



Lichamelijke opvoeding en sport in de Griekse oudheid

H.W. Pleket

Het stedelijk 'gym'

Waren ze in de oudheid fitter dan nu?

Jongens en jonge mannen waarschijnlijk wel. Zij trainden verplicht, gericht op wedstrijdsport en het soldatenvak.

26

'Jong, wild en lamlendig'. Onder deze kop beschreef redacteur Carel Brendel in het *Algemeen Dagblad* van 14 juli 1997 een merkwaardige paradox in onze tijd. Reclames van Reebok, Adidas en Nike scheppen beelden van zeer actieve sporthelden en van hun op een oneindig veel lager niveau joggende en zwetende bewonderaars. Fitness is een soort religie geworden; en er zijn televisiezoekers die rond de klok professionele sportprestaties uitzenden. Maar schijn bedriegt: onderzoek van de Amsterdamse hoogleraar gezondheidswetenschappen, H. Kemper, heeft uitgewezen dat het met de overgrote meerderheid van onze schoolgaande jeugd, vanaf haar vijftiende jaar, bitter slecht gesteld is op het punt van lichamelijke conditie en gezond bewegen. De bromfiets, het rijbewijs en de snelle hap staan in hoger aanzien dan verantwoord training van het lichaam. De gymnastiekles wordt slecht of in ieder geval met weinig interesse bezocht; en als hij al bezocht wordt, dan wordt er neer 'gespeeld' dan systematisch bewegingsonderwijs gegeven. Het aantal ingeroosterde gymnastieklessen is trouwens gering in basis- en voortgezet onderwijs. Pas als ze tot de groep van de dertigers en de veertigers toetreden is er een kansje dat een deel van de ex-pubers zich bekeert tot de 'religie' van de fitness.

De wereld van de antieke Griekse steden: school en gymnasion

De oude Grieken voedden sowieso minder systematisch op dan de twintigste eeuwers. In de Griekse steden bestonden geen door de stad(staat) ingerichte en gefinancierde lagere en middelbare scholen; evenmin bestond er schoolplicht. In sommige steden, bijvoorbeeld het klassieke Athene, is er sprake van privé lagere schooltjes waarvoor betaald moest worden door de klant; in andere steden werden scholen opgericht door rijke weldoeners, die een fonds stichtten uit de baten waarvan leraren konden worden aangesteld. Onder deze laatsten bevonden zich stevast gymnastiekleraren, ter aanduiding van wie de Grieken hetzelfde woord gebruikten dat ze ook voor trainers aanwendden, namelijk *paidotribai*, (letterlijk: 'zij die aan kinderen schaven').

De vraag is wat die 'kinder-schavers' zoal doceerden en waar ze dat deden. Hier doemt onmiddellijk het fameuze woord 'gymnasion' ('sportschool') op. Iedere Griekse stad kende een systeem van openbare gymnasia en van privé-sportscholen. In Athene zullen de leerlingen van de privé-scholen hun lichamelijke opvoeding zowel bij privé-sportschoolhouders als in de openbare gymnasia ontvangen hebben. De afwezigheid van enige vorm van schoolplicht alsmede de noodzaak te betalen voor de genoten instructie maaakten

dat vooral kinderen van de midden- en hoogste klasse geprofitteerd zullen hebben van de lichamelijke opvoeding. De publieke gymnasia waren voor alle burgers vrij toegankelijk. Het feit op zich dat de stad publieke sportscholen liet bouwen voor zijn burgers bewijst dat de lichamelijke vorming van essentieel belang werd geacht.

Afhankelijk van de bevolkingsgrootte waren er of aparte gymnasia voor jongens (7 - 14 jaar), adolescenten (14/15 - 30 jaar) en ouderen of was er één gebouw waar iedere leeftijdsgroep op zijn beurt actief kon worden. In steden waar dankzij weldoeners scholen gesticht waren zullen de leerlingen hun lichamelijke opvoeding waarschijnlijk wel in het stedelijk gymnasion ontvangen hebben, onder leiding van de door de stad benoemde en door de weldoeners betaalde leraren.

