

Falramászó testek

Testközpontú antropológia a budapesti beltéri boulderező közösségben

SAKÁCS BORBÁLA

kulturális antropológus, ELTE TÁTK; egyetemi hallgató, PTE BTK (Pécs)

Rezümé | Tanulmányom témája a budapesti beltéri boulderező közösség testközpontú megközelítése. Kutatásom során elsősorban az alábbi kérdésre kerestem a választ: mikben nyilvánul meg a mászók kultúráját mélyen átjáró testen keresztüli való érzékelés, testen keresztül való tanulás, testen keresztül való gondolkodás? A kutatást körülbelül két éves terepmunkám alatt végzett résztvevő megfigyelésre, interjúkra, illetve a szikla- és sportmászás, az embodiment és a test-fenomenológia szakirodalmára alapozom. A tanulmány az alábbi kérdéseket vizsgálja: a tér és a test viszonyát, az áramlás-élmény testi megélését, a falmászóutak szerepét, az útépitők szerepét, a mászók egyéni megoldásait, a határátlépéseket és az ebből fakadó nevetést, a tanulási folyamatokat, illetve a társadalmi nemek közötti különbségeket.

Kulcsszavak | boulderezés, testközpontú antropológia, test, szömaesztétika

Egy kicsit nehéz megtalálni a bejáratot, egy kicsit el van rejtve az utcáról, inkább tűnik használaton kívüli épületnek, mint mászóteremnek. De belépve egyértelmű, hogy jó helyen járok: a levegőben magnéziapor¹ száll, előttem 4-5 méter magas falak tele különböző méretű és formájú színes műanyag fogásokkal, a falak alatt vastag matracokon üldögélnek és álldogálnak a mászók. Izmos karok, magnéziától fehér ujjak, egy-két szakadt póló itt-ott, egy-két bekötött testrés. Javarészt fiatal felnőttek, férfiak és nők vegyesen. Beszélgetnek, mutogatnak, de közben mind a fal felé fordulnak: figyelik azt, aki épp a falon egyensúlyozik. A sarokban egy-két kutya hever békésen. Ha jó idő van, kinyitják a garázsajtót, és beáramlik a friss levegő és a napsütés.

Ilyen egy budapesti beltéri boulderező terem – legalábbis, ahogyan én látom. Persze nem mindegyik terem nehéz megtalálni, nem mindenhol van természetes fény, és nem mindenhol engednek be kutyákat. De mindenütt vannak falak, rajtuk színekkel jelzett, színes fogásokból és lépésekből kirakott utak, és persze mindenütt vannak mászók. Ez a mászóterem mint fizikai és társadalmi tér jelen tanulmányom terepe.²

A tanulmány fő fókuszál tehát a budapesti boulder³ falmászóközösségeket, a továbbra is tág témán belül pedig egy testközpontú megközelítést választottam. Mivel egy sport köré szerveződő közösségről van szó, a választás kézenfekvő volt – ehhez hozzájárult az is, hogy előzetes tereptapasztalatom során magam is átéltem, a falmászás élményének mennyire meghatározó része a test mozgásának megélése. Mint a legtöbb sportban, a sportolónak a falmászásban is minden pillanatban tudatában kell lennie teste minden porcikájának. A falon töltött időben a test és a fal fizikai kölcsönhatásai lesznek a mászó összpontosított figyelmének központjában – akkor is, ha közben a többi mászóval is elő-

fordulhat kommunikáció. Emellett a környezet testi megélése a földön töltött időben is izgalmas kérdéseket vet fel, például a térhasználatot illetően. Kutatásom célja a mászás élményének és kultúrájának a testi megélésen keresztül vizsgálata volt: azt kerestem, mik azok a közösség életét jellemző vagy akár meghatározó szokások, élmények, amelyek hangsúlyosan a testen keresztül, a testtől elidegeníthetetlen módon határozódnak meg. Mi mindenben nyilvánul meg a közösség kultúráját mélyen átjáró testen keresztüli érzékelés, testen keresztül tanulás, testen keresztül gondolkodás?

Tanulmányomat a kutatás bemutatásával kezdem: ennek része a terep meghatározása, reflexió kutatói pozíciómra, a kutatási módszerek bemutatása, a szakirodalom áttekintése. Törzsanyagát a tematika szerint csoportosított esetelemzések alkotják: ezek sorrendben a tér és a test viszonya; az áramlásélmény testesült megélése; az utak szerepe; az útépitők szerepe; a mászók egyéni megoldásai; a határátlépések és a nevetés; a tanulási folyamatok, illetve a társadalmi nemek közötti különbségek. A tanulmány lezárásaképp röviden a kutatás további lehetőségeire, felhasználhatóságára is reflektálok.

1.1. A kutatás

A tanulmány alapjául szolgáló kutatást 2023 ősze és 2025 tavasza között végeztem a budapesti beltéri boulderezők között. A terepmunka fókuszában két mászóterem közönsége, az ő mindennapi mászótermi életük állt: az egyik egy 2018-ban nyílt, központi helyen lévő, népszerű és nagy alapterületű, körülbelül 250 fő befogadására képes mászóterem, a másik egy 2021 óta működő, külsőbb kerületi, kisebb léptékű, körülbelül 50 fős terem. A termek a tanulmányban található leírások, információk alapján beazonosíthatók, a főszövegben azonban nem nevezem meg őket. Az anonimitás megőrzését ebben az esetben nem tartom ugyan kifejezetten szükségesnek, hiszen publikus terekről van szó, nyilvános honlapokkal, közösségi média-plattformokkal, az összegyűjtött információk a nagyközönség számára is elérhetők, a megnevezéssel nem kívánt fókusz helyeznek a konkrét termekre. Mivel a kutatásom eredményeit az összes budapesti beltéri boulderterem közönségére érvényesnek tartom, ezt a fókuszát feleslegesnek és félrevezetőnek gondolom.

