

Simicskó István – Szabó Zoltán alezredes:

ÖNVÉDELEM – HONVÉDELEM: A HARCMŰVÉSZETEK JELENTŐSÉGE ÉS SZEREPE A HONVÉDELMI NEVELÉSBEN

DOI: 10.35926/HSZ.2021.5.8

ÖSSZEFOGLALÓ: A szerzőpáros tagjai mind a harcművészet, mind a hazafias és honvédelmi nevelés terén hosszabb-rövidebb ideje tevékenykednek, a közös munka során került előtérbe a címben szereplő – eddig evidenciaként kezelt – összefüggések mélyebb feltárásának gondolata. Simicskó István több évtizede foglalkozik keleti harcművészettel, honvédelmi és sportállamtitkárként, honvédelmi miniszterként, majd a hazafias, honvédelmi nevelésért felelős kormánybiztosként, illetve a Honvédelmi Sportszövetség elnökeként több oldalról is alaposan megismerte a szakterületet. A szerzőpáros másik tagja közel tíz éve foglalkozik a hazafias és honvédelmi nevelést előmozdító projektekkel, továbbá hazai, illetve nemzetközi téren is kutatja a témakör korábbi és jelenlegi megoldásait. Közreadott munkájukban arra törekedtek, hogy több szempontból is megvilágítsák a hazafias és honvédelmi nevelés feladatkörét, kidomborítsák benne a harcművészetek jelentőségét és kitüntetett szerepét. Továbbá tárgyalják a harcművészetek kapcsolatát az iskolai oktatás és a katonai kiképzés vonatkozásában, feltárják összefüggéseit az egyénitől a társadalmi szintű kihatásokig, de kutatásuk során visszanyúltak a keleti harcművészetek – honvédelmi célú – hazai meggyökereztetésének különleges történetéhez is.

KULCSSZAVAK: hazafias, honvédelmi nevelés, küzdősportok, harcművészetek

BEVEZETŐ

A sport a modern társadalmak életének szerves részévé vált. Általánosan elfogadott nézet, hogy a sportolás kiemelkedően hozzájárul a társadalom fizikai és mentális egészségi állapotának javításához, a közösségi kapcsolatok fejlesztéséhez, a népesség gazdasági aktivitásának előmozdításához, de a nemzeti értékek és az önbecsülés erősítéséhez is. A fentiek miatt napjainkra természetesnek tűnik a testedzés kiemelt szerepe az egészség megőrzésében, az iskolákban vagy akár a gazdaságban is.

Tanulmányunk a harcművészetek színes világára fókuszálva, azok fontos jelenségeit és összefüggéseit kívánja bemutatni a társadalomtudományok nézőpontjából. Az általunk vizsgált sportágakra szűkítve a témát, kutatásunk kezdetekor azt feltételeztük, hogy az olyan társadalmakban, ahol sok polgár űz valamilyen küzdősportot, számolni lehet azzal, hogy az egyénre gyakorolt pozitív hatások többszöröződnek, és belátható időn belül a társadalom általános állapotán is meglátszik a pozitív hatás. Tehát a küzdősportok művelése – az egyénre gyakorolt pozitív testi és szellemi hatásokon túl – a haza védelme szempontjából is pozitív hatásokat hordozhat. Ezek feltárása és feltételezett egyezése a hazafias és honvédelmi nevelés egy vagy több céljával rávilágíthat a harcművészetek komoly jelentőségére modern világunkban.

A világ „globális faluvá” válásával nem csupán az információk áramlása, hanem a járványok terjedése is felgyorsult. Az 1347-ben Európában megjelent bubópestis öt év alatt terjedt el a kontinensen. Ezzel szemben az új koronavírus (COVID–19) néhány hét, néhány hónap alatt eljutott szinte a világ valamennyi térségébe.¹ A történelem során nem állt fent még olyan állam, amelyben ne létezett volna sérülékeny pont valamely társadalmi alrendszerben, a közigazgatásban, a gazdaságban vagy az infrastruktúrában.

Valójában soha ilyen kihívások előtt nem állt az emberiség, mint mostanság. A globalizáció, a technológiai fejlődés, a migráció, a klímaváltozás, a világvárvány és a többi hasonló jelenség egyéni és társadalmi szinten is kihívásokat jelent. Ezek viszont csak úgy kezelhetők, ha szellemi, fizikai és érzelmi szinten is kellőképpen felkészülten kezdünk neki a megoldásnak, amihez megfelelő alapot adhat a honvédelmi nevelés.²

Magyarországon kormányzati szintű cél a versenyképesség feltételeinek megteremtése. Ez leginkább úgy érhető el, ha életerős nemzettudattal, értékrenddel és megfelelő felelősségtudattal rendelkezünk.

A biztonság és a szeretet, a valahova tartozás szükségletei fontos helyet foglalnak el Maslow motivációs piramisában. A hazaszeretet erős motivációt jelenthet, hiszen, minden embernek szüksége van arra, hogy kötődjön valahová. A család után a szülőföldünk lehet az egyik legbiztosabb pont az életünkben. Ez a fajta kötődés egy ember boldogságának egyik legfontosabb forrása lehet.³ Ennek szükséges esetben történő megvédése pedig erős motivációt kap. *„A haza védelme, a honvédelem nemzeti ügy. Ez a legszélesebb társadalmi és nemzeti egységet létrehozható ügyünk, amivel a történelem során valaha találkoztunk. Kiemelten fontos képesség mindez többpártrendszer esetén. Ha képesek vagyunk identitásunkat, értékeinket felmutatni, úgy mindig esélyünk lesz arra, hogy a pártpolitikán túl, nemzetként, egységesen, sportszerűen és a tisztelet kultúrájának alapján a közösség erejével védekezünk. Történelmi tapasztalat, hogy mikor képesek voltunk a nemzeti egységet megteremteni, mindig helyt tudtunk állni. Ezért is rendkívül fontos, hogy egy közösségben mindig megtaláljuk a közös nevezőt. Arra kell törekednünk, hogy képesek legyünk egymást segíteni, egymás mellé odaállni, és ezt a munkát, ezt a szerveződést békeidőben kell elvégeznünk...”*⁴ Ha ez a fajta érzelmi kötődés már kialakult a fiatalokban, akkor egy későbbi életkorban beszélhetünk majd a hazaszeretetre épülő honvédelmi nevelésről.

