**УДК 796:1(091)**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В АНТИЧНОЙ ФИЛОСОФИИ**

***Максимов М.Д***.

Кемеровский государственный университет

ermakc9@gmail.com

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются взгляды философов античного мира на роль физической культуры в жизни человека. С этой целью в статье рассмотрены учения философских школ Древней Греции, Древней Индии и Древнего Китая, относительно физического развития человека.

**Ключевые слова:** Физическая культура, философия спорта, античность, история спорта.

Философия, возникнув в конце VII – начале VI веков до нашей эры в Индии, Китае и Греции, ставила перед собой задачу ответить на фундаментальные вопросы, касающиеся мира, общества и месте человека в них. Ввиду того, что в античном мире очень важную роль играла физическая подготовка и выносливость человека, многих людей волновали вопросы о том, что такое здоровый образ жизни, и как поддерживать себя в физической форме. Поэтому философы древности, рассуждая о природе и сущности человека, конечно не могли обойти стороной вопросы, касающиеся его физического развития.

Цель работы:Рассмотреть отношение к физической культуре в философии античного мира. Исходя из цели работы решались следующие задачи: проанализировать взгляды знаменитых античных философов на роль физической культуры в обществе; рассмотреть причины изменения отношения к спорту в развитых странах античного мира; выявить различие во взглядах философов Греции, Китая и Индии по отношению к физической культуре.

Отношение к физической культуре в древнегреческих полисах менялось с течением времени: если в VII-IV веках до н. э. основной функцией спорта и спортивных соревнований было развитие и демонстрация физической силы, то начиная с III века до н. э., спорт постепенно переходит в разряд увлекательного шоу для богатых слоев общества. Наблюдается изменение отношения к спорту и в греческой философии, что можно заметить в высказываниях философов периода раннего и позднего эллинизма.

Так, один из самых известных философов античности Платон говорил следующее: «Дитя должно находиться в непрерывном движении; Гимнастические упражнения обязательны для всех мальчиков и девочек; Телесные упражнения, выполненные даже против воли, нисколько не повредят телу» [1 с. 59-63].

Аристотель же, поддерживая Платона в том, что человек обязан двигаться, чтобы жить, предостерегает от чрезмерного занятия спортом: «Это мы видим, например, по отношению к телесной силе или здоровью: слишком усиленное или недостаточное занятие гимнастикой губит телесную силу, точно так же и недостаточная или излишняя пища и питье губят здоровье, в то время как пользование ими в меру рождает, сохраняет и увеличивает здоровье» [2, с.16].

Данные высказывания отражают два совершенно противоположных взгляда на то, как надо заниматься физической культурой: если Платон поддерживает спартанский взгляд, в котором главной целью было достижение полной физической закалëнности тела путём изнурительных каждодневных тренировок, то Аристотель, поддерживая афинский взгляд, считал, что такой подход только истощает здоровье, в результате чего организм человека намного быстрее даёт сбой.

Большое влияние на изменение отношения греков к физической культуре оказала философия Эпикура и завоевания Александра Македонского, которые сместили центр эллинской культуры на восток: в Египет, Малую Азию и Месопотамию.

Эпикур, считая, что высшим благом для человека является наслаждение, утверждал, что духовные наслаждения должны быть выше физических [3, с.155-156]. Это резко контрастировало с философией Аристотеля или Платона, ставивших физическое развитие выше духовных. Популярность данных идей во много была обусловлена изменившейся геополитической обстановкой, в результате которой греческие полисы становились всё более зависимы в военно-экономическом плане от более сильных эллинистических государств, таких как Македония или Египет. Но со временем эпикуреизм распространяется и на сами эллинистические государства Востока, переживавшие период своего упадка: например, адептами эпикуреизма становятся последние влиятельные селевкидские цари Антиох IV и Деметрий I [4, с.113]. Огромные богатства, захваченные в ходе восточного похода Александра Македонского, привели к сильному расслоению среди населения полисов, из-за чего богатых людей и привлекали идеи Эпикура о том, что духовные наслаждения должны быть выше физических. Таким образом, физическая культура перешла из разряда религиозного праздника, на котором спортсмены могли показать силу и могущество своего полиса и почтить память павших товарищей, в разряд увлекательного зрелища для богатых граждан Греции, а затем Рима. Упадок физической культуры в Греции длился несколько веков, пока в 394 году римский император Феодосий I не запретил Олимпийские игры на территории Римской Империи, положив конец этому давнему эллинскому празднику.

Несколько иначе физическая культура рассматривалась на противоположном конце Евразии: в Китае и Индии. Китайская и индийская философия, в отличии от греческой, не отличались многообразием взглядов на то, как должно быть устроено общество и государство, ввиду крайнего интегрирования в их традиционную культуру.

