

KONFERENCA:
**funkcije,
vidiki in vzgoja
borbenega
vedenja**



MARIUSZ SZMERDT / WWW.FINEARTAMERICA.COM


**12. maj, 2016, Modra soba,
Filozofska fakulteta Ljubljana, od 15. do 21. ure**

Organizatorji:
Center Premik d.o.o., Slovensko društvo za filozofijo športa,
Oddelek za filozofijo Filozofske fakultete v Ljubljani, Taijiquan institute

Dodatne informacije: www.premik.si
www.filozofija-sporta.si



PREMIK
CENTER GIBALNIH KULTUR

taijiquan institute 

 Društvo za
filozofijo športa



FILOZOFSKA
FAKULTETA

Borbeno vedenje in njegov pomen

Borbeno vedenje v naravi omogoča preživetje posameznika in vrste. Na osnovi različnih borbenih vzorcev in strategij organizem brani ali pridobi ozemlje znotraj katerega lahko izpolni svoje osnovne biološke potrebe (varnost, hrano, spolnega partnerja). Razplet boja v naravi niha med ritualnim prikazom svoje moči pa do boja, ki se lahko konča s smrtnim izidom.

Pri človeku boj vstopi v bolj zapletene kompleksne socialne interakcije, s tem pa dobi nove razsežnosti in oblike. Borbeno vedenje je na eni strani gibalno osebno in tehnološkega razvoja, športnega udejstvovanja in samodokazovanja, skrbi za bližnje in tudi altruizma, na drugi strani pa lahko prehaja v patološke oblike medosebnega, verskega ali političnega obračunavanja, ideoloških spopadov in izkazovanja svoje moči ter podrejanja manjšin. Elementi boja so pogosto tudi del znanstvenega in filozofskega dialoga.

Z razvojem človeške kulture je povezana tudi vzgoja borbenega vedenja. Borilna znanja se je razvijalo in uporabljalo v različne namene. Imela so lahko praktičen vojaški ali lovski namen, zelo zgodaj pa se jih je začelo uporabljati tudi za zabavo ali kot zgodnjo obliko športnih disciplin.

Nekatere borilne veščine so na osnovi spoznavanja in vzgoje borbenega vedenja poskušale doseči stanje »pozorne sproščenosti«, v katerem je posameznik sposoben prepoznati, preseči in do neke mere tudi preoblikovati določene avtomatične borbene odzive. Stanje sproščenosti na eni strani omogoča večjo učinkovitost v borbi, na drugi strani pa nas lahko nauči, da vsako bojevanje razumemo v kontekstu igre in ga sprejmemo z nasmehom.

Čeprav borbeno vedenje igra zelo pomembno vlogo v naših življenjih, pa v moderni družbi primanjkuje ustreznega razumevanja in refleksije boja. Razumevanje telesnih in kognitivnih procesov, ki sodelujejo pri njem, nam lahko pomaga oblikovati učinkovite učne modele s pomočjo katerih, se lahko delno ali v celoti izognemo neustreznim ali škodljivim vidikom borbenega vedenja.

Urnik

Ura	Predavanje
15:00	Prihod
15:15	<i>Uvodni nagovor in pozdrav</i>
15:25	<i>Anka Kuhelj: Borbeno vedenje pri živalih</i>
15:55	<i>Roman Vodeb: Thanatos ali kastracija (v borilnih športih) – to je zdaj vprašanje</i>
16:25	Odmor
16:40	<i>Jaroslav Berce: Vodenje ljudi - proces, dialog ali borba? Ali sploh še potrebujemo »borbeno vedenje«?</i>
17:10	<i>Tone Ančnik: Dve muhi na en mah: ko je konec lahko hkrati začetek</i>
17:40	<i>Žiga Tršar: Funkcija in posledice domišljije v borilni veščini: antropološki pogled</i>
18:10	Odmor
18:25	<i>Olga Markič: Kognitivna znanost in učenje borilnih veščin</i>
18:55	<i>Jernej Sever: Sprememba gibalnega vzorca pri napadu ali obrambi lahko vpliva na razumevanje borbenega odnosa</i>
19:25	<i>Okrogla miza</i>
20:00	Zaključek

