

SHORT REPORT

Sport During and After the Coronavirus

 Marko Perovic¹
¹Radio Television of Montenegro, Radio of Montenegro, Podgorica, Montenegro, ²Kickboxing Federation of Montenegro, Podgorica, Montenegro

Abstract

The purpose of this essay is to point out positive and negative sides of sports and society in the period of corona virus as well as in general. I wanted to introduce this specific situation that happened in the world through my personal example as well as through the example of other athletes. I have accentuated the importance of physical and mental health. Also, I have described the most interesting examples of human efforts. I have also analyzed the influence of economic crisis on sports in Montenegro as well as in the whole world. My goal was to motivate other readers to understand the importance of healthy lifestyles and send a strong and optimistic message. Through methods of analysis, synthesis, concretization and generalization I have come to various conclusions which I have presented in my essay. I hope that this text will encourage other people to write and explore, so we can give our contribution to the development of sports together.

Keywords: *Physical Activity, Sport, Isolation*

Sport i fizička aktivnost u izolaciji izazvanoj korona virusom

Skoro mjesec, a subjektivno vječnost, od kada su nadležni zabranili sportske aktinosti na svim javnim površinama u Crnoj Gori. Nešto duže sport je paralizovan u većem dijelu planete. Prije 120 godina crnogorski vojvoda i književnik Marko Miljanov kazao je "Čojstvo je braniti druge od sebe, a junaštvo sebe od drugoga" (Miljanov, 1967). Vođeci se porukom pretka, a preporukom sadašnjih nadležnih, odlučili smo zaštititi sebe i druge, ostali doma, ali i te kako aktivni.

Pišem u ime svih sportista

Prve pokrete, korake, skokove i padove napravili smo kod kuće. Kasnije ih usavršavali po brojnim livadama, poligonima, terenima, dvoranama, bazenima i teretanama. Izenanada vratismo se mjestu gdje je sve i počelo. Nerado, ali tu smo. Svijet sporta za trenutak je stao, ali nije se završio. Uvidjevši da će nastavak sporta, ali i života zavisiti od naše discipline ali i brze prilagodljivosti novonastaloj situaciji, kao iz najružnijeg sna trgovsmo se iz udobnih kreveta. Glas u našoj glavni viknu: "Hej! Nema goreg treninga od preskočenog, a protraćenom vremenu nema povratka." Floskula ali vrijedna.

Odjednom tijesan stan postade nepregledno prostranstvo

budućeg uspjeha, a nekome dvorište najljepši olimpijski stadion. Motiv je ponovo prisutan. Cilj mnogima različit. Šampioni žele da sačuvaju titulu, drugi da je osvoje, treći samo da učestvuju, a neki pak da zadrže ili steknu nove rekreativne navike.

U početku nezahvalni prema kolijevci našeg sportskog početka - domu, sad opet poželjesmo da joj zahvalimo i odužimo se tako što ćemo provoditi više vremena zajedno. Sobe jedva dočekaše da pored odmarališta postanu i vježbaonice. Stvari više nisu ukrasi, beskorisni predmeti, sad su rekviziti. Zajednički krenusmo ka individualnom napretku, a sutra još jednom klupskom, reprezentativnom i sopstvenom uspjehu, zadovoljstvu. Neumorno osmišljavanje vježbi, treninga, željno čekanje odmora, pa umora... Magični krug. Borba sa novim izazovima i psihološkim barijerama postade svakodnevnica. Odustajanje nikada nije rješenje, pogotvu ne sada. Moramo priznati da se ta misao ipak često vrzma po glavi. Upitani čemu sve ovo vodi, da li sav trud ima smisla kad sve može pasti u vodu i za tren poput kamena potuniti na dno. Zavidimo li to onima što uživaju u hrani, piću i odmaranju? Ne, biće vremena i za hedonizam. Poznati bejbol igrač, kasnije trener i menadžer Tomi Lasorda rekao je "Razlika između mogućeg i nemogućeg leži u ljudskoj odlučnosti" (Canfield, 2001).

