

Josip Rus, Ljubljana:

## O disciplini

Disciplina je mnogim zoprna, mnogi dvomijo o njeni vrednosti, se čutijo omejene in izkoriščane, beže pred njo in se je izkušajo rešiti, dostikrat z nemoralnimi sredstvi ali pa z nasiljem, da se družbeni odnosi do skrajnosti zaostre. O disciplini prevladuje pojem, da služi samo pokorščini, ker je od nekdanj tako, da mora biti med ljudmi znosno razmerje le tedaj, če se nižji višjemu pokorava. Disciplina naj dosega poslušnost, ubogljivost, vdanost, ponižnost, služabništvo in hvaležnost. Višji rad poziva nižjega k disciplini. Manj pogosto se dogaja obratno. Na višjih položajih se ukazuje nižjim. Ukaz naj se izpolnjuje zaradi ukaza, zaradi ugleda, «avtoritete», zaradi oblasti in Boga, nižji naj bo višjemu pokoren, da se ne zruši družbeni red. Težišče tako pojmovane discipline je v pokorščini, ki naj je sama sebi namen in edino jamstvo za družabni red. Tak pojem o disciplini se vsiljuje iz ustroja družbe, ki postavlja svoj red na načelo, da zahteva razlika med ljudmi vladanje in podrejanje.

Pojmovanje discipline samo v tem obsegu je pomanjkljivo, nezadostno. V izvajanju discipline se žal pogosto javlja takšno pojmovanje, ki povzroča omejevanje, nasprotovanje, upor, strah, kazni, nasilje in sovraštvo. Zgodi se, da se nepravilno izvajana disciplina tem bolj zaostre, čim bolj se ji nasprotuje. Lahko se razvijejo taki pojavi v velika gibanja, ki si prizadevajo izpremeniti družbene odnose tako, da bi jih čim manj urejevalo nasilje. Toda mnogi menijo, da je ta tip discipline naroden, nenadomestljiv, božja postava. Zlasti se zdi tako vsem tistim, ki nekritično živijo s preteklostjo, z živo vero v božanstvenost oblasti te ali one vrste, ki si je žele biti čimprej deležni, najbrže prav zato, da se otresejo discipline nižjih in podložnih. Višji položaji so nekaterim dobrodošli izvendisciplinski privilegiji: nedotakljivosti, nedvomljivosti, nezmotljivosti, resnice nad resnico. Pod takimi privilegiji se uspešno lahko zaščiti samovolja.

Označeno pojmovanje ne zadene bistva discipline, preveč je njena vloga podrejena. Preveč odvisna, skažena in nadležna. Vse drugačen je njen pomen, vse bolj prijazna in dobra družica je človeku, če jo motrimo z vidika reda, vzgoje človeka, njegovega kulturnega razvoja in udejstvovanja, dovršenosti in samostojnosti. Disciplina ne podreja, temveč urejuje poedinca in družbo. Ni v dobrem in pravilnem redu družba, ki ni zgrajena na osebni disciplini poedinca. Osebna, svobodna disciplina poedinca je edino mogoč pravilen temelj družabnega reda.

Osebna disciplina pomeni človeku njegov življenjski red. Disciplina je prirejena redu in edino redu. Kjer ni zahteve po redu, ni zahteve po disciplini. Razmerje človeka do reda in do veseljstva smo označili že v 1. lanskim številki vestnika v članku «Svobodna disciplina». Red vzdržuje veseljstvo s čudovitim omrežjem v skladju. Nič se ne zgodi brez reda, nič ne more biti izven reda, ni pojava brez redovitosti. Brez reda bi ne bilo sveta. In ne moremo storiti koraka, ničesar, da bi ne bili nujno prilagodeni redu. Da govorimo o disciplini, še ne zadostuje, da ugotovimo red veseljstva. Stvarstvo ima svoj naradni red, ki ga stvari in bitja ne urejujejo sama. O stvareh ne

govorimo, da se disciplinirajo. Tudi pri človeku ne, dokler gre za pojave, ki nastajajo brez njegovega hotenja, n. pr. za njegova telesna dogajanja. Nastanek telesnih potreb ni stvar discipline. Šele tam, kjer se človek prosto, svobodno udejstvuje, se prične poslovanje discipline. Tu pa nujno za ceno uspeha oziroma neuspeha, s posledico odgovornosti, ki smo jo prikazali v prvi letošnji številki župnega vestnika. Disciplina je neizbegljiva predhodnica in spremljevalka slehernega dejanja. Brezplodno je n. pr. že samo opazovanje, če je pozornost usmerjena drugam kakor na predmet, ki naj ga opazujemo. Misel odbeži, če je ne zadržimo, če je ne zasidramo v duhovnem pristanu, da postane naša. Jezik prestane gibati v trenutku, ko smo pretrgali miselno zvezo in dopustili, da se je misel izzirala ali preusmerila. O razumnosti bi bilo težko kaj reči brez umske discipline. V misli je spočetje dejanja, misel moramo razvijati dosledno do odločitve. Za vsako hotenje je potrebna odločitev, če naj postane dejanje. Za vsako dejanje se moramo torej pripraviti, si pridobiti sposobnost zanj, vso pazljivost moramo imeti v nepopustljivi napetosti do izvršitve dejanja, če si hočemo zagotoviti, da nam še zadnji hip vnanje okolnosti ne skaze ali celo preprečijo dejanja. Če vstopimo n. pr. iz nepazljivosti na napačen vlak, nas odpelje v drugo smer, ne dosežemo cilja. In prav za sleherni dejanje velja disciplina.

Vodnica osebne discipliniranosti sta notranja in vnanja pozornost, naperjenost, ki jo sami svobodno usmerjamo. Če usmerjanje ni samo v naši oblasti, nismo svobodni, ampak smo omejeni v dejanjih ali so pa dejanja celo nemogoča. Ne moremo ravnati iz lastne nagibnosti, čutimo se podrejene. V podrejenosti je pa iniciativa odvisna od nadrejenih činiteljev.

Očitno je, da je to poslovanje še čisto naša osebna zadeva, ki se prav nič ne tiče druge osebe. Disciplina ne nastopa šele v družbenem odnosu, njeno udejstvovanje je predvsem v poedincu samem zaradi reda in zaradi njegovega udejstvovanja. Osebna disciplina nima značaja podrejenosti, pokornosti, temveč prirejenosti in je nujni sestavni del osebne življenja. Po osebni disciplini ocenjujemo človeka, ga smatramo za zanesljivega, doslednega, značajnega in rednega človeka. Že sama točnost ali netočnost je zadosten razlog, da opredeljujemo osebo po njenem značaju.

Družbeni odnos je po svoji vsebini samo nadaljnja posledica osebne urejenosti. V stik z drugo osebo stopamo že v svoji osebni obliki in je vzajemni odnos odvisen od večje ali manjše urejenosti oseb. Od osebne urejenosti je odvisen medsebojni odnos. Zadržanje in ravnanje oseb, njih dejanja ustvarjajo družbenost. Višja stopnja družbenosti zahteva večjo osebno discipliniranost. Vrednejša dejanja zahtevajo večjo produktivnost, napór, ki je dosegljiv le samo s strožjo disciplino.

Disciplina je z vzgojo tako tesno povezana, da edino disciplina omogoči vzgojni učinek. Vzgojitelj, ki ne doseže pozornosti, zbranosti, delavnosti učenca, nima uspeha, ni vzgojitelj. Nadaljnja stopnja človekovega napredovanja je njegovo ustvarjanje, kulturna tvornost. Pot na to višino je vzgojna in samovzgojna, združena z nepopustljivo disciplino. Izvirno delo zahteva najintenzivnejšo osebno disciplino v telesnem, duševnem in duhovnem pogledu. Čim izvirnejše je delo, tem jačja je individualnost osebe, ki s svojimi uspehi pridobi sama po sebi individualno mesto v množici sprejemajočih. Dovršenost pomakne tvorca na še višje mesto. Samo z osebno dovršenostjo je dosegljiva prava samostojnost. Pomanjkljivost manjša samostojnost, in čim manjša je samostojnost, tem bolj se javlja potreba po tujem urejevalcu, po oblasti.

Ker smo spoznali, da brez discipline zgrešimo življenjsko pot, da ni dejanja, vzgoje, napredka, tvornosti in samostojnosti, je nujna in poglobljena zahteva, da sami od sebe terjamo disciplino zaradi sebe. In čeprav je disciplina po tem pojmovanju izrazito osebna zadeva, vsa usmerjena k osebi sami, je vendar nikdar ne prištevamo k sebičnim težnjam človeka. Disciplina vodi k stvari in k pravosti. Disciplina je znak moralne vrednosti človeka.