Megjegyzendő, hogy fogalmi szinten ugyan elkülöníthető egymástól a hazafias és a honvédelmi nevelés, de a gyakorlatban, ezek egymásra épülése miatt, nehéz éles határt húzni közéjük, és tulajdonképp nem is indokolt. A honvédelmi nevelés lényege ugyanis az, hogy olyan módszereket találjunk, melyek hozzájárulnak, hogy testileg, lelkileg, erkölcsileg minél egészségesebbé, erősebbé váljon a következő nemzedék. Emellett azt is fontos célnak tartjuk, hogy az egészséges, aktív egyénekből, fiatalokból egészséges és aktív közösség is formálódjon, mely a teljes nemzet érdekében hatékonyan működik, és ha szükséges, védelmi feladatokra is kész.

¹ Szűcs László: Százmillió emberrel végzett a fekete halál. Honvedelem.hu, 2010. 07. 07. <https://honvedelem.hu/hirek/szazmillio-emberrel-vegzett-a-fekete-halal.html> (Letöltés időpontja: 2020. 08. 28.)

² Szabó Zoltán István alezredes: Aktuális-e a honvédelmi nevelés, jó-e az iránytűnk? Honvédségi Szemle, 146. évf. 2018/6., 45–57.

³ Gergely Ábel: Egy mai fiatal a hazaszeretetről. Kell-e szeretni a hazát? Koloknet.hu, 2011. 04. 05. <https://www.koloknet.hu/életmod/kell-e-szeretni-a-hazat/> (Letöltés időpontja: 2020. 08. 26.)

⁴ Simicskó István: A Honvédelmi Sportszövetség szerepe a honvédelmi nevelés új alapokra helyezésében. Új megoldások, innováció a honvédelmi nevelésben, tapasztalatcsere és módszertani börze, Milton Friedman Egyetem, Budapest, 2019. 11. 20.

A KÜZDŐSPORTOK SZEMÉLYISÉGFORMÁLÓ HATÁSA

A serdülőkor kezdeti időszakában a változások nemcsak a testalkati és élettani jellemzőkben jelentkeznek, hanem átformálják a lelki folyamatokat és a szociális kapcsolati háló működését is. Korosztályos jellemző azonban az egyre veszélyesebb drogok és más káros szenvedélyeket okozó szerek kipróbálása, de napjainkban jelentősen növekszik a depressziós és pszichoszomatikus tünetek gyakorisága is. A digitalizációval felgyorsult világ a gyerekekre is nagyobb stresszhatásokat gyakorol, ezért szükségük van azokra a módszerekre, melyekre támaszkodhatnak a problémák vagy konfliktusok kezelése során.

Az iskolai környezetet vizsgálva azt mondhatjuk, hogy a küzdősportok művelésének hatása van a pszichoszociális egészségi faktorokra is: a szorongás, a depresszió csökken, a koncentrációs készség javul; a sport fejleszti az önbizalmat, de segít a megküzdési képesség kialakulásában is.⁵

A küzdősportok személyiségre gyakorolt számos hatása közül a leggyakrabban vizsgáltak témánk szempontjából is jelentőséggel bírnak, ezért tekintsük át őket röviden.

Az önbizalom

Az a hit, hogy meg tudom védeni magamat egy esetleges fizikai agressziótól, már önmagában jelentős önbizalom-növelő erő. Modern kultúránk énközpontú. A félelem, hogy mások kevésnek, gyengének, értéktelennek találnak minket, komoly motivációt adhat egy fiatalnak, aki egyébként is önmaga megvalósítására törekszik. Ezáltal a küzdősportokban az önbecsülés növelésének kiváló egyéni eszközt találhatják meg a fiatal sportolók.

Az agresszivitás

Számos vizsgálat mutatott kevesebb agressziót a küzdősportokat művelők között (bár néhány épp ellenkező tendenciáról számolt be). Egyes mérések szerint a tradicionális harcművészetek művelői körében kisebb, míg a „kemény” küzdősportokat művelők körében nagyobb az agresszivitás mértéke.⁶ Nevelési szempontból viszont sokkal fontosabb az a kutatási eredmény, hogy a harcművészeteket űzők alacsonyabb agressziószinttel rendelkeznek, mint nem sportoló és nem küzdősportot űző kortársaik.⁷ Az iskolai erőszak megszüntetése és megelőzése érdekében a 2020/21-es tanévtől bevezetett iskolaóri rendszer tükrében a fenti kutatási eredmény is rávilágít a harcművészetek iskolai alkalmazásának több pozitívumára.

A szorongás és a depresszió

A küzdősport erős koncentrációt igényel, így eltereli a figyelmet a gondokról, miközben sajátos teljesítményérzetet kelt egy feladat teljesítése, vagy a küzdőpartner legyőzése révén. Ezek hatására pedig endorfin termelődik, amely segít leküzdeni a negatív érzéseket.

⁵ Laczkó Tamás: A sport, mint társadalmi alrendszer. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet (szerk.): A sport társadalmi aspektusai. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Pécs, 2015, 9–17.

⁶ Damien Martin: The Positive Benefits of Traditional Martial Arts Training: What Does Martial Arts Training Achieve for the Individual? 2015. <http://www.karateforum.org/129> (Letöltés időpontja: 2020. 09. 03.)

⁷ Morvay-Sey Kata: Budo harcművészetek alkalmazási lehetőségei az iskolai agresszió kezelésében. PhD-értekezés. Pécsi Tudományegyetem, Pécs, 2014.

A küzdősportok nemcsak az önértékelésben segíthetnek, hanem jellegük miatt a depresszió ellen is hatásosak.

