

Pohyb versus konzumní společnost

ALEŠ SEKOT

Soudobá společnost naší kulturní sféry je poznamenána významným úbytkem a potřebou fyzické námahy zejména ve většině profesí, v domácnostech a individuálních formách dopravy. Zabýváme-li se kulturně přelomovým fenoménem *konzumní společnost*, pak konceptuálně a tematicky narážíme na problematiku procesu kulturní změny generující zásadní posuny ve sféře hodnotových orientací. Tato skutečnost pevně souvisí s podstatou a étosem moderní či postmoderní společnosti, reflektované i ve stále naléhavěji prakticky působícím fenoménu ekologické krize či nerovnoměrně a nejednoznačně působících procesech globalizace se všemi proměnami individuální spotřeby, s existencí masové kultury či silícího trendu k ekonomickému egocentrismu. Populárněvědní produkce tak v této souvislosti aktualizuje témata typu politika a média v konzumní společnosti, bod zlomu či se spíše ironickým podtextem táže, „jak přežít blahobyť“. Vskutku zásadní otázku „mít či být“ řeší ve svém díle E. Fromm, nad „kapitalistickým realismem“ se zamýšlí M. Fischer a Jan Keller se kriticky k tématu konzumní společnosti vyjadřuje prací *Abeceida prosperity*. A ve své symptomaticky nazvané práci *Sobecká společnost* pak Sue Gerhardtová připomíná, že jsme se zapomněli navzájem milovat a místo toho vyděláváme peníze. A na půdě výtvarného umění snad nejvyšší zřetelněji zachytil ve svých dílech atmosféru konzumní společnosti Andy Warhol, když nadčasově zachytil ty její nejtýpčtější artefakty, jako je Coca Cola, konzervovaná strava či globálně obdivovaná ikona show businessu.

Sumárně kritický étos uvedených prací rezonuje s názorem, že v euroamerické kultuře zijeme stylem sobeckého individualismu, který si plete štěstí s materiálním blahobytem. Není jistě snadné a rozhodně exaktně jasné vymezit konceptuálně pojem konzumní společnosti; možné je však popsat tento fenomén perspektivou jeho charakteristických odlišujících znaků vzhledem k tradičně nahlíženým principům fungování společnosti především v rovině spotřeby. Zde bude zřejmě existovat vysoká míra shody v tom, že bezhlavý, samoúčelný, bezohledný a zejména neracionální, a tudíž neužitečný konzum existuje.

Konzumní společnost stojí přinejmenším z pohledu liberální ekonomie na jakémsi žebříčku představitelné kvality společností na úplném vrcholu. Nikoli proto, že by byla obecně považována za dokonalou, ale protože je zřejmě lidsky nejpřirozenější a nejlepší ze všech špatných typů společnosti, že nejlépe rezonuje s rozhodně obecně nikoli ideální povahou průměrného člověka. V tomto smyslu se nabízí porovnání s demokracií, chápanou v našem civilizačním okruhu jako nejlepší vyzkoušená možná forma vlády.

V duchu osvícenské kultury tak konzumní společnost opouští svět abstraktna a klade naopak důraz na reálno a materiálno: na okamžitý prožitek,

neodkládanou spotřebu, touhu konzumovat materiální a duchovní hodnoty co nejsnadněji a pokud možno bez nutnosti vysokého osobního nasazení. Přitom jsme stále zřetelněji svědky situace, kdy konzumní společnost produkuje stále nové a nové výrobky a vynálezy, které mnohdy spíše podněcují „netušené či skryté potřeby“, aniž by byly skutečným přínosem k pozitivní změně v individuální či společenské rovině. Pořizujeme si tak mnohdy věci, které nepotřebujeme (a v důsledku masivní reklamy) i za peníze, které nemáme. Touha dopřát si trhem co nejvíce nabízených nových a sofistikovanějších produktů nutí člověka pracovat s cílem získat dostatek prostředků nezbytných pro očekávanou schopnost co nejvíce konzumovat. Práce je stále více prostředkem ke spotřebě, nikoli cílem, ze kterého odvozujeme naši vážnost, pocit uspokojení či zdravé sebevědomí. Touha konzumovat v maximální míře to, co ostatní, pak vede k unifikaci chování, jednání, oblékání, uvažování; přináší silně zjednodušenou konstrukci světa hodnot a ideálů. Lidé se na jedné straně snaží schopností konzumovat odlišit, přitom jsou si právě skrze praktikování obdobných konzumních vzorců stále více podobní. Kupř. nepřeborná nabídka různých módních stylů v oblékání přináší v praxi spíše unifikovaný odosobnělý vkus generovaný touhou být „in“, nezůstat pozadu, mít a vlastnit to co ostatní. Tedy v konečném důsledku vypadat stejně. Je mnohem snadnější pasivně přejímat hodnotově masově sdílený konzumní styl života přenášející duševní a fyzickou námahu na oblast techniky než promyšleným racionálním individuálním přístupem k životu pěstovat všestranně myšlenkově a fyzicky rozvinutého jedince, oproštěného od samoúčelné konzumace pasivního masového vkusu a schopného racionálně vnímat svět hodnot prizmatem poučeného pohledu na okolní svět.