Nieuwe ontdekkingen over het gymnasion

Tot nu toe leek lichamelijke opvoeding nogal een vrijblijvende zaak. Maar terwijl serieuze geleerden nog steeds - en terecht - vasthouden aan het ontbreken van schoolplicht, hebben nieuwe vondsten de mogelijkheid van 'gymnasion-plicht' duidelijk dichterbij gebracht. Onlangs is in de Macedonische stad Beroia (nu Verria, en een centrum van perzikken-export, ook naar Nederland!) een op een grote marmeren steen gegraveerde inscriptie

gevonden die een zogenaamde gymnasiumwet bevat uit circa 200-170 v. Chr. Alle jongemannen van 18-22 jaar moesten daar dagelijks trainen in speerwerpen en boogschieten en 'in ieder vak dat noodzakelijk blijkt te zijn'. Die andere vakken zijn ongetwijfeld verwante, militaire vakken.

Uit andere bepalingen in de wet blijkt dat niet iedere jongen geacht werd in het gymnasium op te draven. Zo werden slaven en vrijgelatenen (en hun zonen) en lieden die 'op de markt werken' (dat wil zeggen kleine handelaars en ambachtslieden) de toegang tot het gymnasium ontzegd. In de plattelandstad Beroia is het gymnasium kennelijk het domein van de landbezittende burgers en hun kinderen geweest. Het feit dat er voor bepaalde feesten in het gymnasium door de jongens betaald moest worden en dat de knaapjes kennelijk ook over zogenaamde 'pedagogoi' beschikten (dat wil zeggen slaven of arme vrijen die de jongens begeleiden op weg naar school en gymnasium) wijst erop dat we bij de clientèle van het gymnasium voornamelijk aan de leden van de landbezittende elite en middenklasse moeten denken. Zo goedkoop was een slaaf nu ook weer niet; en als je er al een (of meerdere) voor je kinderen kon permitteren, dan was je zeker niet onbemiddeld! Welgestelde ambachtslieden en handelaars, dat wil zeggen lieden die rijk genoeg waren om anderen voor zich te laten werken en niet zelf op de markt te staan, hebben hun kroost zeker ook mogen sturen.

Niet van enige humor ontbloomt is de mededeling dat ook de zogenaamde 'apalaistroi' uit het gymnasium weg dienden te blijven.



Karikatuur van trainende pankratiasten.

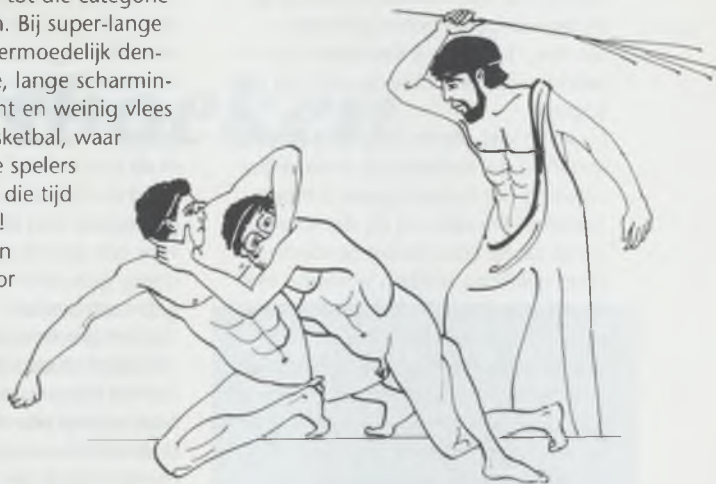
'Palaistra', in oorsprong de worstelring in het gymnasium aanduidend, wordt alras synoniem met gymnasium. De apalaistroi zijn degenen die lichamelijk niet geschikt zijn voor het gymnasium. Uit een andere, latere tekst weten we dat gebrekkig gezichtsvermogen en 'super-lengte' iemand tot die categorie konden doen behoren. Bij super-lange jongens moeten we vermoedelijk denken aan broodmagere, lange scharminkeles, met ondergewicht en weinig vlees op de botten. Het basketbal, waar super-lengte voor vele spelers een vereiste is, was in die tijd nog niet uitgevonden! Het Griekse gymnasium was geen instituut voor aangepaste programma's voor gehandicapten. Integendeel, het was een instelling voor macho's, die daar nog openlijk voor uitkwam ook.