A depresszióra utaló tünetek előfordulásának gyakorisága jól tükrözi a lakosság mentális egészségi állapotát, kihat a munkaképességre, a párkapcsolatokra, és rontja az életminőséget, legrosszabb esetben akár öngyilkossághoz is vezethet. A depresszió tehát a modern világ egyik legnagyobb fenyegetése. A World Health Organization adatai alapján több mint 264 millió ember érintett benne világszerte, így igen jelentős anyagi károkat is okoz. Még inkább sajnálatos, hogy közel 800 000 embertársunkat veszítjük el évente öngyilkosság miatt. Idehaza ezen a téren javuló tendencia tapasztalható, de még így is 2018-ban 1656 honfitársunk vetett véget önkezelésével az életének. 2019-ben összesen 1550 öngyilkosság történt Magyarországon, 106-tal kevesebb, mint 2018-ban, és 214-gyel kevesebb, mint 2017-ben. A leginkább aggasztó, hogy az öngyilkosság a 15–29 éves korosztály körében a második leggyakoribb halálozási ok.^{8, 9}

Ebből a perspektívából igen érdekes vonás, hogy a harcművészetek a harci jellegük mellett életmenő jelentőségük lehetnek a depresszió megelőzésének hatékony eszközeiként. Itt leginkább arra gondolunk, hogy a harcművészetek a gyermekek és serdülők pozitív gondolkodásmódjának javítására kiválóan alkalmasak, közben pedig közösséget is építenek. Ezekben a sportágakban jellemzően nagyon erős a kapcsolat a mester és tanítványa között, vagy a tanítványok (edzőtársak) között, melyek nevelési szempontból is nagy jelentőséggel bírnak.

A pszichoszociális hatások

Az edzőtársak testi épségének megőrzését – a szabályokon és védőfelszereléseken túl – a másik iránti tisztelet, bizalom és a kölcsönös kiszolgáltatottság is biztosítja, mindezek pedig fejlesztik a társas kapcsolatok építését. Ehhez társulnak még azok a pozitív pszichoszociális hatások, melyek főként a tradicionális harcművészetekben előforduló érzelmkontrolláló és értékeket közvetítő edzés módszereknek köszönhetők.¹⁰ A közös edzések, gyakorlatok, versenyek, vizsgák mind a kollektív magatartást alakító helyzetek, elősegítik a kollektív emberré formálást, az aktív közösségi élet kialakítását.

A koncentráció

A küzdősportok esetében az alaptechnikák elsajátítása sok gyakorlással, rengeteg ismétléssel történik, ezek egyaránt kitartást és alázatot követelnek a fiataloktól. A gyakorlatok fokozatosan épülnek egymásra, és közben egyre magasabb fokú koncentrációt igényelnek. Ezek során a jobb és a bal agyfélteke is egyre jobban összhangba kerül. A fokozott figyelem pedig a küzdősportok ösztönös velejárója, fenntartása és kiterjesztése, vagy éppen fókuszálása szintén fejlődik a gyakorlatok során.

⁸ Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2818%2932279-7> (Letöltés időpontja: 2020. 09. 29.)

⁹ A KSH és a Nyíró Gyula Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézet magyarországi öngyilkossági statisztikai adatai alapján.

¹⁰ Morvay-Sey: i. m. 42.

Bizonyított, hogy a távol-keleti eredetű harcművészetek, mozgásgyakorlatok csökkentik a stresszt, a félelmet és a rossz közérzetet, ugyanakkor fokozzák a jó hangulatot és az öntudatot.¹¹

Kihasználni a képességeket, élni a lehetőségekkel

Ha a Maslow-piramisra, az emberi szükséglet-hierarchia egymásra épülő elemeinek modelljére tekintünk, akkor a harcművészetek az ezen való haladásunk, fejlődésünk során mindvégig segítenek minket az önmegvalósítás magasabb szintjére jutásban. Ennek során a harcművészetekre támaszkodva olyan egyénné válhatunk, aki képességeit maximálisan kihasználja és a rendelkezésére álló lehetőségekkel is maradéktalanul él. Sőt, a keleti filozófiák alapján az önmegvalósításon felül, akár az emberi tudat legmagasabb, legátfogóbb, holisztikusabb szintje is elérhetővé válhat.

A küzdőképesség az élet minden területén megfigyelhető és tapasztalható. A küzdősportokban hatványozott szerepet kap a negatív hatások gyors legyőzése, illetve a kihívást jelentő helyzetekkel – nagyobb erőfeszítéssel és magabiztossággal (egyfajta mentális keménységgel) – való szembeszállás képessége.

A tapasztalatok szerint azok a serdülők boldogabbak és elégedettebbek az életükkel, akik több olyan, megküzdésre irányuló (*coping*) módszert használnak, mint például problémamegoldás, a pozitív átértékelés, azaz magasabb adaptációs képességekkel rendelkeznek. Persze ez nem jelenti azt, hogy minden problémával segítség nélkül megküzdjenek, de mindenestre sokkal kevesebb kockázati tényező mellett fejlődnek, és rugalmas ellenállási képességgel rendelkezővé (rezilienssé) válhatnak.¹²

A fent említett területek pedig mind megegyeznek a honvédelmi nevelés keretében is fejlesztendő területekkel ezért a következőkben e közös metszéspontokat tárgyaljuk.

HARCMŰVÉSZET ÉS KÜZDŐSPORT A VILÁG HADSEREGEIBEN

Az emberiség történetének ősidők óta része volt az erőszak és a háborúskodás. Az elmúlt évezredek alatt a harc eszköztára folyamatosan alkalmazkodott az adott igényekhez és lehetőségekhez. Ennek során az emberiség a kövel-kézzel történő összecsapásoktól a kifinomult pusztakezes, hideg-, majd lőfegyveres harci technikákig jutott el, manapság pedig már a kibertérben is folyik egyfajta küzdelem.

A kérdéskört katonai oldalról megközelítve elmondható, hogy a kézitusa- és közelharc-kiképzés mindig is a katonák felkészítésének alapvető része volt, de tartalma, jelentősége folyamatosan változott és ma is változik. Joggal merülhet fel a kérdés: a lőfegyverek elterjedésével miért nem koptak ki a harcművészetek a haderő kiképzési rendszeréből? Ennek hátterében az húzódik meg, hogy az önbizalmat és a kemény harci szellemet erősítő lelki felkészítés jelentősége nem csökkent ma sem, ebben pedig a harcművészetek, küzdősportok már bizonyították jelentőségüket. A lőfegyverek elterjedésével a harcban közvetlenül alkalmazható tudás terén ugyan veszítettek jelentőségükből, de más, előnyös tulajdonságaikat megőrizve – egyfajta pedagógiai eszközként – az egyén tökéletesedését szolgálják. Ezáltal

¹¹ Nyilasy Péter: Küzdősport és pszichológia. Szakdolgozat. Integrál Akadémia, Budapest, 2013.