Terepmunkám idején mindkét teremben megfigyelhettem egy-egy állandóbb társaságot, visszajáró közönséget, ugyanakkor mindkét teremben új, korábban nem látott látogatók is sűrűn megfordultak. A két terem közönsége között gyakran tapasztaltam átfedést is.

A kutatási periódusban jártam más mászótermekben is, az onnan származó tapasztalataim szintén beépültek a kutatás következtetéseibe, a közösség leírásába. Amennyiben valamelyik helyre specifikus az említett információ, jelzem majd – de a legtöbb esetben lehet általánosságban beszélni a budapesti beltéri boulder falmászók közösségéről, a terem közönsége közötti különbségek a vizsgált szempontokból nem számottevők. A kutatás utolsó hónapjaiban egy ösztöndíjnak köszönhetően Kolozsvár mászótermeit is közelebről megvizsgálhattam. A kolozsvári termekben tapasztaltam összevágta a budapesti tapasztalatokkal, de az itt végzett kutatás rövidege miatt ezekre legfeljebb említés szintjén hivatkozom.

A budapesti terem látogatóit közösségnek tekintem, habár nem állandó, könnyen körülhatárolható közösségről van szó. Legjobban Jean Lave és Etienne Wenger gyakorlati közösség-fogalma (community of practice, Wenger-Trayner 2015: 2) írja le az általam tapasztalt közösségmodell: a közösség tagjait egy megosztott érdeklődési kör kapcsolja össze (mászás), a tagok együttműködnek, egymástól tanulnak, miközben közösen dolgoznak azon, hogy jobb mászók legyenek. A tagok más közösségeknek is tagjai, és nem ismer mindenki mindenkit, mégis megfigyelhető egyfajta kontinuitás: az újonnan érkező,

kezdő mászókat mindig van, aki bevezesse a terembe, van, aki tanácsokat adjon nekik, akár egy korábbról ismert mászó, vagy egy, a teremben megismert idegen személyében.

A kutatásban részt vevő mászók – akikre tanulmányomban egy-egy kezdőbetűvel hivatkozom, hogy megőrizsem anonimitásukat – változó válaszokat adtak arra a kérdésre, mászónak tartják-e magukat, része-e az identitásuknak a mászás. Szinte mindannyiójuknak komplex válasza volt: függ az edzések intenzitásától, attól, hogy épp a teremben vannak-e, függ a kérdezőtől, a kontextustól.

A saját fogalmam szerint mindegyiküket mászóként azonosítom: ugyan tudatában vagyok annak, hogy különböző intenzitással, különböző ideje másznak, és különböző szintű fontosságot tulajdonítanak a mászásnak az életükben, tudom, hogy mindannyian voltak már legalább párszor mászóteremben, és terveznek is visszamenni, az életüknek jelenleg is kisebb-nagyobb része a mászás. Mindannyiójukat vagy a mászáson keresztül, vagy a mászáson keresztül is ismerem, és mindannyian elsősre válaszoltak a megkeresésemre, amikor a mászásról szerettem volna kérdezni őket, ami feltételezi, hogy megbíznak a témával kapcsolatos ismereteikben. A tanulmányban tehát – amikor éppen nem kutató-partnerekként vagy interjúpartnerekként – mindannyiójukra mászóként hivatkozom.

A kutatásban hivatásos sportoló nem vett részt, a megkérdezettek számára a mászás szabadidős tevékenység. Az egyik interjúpartnerem, B. kivételével a terem mindannyiuk számára a kikapcsolódás, a testedzés, a közös időtöltés helyszíne – B-t a munkája is köti a mászóteremhez. A mászás élményének leírásakor az izmok átmozgatásán és erősítésén, a testi és mentális képességek fejlesztésén túl a társaság kapott még hangsúlyos szerepet: a kutatásban résztvevők vegyesen járnak barátokkal és egyedül is mászni, és váltakozó, mikor lépnek kapcsolatba a többi mászóval, és mikor próbálnak meg inkább egyedül maradni. E. például régebben egy állandó partnerrel járt, ám most egyedül tervez visszatérni; D. barátokkal kezdte, mostanában egyedül megy le a terembe, de ott gyakran összetalálkozik ismerősökkel, vagy köt új ismeretségeket; Gy. egy nagyobb, laza szövetű társaság része, akik közül változó, mikor ki tud lemenni a terembe. A mászókat az interjú-partnereim mind alapvetően nyitott, befogadó emberekként írták le – bár természetesen az ő perspektívájuk belső perspektíva.⁴