Jasno nam je da je fizička priprema lakši dio posla. Iz ove situacije moramo izaći mentalno jači. Koliko je važno da se naši

Correspondence:

**Montenegro
Sport**

 M. Perović
Radio Television of Montenegro, Radio of Montenegro, Bulevar revolucije 19, 81000 Podgorica, Montenegro
E-mail: markoperovic077@gmail.com

tjelesni mišići ne ulijene, jednako je bitno da ni mozak ne atrofira. Neophodno je da se neprestano razvija. Čitanje kao duševni trening, injekcija neophodne doze novih znanja. Sport je dostigao najviši nivo zbog neumornih istraživanja, ispitivanja, neprekidnoj težnji ka savršenstvu. Zato je ovaj neplanirani odmor dobrodošao kao mogućnost da se lakše uvidi gdje se griješilo, šta treba popraviti, drukčije isplanirati, unaprijediti. Razmjena mišljenja, ideja i predloga nikad nije bila šira, otvorenija, uvaživši svakoga. Riječ se ponovo bolje vidi, glasnije čuje.

Čučanj, skok, sklek, zgib, list po list, trening za treningom, knjiga za knjigom, dan za danom. Klackalica nešto drukčija od one u parku koju smo kao djeca obožavali. Svidja nam se i ova nova, za razliku od one dostupnija starijima. Suština je ista, naći balans. Sport i fizička aktivnost u izolaciji izazvanoj korona virusom imaju svoju draž. Ipak, nije nešto što želimo da potraje. Test izdržljivosti koji ćemo, vjerujemo, uspješno proći i koji će uskoro postati prošlost. Bol se već osjeća, tijelo blago iscrpljeno, oči umorne, ali ne žalimo, kako poslije korone ne bi morali i željeli mnogo više. Citirajući čuvenog biciklistu Lensa Armstronga "Bol je privremen. Odustajanje traje večno" (Armstrong, 2005). Znamo da ćemo biti ponosi na učinjeno u ovoj situaciji. Izvlačimo maksimum.

Moderne tehnologije, društvene mreže i mnogobrojni sportski radnici dobre volje pružiše nam brz, lak i besplatan vid edukacije. Razni video zapisi sa detaljnim opisima treninga poguraše nas kad je zafalilo ideje, mašte, volje. Dobismo i značajne savjete i toplu podršku od proslavljenih velikana, nekadašnjih šampiona, vječnih uzora. Posebnu pažnju skrenuli su snimci na kojim je Francuz Eliša Nohomovic, na terasi, istrčao maraton, a Njemac Jan Frodeno u stanu uradio "Iroman triathlon". Za neupućene, u specijalnom bazenu isplivao 3,8 kilometara, vozio kućni bicikl 180 km, a na kraju na traci za trčanje prešao 42,195 km. Dokaz da granice ne postoje, ili su, kako mnogi tvrde samo iluzija.

Ova utakmica je najmasovnija, ekipa nikad brojnija, protivnik nikad jači, a cilj jedinstven - pobijediti COVID 19. U mislima su željno očekivani trijumf protiv virusa, zatim diplome, medalje, pehari, lični rekordi. Vrijeme je za novi trening.

22. aprila već ima pomaka. Ponovo možemo trenirati na javnim površinama. Mjere popuštaju i u Evropi. Nazire se potpuni povratak sportu. Ritam će biti nalik ubrzanom šahu. Moramo povući pravovremene i ispravne poteze. Matiraćemo koronu.

Pišem u svoje ime

Kao bivši karatista, reprezentativac, a sada sportski novinar i sportski radnik naučio sam nešto o sportu. Mogao bih ovim putem dati par savjeta, opisati nekoliko vježbi, preporučiti određeni trenazni proces. Međutim, prepuštam to učinjim, kompetentnijim ljudima koji su svoju karijeru, pa i život posvetili nauci o sportu.