¹² Pikó Bettina – Hamvai Csaba: Stressz, coping és reziliencia korai serdülőkorban. Iskolakultúra, 22. évf. 2012/9., 24–33.

a harcművészetek a katonai feladatok és a mindennapok különböző nehéz helyzeteire is felkészültséget biztosíthatnak.

Meg kell említenünk azt is, hogy a célok és eszközök tekintetében itt egyfajta határmezsgyéhez érkeztünk, ami bizonyos felosztást tesz lehetővé. A mai katonák a harctéri felszerelésben igen korlátozott mozgásokra képesek csak, ugyanakkor jellemzően nem egyedül harcolnak. Számukra az ellenség ártalmatlanná tétele és a saját túlélésük biztosítása az elsődleges cél. Lényeges eltérés az is, hogy a harcművészetekben elsősorban önvédelemből alkalmazzák a technikákat, míg a katonák a taktikai előny megszerzése érdekében inkább megragadják a kezdeményezést.

Manapság a küzdősportok általában másról szólnak: a küzdősportoló rendszerint győztes, bajnok akar lenni. A testi értelemben vett harcra helyezi a hangsúlyt, miközben a kulturális vagy a lelki fejlődéssel nem, vagy csak nagyon kismértékben foglalkozik.

A művészi szintre emelt távol-keleti harcművészetben pedig a versenyzés másodlagos, itt elsősorban a testi-lelki harmónia jelenik meg, és ezek mögött egy spirituális és/vagy szellemi rendszer is áll. A harcművészek a jellem fejlesztését, a gyakorlatok tökéletesítését tűzik ki célul, s az adott rendszert s annak filozófiáját egyfajta életmódként kezelik. Ezáltal a tradicionális ősi harcművészetek máig meg tudták őrizni a szellemiségüket, értékrendjüket, legfőbb motívumukat, azaz, hogy társadalmi szinten is értékes és jó embereket neveljenek.¹³

Az egyes hadseregek más és más sportágakat, harcművészeti irányzatokat vagy ezek különböző ötvözeit alkalmazzák. Közös vonásuk azonban, hogy a katonák kiképzésében az alapok egymásra épülését adó küzdősportok valamilyen szinten megjelennek, ezen belül az ökölvívás, a judo vagy a karate a legjellemzőbb.¹⁴

Legyen szó bármelyik harcművészeti irányzatról vagy küzdősportról, több okból is előnyös a haderő szempontjából, ha ezekben jártas katonák a tagjai. A technikai tudáson túl egyrészt a fegyelmet, a tiszteletet, a küzdeni tudást már ismerő egyének beillesztése könnyebb, másrészt később, a katonai szolgálat nehezebb pillanataiban, a fizikai állapot és a lelki egészség hosszú távú megőrzésének szempontjából is számos előnnyel jár. Gondoljunk csak bele, hogy akár a haderőről, akár egy civil vállalatról beszélünk, mindegyik esetében a legalapvetőbb érték maga az ember, a humán erőforrás. A munkatársak egészsége jelentős tényező a gazdaság működése szempontjából. A párhuzam a haderőre tekintve is érvényes, hiszen a katonaaállomány idő előtti „elhasználódása”, felesleges túlterhelése vagy a foglalkozási ártalmak és a mentális terhelések itt is mind a hatékony működés ellen hatnak.¹⁵

A sportnak, különösen a katonai vonatkozású sportágaknak kitüntetett szerepe van a NATO-tagországok haderőiben. De a haderő és társadalom közötti híd szerepét betöltő tartalékos állomány tekintetében ez talán még fokozottabb jelentőséggel bír.¹⁶

A harcművészetek a mindennapok különböző nehéz helyzeteire is felkészültséget adnak, ezért honvédelmi szempontból is előnyösek, hiszen akár aktív, akár tartalékos katonákról beszélünk, mind a katonai szolgálat alatt, mind a civil karrierjük vagy családi életük so-

¹³ Zöllei Zoltán: A katonai közelharc- és kizárólagos kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére. PhD-értekezés. ZMNE, Budapest, 2003.

¹⁴ Harcművészet és küzdősport a világ hadseregeiben. Honvedelem.hu, 2016. 10. 29. <https://honvedelem.hu/hirek/sport/harcmuveszet-es-kuzdosport-a-vilag-hadseregeiben.html> (Letöltés időpontja: 2020. 09. 02.)

¹⁵ Laczkó: i. m. 9–17.

¹⁶ Ujházy László: Az Egyesült Királyság tartalékos szövetsége. Új Honvédségi Szemle, LXI. évf. 2007/9., 63.

rán jól hasznosíthatják azokat az előnyöket, amiket a harcművészetekből meríthetnek. Azt is meg kell említenünk azonban, hogy ez az összefüggés nem új keletű felfedezés. Így érdemes röviden visszatekinteni a harcművészetek hazai megjelenésére.

A KELETI HARCMŰVÉSZETEK MEGJELENÉSE HAZÁNKBAN

A kutatások alapján a keleti harcművészetek hazai megjelenése a *judó*val kezdődött.¹⁷ Amikor Kanó Dzsigoró (1860–1938) többdanos dzsiudzsicu (vagy jiu jitsu)¹⁸ mester megalkotta rendszerét, amit „*dzsúdónak*” (judo) nevezett el, elhagyta belőle az életre közvetlen veszélyes, illetve a súlyos sérülések okozására használt technikákat. Ezáltal sportolásra alkalmassá tette, majd ezt adta át a nyilvánosságnak, elsősorban a fiataloknak. Kanó volt az a mester, aki a dzsiudzsicut átvezette a *do* vonalára. Ő csinált belőle az ifjúság nevelésére alkalmas eszközt, ezt követően válhatott a judo általánossá a japán iskolai oktatásban.

Az orosz–japán háború végét jelentő csuzimai japán győzelem¹⁹ után a világ közvéleménye felfigyelt a japánok sikereire és a mögötte lévő harcművészetre. A szakértők szerint ugyanis a háborús győzelem egyik oka a japán katonák közelharcban való jártassága volt.²⁰ A világ pedig egyszeriben el szeretne volna tanulni a titkot.