Wat deed men eigenlijk in het gymnasium?

We zagen al dat de 18 tot 22-jarigen zich in Beroia dagelijks in militaire disciplines moesten oefenen. Wat de veel jongere knaapjes twee maal per dag moesten doen wordt in de wet niet verteld. Wel krijgen we te horen dat de trainers ('paidotribai') zich op straffe van een boete eveneens twee maal per dag op een door de directeur van het gymnasium bepaald tijdstip in het gymnasium dienden te vervoegen. Er werd kennelijk rekening gehouden met plichtsverzuim door de heren! Dat laat zich gemakkelijk verklaren als we bedenken dat trainers, naast hun officiële door de stad geregelde en gefinancierde aanstelling aan het stedelijk 'gym', heel vaak ook nog zelf een privé-gymnasium-tje ('sportschool') bezaten, waar atleten die zich wilden specialiseren en optimaliseren tegen betaling scholing konden kopen. De

'officiële aanstelling' was eigenlijk een schnabbel en bij een schnabbel wil je wel eens verzuimen.

Het gebruik van het woord paidotribes is op zich al veelbetekenend voor de richting van de scholing die de jongens



Twee pankratiasten passen verboden grepen toe; de scheidsrechter grijpt in.

kregen. De paidotribes was geen gymnastiekleraar die vrije oefeningen, toestellen of spelletjes gaf: hij was *trainer*, wat inhoudt dat alles wat de jongens ondergingen gericht was op wedstrijd-sport, *steeds in combinatie met militaire vakken*. Uit andere inscripties weten we dat de wat oudere jongens (13-15 jaar) training ontvingen in het gewapend gevecht, boogschieten en speerwerpen. Wat dat betreft konden zij moeiteloos overstappen naar de volgende leeftijdscategorie, die van de epheben (óf vanaf 18 jaar óf vanaf 15/16 jaar: dat wisselde per streek en periode van de Griekse Oudheid), die én in Beroia én in andere steden een stevige militaire training kregen. In Athene werden de epheben, eerst twee jaar, later een jaar lang 'afgeknepen' door speciale drill-sergeanten, docenten in allerlei militaire vakken (waaronder zelfs kaptbediening) en door trainers. Wat voor oefeningen de trainers precies voorschotelden weten we niet, maar we mogen wel aannemen dat het training betrof in bepaalde sporten, die de lichamelijke conditie en passant ook op peil bracht voor het militaire metier van de zwaargewapende infanterist.

Jongens zowel als epheben werden getraind voor allerlei soorten lichte en zware atletiek (zie het Duitse woordgebruik 'Leichtathletik' en

'Schwerathletik'). Hardlopen (korte en lange afstand), worstelen, boksen en pankration (een gruwelijk zware en bloedige combinatie van boksen en worstelen) zijn bekend als vakken waarin de jongere en de oudere knapen werden geoefend. Hardlopen lijkt nuttig voor een infanterist, terwijl de andere items, als echte gevechtssporten, de jongens beoogden voor te bereiden op het echte gevecht op het slagveld.

Er waren wel allerlei theoretici (artsen, filosofen) die vonden dat lichamelijke oefening het lichaam gezond moest maken of houden; en bij dat soort heren zal de lichamelijke opvoeding zeker gelijkenis hebben vertoond met onze gymnastiek. In het gymnasium echter, zowel het stedelijke als het privé-instituut, ging het om lichamelijke oefeningen in de context van en ter voorbereiding op wedstrijd sport en, in het verlengde daarvan, het soldatenvak. We moeten niet vergeten dat, voordat de Romeinen in de Griekse wereld vrede stichtten (de zogenaamde Pax Augusta: Keizerlijke vrede), de Griekse steden als autonome politieke gemeenschappen regelmatig met oorlog geconfronteerd werden, zowel onder elkaar als tegen bedreigende Hellenistische monarchen (en latere Romeinse legioenen). De oorlog trok om zo te zeggen regelmatig langs de stadsmuren voorbij en drong er soms zelfs hardhandig binnen.