Kratki povzetki predavanj

Anka Kuhelj: Borbeno vedenje pri živalih

Borbeno vedenje se pri živalih pojavlja med posameznimi živalskimi vrstami in znotraj njih. Pri znotrajvrstnem borbenem vedenju pride do izražanja agresije zaradi obrambe mladičev, vzdrževanja hierarhije v skupinah in spopada za vire (partner, hrana in zavetje). Izražanje agresije je bolj značilno za samce. Spopadi med samci so običajno ritualizirani (razkazovanje, grožnje, plesi, oglašanje...) zaradi manjše porabe energije in v izogib poškodbam ob enakem rezultatu. Boji povzročijo nastanek anaerobnih metabolitov, visok nivo stresnih hormonov, izpostavljanje plenilcu, izgubo priložnosti za parjenje in hranjenje.

Večji samci so pri agresivnem obnašanju običajno uspešnejši. Na agresivno vedenje lahko vplivajo tudi izkušnje iz prejšnjih borb. Za zmagovalce je tako bolj verjetno, da bodo ponovno zmagali. Pripravljenost za boj pa se lahko poveča, če samec zazna, da so viri omejeni.

Študije fenotipov z vidika stroškov in koristi za evolucijski fitnes temeljijo na teoriji iger. Vsaka lastnost je lahko prednostna le v določenih razmerah. Osebkni čas in sredstva vlagajo v različne aktivnosti, ki povečujejo fitnes (trade-off). Selekcija favorizira prerazporeditve, ki povečajo dolgoročni uspeh pri razmnoževanju. Pričakovano bi bilo, da je najboljši način le eden, vendar pa pri mnogih vrstah obstajata dva ali več prerazporeditvenih vzorcev.

Roman Vodeb: Thanatos ali kastracija (v borilnih športih) – to je zdaj vprašanje

Pri tematiziranju tekmovalnosti – torej (starogrškega) agona – kot inherentnem delu športa, je dobro pogledat onstran te bistvene komponente športa. Res je, pri »starem Freud« bi verjetno morali v kontekstu tekmovalnosti, posebej tiste v borilnih športih, govoriti o gonu smrti, torej o destruktivnem gonu, Thanatosu. Vendar pa je »mladi Freud« s konceptom Ojdipovega kompleksa in kastracije zastavil bistveno bolj produktivno teoretsko smer, ki se jo splača slediti – tudi pri razumevanju in interpretaciji športa, še posebej borilnega. Tudi za razumevanja razlik v športu glede na spol je bistveno bolj produktiven koncept Ojdipovega in kastracijskega kompleksa, ki sta izvorno povezana z anatomijo genitalij.

Starogrški agon v resnici in v osnovi pomeni konfliktnost, kar v prvotni Freudovi konceptualizaciji človekovega duševnega aparata gravitira k fenomenu kastracije, kot inherentnemu delu Ojdipovega kompleksa. Šele »stari Freud« je pod vplivom I. svetovne vojne človekovo agresivnost/destruktivnost pripisal Thanatosu, libido pa umestil v Eros. V svojem dokaj »ohlapnem« spisu iz leta 1915 »Aktualna razmišljanja o vojni in smrti« – potem kot je bil pod vplivom začetka I. svetovne vojen – je Freud že nakazal nagnjenost k verjetju, da obstajata dva temeljna gona, kar je konceptualno razvil šele v svoje spisu »Onstran načela ugodja« leta 1920. Nezavedno željo (po uboju, smrti) sicer omenja, vendar ni ekspliciten, niti je ne poveže z ubojem očeta oz. njegovo kastracijo, kar dokaj eksplicitno spelje že leta 1913 v »Totem in tabu«.

Jaroslav Berce: Vodenje ljudi - proces, dialog ali borba? Ali sploh še potrebujemo »borbeno vedenje«?

V pripravi.

Tone Ančnik: Dve muhi na en mah: ko je konec lahko hkrati začetek

Prelomnice, s katerimi se v življenju tako pogosto srečujemo, so prisotne tudi v borilnih veščinah. Do njih ne prihaja samo po koncu športne poti, temveč tudi po prestani hujši bolezni, težji telesni poškodbi ipd. Kar naenkrat se znajdemo v težavah. Vse, kar smo nekoč že dodobra obvladali, zdaj komajda še zmoremo ali pa tudi ne več. Ali to pomeni konec našega ukvarjanja z borilnimi veščinami?