Sasaki Kichisaburo, a judo megalapítójának tanítványa Szemere Miklós felkérésére érkezett Magyarországra 1906-ban, hogy judót oktasson. Megjegyzendő, hogy az utazás és a tanfolyam minden költségét Szemere saját vagyonából fedezte.²¹

Báró Szemere Miklós (Kisazar, 1856 – Bécs, 1919) kiemelkedően sokat tett a honvédelmi nevelés fejlesztése terén. Többször felszólalt az országgyűlésben az ifjúság sportja és a honvédelmi nevelés fontossága ügyében.²² A szavakon és röpiratokon túl a céllövészet honvédelmi célú népszerűsítése érdekében kitűnően felszerelt lövőházat építtetett pusztaszentlőrinci birtokán 1903-ban, ahol több nemzetközi versenyt is rendezett. Erőfeszítései eredményét igazolta, hogy dr. Prokopp Sándor – aki ezen a lőtéren nevelkedett – 1912-ben a stockholmi olimpián aranyérmét szerzett 300 méteres hadipuska versenyszámban.

Szemere munkálkodása és anyagi áldozata, valamint Prokopp szenzációs eredménye hatására a lövészsport mint a honvédelmi nevelés egyik eszköze nagyot fejlődött akkoriban. De a vívás és a lovassport is nagyon sokat köszönhet Szemerének.²³ E kivételes ember hazaszeretetének és példamutatásának emléket állítva indította el a Honvédelmi Sportszövetség a Szemere Miklós Vetélkedőt, a korszerű honvédelmi nevelési program egyik elemét.²⁴

¹⁷ A „ju” szó jelentése „természetesnek lenni”, ésszerűen viselkedni. Tehát a természet törvényszerűségeinek megfelelően cselekedni. A „do” szó „tökéletesített módszer”, „szellemi utat” jelent. Szó szerinti fordításban „lágú művészet”. Találó a magyar elnevezése is: cselgáncs. A szóösszetétel első része „csel”, a gondolatiságra, a szellemiségre, a „gáncs”, a fizikai képességekre: erő, gyorsaság, ügyesség stb. utal.

¹⁸ Elterjedt egyéb írásformái: ju-jitsu, jujitsu, jiu-jitsu, ju-jutsu, ju jitsu, ju jutsu, dzsiudzsicu stb.; több száz év alatt kifejlesztett japán harcművészet.

¹⁹ Az orosz–japán háború utolsó, döntő csatája, 1905.

²⁰ Sasaki Kichisaburo: Djudo a japán dzsiu-dzsiu tökéletesített módszere. (Fordította dr. Speidl Zoltán.) Magánkiadás, Budapest, 1907.

²¹ Halász Attila: Szemere Miklós és a japán harcművészet magyarországi kezdetei. 1. rész – Italo Santelli és Sasaki Kichisaburo. 2020. 05. 06. <http://onedropzen.hu/karate/2020/05/06/szemere-miklos-es-a-keleti-harcmuveszet-magyarorszag-i-kezdetei-1-resz/> (Letöltés időpontja: 2020. 08. 29.)

²² Szemere Miklós: Négy országgyűlési beszéd. Athenaeum, Budapest, 1902, 1–66.

²³ Tangl Balázs: Katonai céllövészet és katonás nevelés a századfordulós Magyarországi iskoláiban. AETAS, 32. évf. 2017/1., 45–67.

²⁴ <https://www.szemereprogram.hu/> (Letöltés időpontja: 2020. 09. 22.)

Visszatérve a Szemere-féle judooktatáshoz, mostanra már bizonyosan mindenki számára nyilvánvaló az összefüggés, amit Szemere is meglátott: a fizikai erőpróbán túl a harcművészet a jellemképzés terén is komoly pedagógiai eszköz, így az a honvédelmi nevelés kiváló kelléke lehet.²⁵

A négy hónapos budapesti judotanfolyamra (amely az első volt Európában) katonák, rendfenntartók és egyetemi hallgatók jelentkeztek. A tanfolyam végére 60-ból mindössze 4 fő maradt a csoportban. A japán mester szerint „...az állandó érdeklődés és a megkívánt odaadás” hiányában a magyarok nem voltak érettek még a judóra. Szerencsére a maroknyi utánpótlásból és Szemere további támogatásából a judo mégis fejlődésnek indulhatott hazánkban. 1928-tól Vincze Tibor buzgólkodott a judo népszerűsítésén, majd 1931-ben megalakult az első judoklub is.²⁶

A judo korai megjelenése Magyarországon nagy hatással volt a harcművészetek pedagógiai értékeinek felismerésére.²⁷ A hazafias és honvédelmi nevelés két világháború közötti időszakát vizsgálva a leventemozgalom és a cserkészlet tekintetében elmondhatjuk, hogy a sport elsősorban a közösségépítés eszközeként játszott szerepet, melyben az egészségmegőrzés, a jellemfejlődés is nagy jelentőséggel bírt, de a harcművészetek ezekben nem kaptak komoly szerepet.

1945 után, mint az élet más területein is, a hazafias és honvédelmi nevelés terén is a szovjet minták szisztematikus másolása következett be. A harcművészetek a tiltás és tűrés időszakában nem élvezték azt az állami támogatást, amelyet más sportok. A Magyar Honvédelmi Szövetségben a lövészet és a technikai sportok játszották a fő szerepet, a küzdősport és a harcművészet nem került előtérbe.

A történelmi szálak kutatásánál nem hagyhatjuk ki a 9. század és a 20. század között élt magyarság harci kiképzési formáira épülő fegyveres és pusztakezes harcművészeti irányzat, a *baranta* említését. A 90-es évektől újjáéledő önálló magyar harcművészeti irányzat a magyar harci testkultúra megmaradt és megőrzött elemeinek rendszerbe foglalását és továbbfejlesztését tűzte ki célul. A *baranta* növekvő népszerűsége mögött a történelmi magyar gondolkodásmódból származtatott életfilozófiája is meghúzódik, amivel egyedülálló szellemi, lelki és fizikai rendszert alkot.²⁸

A fenti példák is jól szemléltetik a sport történelmi korszakokon áthúzódó fejlődésének társadalmi változásokra gyakorolt hatását, ezért mondhatjuk, hogy a sport egyfajta értéktremtő funkcióval rendelkezik a társadalomban. Mindazonáltal jól megfigyelhető a politikai, társadalmi változások visszahatása egyes sportágak és a sport általános – nem mindig zavar-talan – fejlődésére is.