Античный Китай был крайне неоднороден: если южные территории страны - это преимущественно лесистая и холмистая местность, которые создают естественную преграду для кочевников, то северный Китай наоборот подвергался постоянным разрушительным набегам различных племен. По этой причине именно в северо-западном Китае, где умение стрелять из лука было важнейшим навыком, и появляются первые спортивные состязания. С появлением арбалета, лук и стрелы постепенно становятся частью общего духовно-физического воспитания человека, что находит свое отражение и в философских высказываниях Конфуция: «Стрельба из лука учит нас, как надо искать истину. Когда стрелок промахивается, он не винит других, а ищет вину в самом себе» [5, с.13].

Не менее важную роль в китайском обществе играли и небоевые физические упражнения, о чем говорит тот факт, что уже в XXVII век до н.э. появляется первая книга, содержащая в себе описание различных упражнений и танцев – «Кунфу» [6, с.50]. Наибольшего же развития, физическая культура получает во время правления династии Чжоу (XI-III века до н.э.), во многом благодаря Лао-цзы - автора даосской философской книги «Дао Дэ Цзин». В своем труде философ утверждает, что человек, являясь уменьшенной копией вселенной, должен сохранять баланс двух противоположных сил (цзинь и цзянь) с помощью различных тонизирующих и успокаивающих физических упражнений [6, с.51-52].

Объединение Китая под властью династии Цинь, а затем династии Хань приводит к постепенному упадку физической культуры: уничтожаются места проведения представительских турниров, преследуются соревнования, организуемые среди низших слоев китайского общества и т.д. [6, с.53]. Китайское государство в III-II века до н.э. переходит к экспансионистской политике, в которой не нашлось места физической культуре, как духовной составляющей общества. Её возрождение начнется только после падения династии Хань в III веке нашей эры.

В индийском обществе развитие физической культуры было крайне ограничено кастовой системой, которая приводила к тому, что многие виды физических упражнений были недоступным низшим слоям общества [6, с.47]. Одним из таких видов физических практик стала йога, являющаяся религиозно-философским учением, разработанным во II веке до н.э. индийским философом Патанджали в труде «Йога-сутры». Как и в случае с китайской философией, индийская философия рассматривала человека как уменьшенную копию вселенной, в которой необходимо сохранять баланс. Слово «йога» в перевод с древнеиндийского языка означает «единение», «гармония», то есть йога – это попытка человека достичь полной гармонии с миром и с самим собой. Философия буддизма, распространившаяся к III веку до н.э. благодаря императорам из династии Маурьев на большую часть Индии, дала возможность заниматься отдельными элементами йоги и низшим кастам индийского общества. Однако крайний консерватизм индийского общества так и не позволил избавится от кастового деления в сфере физической культуры, из-за чего на протяжении многих столетий для большинства населения Индии были недоступны такие виды физической активности, как, например, верховая езда. Среди низших каст в основном были распространены упражнения, связанные с самообороной без оружия, тогда как остальные виды физических упражнений, таких как бег или прыжки в высоту были подчинены надобностям религиозного мира Индии [7, с.30].

Таким образом можно сделать вывод, что философия всех развитых стран античности уделяла большое внимание вопросу физического воспитания человека, но если в Греции люди занимались физической культурой для демонстрации своей силы и выносливости на соревнованиях и в военных походах, то в Китае и Индии занятие физической культурой проводились для сохранения духовно-физического баланса в человеке.

**Литература и источники**

1. Пискунов, Алексей Иванович. Хрестоматия по истории зарубежной педагогики [Текст] : [Для пед. ин-тов] / Сост. и авт. вводных статей чл.-кор. Акад. пед. наук СССР, проф. А. И. Пискунов. - Москва: Просвещение, 1971. - 560 с.

2. Аристотель (384-322 до н. э.). Этика [Текст]; Политика; Риторика; Избранные афоризмы: [перевод с древнегреческого: избранные главы] / Аристотель. - Москва: Эксмо, 2018. - 542 с

3. История западной философии [Текст]: в 2 ч. / В. П. Лега; Православный Свято-Тихоновский гуманитарный ун-т, Богословский фак., Каф. философии. - 3-е изд., доп. и перераб. - Москва: Изд-во ПСТГУ, 2016. – 452 с.

4. Левек, Пьер. Эллинистический мир [Текст]: [перевод с французского] / Пьер Левек; [отв. ред., авт. коммент. и послесл. Г. А. Кошеленко]; АН СССР, Институт востоковедения. - Москва: Наука, 1989. – 251 с.

5. Большая книга мудрости: притчи и афоризмы. - Москва: Эксмо, 2022. – 508 с.

6. Кун, Ласло. Всеобщая история физической культуры и спорта: перевод с венгерского / Ласло Кун; под общей редакцией [и с предисловием] В. В. Столбова. - Москва: Радуга, 1982. - 399 с.

7. История физической культуры. История развития физической культуры в зарубежных странах [Текст]: учебное пособие / Минобрнауки России, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Амурский гуманитарно-пед. гос. ун-т" (ФГБОУ ВПО "АмГПГУ"); [авт.-сост. А. Л. Марченко]. - Комсомольск-на-Амуре: АмГПГУ, 2012. - 192 с.