Disciplina osamosvaja in ščiti нравstveno svobodo. Kdor hoče biti svoboden, mora biti discipliniran. Samodisciplina je jamstvo нравnosti.

Z bistvom osebnosti ni združljiv disciplinski sistem pokorščine. Pravilno razmerje oseb med seboj je prirejenost, sodelovanje, sožitje, enakovrednost, enakopravnost — sokolsko svobodno bratstvo. Disciplina naj osebnosti ne omejuje ali ruši, temveč jači.

Sokolska misel je zasnovana na osebni disciplini. Telovadnica naj bo vzgojevalnica samodiscipline. Pravilno urejena telesna vadba je niz smotrnih dejanj, ki zahtevajo osebno disciplino v naznačenem pojmovanju. Produkt telesne vadbe ostane telovadčeva last, je neodsvojljiv, nesnoven, krepi samozavest in osebno rast. Naša poglobitna naloga je: vzgoja v prostovoljni samodisciplini.

Branko Polič, Beograd:

## **Več socialnosti**

Gospodarska stiska, ki izpodjeda temelje sedanjega reda na svetu, je logična posledica telesne, duševne in duhovne stiske, v katero je zašel dandanašnji človek. Nesmiselno bi bilo, ko bi iskali vzroke te stiske izven človeka. Ako bi hoteli izboljšati socialne in gospodarske razmere na svetu, o katerih mislimo, da so postranski pojav stiske, bi morali najprej odpraviti njene osnovne vzroke, ki so v človeku.

Neki nov socialni družabni red, ki bi ga hotel kdo uvesti, bi ostal tako dolgo samo na papirju, dokler bi nosilca tega reda, to je človeka, za to ne usposobili. Kaj bi pomagala še tako idealna socialna zakonodaja, ki naj bi rešila različna socialna vprašanja, ako bi pa ostal človek, ki naj bi dal tem zakonom življenje, isti telesni in duhovni bolnik. Kaj pomaga, če duh propoveduje in išče dobro in pravico, če pa telo ni sposobno, da bi se odreklo na korist drugega tudi najmanjši udobnosti. Tu ne pomaga nobeno stokanje in nobeno filozofiranje, niti upor niti streljanje, niti razgrajanje in demonstracije, niti ustanavljanje raznih strank niti revolucija, je rekel nekoč Henry George. Edini izhod iz tega stanja, v katerega je zabredlo človeštvo, je telesni in duhovni prepород človeka, usmerjen k idejnemu napredku človečanstva.

Človeka moramo preroditi v duhu socialno-etičnih načel. To so načela osebne svobode in enakopravnega uživanja vseh duhovnih in materialnih dobrin ter načelo, da je lastno delo brez izkoriščanja drugih edini izvor imetka (Dr. Krek). To so načela, ki pomenijo več kakor izjave teh ali onih političnih strank, to je socialno-kulturno gibanje, ki je neogibna potreba dandanašnje dobe.

Človeka je treba odvaditi, da bo samo zahteval, užival in se izživljal. Navaditi ga je treba, da bo znal tudi dajati. Danes ta dan človek preveč misli sam nase in preveč sam sebi služi, pri tem pa pozablja na svoje socialne dolžnosti, ki jih ima do drugih. Zato pa vidimo povsod, kako ograža telesna, moralna in socialna revščina družino in družbo.

Jedro vsega problema naše dobe so socialna vprašanja, ki najbolj pritiskajo na najširše plasti našega, a tudi drugih narodov. In prav zato, ker se tiče to širokih plasti naroda, smo mi Sokoli, ki želimo dobro narodu in vsemu človeštvu, izpred vseh poklicani, da sodelujemo pri reševanju teh vprašanj. Takoj je pa treba poudariti, da bi površno reševanje socialnih vprašanj položaja bogve koliko ne izpremenilo. Opomini, darila in zbirke bi tu ne zalegle dosti. Človeka je treba vzgojiti za družbo tako, da bo vsakomur samo po sebi umljivo, da se mora boriti za človečanske pravice drugih in da mora priskočiti na pomoč vsakemu, ki je pomoči potreben.

Sokoli moramo služiti narodu in si prizadevati, da ustvarimo sebi, zlasti pa mlademu rodu boljše življenjske pogoje. Toda samo s prostovoljnimi

delom za skupnost bomo dosegli, da bodo naši pripadniki čutili bolj socialno, kar je neogibno potrebno, če hočemo preurediti gospodarsko življenje. Zakaj vse dotlej, dokler bodo naši bratje bolj cenili dobiček in lastno korist kakor pa nesebično požrtvovalnost, tako dolgo ne bomo rešili niti enega socialnega vprašanja.

V našem rodu morajo za blaginjo drugih prednjačiti koristi našega naroda. To pa ne pomeni morda, da smo ozkosrčni in proti napredku drugih narodov, saj lahko posameznik samo s pomočjo naroda poveča splošne človečanske vrednote. Napredek vsega človečanstva bomo dosegli samo z napredkom družine in naroda. Narod je posrednik med družino in človečanstvom, kakor je družina posrednik med posameznikom in narodom. Zato mora biti naša vzgoja izpred vsega narodna. In naravna vsebina narodne vzgoje je njena socialnost (Mladenović).

Koristi svojega naroda mora vsakdo više ceniti kakor koristi posameznika, a koristi človečanstva više kakor koristi naroda. Vsak posameznik ima pravico, da se bori za svoje koristi, toda njegova sebičnost mora takoj prenehati, kakor hitro gre za koristi naroda.

Razmere, ki v njih živimo, zahtevajo od nas, da po njih prikrojimo naše vzgojno delo, zlasti še našo telesno vzgojo. Ta mora biti več kakor golo sredstvo za razvedrilo, več kakor gola potreba po zdravju in več kakor osebna zadeva posameznika. Naše članstvo vodimo telesno in prosvetno (kolikor ga sploh vodimo), ne vodimo ga pa niti najmanj, kar se tiče socialnih in moralnih dolžnosti proti drugim.

Pa tudi to je napačno, da se preveč omejujemo samo na nekatere plasti naroda, in sicer večidel na tiste, ki so naše pomoči še najmanj potrebni. Za občo blaginjo ni namreč zadosti, če žive samo nekateri sloji v dovoljnih zdravstvenih in gospodarskih razmerah. Zato moramo med našim članstvom širiti socialno zavest in omogočiti tudi najrevnejšim in tistim, ki so brez vsakršnih pravic, da stopijo v naše vrste. Mislim tu zlasti na naše delavstvo.

Dandanes so neka nesoglasja med ročnim in duševnim delavcem. Pošten in preudaren ročni delavec priznava duševnemu delavcu njegovo izobrazbo in duševno premoč. Toda da sovraži marsikateri ročni delavec svojega duševnega tovariša, je kriv ta sam, ker postavlja izobrazbo nad resnično življenje. On gleda zviška na ročnega delavca in ga ne ceni in ne spoštuje, ker je ročni delavec po izobrazbi pod njim. Oba tabora se morata sprijazniti. Duševni delavec se mora naučiti spoštovati ročno delo, pa če je tudi še tako nepomembno in nizko. Ročno delo nenavadno vpliva na značaj, saj vidimo, da je prav med delavci največ značajnih ljudi. Pomislimo samo na solidarnost delavcev in na njih tovarištvo, kaj takega ne bo med duševnimi delavci nikdar mogoče.

S telesnim in duhovnim preporodom človeka moramo pričeti pri mladini. Naš starejši rod je že pregloboko zagazil v močvirje socialno-moralnih krivic, tako da bi pri njem z našimi sedanji vzgojnimi pomočki ne imeli več pravega uspeha. Posebno pozornost moramo obrniti na vzgojo telesa in na vzgojo s pomočjo telesa. Ne smemo pozabiti, da so telesna nemoč in slabost ter omahljivost in pripravljenost duha, da slepo služi telesu, glavni vzroki sedanje stiske.

Še na nekaj naj opozorim. Če hočemo doseči uspeh pri vodstvu mladine, jo moramo najprej materialno preskrbeti. Gospodarske razmere so dandanes slabše kakor kdajkoli prej. One so krive nemira, mlačnosti in nezaupanja v misel. Vse dotlej, dokler bo morala mladina porabiti vso svojo energijo v boju za skorjo kruha in dokler ne bo odpravljeno telesno suženjstvo, kakršno je deset- ali še večurno delo, se ne more v sedanjem družabnem redu nič izpremeniti. Kadar bo mladina materialno preskrbljena, bo z večjim zaupanjem poslušala naše nasvete in bomo na njej laže uveljavljali pomočke za razvoj in povzdigo telesnih, duševnih in duhovnih sil.