Kutatásom középpontjában tehát a falmászáson belül is kifejezetten a beltéri boulderezés állt. A boulderezés a beltéri falmászás egyik formája: különlegessége, hogy míg az erősségi mászásnál vagy a gyorsmászásnál, a beltéri falmászás két másik nagy kategóriájánál⁵ valamilyen módon biztosítva mászik a mászó, addig a boulderezésnél a biztosítást a földön, a fal alatt található szivacsok adják. A boulderfalakat nem is építik olyan magasra, mint a másik két esetben: míg a másik kettőnél 15 méter körül van a falak magassága, a boulderek magassága nem haladja meg a 4-5 métert. A nehézségi mászás és a boulder esetében hasonló az utak felépítése, az utakban felhasznált elemek, lépések és fogások típusai. Budapesten a falmászótermekben gyorsmászásra ritkán adódik lehetőség. A tanulmány írásakor Budapesten aktív 13 terem közül csupán négyben van nehézségi mászásra lehetőség, és a gyorsasági mászást is csak egyben lehet kipróbálni közülük. A többi kilenc terem kifejezetten a boulderezésre specializálódott – a boulderezés feltételeinek a megteremtése a legegyszerűbb, így Budapesten ez is terjedt el a leginkább.⁶ Bár a közönségben is van átfedés, kutatásom kifejezetten a boulderező helyekre fókuszált – habár a falmászás különböző ágai számos vonásban nagyon hasonlóak, sok fontos kérdésben különböznek is, ezért célszerű volt csak az egyik irányzatra koncentrálnom. Fontos különbségek adódhatnak a mozgáskultúrában (hiszen míg a nehézségi mászáshoz komoly állóképességre van szükség, addig a boulderezés gyakran inkább épít a robbanékony, dinamikus mozdulatokra), vagy akár a mászók közötti viszonyokban is (bár a nehézségi mászásban is vannak automatikus biztosítórendszerek, ott legtöbbször a mászók egymást biztosítják, ami meghatározza a társas kapcsolatok milyenségét).

1.2. Módszertan

Mivel a kutatásom jelentős részben a résztvevő megfigyeléssel szerzett tapasztalataimon alapszik, fontosnak tartom, hogy körvonalazzam a saját helyzetemet a terepen. 2022-ben kezdtem mászni: az egyre növekvő trend engem is elérte, és egy barátnóm elhívott magával boulderezni. Az azóta eltelt három évben pár hosszabb kihagyással, de alapvetően rendszeresen jártam – 2023 októberétől már antropológus szemmel is figyelve a környezetemet. Kutatói pozícióm így kettős: egyszerre van egy émiikus, belső perspektívám a közegekről és a sport megéléséről, és egy étikus, külső nézőpontom a társadalomtudományi képzésemnek köszönhetően.

A boulderezés törzsközönsége alapvetően a kamaszoktól a középkorúakig terjed,⁷ a leg többben azonban a huszoneves korosztályból kerülnek ki. Férfiak és nők vegyesen, többé-kevésbé kiegyenlített arányban vannak jelen a termekben. Részben mivel a sport nem számít kifejezetten olcsónak, részben pedig történeti okok miatt, a közönség alapvetően a közép- és felsőosztályból kerül ki – jellemzőek az egyetemisták, fiatal dolgozó értelmiségiek. Én mint huszoneves egyetemista nő beilleszkedem a felvázolt átlagba.

Ugy gondolom, hogy a boulderezés alapos megértéséhez elengedhetetlen volt az a tapasztalat, amit én magam is szereztem a falon: a falmászás élménye elsősorban a test élményén keresztül ragadható meg, a mozgás személyes megtapasztalása elengedhetetlen volt a csoport egyéb viselkedésének, jellemzőinek értelmezésében.

A kutatás során használt módszertanom két alapvető részre bontható: a terepmunkám során használt kutatási módszerekre és az összegyűjtött anyagok rendszerezésében és értelmezésében segítő szakirodalomra és feldolgozására.

A terepmunkámban alapvetően kvalitatív kutatási módszereket alkalmaztam: mélyinterjúkat és résztvevő megfigyelést. Ezt indokolta a témaválasztás, az élményfókuszú kutatási kérdés; a kutatás szempontjából értékes információk éppen azok voltak, amelyek a belső perspektívákat, belső narratívákat közvetítették felém, ezekhez pedig a legcélravezetőbb út egyértelműen a mélyebb interjú volt.

Az interjúk alapvetően félig strukturált formát követtek: nagy vonalakban előre meg volt határozva a téma, interjúpartnerem előzetesen is tudatában voltak a kutatásom tárgyának, és volt pár alapkérdésem, amelyet minden partneremnek feltettem, de teret adtam a szabad asszociációknak, minden esetben hagytam, hogy kutatópartnerem maguk rajzolják fel a narratívájukat a témával kapcsolatban. Az interjúkat magukat nem hasonlítom össze, az egyes kérdésekben kifejtett attitűdöket, véleményeket, megelégedéseket azonban egymás mellett, egymást kiegészítve hozom példaként. A kutatási eredményeket tematikusan csoportosítottam, az interjúkból származó idézetek sorrendjét is ez a tematika szabja meg.

