögéből fogalmaztam, hiszen például egy politikus szemszögéből lehet a sport biodíszlet-territórium, egy vállalkozó részére reklámfelület, félvilági pénzmogul számára legalizálási úthálózat stb. Ezek nem közvetlenül edzői tárgyak.

A sportmeghatározásból látható, hogy:

● nem az alkalmazott technikán múlik, hogy valami sport-e, vagy sem. Bármely emberi technika sokféleképpen használható, a favágástól a labda rúgásán, a hajó evezővel történő hajtásán át a harcászatig, például kenyérkeresetre is (professzionális=szakmai tevékenység), vagy sportolásra is. A pénzért, munkaszerződés alapján űzött labdarúgás nem a szabadidő-labdarúgás rokona (hiába azonos a technikája), hanem mondjuk a futószalag melletti, fizetett munkaviszonyban történő autószerelésé.

● Az előzőből következik, hogy minden sportolás „szabadidő-sport", a rendszeres, kedvtelésből való evezgetéstől a világbajnok erőfeszítéseiig. Nincs értelme a „szabadidősport" és „versenysport" sanda, a háttérfinanszírozás ügyeiben utazó szembeállításának.

● A társadalomból önkéntesen kiszakadt remete magántökéletesedése nem sportolás, mert nem szociális.

● Bár az orvoslás, a művészet vagy az oktatás hasonló emelkedéssel és eredményekkel járhat, mint a sportolás, rokonsága ellenére nem tartozik hozzá, mert más a célja, és emiatt más a kimenetele. Az orvoslás szeme előtt egy meghatározott állapot, az „egészségesség" lebeg, s amikor

azt elérte, véget ér – a sportolás ilyen, önmagának véget vető végállapotot nem ismer. A művészet célja művészeti alkotások létrehozatala. Az oktatás adott tárgy elsajátítására irányul, ami után befejeződik. (A „jó pap holtig tanul" szólásban megmutatkozó életfelfogás már igen közel áll a sporthoz!)

● Az „azért sportolok, hogy egészséges legyek", „hogy megőrizzem az egészségemet" ideológiák tehát nem a sporthoz, hanem a gyógyászathoz tartoznak. Ilyesfajta célt a sport nem tűz ki, hanem ez mellesleg a sportoló ölébe hulló ajándék. A sportoló útja mindenkor kezdet, és a céljának nincs határa – amíg csak tart az élet. (Mondtuk volna, hogy bármit elérhet? Dehogy. Öregszik és romlik? Mit sem változik ettől az, hogy a mindenkori állapota kezdet, amelyhez képest javulni akar – ez vezeti a sportolásában.)

● Az „idomított kisgyerek" kényszertevékenységéből csak akkor lesz sport, ha önkéntes döntésével folytatja.

● Érett az a döntés, amely a pillanatnyi hatások (örömök és kínok) helyett a hosszabb távú mérlegre tekint.

● „Testi-idegi-lelki-stb." fejlődés a cél, ezek egymástól nem választhatók külön. Értelmetlen testiséggel vádolni a „fizikai" sportokat, mert éppúgy nyújtanak szellemi előnyöket is; a „szellemi" sportok pedig fizikai kiegészítést igényelnek a jobb eredményhez.

● Külön is kiemelem: a sportolás meghatározásában semmiféle korlátozás nincs. Bárki, bármilyen sportot, bármely korban gyakorolhat – noha az adottságok és körülmények nyilván személyről személyre különböző mértékű eredményességet, tempót adnak –, mivel mindenki küzdhet a meglévőnél jobb testi-idegi-lelki állapotáért. Ez szemben áll például az ilyesfajta felfogásokkal: „az úszás a gyerekek sportja".

Majd még folytatom a sűrű meghatározás tételeinek kibontását.

A versenysportról

A közfelfogás közvetlenül a versenyekhez köti a „versenysport" fogalmát. Más megközelítést javaslok, olyat, ami több haszonnal kecsegtet, mint a puszta besorolás. Első lépésben gondoljuk meg, mit tesz egy versenyző: igaz, hogy elindul évente akár tíz versenyen is, ámde a többi 350 napon edzésekkel foglalkozik. Ennek során a saját testi-idegi-lelki-technikai-stb. tökéletesedése a cél, mégpedig nem elvontan, hanem egy adott technika mérlegén rendszeresen megmérve. Miközben a versenyzés a sport ünnepe, sava-borsa, királyi szociális élvezet, a sporttevékenység lényegi részét mégis az edzések jelentik. Azok nyújtják a sport igazi hasznát is, értékeinek zömét, a társas kapcsolatok szerveződésétől a

kiemelkedő testi állapotig, élvezetet nyújtó technikai tudásig. Nem szabad, hogy néhány díjazott érmeinek – egyébként szépséges – csillogása eltakarja vagy leminősítse a jobb eredményért küzdő, sokkal nagyobb sportoló tömegek befektetett erőfeszítésének óriási társadalmi hasznosságát.

A sport meghatározásából és a versenysport meghatározásából következik, hogy egy adott technikában kívánja a sportoló kifejteni, felmutatni, megmérni a kiegészítő sportokban és a közvetlen sportágában elvégzett edzések során fölhalmozott erőt, állóképességet, motivációt, küzdőképességet, technikai tudást. Ebben érdekelt, ezt választotta. A futó evezhet, hogy jobban fusson; az evezős futhat, hogy jobban evezzen. Közvetlenül a versenyzés is sok értéket jelenít meg: küzdőképességet, diadalt, győzelmet, rangsort és hasonlókat. De nagyságrendekkel többet a versenysport edzései, s ezekben azok a versenysportolók is részesülnek, akik életükben akár egy versenyen sem indulnak el: az adott technikával kötött, testi-szellemi kapcsolatuk szorosságát, a rendszerességet, a fejlődést, a tervszerűséget, a felügyeletet, a visszacsatolást a befektetett munka és az eredmény között, a feladatteljesítést (befejezettséget) – hosszan sorolhatnánk.

Csak egyetlen példa: aki versenysportolóként a saját testi-idegi-lelki állapotának, erőnlétének, állóképességének, technikai teljesítményének az edzések során befektetett munkával való kapcsolatát megélte, az nem elkerülhetetlen sorscsapásként fogja majd fel a mindennapi élete korlátait (ha nem tud lihegés nélkül felmenni egy lépcsőn, nem bírja el a bevásárlókosarat, elbotlik a sima úton, leteríti a könnyű kórság is), hanem közönséges felkészületlenségként, edzetlenségként – s máris ésszerű egészségügyi javítóprogramhoz jut, alaposan tehermentesítve a társadalmat és a saját pénztárcáját.