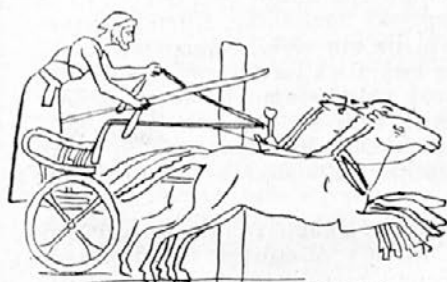
## Olimpije

(Konec.)

Po vsaki panogi se zadnji izloči. Tako jih ostane za rvanje še pet. Zmagovalec je efedros G, ki ni prav za prav zmagal v nobeni panogi, pa da vendarle po muhasti sreči olimpiadi ime. Ako bi bil dvakrat izžrebal prosto mesto, bi bil postal z eno samo zmago v rvanju olimpijonik. To je lahko postal brez vsakršnega boja tudi tisti, ki v pentatlonu ni imel nobenega nasprotnika.

Vendar so zmago brez borbe precej manj cenili kakor zmago v dejanski tekmi, saj pravi Pauzanij, preden našteje olimpijone: «Ne bom imenoval vseh, ki imajo sohe v Olimpiji, ker dobro vem, da je mnogim priborilo olimpijski venec nerazumno naključje, ne pa lastna moč.» Če vse dobro premislimo, se nam ne bo zdelo čudno, če so se izkušali imoviti, častihlepni tekmovalci dostikrat s podkupovanjem znebiti nevarnega nasprotnika in si tako na lahek način priboriti zaželjeni naslov olimpijona.

Omenili smo že, da je bila najimenitnejša olimpijska prireditev dirka vpreg in jahalcev. Tudi tu se je sčasoma veliko izpremenilo, uvedlo in iznova opustilo. V vseh dobah se je pa prav pri konjskih dirkah razkazovalo največje razkošje.



Dirka.



Pankration.

Povedali smo tudi, da so se udeleževali teh tekem le bogataši. Večinoma niso vozili ne jahali sami, ampak so to prepustili kakemu mlademu spretnemu prijatelju; če so pa sami vodili svoje konje, je bila zmaga tem častnejša. To posnemamo iz starih pisateljev, ki pohvalno omenjajo, da je ta in ta zmagal z živalmi, ki jih je sam vodil. Nagrado za zmago je dobil imetnik živali, ne voznik ali pa jezdec, dasi je bil tudi ta deležen večjih ali manjših časti. A tudi na pravega zmagovalca, na žival, niso pozabili. Konjem, ki so v Olimpiji vsaj dvakrat zmagali, so smeli ondi postaviti kip, a Kimonove konje n. pr. so pokopali v družinski grobnici.

Najprej so bile dovoljene pri olimpijah samo dirke z bojnim vozom na nizkih kolesih (da se na ovinkih ni precej prevrnil) in s štirimi vpreženimi konji (25. olimpiada leta 680. pr. Kr.). V 93. olimpiadi se je pridružila dvojna vprega, v 99. četverka žrebet, v 128. dvojka žrebet. V 70. olimpiadi so pozkusili dirkati z dvojnimi vpregami mezgov, ki so jih pa v 84. spet opustili; menda zato, ker te dirke niso bile lepe in ker niso bile starega (nekako svetega) porekla. Drugi spet trdijo, da zato, ker je bila reja mezgov v Eliji prekleta in niso Elijci upali na zmago.

Za mesta na stečiču so žrebali. Dorasli konji so dvanajstkrat premerili dirkališče, žrebeta pa osemkrat.

Kakor hitro so dali znamenje za začetek in so se vozovi spustili v dir, so vozniki priganjali žival z vpitjem in z bičem k največji naglici. Vozovi, ki niso imeli vzmeti, so strahovito poskakovali; oblaki debelega prahu so se vzdigovali za njimi. Najnevarnejše je bilo ob ciljnem stebru, okoli katerega so zavijali. Voznik je že iz daljave preudaril, kako bo zavil. Vsak je hotel zaviti kar najbliže ob stebru, zato so se pogostoma vozovi zadeli, kolesa strla in marsikdo se je težko poškodoval ali je pa celo obležal pod kopiti in kolesi. Vsakokrat, ko so dirkalci minili nevarno mesto, jih je sprejelo trobentanje, ki je človeku in živali po prestani nevarnosti iznova vzbudilo pogum.

Malo pozneje (v 55. olimpiadi) so začeli pri olimpijah tudi jahati za tekmo. V starejši dobi se jahanje ni kdove kako razvilo, menda zato ne, ker tedaj v vojski še niso uporabljali konj za jahanje, ampak samo za vprego pred bojni voz. Kasneje je bilo drugače in tekmovalno jahanje je prišlo v časti. V 151. olimpiadi so začeli tekmovali na žrebcih. Tudi naraščajniki so tekmovali. V 71. do 84. olimpiadi so jahali tudi na kobilah, pri čemer je pa moral jezdec pri zadnjem krogu skočiti z živali, se prijeti za streme in do cilja teči.

V drugih panogah, kakor n. pr. v streljanju z lokom, v boju z orožjem in v plavanju Grki niso tekmovali, vsaj ne pri «svetih» tekmah in torej tudi ne pri olimpijah.

Grk ni poznal rekordov, niti ne merjenja telovadnih uspehov, kakor mi; ni torej poznal športa v dandanašnjem pomenu, z njegovim divjim strem-ljenjem za absolutnim viškom. «Vsa stara telovadba je bila življenjsko ritmična celota lepega telesa, zato je bila zvezana z godbo», pravi Kern («Rhythmus», 1956, str. 215). Grku je zadostovalo, da je premagal tekmece, ki so prišli na isto tekmo, in pokazal, da je popolnejši kakor oni. (Neodločene tekme so posebno čislali in jih vpisali v olimpijske zaznamke. Kern [«Rhythmus»] trdi, da zato, ker se je prav v dejstvu, da sta si bila nasprotnika še po dolgi, srditi borbi enakovredna, očitovala božja skla d n o s t vesoljstva, ki je bila Grku zaželeni smoter.) Težko torej primerjamo njihove in naše uspehe. Le res posebna dejanja so se vtisnila tudi sodobnikom v spomin, se izročala iz roda v rod in z večine tudi zapisala. Našteli bomo nekaj takih uspehov, ki kažejo, da so bili tedanji ljudje na visoki stopnji telesne izurjenosti.

Dolihos je bil težaven tek. V njem so bili zmagoviti zlasti Krečani. Slaven dólíhohdrómos je bil Ladas iz Sparte, ki je v olimpijah 15. olimpiade zmagal, pa se je takoj, ko je bil ovenčan, izčrpan zgrudil in umrl. Znamenita sta bila tudi Sotádes in Ergotéles, a Drómeus iz Arkadije je zmagal v dolihu dvanajstkrat (v olimpijah in v drugih svetih tekmah; bil je p e r i o d o n i k, to se pravi, zmagovalec v vseh štirih «svetih igrah»: v olimpijah, nemejah, istmijah in pitijah). Tisikrata in Astila iz Krotona ni mogel od 71.—75. olimpiade nihče premagati. Hermogenes iz Ksanta je pri treh olimpijah v teku osemkrat zmagal, tako da so mu vzdeli priimek «konj» (hipos). Slaven je bil tudi Politès iz Kerama v Kariji, ki je v enem dnevu zmagal v stadionu, diaulu in dolihu (200, 400 in 4600 m!). Leónidas z Roda je zmagoval skozi štiri olimpiade (20 let); dvanajstkrat si je priboril v teku olimpijski venec.

V rvanju je slovel silni Milon iz Krotona, ki ga je poznal ne le vsak Grk, marveč tudi daljni perzijski kralj. Pauzaniy pripoveduje, da si je pridobil 6 olimpijskih in 7 pitijskih vencev. Afrikanus pa govori o 6 olimpijskih, 6 pitijskih, 10 istmiških in 9 nemejskih vencih. To pomeni, da je Milon skozi dolgo let gospodaril na štirih najmenitnejših tekmovališčih, kjer so se mu ponujali gotovo le najboljši nasprotniki. Zmagoval je že kot naraščajnik. Bil je izmed najmočnejših antičnih ljudi. Strabon pripoveduje, da je nekoč v Pitagorovi hiši (Pitagora je dolgo živel v Krotonu) začel pokati podporni steber, ko so bili v sobi zbrani njegovi učenci. Med njimi je bil tudi Milon, ki je stopil tja in podpiral s svojim telesom strop, dokler niso drugi zbežali, nakar je ušel tudi sam. Znamenit je bil tudi Hílon iz ahajske

Patre, Lakonec Hiposténes je pa zmagoval skoraj zapored v 6 olimpijah (57., 59.—45., torej celih 50 let!).