Konzumní společnost je organickým produktem tržní společnosti spatřující ve zvyšování materiálních produktů výsostný projev ekonomického (a obvykle i společenského) růstu. Konzumerismus jako její průvodní jev je pak tendence nadměrného nepřiměřeného nakupování a hromadění předmětů a požitků za účelem zvyšování pocitu osobního uspokojení, generování náležitého sociálního postavení, či dokonce dosahování osobního štěstí. Jde o jev prostupující historicky různými kulturami; silně působí zejména v souvislosti s tzv. západním světem, akcentujícím od 20. let minulého století změnu v přístupu k nakupování od principu „potřebuji si koupit“ na imperativ „chci si koupit“. Reklama produktů se mění na propagaci životního stylu, kde jsou dané produkty jeho nedílnou a charakteristickou součástí. Hlavní vlna konzumerismu ale přišla v 50. letech, současně s poválečným rozvojem obchodní dopravy a myšlenkou dovážet zboží a suroviny i z hodně vzdálených zemí, jako alternativa k lokální výrobě. Druhá vlna se pak pokládá na začátek 80. let a je myšlenkově ukotvena ve vlivu neoliberalního kapitalismu posilovaného od poloviny 90. let sílícím a vše prostupujícím fenoménem globalizace, kdy dochází k postupným obecně sdíleným spotřebním návykům a ke „standardizaci“ úrovně komerčních služeb. Konzumerismus však nesmíme zaměňovat za „shopolismus“, zcela krajní pozici nutkavé patologické potřeby trávit veškerý čas v supermarketech a obchodních centrech a utrácet za mnohdy nepotřebné zboží veškeré peníze.

K individuálně a společensky nejzávažnějším nepřímým důsledkům konzumerismu nutno přičíst sedentismus (či sedentarismus). Jde o souběžný jev konzumní technologicky vyspělé a materiálně bohaté společnosti, kde postupně mizí potřeba fyzické námahy a následně i klesá úroveň pravidelných pohybových aktivit v každodenním životě mas lidí. Hovoříme tak o *sedavé společnosti*, ve které v důsledku dynamického rozvoje techniky ve všech oblastech života společnosti klesají tradiční nároky na fyzickou námahu a pohyb, jak již bylo zmíněno v úvodu, zejména ve třech oblastech: ve většině zaměstnání, tedy na půdě práce, v domácnostech a v individuálních formách dopravy. Namísto fyzicky namáhavých aktivit je taktó většina lidí v naší kultuře postavena zejména v zaměstnání a individuální dopravě do pozice sedavých činností, charakteristických pro sedavou společnost. Antropologicky vzato jde o vyústění dlouhodobého procesu přechodu od nomádkého způsobu života k uselému životu na jednom místě. Tuto zásadní transformaci domestikace života celých společností umožnilo místně koncentrované zemědělství ukotvené v celoročním dosažitelném přístupu k lokálním přírodním zdrojům, nahrazování loveckých praktik směrem k ustálenému pěstování dobytka s následným rozšiřováním kontaktů a obchodních styků. Bezpočet zejména medicínských studií nás nejen informuje, ale především varuje: dlouhé hodiny sezení mohou zkrátit život až o několik let, hrozí zejména riziko srdečních a tzv. civilizčních chorob. Dokonce se v tomto případě nabízí názor, že smyslupnější než pobídka k aktivnímu volnočasovému sportování může být zkracování doby sezení. A to alespoň ve volném čase. Varovný prst je vztyčován zejména před sezením u televize či počítače.