Najpogostejši odgovor na dano vprašanje je pritrdilen. Lahko pa se odločimo tudi drugače. Pozitivno mišljenje nam pritrjuje, da je še vedno mogoče narediti vse, le način, kako bomo to naredili, moramo odkriti. Najdemo se pred prepadom. Na eni strani stoji stari, na drugi ga čaka spremenjeni jaz, le most je še potrebno zgraditi. A tudi ko bo zgrajen, ne bo mogoče čezenj prenesti vse svoje prtljage. Večino je bomo morali pustiti na prejšnji strani, nekaj je bomo prisiljeni odvreči med potjo, kaj bomo prenesli na drugo stran, je pa predmet tehtnega premisleka in povsem osebna odločitev.

Med »prečkanjem« mostu se bomo soočali s številnimi izzivi kot so nadomeščanje starih navad z novimi, zamenjava stereotipov z razumevanjem ipd. Jasno je, da enovitega recepta za želeno spremembo ni. Zato od tu naprej lahko govorim le o sebi in svoji odločitvi, kot tudi o svojem uspehu. Prepričan sem, da mi je preobrazba dobro uspela in da lahko – zamenjavi obeh kolkov navkljub – še naprej delam in živim borilne veščine. Edini stvari, ki sem se ji popolnoma odrekel, so visoke brce. Sem pa veliko pridobil pri učinkovitosti tehnike, gospodarnosti gibanja in nasploh povečal svojo borbena učinkovitost. Pri gradnji in prečkanju svojega mostu sem si veliko pomagal z domišljijo (tudi Albert Einstein je trdil, da je domišljija pomembnejša od znanja). Nenazadnje je premoremo veliko več. Da bi zavaroval svoje sklepe, sem gibe tigra nadomestil z gibi rakovice in gosenice. Nisem edini, ki je posegel po teh "neslavnih" bitjih. Znan je rek znamenitega boksarja Mohameda Alija, ki pravi: »Frfočaj kot metulj, piči kot čebela!« Če sem prej ustrahoval svoje nasprotnike, se zdaj z njimi borim igraje in jih obvladam s sproščenostjo. Namesto da bi jim škodil z udarci, zavajam njihove možgane ipd.

Vprašamo se lahko, ali bomo ostali nespremenjeni tigri in bomo šepali vse do konca svojih dni, ali pa se bomo raje spremenili v gibke gosenice, ki se bodo v kratkem zabubile in prelevile v prečudovite metulje? Kako močni moramo biti, da se upamo biti šibki!

Žiga Tršar: Funkcija in posledice domišljije v borilni veščini: antropološki pogled

Marsikdo je že opisoval prakso borilnih veščin, a je opis vedno spodletel pri zajemanju vseh vidikov prakse. Besede nikoli ni zmorejo zajeti dinamike zaznave in delovanja. Če pa postavimo opis prakse v dinamičen odnos z izkušnjo, potem besede menjajo pomene, ko se izkušnja spreminja. Te vrste opis je neke vrste znanje, ki pa ga zaradi svoje dinamike pomenov imenujem pripovedno znanje. Pripoved, bolj kot da bi bila verodostojen opis neke prakse, postane orodje, ki vodi zaznavo in delovanje praktikanta. Domišljijo v obliki pripovedi v praksi veščine v prvem planu potrebujemo za sebe in ne za druge. Zato je barvitost domišljije, tudi širina borilne veščine.

Shifu Zeng mi je rekel: »Nisem te naučil tehnike, dal sem ti način razmišljanja. Okolje, ki podpira te ideje, pa ustvari sam!« Okolje, v katerem se učimo borilne veščine, je sestavljeno iz somišljenikov. Da borbena vedenje potencialno lahko uporabljamo v drugih življenjskih aspektih, morajo učenci uporabljati domišljijo, ki presega borbo. Govorimo o posebni metodi razumevanja okolja, v katerem se učimo borilne veščine: vlagaj v izgubo, pomagaj partnerju, da bo boljši, spreminjaj sebe in ne partnerja, popolnoma se sprost, igraj se. – kar na prvi pogled zgloda ravno proti splošnemu konceptu borbe.