Tudatában vagyok annak, hogy a használt kvalitatív módszerekkel csak nagyon korlátozott számú ember nézőpontjába nyertem betekintést. Az adatfelvétel időigényes volta nem tette lehetővé nagyságrendekkel több mászó bevonását. Azzal is tisztában vagyok, hogy akármennyire igyekeztem is szem előtt tartani, hogy a mintám reprezentatív legyen a vizsgált közösségre, és hogy ugyanakkor minél több háttérű mászóval beszéljek, minél több perspektívát bevonjak, az interjúpartnerem kiválasztása valamilyen mértékben elkerülhetetlenül szubjektív maradt. Befolyásolta az én döntésem (érdeklődésem, benyomásom), és befolyásolta a potenciális kutatópartnerem döntése is (ki az, akinek a kutatási témám, módszerem, vagy akár én mint kutató elég rokonszenves vagy meggyőző voltam ahhoz, hogy idejét és energiáját áldozza a kérésemre).

Ahhoz, hogy minél inkább megismerjem a potenciális interjúpartnereket, illetve hogy minél jobb kérdéseket tegyek fel, elengedhetetlen volt, hogy minél közelebbről megismerjem a terepemet. Ezt a terepmunkám másik lábául szolgáló, korábban már említett résztvevő megfigyelés tette lehetővé.

Mászóként már a kutatásom kezdete előtt is jártam a bouldertermekbe, így amikor elkezdtem terepként is gondolni rá, már jó pozícióból indultam: ismertem a specifikus szakvak, a terep nyelvének jó részét, volt benyomásom arról, mi számít megszokottnak, mi számít normának egy mászóteremben, és ami a kutatásom során az egyik legfontosabb, volt saját tapasztalatom arról, hogy milyen érzés a falon lenni.

Ahogy a kutatópartnereim közül mindenki, én is elszenvedtem apróbb sérüléseket mászás közben (lehorzolt végtagok, felszakadt bőr, vízhólyagok, egy-egy kék-zöld folt), és ahogyan közülük sokaknak, nekem is volt egy fokkal komolyabb sérülésem is, ami ideiglenesen megváltoztatta a viszonyomat a mászáshoz. Egy rossz esés következtében részleges szalagszakadásom volt a bokámban, az esés után pár hónapig nem tudtam mászni, de ahogy javult a bokám állapota, még a teljes felépülés előtt újrakezdtam a sportot. Noha minden sérülés és minden sérülés megélése más és más, a saját esetem segít jobban átérzeni az émius perspektívát, illetve a kutatási partnereim szemében is hitelesebb mászó lehettem, talán könnyebben meg tudták osztani velem a tapasztalataikat, jobban érvényre jutott az, hogy közösséget vállalok velük.

Mindemellett a terepmunkán gyűjtött anyag értelmezésekor szem előtt tartottam, hogy minden információ, amit lejegyztem, átment legalább az én személyes szűrőmon (a megfigyelés alkalmával), de többnyire inkább két szűrőn: a sajátomon és a kutatópartneremén, akitől az információt kaptam. Bár igyekeztem minimalizálni a saját behatásomat, mindenképpen befolyásolta az én személyem is azt, miket mondtak el nekem a mászók és hogyan; milyen képnek próbáltak megfelelni, vagy milyen képet próbáltak lerombolni bennem.

1.3. Szakirodalmi áttekintés

Tanulmányom másik módszertani alapját a kvalitatív kutatási módszerek mellett a feldolgozott szakirodalom jelentette. Mivel kutatásom fókuszában a test áll – a közeg hatása a testre, a test megéléseinek módja –, a feldolgozott szakirodalom is e köré a téma köré csoportosul. Marcel Mauss *The Techniques of the Body* című alapművéből átvettem habitusfogalmát, ezt a továbbiakban a maussi értelemben használom.

Megközelítem szorosan kötődik a fenomenológiához: ebből a szempontból a számomra legfontosabb szerzőnek a kutatás során Maurice Merleau-Ponty bizonyult, akinek *Az észlelés fenomenológiája* című munkáját vettem alapul. Az ő fenomenológiai megközelítése világított rá arra, ami a mászás élményének értelmezésében is elengedhetetlen: hogy az észlelésünk a világban-létből történik, inherensen beágyazódott a kulturális közegbe. Az érzékelt test és az érzékelő tudat éles distinkciója valójában téves: a testet nem tudjuk objektíven objektíven észlelni és értelmezni, hiszen az észlelésünk és értelmezésünk rajta keresztül történik (Merleau-Ponty 1962).

Merleau-Ponty gondolatának relevanciáját az antropológia számára Thomas J. Csordas fogalmazta meg. Az azóta klasszikussá vált *Somatic Modes of Attention* című szövegében így fogalmaz: „a testesült [embodied] élmény a kezdőpont a kulturális világban való emberi részvétel elemzéséhez”⁸ (Csordas 1993: 135). Csordas Merleau-Ponty fenomenológiai gondolatát Bourdieu – egyébként Maussra is építő – habitus-fogalmával párosítja: a gyakorlat által meghatározott, testesült habitus adja az alapját az érzékelésnek, ami ezáltal az egyéni észlelési folyamaton túl kiterjeszhető a szociális közeg szintjére is (Csordas 1993). Csordas gondolatmenetének megértéséhez ezenkívül két további munkáját használtam: az *Embodiment as a Paradigm for Anthropology* című esszéjét, amely az elméleti háttér kifejtése mellett a keresztény karizmatikus gyógyítás konkrét példá-

ján keresztül teszi kézzelfoghatóvá a Csordas által használt paradigmát (Csordas 1990); illetve az *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self* című kötet bevezetőjét, amely értékes áttekintést nyújt a test antropológiai megközelítésének tudománytörténeti alakulásáról (Csordas 1994).