Tělesná aktivita, fyzická zdatnost a zdraví jsou, jak známo, spjité nádoby. O empiricky ověřeném vztahu kategorie sportovní pohybové aktivity ke zdraví – nikoli zjednodušeně jako pouhé absence nemoci – a tělesné zdatnosti snad nikdo vážně nepochybuje. Tělesná zdatnost však už dnes není zúženě vztahována pouze k fyzickému zatížení či jako předpoklad sportovní nebo pracovní výkonnosti, nýbrž obsahuje celou řadu dalších komponent. Jedná se o důležité potřeby lidského organismu, spojené s pokrytím následujících nároků v kontextu:

- Situace neočekávaného a neobvyklého tělesného zatížení.
- Vyrovnávání se s požadavky zaměstnání a pravidelné tělesné aktivity.
- Možnosti příjemného prožívání volného času s využitím pohybových aktivit.
- Společenské potřeby provázané s možností začlenit se do různých kolektivů, skupin a utvářet si určitý životní styl.
- V této souvislosti se v obecně uznávaném manuálu evropského testu tělesné zdatnosti z konce 80. let přímo hovoří o triádě tělesné zdatnosti, zahrnující dimenzi orgánovou, motorickou a kulturní. Orgánová dimenze je spojena s tělesnou stránkou zdatnosti, motorická dimenze je žádoucí pro realizaci různých pohybových úkonů a kulturní dimenze má vztah k životnímu stylu, k utváření motivů a ke kvalitě života.

V propagaci sportovně pohybových činností v širokém spektru volnočasových aktivit tak máme před sebou mnohdy vzájemně se překrývající a ne zcela obsahově vyhraněné pojmy jako wellness, zdatnost a zdraví.

Vzdor nejasnostem odborné veřejnosti kupříkladu ve vztahu ke zdravotní a výkonnostně orientované tělesné zdatnosti je zřejmé, že volnočasová tělesná aktivita tvoří důležitou součást kontrolovatelného faktoru zdravotní prevence. V celé Evropě sílí akce na podporu fyzicky aktivního životního stylu spojené s hodnocením úrovně tělesné zdatnosti a zdůrazňováním zdravé výživy. Systematické sledování všech těchto proměnných komponent „spojitých nádob“ by se mělo stát důležitým ohniskem našeho dalšího badatelského úsilí. Přitom se stále důrazněji připomíná, že snaha o zlepšení zdravotního stavu a fyzické kondice obyvatelstva není pouhým úsilím změnit individuální zvyky a systém hodnot, nýbrž zejména procesem postupné změny stávajících sociálních či ekologických podmínek. Problémem tak není primárně kupř. vysoký kalorický příjem mnoha lidí, ale nízký objem zdravého fyzického pohybu.

Sportování by v tomto smyslu mělo sloužit jako účinný a nezastupitelný nástroj masového zvyšování fyzické kondice spíše než oblíbená forma mediální zábavy. Pohybově méně nadaní jedinci by měli spatřovat ve sportu nikoli těžko překonatelnou překážku pro sportování, nýbrž přirozený zdroj plnohodnotného prožívání života. Nejnovější medicínsko-sociální doporučení na poli podpory sportu jako nástroje upevňování zdraví a překonávání odporu k fyzické nečinnosti se tak týkají všech důležitých oblastí zahrnujících tuto velice důležitou sféru jedince a společnosti: rodiny, školy, zaměstnání a systému zdravotní péče. Přitom jsme stále silněji konfrontováni s faktem, že právě absence podpory pravidelných sportovně pohybových aktivit ze strany rodiny se socializačně nejvýrazněji podílí na generování celoživotně ukotvených modelů fyzické inaktivity, na sedavém způsobu života a nechuti vyvíjet sebemenší tělesnou námahu tam, kde to není nezbytně nutné.

V našem kulturním prostředí vzájemně působí dvě skupiny faktorů ovlivňujících tendence vývoje sportovně pohybových aktivit v kontextu změn životního stylu naší populace: první skupina je reflexí změn sociální struktury, především nově se formující střední třídy (širší dopady nově se vyvíjející ekonomické situace, tendence ve vzdělávacím systému, růst životní úrovně, vývoj zaměstnanosti, změny v povaze práce atp.); druhá skupina faktorů vyplývá především z kulturních změn (převládající étos hodnotového systému, vzory chování, mezilidské vztahy, sociální kontrola, veřejné mínění, kulturní tlaky, silný vliv masových médií atp.).