Lep primer so nam izročili stari z Elijcem Hismonom. Že deček je trpel zaradi revmatizma. Svetovali so mu telovadbo. Oprijel se je pentatlona in se ni le pozdravil, temveč tako izuril, da si je priboril venec v Olimpiji in v Nemeji. Znan je bil Hismonov rojak Gorgos, ki je bil do Pauzanijevih časov edini, ki je v peteroboju v Olimpiji štirikrat zmagal. Razen tega je zmagal enkrat v diaulu in enkrat v teku z orožjem. O Fajlu iz Krotona in njegovem skoku v daljino smo že govorili. Ni pa bil le skakalec, marveč tudi neprekošljiv metalec plošče.

V pestenju so se ponašali tisti iz EGINE, ARKADIJE, ELIDE in z RODA z najboljšimi tekmovalci. Pindar nam je ohranil v svojih slavospevih zgodbo Diágora z Roda, ki je bil imeniten pestilec in večkratni zmagovalec pri svetih tekmah. Tudi njegovi trije sinovi so se vrgli po njem. Nekoč je prišel s starejšima dvema v Olimpijo. Oba sta zmagala. Iz hvaležnosti sta vzdignila starega očeta na rame in ga nesla med ljudstvo, ki ga je blagovalo. Diagoras je bil tako ginjen, da je vpričo ljudi umrl. Znamenit je bil Klejtomáhos iz Teb, ki je veljal v Olimpiji za Teagenom za najboljšega pestilca. Ne po krivici, saj je pri istmijah zmagal v enem dnevu v rvanju, pestenju in v pankrationu. Straton iz Aleksandrije, sin bogatih staršev, je bil zelo bolehen in ni bil za nobeno rabo, ker je bil razvajen. Trpel je zlasti zaradi bolne vranice in se je zato začel zdraviti s telovadbo. Kmalu se je popravil in je tako napredoval, da je postal periodonik (ker je zmagal v vseh štirih svetih tekmah), a v Olimpiji so ga uvrstili kot petega za Heraklejem, ker je v enem dnevu zmagal v rvanju in v pankrationu, kar je bila, kakor smo povedali, najvišja naloga v atletiki. O pestilcu Nikóforu iz Mileta so pripovedovali, da je bil tak velikan, da se ga je bal celo olimpijski bog Zevs.

Najmočnejši izmed vseh je bil Teagénes, ki si je pridobil v svetih in drugih tekmah, kakor trdi Plutarh 1200, ali celo 1400 vencev, kakor trdijo drugi. Takoj za njim je bil že omenjeni Milon.

Za olimpij je v Olimpiji mrgolelo ljudi. Prenočišča v hiši so imeli le najimunitnejši, kakor smo že povedali pri opisu zgradb. Ostali so stanovali v šotorih, ki so jih prinesli s seboj, ogromna večina je pa spala kar pod milim nebom, kar ni bilo v vroči Grčiji nič posebnega, saj preprosto ljudstvo na kmetih še dandanes rado spi zunaj. Kaj lahko si mislimo, kakšno je bilo vrvenje. Ljudje so hodili častit bogove in jim darovati, drugi so prodajali zijala pri sijajnih sprevodih poslanstev imovitih mest, ki so tu bahavo razkazovala vse bogastvo in izkušala s tem povečati ugled svoje domovine. Ob dnevih, ko so bile tekme, so gotovo tako kakor dandanes že v mraku vstajali in se splazili v stadion, da so dobili najlepši prostor.

Tolikšna množica je potrebovala tudi telesnih dobrin, zato je tja prihitelo z vseh strani vse polno sejmarjev in trgovcev z vsem mogočim vablji- vim blagom, pa tudi glumačev, ki so razkazovali strmečim gledalcem svoje spretnosti.

V Olimpiji so se veselo srečavali stari znanci, obnavljala so se prijateljstva, poslanci raznih držav so pa tu gotovo opravili tudi marsikatero vnanjepolitične posle, sklepali zveze, poravnali marsikateri spor, pa tudi narobe. Trgovci so obnavljali stike, sklepali kupčije in iskali novih zvez.

Izkratka, vrvenje je bilo v marsičem podobno življenju na naših velikih božjih potih in zletih.

Nekateri trdijo, da so v Olimpiji prirejali tudi tekme v «duhovnih» izdelkih, da so se tu kosali glasbeniki in pesniki, učenjaki in modrijani. Res imamo sporočila, ki govore tudi o pravih muzičnih tekmah (muziké je pomenilo Grku vse duhovno v nasprotju s telesnim, gimnastiké), zlasti v glasbi, vendar jih redno v Olimpiji niso prirejali. Seve so pa umetniki vseh vrst, modrijani in učenjaki, uporabili priliko in so ob olimpijah zbranim ljudstvu prepevali, godli in razlagali; tako je bilo tudi mnogo muzičnih prireditev. Morda so se pevci in filozofi zadovoljili, da so poslušalci

njih delo s pohvalo odobrili, saj je bilo na Grškem v vseh časih v navadi, da je umetnik svoje delo dal v presojo ljudstvu.

Spoznali smo obrise zgodovine Olimpije. V bistvu je ona podoba grške telovadbe sploh. Z njo je zaživela, živela in se spet pogreznila v čas. Po poldrugem tisočletju so izkopali Olimpijo izpod Alfejevega in Kladejevega grušča. Z njo vred so obudili olimpije. Toda ali more iznova oživet, kar je umrlo? Vzbudili so samo ime, ne pa olimpijskega duha. Ta je koreninil v verstvu, mišljenju in čustvovanju enega ljudstva, pred dvema tisočletjema. Vezal je ljudi ene duhovnosti, ene narodne duše. Pri dandanašnjih olimpijah se pa zbirajo tekmovalci vseh narodov na svetu, mnogokrat po mišljenju in čustvovanju — čustvovanje pa vedno odloča — prav nasprotni. Zedinja jih le enakost vaj, sicer pa nič. «Športne ideje», ki naj bi vezala ta zmeček, ni; je le beseda brez vsebine. Pa tudi ako bi bila, ne bi bila zadosti silna, da bi dušila sovražna ali vsaj tuja si čustva in notranje zedinjevala. Trditve, da so olimpije plemenit boj najboljših, da vzbujajo vnemo za telovadbo, izpodbadajo k bratski tekmi, se zde spričo resnice puhle besede. Toda to spada drugam in — morda bodo o tem lahko sodili šele tisti čez pol tisočletja. Hoteli smo le izreči misel, da nekdanjih in sedanjih olimpij ne moremo primerjati, niti starih ne moremo posnemati, ker so bile sad svoje dobe, ta je pa bila v najglobljem bistvu drugačna kakor naša.

M. Kovačič, Maribor:

## Pregled jugoslovanske sokolske književnosti

Že v novembrsko-decembrski številki lanskega letnika «Sokolske Prosvete» je bilo objavljeno kratko poročilo o sokolski književnosti pri Jugoslovanih. Seveda so mogli biti tam prikazani na kratko le najglavnejši pojavi iz nje brez vsake smotrne razporedbe. Pričujoči pregled si ne lasti svojstva popolnosti, ampak hoče biti samo temelj za bodoče smotrno razmotrivanje o književnosti, ki se tiče našega sokolstva, hoče biti samo osnova, na kateri bo mogoče — v smislu veristične Tyrševe ideologije — v sotrudno-razvojnem stremljenju graditi dalje: popravljati pogrešno in izpopolnjevati pravilno.