Tek kada vam nešto oduzmu shvatite koliko vam nedostaje. Korona nam je otela sport, način života. Privremeno ali dovoljno dugo da kriziramo bez nje. Meni je time donijela veći broj slobodnih dana, a tu slobodu rado ću zamijentati za one radne dane prepune utakmica, mečeva, izvještaja i rubrika. Za svu onu magiju koju samo sport može da donese. U novinarstvu nema malih tema i događaja. Takav je i sport. Zato svima i nedostaje i željno ga iščekujemo. Ovog ljeta nećemo saznati ko će biti junaci Olimpijskih igara, Evropskog prvenstva u fudbalu i brojnih međunarodnih takmičenja. Ipak, bićemo bogatiji za vanredne termine duela Lige šampiona, Evrolige i ostalih nadmetanja. I tu nalazimo neku čar. Odstupanje od plana i šablona umije da bude interesantno i osvježavajuće. Za nas najznačajnija su domaća prvenstva. Donijeće nam najviše istinske radosti. Od njih u velikoj mjeri i zavisimo. Guramo naš sport da se popne na viši stepenik. Sa njim i mi.

Posljedice koje će korona ostaviti na sport su posebna tema,

na koju bi mogao da se napiše novi esej. Najboljni biće ekonomski ožiljci, koji će ostati kao znak sjećanja na sve ovo. Različita istraživanja pokazuju da će se gubici mjeriti desetinama, moguće i stotinama milijardi eura. Tu spadaju gubici prouzrokovani odgađanjima raznih manifestacija, TV prava, novac od sponzora, marketinga i drugo. Je li sport postao samo sredstvo do materijalnog cilja? Moderni sport godinama unazad pokazuje negativnu stranu. Jaz između velikih i malih sve je veći, iako su ti mali nekima ne najveći, već sve! Trka za novcem jedina u kojoj nema ni kraja ni pobjednika. Enormne plate postale su prioritet. Snovi i tradicija sve manje značajni, teško i da su sekundarni na toj listi. Tako ne čudi revoltiranost, predskazanje ili rano uviđanje engleskog pisca i novinara Erika Artura Blera, poznatog pod pseudonimom Džordž Orvel, koji je svojevremeno rekao: "Ozbiljan sport nema ništa sa fer igrom. U njemu ima toliko mržnje, zavisti, nepoštovanja bilo kakvih pravila pomiješano sa sadističim zadovoljstvom u gledanju nasilja. Drugim riječima, ozbiljan sport je rat u kome jedino nema pucanja" (Orwel, 1993). Suviše grubo rečeno. Nažalost, blizu istine, jer sport je često i te kako okrutan.

Sportisti su tokom karijere navikli na brojna odricanja, ali ne i na novčana. Sad će se suočiti i sa tim. Upravo u tome leži spas svjetskog sporta. Da ljubav i strast ponovo dobiju glavne uloge u tom filmu. Da događajima ne prisustvuju samo oni koji to s lakomom mogu da priušte, već da tribine pronađu mjesto za svakog. Žrtvu moraju podnijeti svi, pokazati solidarnost, što su mnogi i uradili. Brojni su domaći sportisti koji su među prvima pomogli državi i narod u kriznoj situaciji. Davno su dokazali, a još jednom potvrdili da su s razlogom uzori omladini. Slično je bilo u regionu i svijetu. Glavna uloga sporta je da ujedinjuje i povezuje, što je opet učinio. Često jači i od politike, jer kao gumicom obriše sve granice i različitosti. Cijeli svijet se međusobno pomaže u ovim trenucima. Vjerujem da će to iskorijeniti mržnju i netrepljivost, posebno u sportu, gdje im svakako nikad nije ni bilo mjesto. Samo zdrav rivalitet je uvijek poželjan. Stoga, mislim da će se politički uticaj u sportu smanjiti. Tako bi trebalo da bude. Kao što je sada naše zdravlje s apsolutnim povjerenjem prepušteno medicinskim radnicima, ubuduće sport prepustiti struci. Rezultat neće izostatiti. Izvorno, riječ sport potiče od latinskog deportare, odatle starofrancuski desporter, dalje staroengleski disport, otud današnji sport i znači razonođenje, uživanje. Može biti i postao je više od toga, ali nikada ne smije izbugiti korijen, suštinu.