Vendar pa kamorkoli se ozremo v času in prostoru, obstajajo besedila o veščinah, ki govorijo prav o veščini, ki presega nasilje, moč in hitrost. (čeprav ni nič narobe s temi tremi) Na primerih starih tekstov in osebnih izkušnjah iz potovanja, bom prikazal, da se učinkovitost borbenega vedenja najde prav tam kjer ne bi pričakovali. V mirnosti, sproščenosti, popuščanju, praznini in sočutju. Kam posameznika vodi domišljija je njegova stvar, vsekakor pa širša uporaba borbenega vedenja sloni na na misli, da borba ni le izmenjava udarcev, ki slonijo na moči in hitrosti.

Olga Markič: Kognitivna znanost in učenje borilnih veščin

Učenje najpogosteje povezujemo s šolo, pri čemer imamo v mislih predvsem učenje intelektualnih vsebin, manj pa se nanašamo na učenje vseščin kot so risanje, igranje na inštrument ali različne gibalne spretnosti. Tudi znanost se je v preteklosti bolj posvečala učenju višjih kognitivnih procesov ali pa raznim oblikam učenja s pogojevanjem, med tem ko je učenje veščin sodilo med "mehka področja", ki jih opredeljujeta predvsem zgled in osebna izkušnja, manj pa izdelan teoretski pristop. Dualizem v pogledu odnosa med duševnimi in telesnimi procesi je dopolnjevalo še razlikovanje med dvema oblikama znanja, "znanje da" in "znanje kako". Vendar je za razumevanje kompleksne gibalne izkušnje, ki ne predstavlja zgolj avtomatičnega odziva, ampak je vpeta v spreminjajoče se okolje in medsebojne interakcije več sodelujočih, kot je značilno za borilne veščine, tak pristop neustrezen. V prispevku bom pokazala, kako skuša znanost s pristopom utelešene in umeščene kognicije, naslanjajoč se na spoznanja fenomenološke tradicije (npr. Maurice Merleau-Ponty) in celostnega pogleda na telo-um v azijski tradiciji (npr. Yuasa Yasuo) ter opremljena s sodobnimi raziskovalnimi orodji na področju kognitivne znanosti, "ujeti" in razumeti, kako poteka učenje borilnih veščin.

Jernej Sever: Sprememba gibalnega vzorca pri napadu ali obrambi lahko vpliva na razumevanje borbenega odnosa

Borbeno vedenje v naravi omogoča preživetje posameznika in vrste, zato je umeščeno v različne relacije in odnose. Živali ščitijo svoj teritorij na katerem lahko izpolnijo svoje potrebe, hrano, spolnega partnerja in vzgojijo potomce. Tudi ljudje se borimo za svoj teritorij znotraj katerega lahko zadovoljimo svoje interese, želje in prepričanja. Čeprav se pri človeku borbeno vedenje lahko poveže s simbolnimi koncepti in prepričanji, se je naš primarni borbeni odziv oblikoval skozi evolucijo in je vtisnjen v naše možgane. Pokazali bomo, da je na telesnem nivoju mogoče spontani obrambni ali napadalni odziv prepoznavati na osnovi intenzivnosti aktivacije določenih mišičnih skupin. Nekatere borilne veščine so na osnovi izkušenj ugotovile, da naš spontani odziv ni najbolj učinkovit način odzivanja v borbi, zato so razvijale nove gibalne strategije, ki omogočajo, da borbenega nasprotnika destabiliziramo ali onemogočimo z zelo malo moči. Te kompleksne izkušnje se v borilnih veščinah navadno opisuje z metaforami ali pripovedjo, kar pa dopušča različne interpretacije in otežuje proces učenja. Na osnovi opravljenih raziskav in demonstracije delovanja našega obrambnega in napadalnega mehanizma bomo pokazali, da se je iskanim občutkom mogoče približati s kontrolo določenih mišičnih skupin, s čimer spremenimo naš gibalni vzorec. Spremenjen gibalni vzorec nam lahko služi za oblikovanje nove borbene izkušnje, na osnovi katere lahko oblikujemo tudi drugačno razumevanje namena, vloge in načina borbenega vedenja. To pa lahko posredno vpliva na naše vedenje tudi v vseh drugih relacijah, kjer moramo braniti ali ohranjati svoj teritorij.