\*

Ako pregledamo celotni razvoj književnosti jugoslovanskega sokolstva in z njim književnosti tistih sokolskih zvez, ki so se združile v zedinjenem našem sokolstvu, lahko doslej ta pregled najbolje razdelimo v 5 razdobja: prvo oga od ustanovitve slovenskega, hrvaškega oziroma srbskega sokolstva do ustanovitve tistih sokolskih listov, ki so bili glasila posameznih sokolskih zvez (listov «Slovenski Sokol», «Hrvatski Sokol» oziroma «Srpski Sokol», ki ga je izdajal br. dr. Laza Popović), torej nekako do leta 1905.—1904.; drugo od ustanovitve Slovenske in Hrvatske sokolske zveze oziroma Srpskega Sokola v Sremskih Karlovcih do zedinjenja jugoslovanskega sokolstva, torej do leta 1919., in tretje od leta 1919. pa do dandanes. Podrobno razglabljanje književnih pojavov bo pokazalo, da je taka razdelitev utemeljena. Pred ustanovitvijo posameznih jugoslovanskih sokolskih zvez je sokolsko književno udejstvovanje prepuščeno bolj ali manj golemu slučaju in priča le o naporih poedincev, ki so poizkušali podpreti sokolsko reč tudi s pisano besedo. Drugo razdobje je označeno v glavnem po izhajanju sokolske edinice družecih zveznih glasil; razen tega pa izhajajo tudi že sokolske knjige in brošure, ki so namenjene v glavnem sokolsko-strokovnemu



delu, vendar poleg tega že tudi miselni poglobitvi. Na delovnem področju Slovenske sokolske zveze se pojavljajo že celo župni vestniki. Tretje razdobje označuje vedno bolj in bolj razčlenjeni in specializirani periodični sokolski tisk, na drugi strani pa ustanavljanje cele vrste župnih vestnikov ter vedno pogostejše in vedno smotrnejše izdajanje obsežnejših in skromnejših publikacij, ki so namenjene najrazličnejšim panogam sokolskega udejstvovanja: raznim panogam strokovnega dela, miselnemu poglobljanju, upravi, sokolski zgodovini, umetnosti v okviru sokolstva, stavbarstvu za telesno-vzgojne namene in tako dalje. Vsako razdobje ima torej svojo nesporno značajko, ki ne upravičuje samo te razdelitve, ampak dela hkrati sliko razvoja naše sokolske književnosti preglednejšo. Naravno je, da bo treba zaradi preglednosti premotriti književnost tretjega razdobja z raznih vidikov.

Nazadnje naj pričujoči pregled prinese še kratke podatke o življenju in sokolskem delovanju sokolskih piscev in urednikov, zlasti pa o njihovem sokolskim namenom služečem književnem delu.

### Prvo razdobje.

Najstarejša knjiga v našem jeziku, ki se tiče sokolskega dela, je «Nauk o telovadbi», ki je izšel v 2 delih: I. del je izdal Južni Sokol, ljubljansko gimnastično društvo leta 1867., II. del pa je izšel leta 1869. v založništvu Slovenske Maticе. Iz uvoda k I. delu, ki obsega proste in redovne vaje, doznavamo, da se je «naš izurjeni prvosokol gosp. Viktor Coloreto polotil ... prvi težavnega dela ter je spisal v nemškem jeziku telovadsko terminologijo. Gosp. Franjo Levstik je takoj potem prestavil te terminologije prvi del, a gospoda Luka Svetec in profesor Vavrů sta ga v tem podpirala ...» Vendar knjiga ni samo izrazoslovje, kakor bi se dalo slutiti iz tega, ampak so v njej tudi navodila za izvajanje najrazličnejših vaj. O usodi tega I. dela je zanimivo, kar doznavamo iz «Historično-statističnega pregleda» od leta 1862.—1871. J. Z. Veselga (glej nižel), da se je po razpustu Južnega Sokola «iz tiska prišlih 500 iztisov „Nauka o telovadbi“ konfisciralo in na žabjaku zaprlo<sup>1</sup>, potem pa hranilo precej časa pri okrajnem glavarstvu, preden je bilo spet dovoljeno razpečavanje in je bila naklada izročena nasledniku Južnega Sokola. II. del vsebuje vaje na orodju in z orodjem. I. in II. del imata na koncu precejšnje število slik, ki nazorno tolmačijo mnoge v besedilu navedene in razložene vaje. «Nauk o telovadbi» ni sestavljen morda po Tyrševem telovadnem sestavu, ampak pač po Jahnovem, ker so Tyrševi «Základové tělocviku» (Temelji telovadbe) začeli izhajati šele leta 1868.

Prvi starosta Južnega Sokola Dr. Etbín Henrik Costa je vsekakor že pred «Naukom o telovadbi» napisal «Nekoliko besed o telovadstvu. Ljubljanskim Sokolcem v spomin novega leta 1864.» Ta publikacija pa je le osem strani obsegajoča knjižica. Z delovanjem Južnega Sokola so v zvezi tudi publikacije, ki jih je društvo izdajalo z naslovom «Letno poročilo ljubljanskega telovadskega društva Južnega Sokola za leta 1864.—1867.<sup>2</sup> Prav tako je potem njegov naslednik izdajal v letih 1868.—1905. «Letno poročilo ljubljanskega telovadnega društva Sokol v Ljubljani.»<sup>3</sup> Vsa ta letna poročila pa podajajo mnogo več, kakor pove njih naslov: nudijo namreč globok vpogled v razmere vsega slovenskega sokolstva. V dopolnilo tem poročilom sta «Historično statistični pregled delovanja telovadnega društva Sokola od leta 1862. do 1871.», ki ga je napisal J. Z. Veselý in ki je izšel v Ljubljani leta 1871., in knjižica Evgena Laha «Petindvajsetletnica Sokola leta 1863.—1888.», ki je izšla leta 1888. v založbi Ljubljanskega Sokola. Ob isti priliki je tudi izšel ponatisk iz «Slov. Naroda»: «Sokolova petindvajsetletnica 8. in 9. sep-

<sup>1</sup> L. c. — str. 15.

<sup>2</sup> Slov. Sokol 1912, str. 101.

<sup>3</sup> Slov. Sokol — ibid., vendar te navedbe bržkone niso točne, ker jih nisem mogel v podrobnosti preiskati. (Op. p.)

tembra leta 1888.», katerega vsebina je opis slavja 25 letnice tega društva z uvodno pesmijo Frana Gestrina.

Tudi početke periodičnega tiska v sokolstvu Jugoslovanov nahajamo pri Slovencih. Ti segajo nazaj v leto 1871., ko je izhajal v Ljubljani «Južni Sokol, telovadsko-vojaški list». Lastnik mu je bil Ivan Veselý, urednik A. Kremžar. List pa svojega rojstnega leta ni preživel. Vzrok je bil pač ta, da je odšel iz Ljubljane, kjer ni bival niti leto dni, lastnik lista Veselý, ki je bil tudi v strokovnem pogledu duša Ljubljanskega Sokola. Temu listu je sledil nov list šele leta 1878., tokrat v Zagrebu. Dne 21. decembra 1877 je izšlo v zagrebških listih vabilo na naročbo lista «Hrvatski Sokol», ki sta ga nameravala izdajati Franjo Hochmann in Andrija Hajdenak in ki je imel izhajati mesečno za letno naročnino 5 goldinarjev. List je izhajal potem zares pod njunim uredništvom leta 1878, z naslovom «Sokol. Glasilo za tjelovježbu» in z geslom «Lavlja sila — Sokolji let». Vendar je list že po enem letu prenehal. Hochman je leta 1892. vnovič poizkusil izdajati sokolski list, in sicer je jel izdajati revijo «Gimnastika, list za školsku i društvenu gimnastiku» (izhajala od leta 1892.—1899.). Smrt ga je pobrala še tisto leto, nakar ji je bil urednik dr. Franjo Bučar.

Urednika lista «Sokol» sta bila tudi pisca prvih telesne vzgoje se tičočih publikacij med Hrvati. Res je sicer, da njune knjige niso izrazito sokolske, toda gotovo so se uporabljale tudi v sokolskih društvih in zaslužijo zato, da jih tu omenjam. Izpod Hajdenakovega peresa je potekla prva gimnastična knjiga v hrvatskem jeziku, in sicer «Tjelovježba u pučkoj školi», pri katere sestavljanju mu je pomagal, kakor omenja to Hajdenak v uvodu knjige, Miroslav Singer.<sup>4</sup> Izšla je v Zagrebu leta 1875. Isto leto je Hajdenak izdal še «Nazivlje za tjelovježbu i mačevanje»,<sup>5</sup> a v listu «Hrvatski učitelj» je leta 1877. priobčeval «Rukovodnik» za telovadbo.<sup>6</sup> Naslednje leto 1878. je izdal še «Djetinjje sigre za mladež obojega spola».<sup>7</sup> Hajdenakove spise je nato izpopolnil Hochman, ki je Hajdenakovo izrazoslovje prilagodil češkemu in izdal leta 1878. «Rukovodnik za tjelovježbu u pučkoj školi»,<sup>8</sup> a 10 let kasneje knjigo «Tjelovježba u pučkoj školi».<sup>9</sup>

Vzporedno tem, v prvi vrsti pač šolski uporabi namenjenim knjigam bodi iz delovnega področja slovenskega sokolstva omenjena še ljubljanskega učitelja Janeza Zime «Telovadba v ljudskejši šoli», ki je izšla že leta 1872. Njen podnaslov «Knjižica za našo šolsko mladino» razodeva, da jo je pisec namenil predvsem kot pomoček telovadeči mladini, češ, «nauk v telovadbi najde zdatno podporo v tem, če imajo učenci kako primerno knjižico ali navod v rokah, ki jih seznanj s posameznimi izrazi v telovadbi», kakor beremo v «Besedici za predgovor». Vsebina pa ji v jedru res tudi ni skoraj nič drugega kakor le neke vrste izrazoslovje z navodili pri nekaterih vajah, kolikokrat je umestno te vaje izvajati, ne pa, kako se izvajajo. Obsega pa v celoti najprej čisto kratek pregled telesne vzgoje, nato «redne» (t. j. redovne) vaje, proste vaje, vaje «s pripravami in na pripravah», t. j. orodne vaje (z izrazom «koza» je označena naša bradlja!) in nekoliko telovadnih iger. Nazadnje so dodana še besedila petih koračnic, med njimi tri nemška, in pa sekirice k eni teh (nemških) koračnic ter za pesem «Zvesti tovarš» (Der gute Kamerad): seveda s (klavnoro prevedenim) slovenskim besedilom. Vendar pa je ob pomanjkanju slovenskega telovadno-strokovnega slovstva vzel to knjižico s pridom v roke sempatja tudi marsikateri slovenski sokolski vaditelj.