Istina, u Crnoj Gori takvih problema manje ima. Korona je nanijela neke druge poteškoće našem sportu, koje ćemo mi mali, imuniji na takve stvari, lakše prevazići od velikih. Tako se nameće prilika, na nama je da je zgrabimo i iskoristimo, da svojih pet minuta dobije sportski turizam koji bi, kako i sami naziv kaže, donio velike benefite i sportu i turizmu. Pokazali smo godinama unazad da se turistički ravnopravno možemo takmičiti sa većima. U sportu isto dokazali mnogo puta. Ujedinjenjem ta dva važna segmenta društva, dobili bi nešto novo. Umijemo. Igre malih zemalja Evrope potvrda su kapaciteta koje imamo. Sjeme sportskog turizma je posijano. Plodovi mogu biti brojni i slatki. Sport je mnogo dao ovoj državi, a ona mu uzvraća identično. Ili obrnuto. Zar je važno?

Ne treba biti ekonomista, ili bogzna kakav stručnjak da zaključiš da će se finansijske posljedice osjetiti i u crnogorskom sportu. Dilemu nemam, preživjećemo. Nekad je i prednost kad si mali. Ali, ima još nešto. Ovdje nikada nismo prestali da živimo i dišemo sport punim plućima. Nadam se da našem sportu neće trebati respirator da preživi koronu. Svjetski će se snaći.

Iako mlad, ali nostalgičan prema često pominjanim "starim dobrim vremenima", osjećam da ćemo se vratiti prirodi i zdravim stilovima života. Ponovo će tapkati lopte po poligonima širom gradova, kotrljati se po livadama, kamen biti stativa. Video igrice, ili kako popularno nazivaju gejming, biti samo povremena razo-

noda, a ne stil života. Nije kasno da zбриšemo anksioznost koja je uzela maha. Još uvijek imamo izbora. Mnogo je pitanja o bližoj i daljoj budućnosti sporta. Željno iščekujemo odgovore. Navijamo da sport i svijet budu pozitivniji, na COVID 19 zauvijek negativni.

“Smisao života je život sa smislom” rekao je šahista Robert Birn (Robert Byrne Quotes, n.n.). Dodaću i sporta.

Ovo radovi uskoro će postati bajati. Opomena zvana koronavirus biće prošlot, ali nikad zaboravljena, već simbol novog, boljeg početka. Ukoliko ne izvučemo pouke, a sport, društvo i mi pojednici nastavimo stopama kojima smo išli donedavno, bojim se, poželjećemo ovu izolaciju.

Acknowledgements

There are no acknowledgements.

Conflict of Interest

The authors declare that there are no conflicts of interest.

Received: 30 April 2020 | **Accepted:** 5 May 2020 | **Published:** 17 July 2020

References:

- Miljanov, M. (1967). *Primjeri čojstva i junaštva*. Titograd: Grafički zavod.
- Canfield, J. (2001). *Chicken Soup for the Baseball Fan's Soul: Inspirational Stories of Baseball, Big-League Dreams, and the Game of Life*. Deerfield Beach, FL: Health Communications.
- Armstrong, L. (2005). *It's not about the bike: My journey back to life*. Berkeley, CA: Berkeley Publishing Group.
- Orwell, G. (1993). *A Collection of Essays*. San Diego: Harcourt
- Byrne, R. (n.d.). *Robert Byrne Quotes*. Retrieved from BrainyQuote.com Web site: https://www.brainyquote.com/quotes/robert_byrne_101054