Vzájemné vztahy mezi sportem a společností jsou zpravidla viditelně pozorovatelné v medializovaných televizních sportovních událostech. V tomto kontextu čelíme typické reflexi pasivního konzumerismu sportu jako důležité součásti masové kultury: lidé (společnost) očekávají od sportu vrcholný výkon, vzrušující podívanou kompenzující monotónní běh každodennosti. Navíc za určitých okolností nacházejí ve vrcholovém sportu osvěžující zdroj patriotismu a utvářejí si

dále i sportovní mediální ikony a hrdiny jako objekt masového obdivu zvláště, když společnosti (zejména na půdě politiky) takové ikony obecně chybí.

Sedavý způsob života zásadně vytěsňuje přirozené pohybové aktivity ze života mas lidí za situace, kdy naopak následně narůstá význam aktivního způsobu života: Individuální zodpovědnost za hodnotu lidského zdraví zvyšuje význam pocitu osobní spokojenosti a životní pohody. Lidé, kteří cítí osobní zodpovědnost za svůj fyzický a psychický stav, spatřují zpravidla ve sportovně pohybových aktivitách nezastupitelný zdroj pocitu osobní harmonie, respektu k okolí a v neposlední řadě i vlastní sebeucty.

Obecný rámec diskusí na téma vzájemných vztahů sportovně pohybových aktivit v soudobé konzumní společnosti přináší vládním institucím úkol hledat a nalézat ve sportu zdroj reálných příležitostí aktivního pohybu pro všechny sociální a demografické skupiny obyvatelstva. Aktualizuje se zejména potřeba uvést v život smysluplné programy sportovně pohybových aktivit pro seniory, tělesně a duševně handicapované, sociálně znevýhodněné. Reálné šance efektivní tělesné výchovy na školách jsou tak nově nastaveny spíše než na hodnoty měřitelného výkonu na utváření pozitivního a radostného vztahu k pohybovým aktivitám přesahujícím rámec školy směrem k celoživotní potřebě pohybu jako nedílné součásti všestranně aktivně žijícího jedince. Trvalá snaha zvrátit všeobecný trend sedavého způsobu života a rostoucí obezity obyvatelstva pak nepochybně znamená i existenci dostatku politické vůle a relevantní koncepční vládní politiky podporující aktivní způsob života. Právě zde se otevírají nové horizonty rozvoje občanské společnosti; stejně tak masová média čeká zvýšená zodpovědnost za propagaci zdravého aktivního životního stylu. Diskutovat fenomén sportovně pohybových aktivit znamená i věnovat zvýšenou pozornost změnám životního stylu, důrazu na smysluplnou náplň volnočasových aktivit, docenění významu zdravotní prevence. Aréna sportu a široce rozkročená oblast pohybových aktivit se tak nezbytně nutně musí stát životadárnou platformou co největšího počtu obyvatel: již dnes jsme svědky rostoucí popularity nových sportovních disciplín a her, přístupných, proto přitažlivých lidem bez rozdílu věku, pohlaví a pohybových a fyzických kompetencí.

V této souvislosti očekáváme, že pozitivně socializační význam sportovně pohybových aktivit bude stále výrazněji reagovat na:

- Nutnost zaměřit se v postoji ke sportovně pohybovým aktivitám s důrazem na jejich specifika i v dimenzích věku, vzdělání, ekonomického postavení, kulturní úrovně či místa bydliště. Zde narážíme na jedné straně na „argumenty“ bránící pravidelnému osvěžujícímu provozování sportovně pohybových aktivit: příliš mnoho práce a povinností, nedostatek financí, absence vhodných sportovišť či zdravotní stav. Přitom však zpravidla nečelíme ničemu prostšímu než lidské pohodlnosti a lenosti. Právě zde spočívá velmi nesnadný úkol přirozenou cestou přesvědčit lidi o vysoce pozitivní hodnotě pravidelného pohybu: stejně tak jako není snadné pochopit a „zít za své“,

že řada drobných životních radostí stojí svým hodnotovým přínosem nad mnohdy nákladnými a časově a organizačně náročnými požitky.

