

Harjoituksen tie

Jokainen meistä taekwondon harrastajista lienee ainakin joskus pohtinut joko julkisesti tai hiljaa mielessään, että ”mitähän se taekwondon henkinen kasvatus oikein on ja miten se ilmenee?” Tai toisaalta, ”mitä se taekwondon filosofia oikein on ja mihin sitä tarvitaan?”. Kysymykset ovat hyviä, jotka jo omalta osaltaan osoittavat jonkinlaisen filosofisen reflektoinnin ja henkisen kasvun olevan kyseessä. Kun ihminen liikkuu ja tekee fyysisistä harjoitusta, on hän tällöin erilaisessa suhteessa itseensä tavanomaiseen toimintaansa verrattuna. Ihminen joutuu tavalla tai toisella kohdakkain itsensä kanssa ja tämä saattaa tuottaa uusia ajatuksia liikunnasta ja sen suhteesta omaan elämään. Voidaankin puhua liikunnanfilosofiasta, riippumatta siitä, pitääkö ihminen ajatteluaan filosofiana vai ei. Ihminen tavallaan harjoittaa filosofiaa, vaikka kieltäisikin (käsitteellisen) filosofian itselleen tarpeettomana. Liikunta ja filosofia puolestaan ovat inhimillisen olemassaolon momentteja. Liikumme kehollamme, jonka elinvoimaisuus on ihmiselämän hyvinvointiin olennaisesti kuuluva tekijä. Tätä kautta sillä on vaikutuksensa yksilön ymmärrykseen ja henkiseen kehitykseen.¹

Taekwondossa **tae** tarkoittaa jalkaa ja **kwon** kättä. Yhdessä näiden sanotaan kuvastavan lajin fyysistä olemusta ja puolta. **Do** puolestaan kuvastaa näitä pohdinnan alla olevia lajin henkisiä päämääriä ja filosofiaa. Do käännetään useasti merkitsemään myös tietä, elämäntapaa. Tässä on huomattava, ettei tehdä mitään keinotekoisia jakoa fyysiseen ja henkiseen, vaan kysymys on kokonaisuudesta, ihmisestä joka toimii, liikkuu, harjoittelee ja kokee. Voitaisiin puhua harjoituksen tiestä, jossa taekwondo on eräänlainen metodi, fyysinen ilmentymä, jolla voidaan toteuttaa ihmisen olemisen tapaa. Harjoituksen tie kulkee siis ulkoisesta olemuksesta kohti sisäistä kokemusta.

Kun on kyseessä itämainen kamppailulaji, emme voi välttyä siltä, että siinä ilmeneviä kokemuksia ilmaistaan useinkin idän filosofioiden ja maailmankatsomusten avulla. Useinkin nämä (käsitteelliset) termit on lainattu teoreettisimmista filosofisista suuntauksista kuten taolaisuus ja zen –buddhalaisuus. On huomattava, että tällaisella termien käytöllä on tarkoituksena yrittää kuvata käytännön kokemuksia, jotta niitä voisi jakaa muiden kanssa. Niillä ei välttämättä tarvitse olla mitään tekemistä esim. uskonnon kanssa. Erilaiset sisäiset kokemukset

voivat olla hyvinkin samankaltaisia riippumatta siitä, mitä maailmankuvaa kokija itse edustaa. Ihmisellä (varsinkin länsimaalaisella) on useinkin tarve nimetä ja käsitteellistää kokemuksiaan ja tässä kohtaa idän ja lännen välillä on maailmankatsomuksellisia eroja. Kun esim. kiellämme jonkin idän kulttuurin keskeisen käsitteen merkityksen, voidaan kysyä, kohdistuuko kieltämistemme tuon käsitteen ilmaisemaan kokemukseen vaiko itse käsitteeseen?