Szintén Merleau-Ponty hagyományát folytatja Thomas Fuchs a *Testemlékezet és tudatalan* című tanulmányában, ahol Sigmund Freud tudattalan-fogalmát ötvözi Merleau-Ponty testközpontú fenomenológiájával. A tér és a test kölcsönhatásainak elemzésekor erősen támaszkodom Fuchs gondolataira a térérzékelésről, a tér lenyomatáról a testemlékezetben.⁹

A fenti elméleteket Veres Bálint *Somaesthetics in Rock Climbing* című írása számomra iránymutatón alkalmazza. Veres azt írja, a sziklamászás fókuszáltságában, a mászóra gyakorolt mentális hatásában hasonlítható művészeti ágakhoz is (Veres 2024: 2). Richard Shusterman szómaesztétika-fogalmát használva a mászást mint mozgást esztétikai élményként közelíti meg, amit én is alkalmazok a tanulmányomban (Shusterman 2012). Jóllehet Veres tanulmánya specifikusan a sziklamászásról szól, elemzésében hangsúlyt kap a szikla anyaga, a természet közelsége és az időjárásnak való kitettség is, az én terepmunkám pedig elsősorban beltéri sportmászók között folyt, a két sport történeti összekapcsoltsága, illetve az ebből fakadó hasonlóság lehetővé teszi, hogy meglátásait a beltéri mászásra is alkalmazhassam.

A testközpontú megfigyelésen keresztül, legyen szó a falon vagy a földön töltött időről, rengeteg további kérdéshez is eljutok: ilyen például az egyéni stílus, a testen keresztüli önkifejezés különböző módjai, ezeknek a mozgáskultúrára gyakorolt hatása, a mozdulatok humora és a nevetés előfordulása, a *flow*-élmény megélése mind a kutatási kérdéseim közé tartoznak. A *flow*-élmény értelmezéséhez kikerülhetetlen volt a fogalom megalkotójának, Csíkszentmihályi Mihálynak magyarul is megjelent *Flow: Az áramlat* című kötete, míg a humor előfordulásának elemzésében Henri Bergson *A nevetés* című alapműve, Papp Richárd *Vízzel írt valóság: A kultúra arcai* vonatkozó fejezete és Mary Douglas *Rejtett jelentések: Antropológiai tanulmányok* című kötete voltak meghatározók.¹⁰

Külön említést érdemel Raffaella Ferrero Camoletto és Davide Marcelli tanulmánya, a *Keeping It Natural? Challenging Indoorization in Italian Rock Climbing*, amely hasznos betekintést nyújtott a sziklamászás beltéri mászássá válásának folyamatáról, ennek megítéléséről és az autentikusság kérdéséről, újragondolásáról az olaszországi sziklamászók körében. Az olasz tapasztalatok alátámasztják azt, amit interjúimnak köszönhetően ezekben a kérdésekben az itthoni közegről megtudtam.¹¹

Ahogy az a fenti felsorolásból is kiténik, a testi tapasztalatalapú antropológia magyar nyelvű szakirodalmá még hiányos – bár a nyolcvanas évek óta beszélhetünk az antropológiában bekövetkezett érzékszervi fordulatról (Bakos 2024: 357), a magyar nyelvű irodalomban mégsem lett magasan reprezentált ez a fajta megközelítés.

Hasonlóképp, bár a sziklamászás alaposan kutatott ebből a szempontból, a beltéri mászás, és kifejezetten a beltéri boulderezés vizsgálatában még nem születtek tanulmányok erre koncentráva – a legközelebb Jennifer C. Wigglesworth doktori disszertációja jár a témához, azonban ő feminista megközelítést választ, amelyben használja ugyan a szomatikus érzékelésen keresztül szerzett tapasztalatot, kutatásának egyértelműen nem ez a fő fókusza.

Kutatásom így kettős hiányt igyekszik pótolni: egyrészt a testközpontú érzékelés hagyományát szeretném erősíteni a magyar nyelvű antropológiai szakirodalomban, másrészt pedig az elmúlt években a sziklamászástól folyamatosan függetlenedve is egyre népszerűbbé váló sportra szeretném ráirányítani a figyelmet.

1.4. Kontextus: a természetből a terembe

Mielőtt a kutatási eredményeim, tapasztalataim bemutatásával foglalkoznék, röviden kitérek a beltéri boulderezés kialakulására, eredetére – a sportot ugyanis ma is nagymértékben befolyásolják a sziklamászástól örökölt jellemzők, és a mai beltéri boulderező közösséget is átjárja a sziklamászás hagyományának tudata. Erre példa a számtalan poszter, fotó, falfestés a mászótermekben, amelyek különböző sziklamászókat, egyesületeket, hegyeket ábrázolnak. Visszatérő motívum a szikláról lógó mászó képe, akár falra megfestett sziluett formájában, mint az egyik teremben, akár nagyméretű fotóként egy másik terem bemelegítő terének falán. Az öltözői szekrényeken gyakoriak a matricák, ezek tematikájukban szinte kivétel nélkül mászással kapcsolatosak – sziklamászással éppúgy, mint beltéri mászással.