- České prostředí musí být připraveno i na složitou situaci etnických minorit, reflektujících specifické postoje nejen k pohybovým aktivitám, nýbrž i k souvisejícímu hodnotovému ukotvení názorů na vzdělání, práci, společenské povinnosti, vztahy mezi pohlavími, stravovací zvyklosti, užívání návykových látek, chápání času a význam životního dlouhodobého plánování.
- Tělesná výchova na školách se v kontextu překonávání negativních důsledků sedavé konzumní společnosti musí výrazněji zaměřit na přípravu dětí a mládeže na aktivní celoživotní účast na sportovně pohybových aktivitách typu turistika, kondiční rekreační sport, aktivní formy dopravy. Právě tím je naplňován imperativ humanistického poslání tělesné výchovy jako „výchovy člověka k péči a osobní zodpovědnosti o zdravé tělo“.
- Sociální a materiální synergické prostředí vytvářející předpoklady, formy, možnosti a meze sportovně pohybových aktivit přináší důraz na koncepční systematické budování sportovních zařízení počínaje parky, hřišti, zelenými plochami, sportovními kluby, plaveckými bazény, cyklotrasami, in-line stezkami, aby co největší počet lidí mohl pravidelně, nenákladně a bezpečně sportovat.
- Koncept sportovně pohybových aktivit je mnoha dimenzionální fenomén, v jehož rámci bychom měli rozvíjet a kultivovat zejména aspekt zdravého aktivního životního stylu. Přitom jsme si vědomi, že aktivní přístup k životu zpravidla přináší i aktivní pohyb, zatímco „odevzanost osudu“ generuje spíše pohybovou pasivitu a sedavý způsob života.

Čeká nás tedy složitá cesta k hledání a nalézání vztahů a následně i podmínek pro utváření aktivního přístupu k životu v dimenzích sociálního statusu, profesionální pozice, finanční situace, majetku, místa bydliště či rodinného stavu. Ti bohatší mají nepochybně větší prostor pro volbu životního stylu, a tedy i praxi pravidelného sportování. Člověk bez finančních zdrojů má zpravidla možnosti sportování omezené: tím spíše, že bývá osobními postoji a životním směřováním spíše pasivní. Přitom ale platí: rozhodnutí o přijetí aktivního přístupu k životu je primárně osobní volbou. Můžeme tak shrnout: Zdravý životní styl je utvářen osobním chováním a jednáním ovlivňovaným přirozeně možnostmi a mezemi daného sociálního prostředí. A zde by právě měly být vytvářeny podmínky pro co nejmenší závislost na finanční stránce přístupu k rekreačnímu sportování. Pro všechny a všude.

- Fenomén pohybových aktivit úzce souvisí i s postupující urbanizací sportovních zařízení. Plánování a budování sportovních zařízení by tak jako vysoce strategická záležitost veřejné správy mělo cílit k co nejeefektivnějšímu využití takovýchto zařízení pro masový rozvoj sportu a navždy zatratit megalomanské (stejně jako neefektivní) nákladné projekty typu „multifunkční“

Sazka arény. Na jedno však nesmíme zapomenat: k nejkritičtějším faktorům možností a mezi podpory rekreačních sportovně pohybových aktivit trvale patří sedavý způsob života a v neposlední řadě vlastní lenost a pasivita, přinářející bezbřehý seznam „důvodů“ překážek fyzickému pohybu. Tím se však nijak nesnižuje naše povinnost přiblížit obecně vysoký kredit sportu v naší společnosti rostoucí potřebě praxe pravidelného masového sportování.

- Významnou součástí očekávání společnosti ze strany světa sportovně pohybových aktivit je zvýšená pozornost životnímu stylu a zdravotního stavu lidí starších šedesáti let – seniorů, zejména pak lidí ve starobním důchodu. I v relevantních materiálech Evropské unie stále více zaznívá názor, že aktivní trávení volného času realizované aktivitami sportovního charakteru má významný vliv na socializaci člověka a jeho integraci do společnosti. Z perspektivy aktivního způsobu života mívají velké problémy jedinci v důchodu v souvislosti se ztrátou sociálního postavení a nepřipraveností na smysluplné trávení volného času. Právě sport je prostředek, jak si ji jedinec může udržet. Pohybová aktivita právě v této fázi života člověka sehrává významnou roli v oblasti tvorby a podpory jeho zdraví, kultivace nových horizontů socializace či resocializace. Výběr pohybové aktivity by se měl vždy odvíjet od zdravotního stavu, ve kterém se senioři nacházejí, a rozhodně by se měla provádět na doporučení lékaře. Výběr by se měl rovněž generovat od změn, které jsou součástí stáří. Proto je třeba vytvářet podmínky pro to, aby si i lidé v neproduktivním věku mohli volit mezi množstvím nabízených aktivit takové, které je budou činit šťastnějšími, zdravějšími a odolnějšími vůči negativním vlivům okolního světa a stresujícím projevům stáří.