<sup>4</sup> Bučar Dr. Fr., Povjest gimnastike — str. 170.

<sup>5</sup> Bučar, ibid.

<sup>6</sup> Bučar, ibid.

<sup>7</sup> Bučar, ibid.

<sup>8</sup> in <sup>9</sup> Bučar, l. c. — str. 175.

Kot sokolsko-književno redkost iz prvega razdobja bi bilo še omeniti ponatisk iz «Slovenskega Naroda» leta 1890. z naslovom «N. J.: Osnovna slavnost Celjskega Sokola 7. in 8. IX. 1890».

Ali je izšla v tem razdobju kaka knjiga ali brošura v cirilici, in če je izšla, kaj je to bilo, nisem mogel ugotoviti. Če je na to stran ta «pregled» potreben izpopolnitve, naj jo blagovoli na primernem mestu priobčiti morda kak sokolski pisec, ki je izšel iz srbskega sokolstva. (Dalje prihodnjič.)

Majda Slapničarjeva in Jelica Vazzazova, Ljubljana:

## Kako sodimo proste vaje

Dobrih sodnic imamo malo. Zato si moramo prizadevati, da se tudi za to usposobimo, ker je tudi to ena izmed vaditeljskih dolžnosti. Najtežje je soditi proste vaje, za kar se je treba več let pripravljati. S tem člankom hočemo dati samo osnovne pojme, kako se sodijo proste vaje, kot nazoren primer bomo pa vzeli letošnjo tekmovalno prosto vajo, predpisano za društvene tekme ženskega članstva (glej list «Soko» 12/1936, str. 445—445).

O splošnih določilih velja tole: vsako prosto vajo sodijo po pravilu tri sodnice, izmed katerih opazuje izvedbo vsaka z druge strani in jo tudi vsaka zase oceni. Končna ocena je vsota ocen vseh treh sodnic, deljena s tri. Pri dobrih sodnicah ne sme biti razlika med ocenami posameznih sodnic večja kakor 1 točka. Kadar nastane spor, odločuje vrhnja sodnica. Za razmere v naših društvih bosta zadostovali dve ali celo ena sama sodnica, ki pa mora seveda vajo dobro poznati.

Število dosegljivih točk je deset, od katerih odbijamo za napake cele točke in desetinke. Zaradi lažje ocene pa razdelimo vsako vajo na več delov in jih ocenimo največ z 10 točkami. Nazadnje vse točke seštejemo in delimo s številom delov.

V našem primeru bomo razdelili vajo na dva dela, izmed katerih se vsak del oceni z 10 točkami. Končna vsota se torej deli z dve. Pravilno izvedbo vsakega dela vaje ocenimo z 8 točkami, ritem, eleganco spoienost in prožnost pa z 2 točkama. Prvi del je od I. do VIII. takta, drugi pa od IX. do XVI. takta.

Napake so majhne in velike ter odbijamo zanje desetinke točke.

Majhne napake so:  
odbijemo do 2 desetinki točke

1. nepravilni položaji lahti (prenizko ali previsoko pred-, od-, zaročenje),
2. nepravilni položaji nog (prenizko ali previsoko pred-, od-, zanoženje),
3. zamenjani položaji rok (dlan dol namesto gor),
4. napačno postavljena stopala (pri čepu ali vzponu pete narazen, nepravilna spetna staja),
5. neizvršen gib z glavo (pogled, klon).

Velike napake so:  
odbijemo do 5 desetink točke

napačni obrati in prehodi, izpuščene ali dodane prvine, zamenjani gibi, položaji, ki so bistveno nepravilno izvajani (napačen izpad, opora ležno, počep prednožno, zasuk, predklon itd.), gibi, izvršeni na nepravilno dobo, če močno motijo izvedbo vaje, itd.

Če začne telovadka vajo v napačno stran, se odbijeta 2 točki, če se ustavi in vajo takoj nadaljuje, tudi 2 točki, če se pa večkrat ustavi in nadaljuje vajo nepravilno, odbijemo za ves ta del vseh 10 točk.

Prehajamo na podrobnosti vaje same:

I. 1. nepopoln izpad	5 do 5 deset.	1. nepravilno predročenje na d. dol	2 deset.
brez izpada	1 točka	lahti v drugo stran	5 ..
pokrčena leva noga	do 5 deset.		
brez odklona	2 ..		
pri izpadu zasuk v d.	4 ..		
pri izpadu predklon	do 5 ..		
2. skozi vzravnavo namesto		2. lahti ne skozi priročenje	2 ..
skozi počep	do 5 ..	lahti ne vzporedno	2 ..
5. = 2.			
4. nepopoln vzklon	2 ..	4. nepravilno vzročenje	2 ..
obrat v d. namesto v l.	5 ..		
stoja prednožno z l. namesto zanožno z d.	5 ..		
II. 1.—2. nepravilen predklon	2 ..	1.—2. predročiti ven namesto predročiti dol	2 ..
5. brez seda na pete	do 4 ..	5. nepravilno zaročenje	5 ..
nepopoln predklon	5 ..		
glava nenaravno gor	2 ..		
III. 1. brez vzravnave	5 ..	1. ne skozi predročenje vzročiti	2 ..
		nepravilno vzročenje	2 ..
2. brez seda na pete	4 ..	2. ne skozi zaročenje priročiti	do 5 ..
		5. nepravilno predročenje gor	2 ..
		4. roki preblizu kolen	2 ..
IV. 1. leva noga pokrčena	2 ..	1. križ neuleknjen	do 5 ..
2. obe nogi pokrčeni	4 ..		
dotik tal s koleni	5 ..		
5. odziv enonožno	4 ..		
kolena narazen	4 ..		
4. nepopolna vzravnavava	do 5 ..	4. nepravilno vzročenje	2 ..
brez vzpona	2 ..		
V. 1. počep odnožno z l. namesto z d.	5 ..	1.—4. lahti nevporedno	do 5 ..
pokrčena d. noga	do 5 ..		
premalo odklona	do 5 ..		
2. dodan predklon	do 5 ..	2., 4. nepravilen zib	2 ..
brez ziba	4 ..		
5.—4. = 1.—2.		5. lahti ne skozi vzročenje	2 ..
VI. 1. s prisunom d. namesto l.	5 ..		
		2. z loki ven namesto noter	5 ..
		pokrčene lahti	2 ..
		ne skozi priročenje	2 ..
		5. nepravilen podlahtni krog — spustiti nadlaht dol — pokrčene roke	do 4 ..
VII. 1. nepopoln zasuk	do 4 ..		
premalo predklona	5 ..		
pokrčene noge	do 4 ..		
5. = 1.		2. nepravilno vzročenje	2 ..
VIII. 1. brez vzpona — pete narazen	2 ..		
brez zaklona	5 ..	1. nepravilno zaročenje	2 ..
nepravilen zaklon	5 ..		
IX. 1. stoja zanožno z l. namesto zanožiti	2 ..	1. ne skozi predročenje odročiti gor	2 ..