De nadruk op gevechtssporten, wedstrijden daarin en militaire vakken wordt fraai geïllustreerd door het feit dat men aparte wedstrijden in het gymnasium organiseerde in 'er goed uitzien' (gebaseerd op fysieke fitheid), discipline en uithoudingsvermogen/vermogen tot afzien. In het gymnasium in

Beroia werd één maal per jaar door een jury de prijs voor het eerste 'vak' uitgereikt; de directeur van het gymnasium besliste over de twee andere prijzen. Alle drie de kwalificaties hadden zowel een lichamelijk als een mentaal aspect, alle drie betroffen eigenschappen die zowel in de sport-arena als op het slagveld opgedededen.

In de grote stad Ephesos werd de directeur van een gymnasium dan ook, in een voor ons gevoel nogal worsterig, gezwollen idioom, geprezen omdat 'hij zich bekommerde om de moed van de jeugd; hij spoorde de jeugd namelijk aan tot lichaams-oefeningen en stelde hoge prijs op zowel fysiek als geestelijk doorzettingsvermogen; hij was van mening dat op die manier de waardigheid van de jeugd bevorderd werd'.

Tenslotte

We hoeven natuurlijk niet te geloven dat alle jongens en jeugdige adolescenten zich steeds vol overgave onderwierpen aan de kastijding van lichaam en ziel. In de Beroia-tekst is sprake van 'wanordelijke, ongedisciplineerde jongens' die voor straf door de directeur geselsd moeten worden. Tevens wordt melding gemaakt van bezoekers die kwaad spraken van de directeur en hem zelfs een pak slaag gaven. Een geldboete moest hier voldoende afschrikwekkend zijn, zweepslagen werden niet nodig geacht. Maar de teneur van het opvoedingssysteem is duidelijk: forse training van het lichaam ter voorbereiding op en in diverse onderdelen van de 'atletiek' en



Palaistra-scène: trainende speerwerper met scheidsrechter,

in de wapenhandel. Zelfs de examens die jongens en epheben moesten afleggen werden in de vorm van openbare show-wedstrijden gegoten, met officiële winnaars.

De Grieken hebben de competitieve maatschappij dan misschien niet uitgevonden, ze hebben er wel op zeer indringende wijze gestalte aan gegeven. Deze 'gymnasiale' opleiding leverde het fundament, waarop de professionele atleten vervolgens hun specialisatie verder konden ontwikkelen. De competitieve sportcultuur die zich manifesteerde in honderden toernooien en talloze steden van de Griekse wereld, is zonder het gymnasium en daarbij behorende lichaamscultuur ondenkbaar. De Olympische spelen vormden voor weinigen de culminatie van wat in het gymnasium voor zeer velen begon.

Literatuur

- W. Decker, *Sport in der griechischen Antike* (München 1995)
 M.I. Finley, H.W. Pleket, *Olympische Spelen in de Oudheid* (Haarlem 1976)
 Ph. Gauthier, M.B. Hatzopoulos, *La loi gymnasiarchique de Beroia* (Athene/Parijs 1993)
 H.A. Harris, *Sport in Greece and Rome* (New York 1972)
 J. Jüthner, *Philostratos über Gymnastik* (Amsterdam 1969 - herdruk)
 H.W. Pleket, 'Stadstaat en onderwijs in de Griekse wereld', in: *Lampas* 14 (1981) 155-177
 W.E. Sweet, *Sport and Recreation in ancient Greece. A sourcebook with translations* (New York/Oxford 1987)
 I. Weiler, *Der sport bei den Völkern der alten Welt* (Darmstadt 1981)