Szintén példa a hagyomány fontosságára, hogy az egyik terem 2025 telén közös filmnézést és beszélgetést szervezett a *Valley Uprising* című 2014-es film kapcsán. A film a sziklamászók körében ikonikus amerikai egyesült államokbeli Yosemite Nemzeti Park sziklamászóit mutatja be az 1950-es évektől kezdve. Több generáción keresztül kíséri a helyhez kötődő mászókat, akiket hagyományosan a modern sziklamászás megteremtőinek és ekképp legendáinak tartanak. A filmben beltéri falmászásról nem is esik szó, érzékletesen lefesti azonban azt a kultúrát, amelyből a beltéri falmászás is érzékelhetően őriz magában valamennyit. A film hangsúlyozza a beatgenerációs John Kerouac szerepét a sziklamászók elindulásában: az *Úton* inspirálta az első mászókat, hogy a sziklamászás ne csak sport, hanem életmód is legyen. Ez egyfajta lázadás volt a konformizálódó amerikai álom kisvárosi élete ellen (*Valley Uprising* 2014). A következő évtizedekben mindvégig központi vonás maradt a lázadás a társadalom megszokott normái ellen – legyen szó a kapitalista fogyasztói lázról, vagy a mértéktartó és biztonságos alkoholfogyasztásról.¹² A film a mai sziklamászóvilág leghíresebb alakjait is megszólaltatja – többek között Alex Honnoldot, aki az El Capitan csúcs biztosítás nélküli megmászásával, és az erről készült filmmel (*Free Solo* 2018) vált híressé. A megszólalók mind tisztelettel beszélnek a korábbi generációk teljesítményeiről, és ez a viszonyulás a beltéri falmászóknak között is érzékelhető.

Az örökség ápolása érthető, a beltéri falmászás ugyanis a sziklamászásból ered: a világ első beltéri falmászótermét 1987-ben nyitották meg Brüsszelben,¹³ illetve ugyanebben az évben nyílt meg az Egyesült Államokban is az első amerikai terem – akkor még egyérelműen azzal a céllal, hogy a sziklamászóknak építsenek téli gyakorlóterepet (Osius 2024). Azóta világszerte több ezer mászóterem nyílt, a beltéri sportmászás pedig elkezdett függetlenedni a sziklamászástól.¹⁴ Létrejötték a különböző alkategóriái, az általam is vizsgált boulder (köteles biztosítás nélküli mászás alacsony, legfeljebb 4-5 méter magas falakon), a lead, vagy erősségi mászás (a cél minél magasabbra jutni a kb. 15 méter magas falon, a mászó kötéllel van biztosítva), vagy a gyorsmászás (ahol a profik 4-5 másodperc alatt érnek fel a szintén 15 méter magas fal tetejére speciális fogásokat használva).

A beltéri falmászóknak és a sziklamászóknak között nagy százalékban van átfedés: erről magyar felmérések eddig ugyan nem születtek, egy 2021-ben végzett amerikai kutatás (nem bizonyítottan reprezentatív, de több mint 10 000 résztvevőt megmozgató) felmérése szerint az Egyesült Államokban a beltéri mászóknak 69%-a mászik kültéren is, és a kizárólag beltéren mászóknak 61%-a tervezi, hogy a következő egy évben kipróbálja a sziklamászást (Carter–Allured 2022: 551). Ezek az adatok egyértelműen alátámasztják, hogy a beltéri és kültéri mászás nem vált el egymástól teljesen, közönségükben jelentős az átfedés. Saját és interjúpartnereim tapasztalata alapján a tendencia Magyarországon is hasonló lehet.

Erre kézzelfogható példa, hogy a kutatásom során kiemelten vizsgált termék közül, bár

mindkettő kifejezetten beltéri boulderezéssel foglalkozik, mindkettő szervez 2025 tavaszán egy-egy túrát egy-egy kültéri boulderezőhelyre.¹⁵ A túrákat mindkét boulderterem közösségimédia-felületein is hirdetik, a célközönség tehát egyértelműen a beltéren is megforduló falmászók közössége. Az egyik terem hirdetésében a kizárólag teremben használt színkódos nehézségi rendszer segítségével adják meg az elvárt vagy ajánlott tudásszintet.

A szoros kapcsolat a sziklamászással a termék dizájnján és a termék által szervezett túrákon túl megjelenik a beltéri mászóknak ruhaválasztásában is: népszerűek azok a márkák, amelyek kifejezetten túrázással, sziklamászással foglalkoznak, vagy erről híresek (The North Face, Patagonia), illetve gyakran megfigyelhető a teremben a kinti viseletre tervezett ruhák használata is – ilyenek elsősorban a nadrágok. Sokan másznak ugyanis beltéren (is) kültéri túrázásra, sziklamászásra készített, vagy erre a célra hirdetett nadrágokban – ezek könnyen felismerhetők enyhén susogós, az időjárásnak és a sziklának egyaránt ellenálló anyagokról, a könnyed mozgást biztosító szabásukról. Amikor a beltéri falmászóknak ruházódási szokásait kutattam, az általam megkérdezett mászóknak között az elterjedt nézet az volt, hogy aki ilyen típusú – tehát sziklamászásra is alkalmas – ruhában jár beltéren boulderezni, arról azt gondolják, hogy ügyes lesz a falon. Feltételezik ugyanis, hogy ezek szerint ő mászik kültéren is, a kültéri mászásnak pedig van presztízse a beltéri falmászóknak között, legyen szó azokról, akik egyáltalán nem voltak még sziklát mászni, vagy azokról, akik járnak sziklát is mászni.