²⁵ Sasaki Kichisaburo: i. m.

²⁶ Hazai judo története. <http://judo.hu/judo-mindenkinek/hazai-judo-tortenete> (Letöltés időpontja: 2020. 08. 30.)

²⁷ Dr. Borbély Attila: Keleti küzdősportok Magyarországon a sportpolitika és a sportgazdaság változásai tükrében. PhD-értekezés. Semmelweis Egyetem, Budapest, 2005.

²⁸ Zrínyi Baranta HMFSE: A Baranta ma. <http://baranta.gportal.hu/gindex.php?pg=1629219> (Letöltés időpontja: 2020. 09. 02.)

A HARCMŰVÉSZETEK A KÖZNEVELÉSBEN

A küzdősportok esetében egy 1985-ben indult kísérleti program sikere, továbbá a küzdősportok növekvő népszerűsége és a testnevelő tanárok képzésébe történő beépítése készítette elő a magasabb szintre lépést. Ezekre a már létező alapokra támaszkodva merült fel a küzdősportok általánosabbá tételének igénye.²⁹

Az előkészítő munka, illetve a szabadidős sport népszerűsége, évtizedes eredményei és egyre több oldalról igazolt pozitív hatásai alapján – a testnevelés és sport műveltségterületen belül – új testgyakorlati és sportágak (többek között a küzdősportok, az önvédelem témakörei is) helyet kaphattak a kilencvenes évektől megjelenő magyarországi tantervekben. Ezáltal tehát már iskolai keretek között is elsajátíthatóvá váltak az alapok, ugyanakkor ennek bevezetése nyilván megoldandó feladatokat is hozott magával az oktatók, a módszerek, a felszerelés és a helyszínek tekintetében.³⁰

Jelentős előrelépés volt az 1995-ben megjelent Nemzeti Alaptanterv (NAT), mert ennek témakörei között megjelentek a *Küzdőfeladatok és -játékok*, valamint az *Önvédelem, küzdősportok*. A témakörön belül pedig a judót, az aikidót és a birkózást (grundbirkózást) nevesítették. A judo és az aikido beemelése több szempontból is fontos, hiszen e sportágak gyakorlása során kiemelt lehetőség nyílik olyan pozitív személyiségjegyek kialakítására, mint például az agresszió feletti kontroll az önfegyelem gyakorlására, vagy a konfliktuskezelés megtanulására.

A kezdeti fellendülés után sajnos a későbbi évek központi tanterveiben e téren vissza lépés volt tapasztalható. A mindennapi testnevelés bevezetésével biztosított lett a lehetőség e terület edzéseivel is kiváltani a testnevelésórák egy részét. A Magyar Judo Szövetség pedagógusok felkészítésével és eszközök iskolákba történő kihelyezésével is támogatja a sportág fiatalokkal történő megismertetését.³¹

A 2020/2021-es tanévtől életbe lépett új Nemzeti Alaptanterv összeállításánál a hazafias és honvédelmi nevelés stratégiai munkacsoport szakmai anyagokkal, javaslatokkal segítette az Emberi Erőforrások Minisztériumának munkáját abból a célból, hogy az új NAT-ban hangsúlyosabban szerepeljen a hazafias és a honvédelmi nevelés.

Témánkat illetően a 2020-as NAT-hoz illeszkedő tartalmi szabályozókban három iskolai küzdősport, a birkózás, a judo és a karate mozgásanyagára került nagyobb hangsúly.³² Amennyiben fel akarjuk használni a harcművészeteket a 21. századi oktatásban is, célszerű úgy szerepeltetni ezek mozgásanyagát és módszertanát, hogy azok szorosan kapcsolódjanak más tantárgyak (például a biológia, a művészettörténet, a történelem, a vallások stb.) tananyagához is, így teljesebben ki hatékonyaságuk és válhatnak majd igazán hasznos nevelési eszközzé. Hiszen hiába a legjobb tananyag, ha felemás marad az értékrend közvetítése. Nézőpontunk szerint éppen ebben a fontos folyamatban kaphatnak nagyobb szerepet a harcművészetek az iskolákban.

²⁹ Morvay-Sey: i. m.

³⁰ Morvay-Sey Kata – Rétsági Erzsébet: A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról. Új Pedagógiai Szemle, 2010/3–4., 129–139. http://epa.oszk.hu/00000/00035/00140/pdf/EPA00035_upsz_2010_3-4_129-139.pdf (Letöltés időpontja: 2020. 09. 03.)

³¹ Tóth László: A Magyar Judo Szövetség sportágfejlesztési programjai. In: Nagy József et al. (szerk.): Új megoldások, innováció a honvédelmi nevelésben. MTTOSZ, Budapest, 2019, 45–46.

³² Oktatási Hivatal: A 2020-as NAT-hoz illeszkedő tartalmi szabályozók. https://www.oktatas.hu/koznevelés/keret_tantervek/2020_nat (Letöltés időpontja: 2020. 09. 10.)

A HARCműVÉSZETEK SZEREPE A HAZAFIAS ÉS HONVÉDELMI NEVELÉSBEN

A honvédelmi nevelés célja a haza védelmére nevelés. Ez a feladat természetesen felveti az erőszakmentességet, a béke megőrzésére történő nevelést, amivel tökéletesen egybevágnak a harcművészetek békés filozófiája, mint ahogy mindkét esetben egyezik a támadóval szemben való fellépés szükségszerűsége is. Ez a szükségszerűség az, amely a béke és a harc közötti látszólagos ellentétet feloldja, legyen szó a védelem egyéni, önvédelmi vagy akár a társadalmi, honvédelmi dimenziójáról. Ezáltal mindkettő a védelmi harcra készít fel, a béke érdekében.