Mitä sitten on harjoituksen tie? Metaforisesti ajateltuna tiellä on monia ominaisuuksia². Kun useat ihmiset kulkevat samaa reittiä paikasta toiseen, syntyy tien alku, polku. Se urautuu maahan ja ihmiset seuraavat sitä paikasta toiseen. Voidaan sanoa sen olevan myös *julkinen*. Kun polku on muodostunut tieksi, on sitä *helpompi* kulkea. Sillä ei ole samanlaisia esteitä kuin umpimetsässä, se on ikään kuin raivattu auki muiden toimesta. Meidän tehtäväksemme jää jälkien seuraaminen. Joku on tietenkin ollut ensimmäinen tällä reitillä, mutta tieksi muuttumiseen on tarvittu muita seuraajia. Näin reitistä on tullut tie, joka yhdistää kaksi paikkaa. Kun ihmiset kulkevat tiellä, he haluavat kulkea jonnekin, jossa *haluavat olla*, päästäkseen pois sieltä, missä eivät halua olla. Jos ajatellaan ihmisen olemista, voidaan todeta sen olevan projektiluonteista: suuntaudumme aina kohti tulevaisuutta ja tulevaisuudessa avautuvia mahdollisuuksia. Kun kuljemme tiellä, toteutamme omaa projektiluonnettamme, kulkien kohti toisenlaista mahdollisuutta olla olemassa, olipa tämä toisenlaisuus sitten mitä tahansa muuta.

Kun tiellä ollaan, siellä *liikutaan*, jotta pääsemme sinne, minne haluamme. Tiellä ei siis ole tarkoitus pysähtyä. Pysähdymme hetkeksi siellä, minne tie vie, kääntyäksemme sitten joko takaisin tai jatkaaksemme matkaa toista tietä. Tiellä kulkiessamme olemme muutoksen tilassa. Toteutamme projektiamme pyrkien mahdollisuuksiimme, tulemaan siksi, miksi haluamme tulla. Ollessamme tällä tiellä, emme ole vielä valmiita, emme ole sitä, mitä ehkä haluaisimme olla. Ihminen voi kulkea tiellä niin kauan kuin on *elossa*. Ihminen voi kuolla pääsemättä perille, matka voi katketa koska hyvänsä, jolloin kuolema pysäyttää ihmisen täsmälleen siihen, mihin hän on päässyt. Tie on julkisuuden ja avoimuuden lisäksi *sitova*; sitä ei ole helppo muuttaa toiseksi. Joskus on pakko kulkea merkittyä tietä pitkin, päästäkseen perille turvallisesti. Meillä on kuitenkin aina mahdollisuus *kääntyä takaisin*, jolloin menotie on myös paluutie tai *valita toinen tie*. Joskus tie voi tuntua pitkältä, jopa loputtomalta, mutta tiet päättyvät aina johonkin. Tiet yhdistävät paikkoja, joissa ihmiset pysähtyvät. Tietä ei voisi syntyä, jos ihmiset kulkisivat

ristiin rastiin päämäärättömästi. Ihmiset ovat pysähtyneet ja jääneet asumaan paikkaan, jonka ovat tunteneet *kodikseen* ja kotiseudukseen.

Jos tie ei päättyisi mihinkään, olisi se tietenkin loputon. Kun tie on kahden pisteen välillä, on sillä näin rajat. Kun emme pidä umpikujaa tienä, liittyy tiehen itseensä ajatus loputtomuudesta. Tie ei pääty seinään, vaan avoimuuteen. Tiellä on siis ristiriitainen luonne: se kantaa mukanaan ilmauksen maailman loputtomuudesta, mutta ollakseen tie, sen on päätyttävä jonnekin. Tien päättyminen on kuitenkin päättymistä avoimuuteen. Sekä itse tien ajatus että tien päättyminen sisältävät ajatuksen mahdollisuudesta ulos, pois jonnekin. Kun tulemme yhtä tietä pitkin kaupunkiin, hajoaa se moneksi näyttäen jälleen mahdollisuuden kulkea moneen suuntaan. Koska on mahdotonta kulkea useita teitä yhtä aikaa, on valittava yksi tie. Jos päämäärättä valitsee yhden tie ja kääntyy kohta takaisin valiten taas toisen tien ja kääntyy siltäkin takaisin jatkaen tätä yhä uudelleen ja uudelleen, ei koskaan pääse perille minnekään.