A presztízst az is adja, hogy bizonyos, a beltéri mászáshoz is szükséges képességek a kültéri mászásban még fontosabbakká válnak: a fizikai erőnlét kiemelt szerepe mellett ilyen a tekintet, az út olvasásának képessége – hiszen a teremmel ellentétben nem egyérelmű, pontosan hova érdemes lépni, vagy mit érdemes megfogni az adott probléma megoldásához. A kültéri mászás ezenkívül mindig veszélyesebb, mint a beltéri. Habár kültéren is prioritás a mászóstilusnak megfelelő biztosítás, a lehetőségek azonban jóval korlátozottabbak, mint beltéri körülmények között – kevesebb matracot lehet kivinni, kevésbé biztosak a sziklába csavarozott vagy ékelt biztosítóeszközök. A kültéri mászás során ráadásul a sérülés kockázata egyébként is magasabb a természeti erőknél való kitettség miatt, és jellemzően a sérülések maguk is komolyabbak, hiszen a sziklás, természet által formált környezet esetkor több veszélyt tartogat, mint az épített beltéri környezet.

Egy interjúpartnerem, B. a kétezres évek elején kezdett el mászni: ekkor Magyarországon még egyérelműen a sziklamászás jelentette a mászást. Elmondása szerint az ezredforduló körül itthon még csak pár mászóterem volt, és azok is kifejezetten azért jöttek létre és arra szolgáltak, hogy a sziklamászók edzésben tartsák magukat – épp, mint az Egyesült Államokban a beltéri falmászás kialakulásának kezdetén. Az a mászókultúra, amelyben B. szocializálódott, tehát egyérelműen a sziklamászást tartotta elsődlegesnek: ez volt a mozgásforma lényege, magasabbik formája, értelme. Az ő szóhasználatában a „mászó” szó a mai napig elsősorban a sziklamászókat jelöli.

B-vel beszélgetve több fontos különbség rajzolódott ki a beltéri és a sziklamászás között: a sziklamászás élményének leírásában B. kiemelt hangsúlyt fektetett arra, mennyire fontos szerepet játszik az adott (szikla-) boulder vagy út neve, története; a környező táj, a szabad levegő; az előkészületek, az utazás; illetve egészen szenzoriális szinten a szikla felületének érintése.

A mászáson, a sziklával való fizikai érintkezésen keresztül a mászó teste aktívan alakítja a sziklát, a tájat, a helyet, hiszen a talpa alatt morzsolódik vagy kopik, csiszolódik a kő, a keze megtisztítja a növényzettől a sziklafelületet. Ugyanakkor a hely, a szikla maga is aktívan alakítja a mászó testét: pillanatnyi formáját, mozdulatait, de izomzatát, bőrét is, hiszen az izmok változnak a mozgás hatására, a szikla felsérli vagy megkeményíti a bőrt.

A sziklautak a többi mászó által, egy szociális aktuson keresztül válnak kiemelt jelentés nélküli térből (*space*) jelentéses térére (*place*) (Gieryn 2000: 465). Az utat a mászók teremtik a sziklán azáltal, hogy kitalálják, hogy megérintik a kőveket, hogy végigmennek rajta. Szinte mint a szobrászok, kifejtik a sziklában rejtőző utat, amelyen aztán nyomot hagynak – van, hogy látható nyomot, kampókat, nitteket, ékeket, magnéziafoltokat, töréseket és kopásokat a sziklán, a növényvilág átalakítását, de van, hogy nem látható nyomot. Az utak azonban könyveken, internetes oldalakon keresztül is terjednek, illetve annak is van hagyománya, hogy térképeket hagyjanak a szikla alatt a következő mászóknak: ezeken jelölik a szikla felületén már létrehozott utakat és a nevüket, nehézségi szintjüket. Az utak tehát ekképp fennmaradhatnak a sziklán látható nyomok nélkül is.

Az utak nevet kapnak a létrehozójuktól, amelyek által hivatkozhatóvá válnak, illetve a nehézségi szintjük alapján különböző nemzeti szinten használt egyezményes skálarendszerekbe kategorizálják őket. A sziklamászó közösség fenntartja emlékezetében az utat, és új referenciapontként használja. Ahogyan B. fogalmazott, „*most bárki, akármelyik fiatal, ha azt mondja, hogy na akkor kimegy, próbálgatja a 7c Super Novát [egy konkrét sziklautat] ott a svájci erdőben a patakparton, az tudja, hogy akkor [2009-ben] én mit másztam.*” Az, hogy ez a referenciapont relatíve stabil (csak relatíve, hiszen valamennyire minden időpontban más teljesítmény megmászni az utat), lehetővé teszi, hogy a megmászott utak nehézsége alapján egyfajta hierarchia is kialakuljon a mászók között: „[egy konkrét mászónak] *olyan elképesztő a köteles út renoméja és olyan history-val rendelkezik, ami miatt én összességében felnézek rá*”, „*a kinti szikla az beárazza [a sporteredmények értékét, azt, hogy ki mennyire jó mászó]*”.