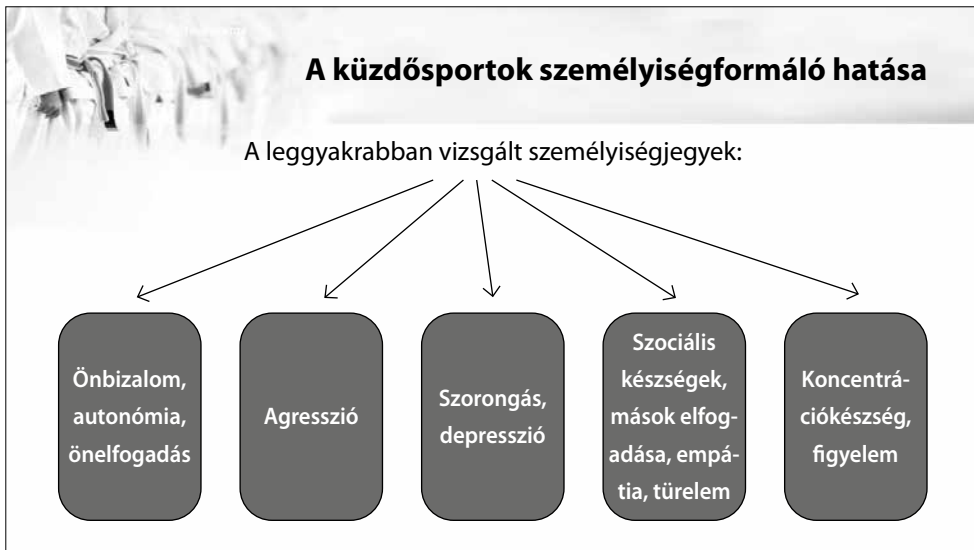
Láthatjuk azt is, hogy ezek a sportágak garantáltan javítani fogják a mozgáskoordinációt, edzik a testet és alakítják a személyiséget. Mivel a küzdősportok, a harcművészetek különösen jó lehetőséget kínálnak arra, hogy az ember találkozzon önmagával, ráismerjen a saját erősségeire, gyengeségeire, sőt arra is, hogy változtasson ezeken, a fiatalok fejlesztésében, különösen a hazafias és honvédelmi nevelés terén, igen nagy jelentőségük van. Egy fiatal, aki csak ismerkedik a sportággal, jó eséllyel nincs hozzászokva a támadáshoz és a védekezéshez. Ez egy teljesen új területe az életnek, melyre nyitottnak kell lennie, hiszen alkalmazkodnia kell a változó helyzetekhez, ehhez pedig a harcművészetekből követendő mintákat, értékeket, módszereket kaphat. E kompetenciák később ugyanúgy hasznára válhatnak egy fiatalnak a civil karrierje vagy a katonai hivatása során, de ezek gyakorlása során nem elsődleges cél a katonai pályára történő előkészítés.

A honvédelmi nevelés az egyén szintjén, a küzdősportok esetében közvetett úton valósul meg, bár nagyon intenzív módon. Ne gondoljuk, hogy a hazafias és honvédelmi nevelés rendszerét a küzdősportok alkalmas módon helyettesíthetik, viszont a honvédelmi nevelés komplex rendszere is hiányosságokat mutatna a küzdősportok nélkül. Valójában a küzdősportok speciális lehetőségei a honvédelmi nevelés rendszerének alkotórészeként töltik be fejlesztő szerepüket. Tágabb perspektívából megközelítve a kérdést azt mondhatjuk, hogy a sport, azon belül is a harcművészetek mint a honvédelmi nevelés kiváló kellékei, jól kamatoztatható képességekkel ruházzák fel a művelőit, általuk pedig a szervezetek hatékonysága növekszik, végső soron pedig a társadalom válik ellenállóbbá, erősebbé.

Mára a sport az egyetemes kultúra szerves részét képezi. Kialakulásában és fejlődésében döntő szerepet játszanak a mindenkori társadalmi összetevők. Általánosságban elmondható, hogy a testnevelés nemcsak a jelenben, hanem a múltban is emelte a nemzeti öntudatot. Nehéz helyzetekben, háborús időkben, az elnyomás korszakaiban, amikor akaraterőre és erkölcsi erőre volt a legnagyobb szükség, a nemzetek a testnevelésben a megmaradás eszközt látják.³³ Ugyanakkor a sport fontos szerepet kapott a haderő felkészítésében és harc-képességének megőrzésében is. A harcművészetek pozitív jellemformáló hatásai miatt a honvédelmi nevelés rendszerében is kiemelkedő helyet foglalnak el.

A származtatható hatások – az egyén szellemi, fizikai, egészségi, mentális, szociális állapotától a haderő harcképességén át a társadalmi rezilienciáig terjedően – nagyon komplex területeket érintenek. Mindezekből úgy látjuk, hogy vizsgálódásunk alapján igazolást nyert azon feltevésünk, miszerint a küzdősportok széles körű gyakorlása hozzájárul a társadalom ellenálló képességének növeléséhez.

³³ Laczkó: i. m. 9–17.



ÖSSZEGZÉS

A honvédelemre való felkészítés nem különálló, pluszfeladata a nevelésnek, hanem az egész nevelés rész céljaként jelenik meg, annak irányultsága és végső soron eredménye. Tartalmát tekintve úgy foglалható leginkább össze, hogy a fiatalság erkölcsi, tudati, akarati és fizikai előkészítése a haza védelmének az Alaptörvényből fakadó feladataira.³⁴

A nevelés mint érték közvetítő tevékenység folyamatában – különösen ennek rész céljaként a hazafias és honvédelmi nevelés szempontjából – a harcművészetek iskolai vagy szabadidős oktatása szükséges és bizonyítottan jól alkalmazható eszköz a tanulók személyiségfejlesztésében.

A haza védelmére való felkészítés komoly múltra tekinthet vissza. A harcművészetek alkalmazása a honvédelmi nevelésben szintén nem korunk felfedezése. A magyar gyökerű baranta közvetlenül és közvetett módon, de már évszázadok óta hozzájárult hazánk védelmi feladatainak ellátásához. A judo honvédelmi célzatú hazai bemutatkozása is több mint százéves múltra tekinthet vissza.