Nykyaikainen taekwondo ja sitä edeltäneet sekä siihen vaikuttaneet kamppailulajit ovat syntyneet pitkän ajan kuluessa. Nykyihmisen ei tarvitse keksiä sitä uudestaan metodologisesti, vaan voimme seurata toisten viitoittamaa tietä ja keskittyä kokemuksiimme. Ja näin annamme myös mahdollisuuden tuleville kulkijoille mahdollisuuden seurata samaa tietä, jonka pidämme avoimena. Nykyaikaisessa taekwondossa on useita osa-alueita (vaikkakin on kyse kokonaisuudesta), joihin harrastaja voi niin halutessaan erikoistua; voi kilpailla, ohjata harjoituksia, osallistua seuratoimintaan tai lisätä itsepuolustusellista valmiuttaan. Yhtä hyvin voi olla mukana kohottaakseen kuntoa, kasvattaakseen itseään ja kohdatakseen toisia, eri ikäisiä ihmisiä.

Pitempään lajia harrastaneelle on tuttu tunne se, kun ei osaa olla menemättä harjoituksiin viikosta toiseen, vuodesta toiseen. Ihminen vanhenee ja tämän myötä elämään tulee muita tavoitteita (opiskelu, perhe, työura), jotka vievät oman aikansa. Tuntemme välillä huonoa omatuntoa joko siitä, että emme mielestämme ehdi harjoittelemaan tarpeeksi, tai, että harjoittelu vie kaiken ajan muilta elämäalueilta. Ehkä näin ei pitäisi olla, vaan pitäisi pyrkiä keskittymään kokonaisvaltaisesti aina siihen, mitä kulloinkin tekee. Tällöin mieli olisi aina siellä, missä kehokin ja ihminen olisi kokonaan läsnä siinä elämäntilanteessa, jossa kulloinkin on. Kun

harjoittelemme, on luonnollista, että välillä väsymme kulkemaamme tiehen pohtien muiden teiden mahdollisuuksia. Tavoitteellisina ihmisinä väsymme odottamaan ”tien päättymistä”.

Kun tiellä kuljetaan, *kohdataan* siellä toisia ihmisiä. Ystävän kohdatessamme saattaa hän liittyä seuraamme ja jatkamme matkaamme yhdessä samaan suuntaan. Näin tie on saattanut meidät yhteen ja näyttänyt samalla meille yhteisen päämäärän. Meidän kummankin projektit yhtyvät. On useinkin niin, että kohtaamme tiellä joukon ihmisiä, jotka kulkevat kohti yhteisesti asettamaansa päämäärää. Kun tulemme harjoituspaikallemme, on siellä tuttuja ihmisiä, joilla on sama päämäärä; harjoituksen tie, jossa metodina on taekwondo. Kun menemme leirille tai vieraille harjoitussalille, huomaamme, että tuntemattomilla ja ennen kohtaamattomilla ihmisillä on myös sama päämäärä kuin meillä itsellämme. Tuntemattomat ovat olleetkin eräällä tapaa tuttuja, ainakin jokin heidän olemuksessaan. Ihmiset ovat tulleet sinne omasta halustaan, liikkumaan, kokemaan yhteisöllisyyttä samalla metodilla ja tiellä.

¹ Kappaleen perusajatus on peräisin teoksesta Tapio Koski (2000, s. 36-37): ”*Liikunta elämäntapana ja henkisen kasvun välineenä*”.

² Tämä tien metaforinen kuvaus perustuu osaltaan teokseen Timo Klemola (2002, s. 163-167): ”*Budokirja. Kirjoituksia urheilusta, zenistä ja kamppailutaidoista*.”