	zanoženje vstran — l. pokrčena	2	..		
	brez zaklona	5	..		
2.	stoja zanožno z l. namesto izstopno z l. nazaj do	5	..	1.—4. nepravilni položaji lahti	2
5.	nepopoln počep prednožno z d.	do 4	..		
	nepopoln predklon	do 4	..		
	pokrčena d. noga	do 5	..		
4.	brez ziba	4	..		
X. = IX.					
XI. 1.	stoja prednožno z l. namesto zanožno z d.	2	..	1. nepravilno zaročno skrčenje	5
5.	izpuščen prenos teže telesa	2	..	5. nepravilno odročno skrčenje	5
4.	brez ziba	4	..		
XII. 1.	s prisunom l. k d. namesto d. k l.	5	..	1. nepravilno vzročenje	2
2.	brez iztega	do 5	..		
3.	brez predklona glave	2	..	3. lahti iztegnjene ali skozi nepravilen položaj	2
4.	«ri» brez vzklopa glave	2	..	4. lahti napete namesto sproščene	2
XIII. 1.—3.	tekovne korake z mesta do	5	..		
	tekovni koraki izvršeni na nepravilno dobo	5	..		
	obrat v d. namesto v l.	5	..		
	brez skrčenja prednožno (pri vsakem koraku)	1	..		
	dodan obrat	5	..		
4.	počep na nepravilno dobo	5	..	4. nepravilno zaročenje	2
XIV. 1.—2.	nepopolna vzravna ali brez počepa do	5	..		
3.	brez vzkoka — brez uleknjenja do	5	..		
	brez zanoženja do	5	..		
4.	trd doskok, brez počepa	4	..	4. nepravilno zaročenje	2
XV. 2.	nepopoln zasuk	5	..	2. nepravilno odročenje	5
				2.—5. ne skozi priročenje	2
XVI.				1.—2. lahti ne skozi zaročenje	5
				3. lahti iztegnjene ali skozi nepravilen položaj	2

Prav tako se ocenjujejo tudi vaje na nizki gredi, samo da je treba oceniti tudi še pravilni vstop na gred, padec in prekinitve vaje (ki se šteje za veliko napako) ter pravilni seskok.

Na tem primeru lahko natanko ugotovite, katera napaka je majhna in katera velika. Tu so omenjene napake, ki se najpogosteje delajo, seveda je pa jasno, da ena in ista telovadka ne bo naredila vseh teh napak, saj bi bilo potem 10 točk premalo za oceno.

Dobro se naučite prosto vajo do vseh podrobnosti, pred seboj imejte natančno besedilo, ena izmed telovadk naj to vajo dela, same pa opazujete napake, ki jih napravi, in vajo ocenite. Nato primerjajte svojo oceno z oceno drugih sester in obrazložite, zakaj in koliko ste odbili za posamezne napake. Tako se marljivo vadite v ocenjevanju in izkušnje, ki si jih boste pri tem pridobile, vam bodo omogočile, da boste lahko sodile tudi vsako drugo vajo.

Mnogo uspeha pri učenju!

## Delovni sestanek

zboru društvenih načelnikov in načelnic sokolske župe Ljubljana.

Dne 21. II. 1957 je bil na Taboru v Ljubljani vesdnevni sestanek društvenih načelnikov in načelnic, katerega se je razen članov in članic župnega strokovnega odbora udeležilo še 56 društvenih načelnikov in 42 načelnic.

Udeleženci so prisostvovali vzorni vadbeni uri članov, ki je imela namen nazorno prikazati smotrno vadbo in metodični postopek pri vadbi članov v zimskih mesecih. Vsa sokolska metoda je bila strnjena v poldrugo uro trajajoč pouk: uvodne vaje, proste vaje po načrtu, vaje na orodju, raznoterosti, redovne vaje, nagovor, pohod, petje. V čisti, prostorni, zračni in z vsem orodjem opremljeni telovadnici je ob sodelovanju klavirskega igralca prehitro minila ura. Vsakdo je čutil, da sodelovanje pri taki telesni vzgoji vendar ne more biti dolžnost, ampak je lahko samo z vsem človeškim bistvom zaželeno pravica slehernega pripadnika svobodnega, po kulturi in napredku stremečega naroda.

V odmoru je udeležence pozdravil župni starosta. Do opoldneva so bile nato pokazane proste vaje vseh oddelkov, ki so določene za letošnje javne telovadbe in ki bodo v posebni knjižici razposlane društvom.

Po skupnem kosilu v Delavski zbornici so načelniki in načelnice predelali redovne vaje in poslušali dobro uro trajajoče, prav poučno in zanimivo predavanje o učinkih telovadbe na človeka.

V seji po predavanju je zbor sprejel proračun načelništva in tale razpored dela za leto 1957.:

dne 9. maja župni kolesarski izlet,

dne 16. maja petdnevni tečaj za proste panoge,

pomladanski in jesenski delovni sestanek zboru načelnikov in načelnic,

poleti in jeseni planinski tabori skupkov in okrožij,

meseca novembra 14 dnevni vaditeljski tečaj za članice in enak tečaj za člane,

meseca februarja 1958 smučarski tečaj za članstvo in naraščaja,

meseca marca 1958 tečaj za sodnice,

okrožni vaditeljski tečaji in sestanki (kadar bo potrebno),

dne 15. avgusta župne (ali medžupne) plavalne tekme članstva in naraščaja,

dne 22. avgusta župne tekme članstva in naraščaja v prostih panogah,

dne 29. avgusta župne tekme v igrah,

meseca februarja 1958 župne smučarske tekme.

Za sokolsko mladino so določeni razni izleti in 28 dnevno taborjenje v planinah in ob tekoči vodi (izmenoma po 14 dni).

Storjeni so bili še tile sklepi: meseca septembra bo župa s sodelovanjem vseh slovenskih žup priredila propagandni teden za sokolsko telovadbo. Članstvo, ki se bo hotelo leta 1958. udeležiti X. vsokolskega zleta v Pragi, bo moralo najkasneje od letošnjega oktobra redno hoditi k telovadbi, ker mora biti naša odprava v Prago na vse strani vzorna. Zbori in sestanki načelnikov in prosvetarjev bodo vbodoče skupni. Sprejet je bil tudi predlog, naj bi bili občni zbori v začetku sokolske poslovne dobe, to je jeseni, ne pa kakor doslej spomladi, to je sredi poslovne dobe.

### Župni sodniški tečaj za članice.

Po sklepu delovnega sestanka društvenih načelnic z dne 21. februarja je bil dne 7. marca župni tečaj za sodnice, ki se ga je udeležilo dopoldne 54 sester iz 25 društev, popoldne pa 35 sester iz 24 društev.

Predelalo se je sojenje prostih vaj in vaj na orodju s posebnim ozirom na letošnje

obvezne tekme. Sestre so z zanimanjem sledile, vendar pa niso bile v ta namen zadosti pripravljene in niso znale tekmovalne proste vaje. Razen tega so se nekatere sestre izkušale opravičiti z raznimi netehtnimi vzroki. Precej društev ni poslalo v tečaj niti ene sestre in se — razen dveh — tudi nobeno ni o pravem času opravičilo. Ti nedostatki se morajo vbodoče odpraviti.

Redna skupščina župe Ljubljana bo v nedeljo, dne 4. aprila ob 9. uri dopoldne v mali dvorani sokolskega doma na Taboru v Ljubljani. Za soboto, dne 5. aprila, je pa sklicala župa zbor delegatov, na katerem

se bodo podrobno obravnavale vse točke dnevnega reda skupščine, zlasti pa poročila in predlog kandidatnega odseka za novo župno upravo ter zaupna poročila delegatov posameznih društev.

## R A Z N O

### Javni nastop S. K. Planine

Dne 7. marca je priredilo športno društvo «Planina» v Ljubljani «športno-gimnastično» akademijo, na katero je vabilo z velikimi obljubami.

Znano je, da so ustvarili in da vodijo «Planino» po večini ljudje iz nekdanjega «Orla». To, da se «Planina» krčevito brani tega sorodstva\* in da se skrbno ogiba besede «telovadba», sodbe nič ne moti. Akademiji so prisostvovali minister Korošec, ban Natlačen, ljubljanski župan Adlešič in zastopnik vojske kapetan Pralovič. Opazili smo več duhovnikov in skupine kmečkih fantov. Resnici na ljubo povemo tudi, da je bila več ko četrtina gledalcev — Sokolov in Sokolic! Če dodamo še, da so že ob nastopu na oder nekdanjim znanim orlovskim telovadcem (Varšek, Hvalé, Tomšič, Kermavner) neprimerno bolj ploskali in vzklikali kakor ostalim «športnikom», smo si na jasnem. Zaradi tega ali pa zato, «ker je bil to svojevrsten dogodek, katerega nismo vajeni videti pri športnih društvih» («Slovenec», 8. III.) smo dolžni, da poročamo o prireditvi. Poudarjamo pa, da poročamo samo telovadno stvarno in tudi zgolj iz takih nagibov.

Za uvod je razložil predsednik «Planine», nekdanji načelnik Orlovske zveze Kermavner društvene cilje: «Zanesti telesne vaje med najširše plasti naroda, pri čemer ne pozablja etične (nравne) vzgoje.»