A harcművészetek olyan belső tartást adnak az embernek, ami máshol nem nagyon szerezhető meg. Fegyelem, önmérséklet és olyan határozottság tanulható belőle, ami bármely munkában, de különösen a katonai hivatásban nagy segítsége lehet bárkinek, kiterjedt formában pedig erősebbé, ellenállóbbá teheti az egész társadalmat. Ehhez fontos, hogy különösen a fiatalokat készítsük fel az élethez szükséges készségekre és magabiztosságra, segítsük őket a lehetőségek kiaknázásában, neveljük őket alkalmazkodóképességre, váljanak rezilienssé, hogy később bármely helyzeten sikeresen átlendülhessenek. E folyamatban a harcművészetek nagy segítséget nyújthatnak. Úgy gondoljuk, hogy egyéni szinten ez jelenthet igazi változást egy fiatal életében, szélesebb körben, kollektív szinten művelve pedig ezek jelentős változásokat hozhatnak az egész társadalomban.

³⁴ Dr. Ágoston György (szerk.): A honvédelmi nevelés feladatai az iskolai oktató-nevelő munka során. Egységes jegyzet. Tankönyvkiadó, Budapest, 1968.

A harcművészetek tehát az egyén és az állam szempontjából is számtalan pozitív hatást fejthetnek ki, céljaikat tekintve pedig a hazafias és honvédelmi nevelés feladataival is teljes egyezőséget mutatnak.

Úgy gondoljuk, hogy a mai társadalmi kihívások tükrében a nevelés céljának a test, az elme és a lélek harmonikus és eredményes működését tekinthetjük. E nemes feladatban a harcművészetek olyan eszközt jelenthetnek, melyek egyéni és társadalmi szinten is pozitív változásokat hozhatnak, így a harcművészetek hazánk és nemzeti közösségünk jövőjét, érdekét, egyben ön- és honvédelmét is szolgálják.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Dr. Ágoston György (szerk.): *A honvédelmi nevelés feladatai az iskolai oktató-nevelő munka során*. Egységes jegyzet. Tankönyvkiadó, Budapest, 1968.
- Gergely Ábel: *Egy mai fiatal a hazaszeretetről. Kell-e szeretni a hazát?* Koloknet.hu, 2011. 04. 05. <https://www.koloknet.hu/életmod/kell-e-szeretni-a-hazat/>
- Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2818%2932279-7>
- Halász Attila: *Szemere Miklós és a japán harcművészet magyarországi kezdetei*. 1. rész – *Italo Santelli és Sasaki Kichisaburo*. 2020. 05. 06. <http://onedropzen.hu/karate/2020/05/06/szemere-miklos-es-a-keleti-harcmuveszet-magyarorszag-kezdetei-1-resz/>
- Harcművészet és küzdősport a világ hadseregeiben. Honvedelem.hu, 2016. 10. 29. <https://honvedelem.hu/hirek/sport/harcmuveszet-es-kuzdosport-a-vilag-hadseregeiben.html>
- Hazai judo története. <http://judo.hu/judo-mindenkinek/hazai-judo-tortenete>
- Laczkó Tamás: *A sport, mint társadalmi alrendszer*. In: Laczkó Tamás – Rétsági Erzsébet (szerk.): *A sport társadalmi aspektusai*. Pécsi Tudományegyetem, Pécs, 2015, 9–17.
- Martin, Damien: *The Positive Benefits of Traditional Martial Arts Training: What Does Martial Arts Training Achieve for the Individual?* 2015. <http://www.karateforum.org/129>
- Morvay-Sey Kata: *Budo harcművészetek alkalmazási lehetőségei az iskolai agresszió kezelésében*. PhD-értekezés. Pécsi Tudományegyetem, Pécs, 2014.
- Morvay-Sey Kata – Rétsági Erzsébet: *A küzdősportok és az önvédelem iskolai oktatásáról*. Új Pedagógiai Szemle, 2010/3–4., 129–139. http://epa.oszk.hu/00000/00035/00140/pdf/EPA00035_upsz_2010_3-4_129-139.pdf
- Nyilasy Péter: *Küzdősport és pszichológia*. Szakdolgozat. Integrál Akadémia, Budapest, 2013.
- Oktatási Hivatal: *A 2020-as NAT-hoz illeszkedő tartalmi szabályozók*. https://www.oktatas.hu/koznevelés/kerettantervek/2020_nat
- Pikó Bettina – Hamvai Csaba: *Stressz, coping és reziliencia korai serdülőkorban*. Iskolakultúra, 22. évf. 2012/9.
- Sasaki Kichisaburo: *Djudo a japán dzsiu-dzsiu tökéletesített módszere*. Magánkiadás, Budapest, 1907.
- Simicskó István: *A Honvédelmi Sportszövetség szerepe a honvédelmi nevelés új alapokra helyezésében*. Új megoldások, innováció a honvédelmi nevelésben, tapasztalatcseré és módszertani börze, Milton Friedman Egyetem, Budapest, 2019. 11. 20.
- Szabó Zoltán István: *Aktuális-e a honvédelmi nevelés, jó-e az irányítunk?* Honvédségi Szemle, 146. évf. 2018/6.
- Szemere Miklós: *Négy országgyűlési beszéd*. Athenaeum, Budapest, 1902.

- Szűcs László: *Százmillió emberrel végzett a fekete halál*. Honvedelem.hu, 2010. 07. 07. <https://honvedelem.hu/hirek/szazmillio-emberrel-vegzett-a-fekete-halal.html>
- Tangl Balázs: *Katonai céllövészet és katonás nevelés a századfordulós Magyarország iskoláiban*. AETAS, 32. évf. 2017/1.
- Tóth László: *A Magyar Judo Szövetség sportágfejlesztési programjai*. In: Nagy József – Vitkovics Mercédesz – Beke Krisztina (szerk.): *Új megoldások, innováció a honvédelmi nevelésben*. MTOSZ, Budapest, 2019.
- Ujházy László: *Az Egyesült Királyság tartalékos szövetsége*. Új Honvédségi Szemle, LXI. évf. 2007/9.
- Zöllei Zoltán: *A katonai közelharc- és kizitusa-kiképzés az első világháborútól napjainkig, valamint ezek hatása a Magyar Honvédség kiképzési rendszerére*. PhD-értekezés. ZMNE, Budapest, 2003.
- Zrínyi Baranta HMHSE: A Baranta ma. <http://baranta.gportal.hu/gindex.php?pg=1629219>