Prvi so nastopili člani (8), ki so po slabem, neskladnem razstopu pokazali «gimnastične» (razgibalne proste) vaje v najpreprostejši obliki. To ni bila sestava, marveč so bili zgolj nanizani najtemeljnejši

gibi iz dandanašnje «športne gimnastike» (čepi, kloni, suki trupa, gibi napetih lahti); vsak gib so kar zapovrstjo po 3 ali 4 krat ponovili. Namen je bil zastran zadovoljive skladnosti dosežen, saj menda niso hoteli drugega ko pokazati, s kakšnimi vajami se bavi športnik še poleg svojega športa. Posamezniki so pa delali slabo, za namen, ki ga imajo razgibalne vaje, nesmotrno. Malomarno, nerodno in neokretno gibanje smo vobče opazili pri vseh prostih vajah: posebno očitno pa pri ženskah. Večina telovadcev in telovadk se je tudi zelo slabo držala, nekatere članice pa niso vedele, kam bi bile dele roke. Vse to kaže, da društvo nima pravih učiteljev. Ako bi bila priprava res strokovnjaška, bi ne smelo biti pri takem nastopu toliko trdote, slabih drž, nerodne hoje, malomarnih gibov in seskokov z orodja. Prav te reči šele pokažejo, ali je «telesna vzgoja» res vzgoja; lepo gibanje in plemenita drža sta izraz vzgoje in njeno merilo. Kjer tega uspeha ni, tam ni vzgoja nič vredna.

Za člani je prišla vrsta 12 članic, ki so vse pokazale eno samo lahko vajo na dvovišinski bradlji. Seskok, prihod k orodju in odhod od njega so bili malomarni, a tudi vajo samo so delale večinoma zelo slabo, čeprav je bila prav lahka.

Zatem je vzdigovala vrsta 6 članov utež. Niso vsi delali vsega, bili pa so dobro izurjeni. Takisto dobro je bilo rvanje dveh članov. «Gimnastične» vaje 9 članic niso bile prav nič «gimnastične», ampak samo slaba sestava prostih vaj, ki se povrhu v II. delu ni nič ujemala z živahno godbo. Bilo je mnogo drž; izkratka način, kakršnega smo poznali pred vojsko. Telovadke so sicer delale skladno, razen zmede pri nekem hitrejšem gibu v II. delu, toda posameznice so bile zelo neobdelane. Vrsto 6 telovadcev, ki je bila sestavljena večinoma iz nekdanjih najboljših telovadcev Orlovske zveze, so burno pozdravili in ji vzklikali (!) Pokazali so vsak po eno vajo na bradlji. Sestave, ki naj bi bile vrhunske, so bile v resnici zmes težkih in

\* V «Slovenec» z dne 7. III. zmerjajo dopisnika «Novosti» z denunciantom, ker je pisal, da nastopa na akademiji v resnici «Orel». Trdijo, da «goje zgolj vse športe, gimnastiko (kot podlago vsemu športu) in — last not least — vse, kar določa zakon o obvezni telesni vzgoji ne izvzemši tako imenovane telovadbe.»

najpreprostejših prvin. Vse ni uspelo, dokoki so bili majavi, delo vobče prehlavno, nečisto, slabo ritmirano. Poudariti je pa treba, da so bili trije izmed šestih že čez 40 let stari, četrti jim je pa menda zelo blizu! Nato so skakale članice plovno skozi velik obroč; odriv seve s prožne deske. Ta reč ni za ženske in smo bolj občudovali spretnost vaditelja, ki jih je lovil. Takoj nato so delali člani s prožne deske premet naprej. Prav čistega premeta nismo videli nobenega. Precej dobre so bile pripravljalne vaje 7 smučarjev, najprej brez palic, nato pa s palicami. Sestava je obsegala tisto, kar dobimo pod imenom «smučarska gimnastika» v vsaki knjigi. Delali so skladno, večinoma pa neizrazito, menda hote malomarno, kar pa ni bilo prav in je motilo celotno sicer všečen učinek. Sestava ni bila napačna, Metoda s temi «pripravljalnimi» vajami vobče je pa čisto zgrešena, ker so malone vse brez smotra, nekoristne ali celo škodljive tistemu, za kar naj bi pripravljale. «Smotrova gimnastika», kakor imenujejo nekateri Nemci to pomožno panogo, ki naj pomaga iz zadrege in «okrepi» ter «usposobi» telo za to ali ono vrsto športa, se že «sistemizira», to se pravi kosteni. Šport naj se le ukvarja z njo, zavedla ga bo še bolj. Resnično učinkovita je le premišljena, krepka vsestranska dejavnost; vse drugo so ničvredni nadomestki, pa čeprav ves svet danes ta dan nori za njimi. Potem je pokazalo 12 članic še precej skladno slabo sestavo prostih vaj v  $\frac{3}{4}$  taktu. V dandanašnjih časih, ko smo vajeni na tekoče gibovne sestave, je takale sestava z gibom na 1 dobo in skoraj v vsakem taktu z držo na naslednje dobe mučna. Najvšečnejša točka vse akademije bi lahko bile proste vaje treh članic na pesem «Gor čez izaro», ki jo je pel za zastorom moški zbor. Samo delo trojice je bilo prav dobro, v sestavi je pa gibovni izraz le redko ustrejal pesmi in zato reč ni bila učinkovita. Naivne so bile vaje 5 članic z loparji. Izvedba okorna, gibli posameznice oglati, trdi, sekani. Za njimi je pridirjalo na oder 8 deklic, našemljenih kot «konjički» in «jahalci»: v raju so tekale po odru. Prazna reč. Nato je nastopila ista vrsta, ki je bila poprej na bradlji, k drogu, vendar jih je bilo le 5 — od teh 4 nekdanji vrhunski telovadci Orla. Vaje so vobče ustrezale višjemu oddelku. Izvedba ni bila čista, sempatja se je kaj ponesrečilo: le Varšek je pokazal skoraj brezhibno, lepo sestavo.

Tu smo se spomnili na neokusno pisanje «Slovenca» (menda je tisto sestavil Ker-mavner) po lanskih olimpijah. Ni in ni hotel priznati, da je šesto mesto, ki so ga dosegli naši s primeroma majhno razliko v točkah, res imeniten uspeh. In vsega «neuspeha» je bilo prav za prav krivo to, da ni več Orla, da Sokol nima — tekmecca, da smo z Orlom zgubili izvrstne telovadce, ki bi bili lahko okrepili «državno» (sokolsko) olimpijsko vrsto, da bi bila menda zanesljivo — prva. Na to smo se spomnili, ko smo gledali prav tiste ljudi, ki naj bi bili «okrepili» našo prvovrstno vrsto, pri delu, in smo spoznali, da nismo pri olimpijah nič izgubili, ker jih ni bilo zraven.

Po drogu je pokazal en telovadec nekako vrhunsko prosto vajo s stojami, vzporami ležno pred rokami, premeti in sedi raznožno bočno. Kar je delal, je delal dobro, vendar je bila menda sestava preračunjena na to, da «presenetiti». To je dosegla.

Naposled je prihajala na oder vrsta deklet v narodnih nošah z igralcem na harmoniko. Rajanje je bilo živahno, sestava zase čedna, toda gibi in narodne noše so se preveč odbijali; mi nimamo svojih narodnih plesov, zato občutimo prvine tujih plesov mučno kot nepristne. Bolje bi bilo, ko bi dekleta ne bila v narodnih nošah.

Občni dojem akademije: prevelike besede za mala dejanja. Tolikšne primitivnosti v priredbi in sestavi (seve z izjemami) po zvenečih obljubah le nismo pričakovali. Če je za preprostost hotena in morda potrebna, kakor je potrebna za delo v množici, potem so bile zveneče napovedi odveč. Predsednik je v govoru poudaril, da dela društvo tako, kakor je za uspešno telovadno vzgojo potrebno. Nastop je pokazal ta način dela in pokazal tudi, da se v pogledu na občne temelje uspešne metode «Planina» v ničemer ne razločuje od sokolske «telovadne» metode, da jo tedaj dejansko priznava za edino pravilno. Če pojdejo za spoznanjem «Planine» tudi ostala športna društva, potem smemo v naši telovadbi pričakovati kmalu novo, plodno obdobje in upati, da ni daleč čas, ko bo lahko oblastvo brez težav združilo Šport s Sokolom, saj ne bo med nami v ciljnih in delu nobenega bistvenega razločka več.

Stanko Trček.

Jugoslovanska sokolska matica v Ljubljani je izdala legionski roman Adolfa Zemana „Polkovnik Svee“ (cena 65 dinarjev). Ocenoto zanimive kujige, ki jo najtopleje priporočamo, priobčimo v prihodnji številki.