A tér tehát a mászó tekintete és teste által nyer jelentést egy csoport számára. A beltéri falmászás ebben a tekintetben más: ott ez az alkotás az utépítés folyamatában jelenik meg, amikor az *útépítők*, a *route-setterek*¹⁶ (tapasztalt mászók, akik többnyire fizetséget is kapnak a munkájukért) előre megtervezik és az üres falra csavarozzák fel a rendelkezésre álló elemekből az utat. Azokat a ritka eseteket leszámítva, amikor a mászó nem követ épített utat, hanem a maga útját járja a falon, beltéren az útépítő lesz az, aki meghatározza az utat, a nehézségét, javarészt a mászó majdani mozdulatait is – míg kültéren a mászó és az út megalkotójának szerepe nem válik el ennyire élesen.

A kültéri mászás élményének elidegeníthetetlen része a szikla érintésének érzése, a különböző kőzetek más-más felületének érzete. Ez a beltéri mászás kapcsán nem kap akkora hangsúlyt: a fogások felülete többnyire hasonló tapintású. Ha vannak is apróbb eltérések, általában a termék között vannak, ritka, hogy egy termen belül különböző felületű elemeket használjanak. A beltéren használt elemek felülete érdes, segíti a tapadást a fogás/lépés és a bőr/cipő között. Vannak olyan elemek is, amelyek kifejezetten csúszós felületszakaszokat is tartalmaznak, ez a kihívás része, hiszen ezeken jóval nehezebb rajta maradni, de ezek is egységesek. Az épített elemek vagy segítik, vagy célzottan hátráltatják a mászót – míg a szikla felülete (hiszen nem ember által alkotott) a kettő között széles skálát fed le.

Beltéren hiányzik a táj, hiányzik a kiutazás alkalmosság, a friss levegő, az állat- és növényvilág, a természetközelség érzése. Gyakori, hogy a mászótermek hangulatukban rájátszanak a természetközelségre: növényekkel díszítik őket, be lehet vinni kutyákat, természetes fényt engednek be, gyakori építőanyag a kvázi kezeletlennek, nyersnek tűnő, világos fa – de ez nem jellemző minden teremre. Más termék épp az ipari esztétikára mennek rá, sok fémet, szabadon hagyott csöveket, erős, természetellenes színeket használnak, amivel a mászás underground, lázadó eleméhez kapcsolódnak. Ahogyan Raffaella Ferrero Camoletto és Davide Marcelli írja az olaszországi sziklamászás beltériesedése (*indoorization*) kapcsán, a termék lassan elválnak a természettől, nem próbálják meg utánozni azt (Camoletto–Marcelli 2020: 41).

A beltéri mászás élménye tehát sokban különbözik a sziklamászásétól. Amiben azonban alapjaiban véve azonos marad, az a mozgásforma. A sok egyéb faktor mesterséges környezetben való eltűnésével pedig beltéren a mozgás élménye lecsupaszkodik. B. szava-it idézve: „*ha csak a mozgásra szűkítem le a kérdést, akkor én amúgy azt mondom, hogy bent sokkal jobban lehet megélni – nincsen az a félelem-faktor [...], bent csak a mozgás élményére tudsz fókuszálni, és szerintem ez is a vonzereje [a beltéri mászásnak].*”

Mi is tehát az a mozgásélmény, amely még szorosan összekapcsolja a beltéri mászást a sziklamászással, és amely a beltéri boulderezésnek igazán a lényegét – és vonzerejét – adja? Tanulmányom következő részében hét konkrét témán keresztül elemzem a budapesti beltéri boulderező közösséget egy kifejezetten testközpontú megközelítéssel.

2. A test a mászóteremben: elemzések a terepről

Létezik egy érzés falmászás közben, amikor a mozdulataim mind tudatosak, amikor kontrollálnak érzek mindent, ami körülöttem történik. Az út, amelyet mászók, kihívást jelent, de úgy érzem, ezt a kihívást szépen oldom meg. Egy vagyok a testemmel. Nevezük *flow*-nak, vagy egyensúlyi állapotnak – ez olyan érzés, amit több kutatási partnerem is valamilyen formában megfogalmazott: „*amikor nem dadogok a falon*” vagy „*amikor olyan, mintha táncolnék*”.

Ez az az érzés, a testen keresztüli érzékelésnek ez a megélése indította el a gondolatot, hogy a testet helyezzem a budapesti falmászóközösségről írt tanulmányom fókuszába. Az érzés, élmény érzékeltetésére a tanulmányban helyet kapnak személyes élményeim is. Ahhoz, hogy ezt a testérzékelést rendszeresen körüljárjam, szükségesnek érzem a lazábban az ehhez az érzéshez kapcsolódó, de a testhez nagyon is köthető témák tárgyalását is – kiváltképp, mivel ezek adják a kereteit annak a környezetnek, amelyben ezt az érzést vizsgálom. Konkrét témáim a tér és a test viszonya; a *flow*-élmény testen keresztüli megélése mászás közben; az út szerepe; az útépítők szerepe; a kreativitás; a normasértés és a nevetés; a tanulás folyamata és a gender megjelenése a mászásban.

A test nyilvánvalóan központi téma egy olyan csoport vizsgálata közben, amelyet egy sporttevékenység köt össze. Bármilyen csoport vizsgálatában releváns kérdés lenne a testről való gondolkodás, hiszen a test alakításának kérdése, hogy mit tartanak szépnek és mit tartanak furcsának, hogy milyen előítéletek, anekdoták, viccek szövődnek a test köré, ezek minden csoporttal kapcsolatban felmerülő kérdések. A sport köré szerveződő csoportoknál pedig még erősebben igazolódik ez, már csak azért is, mert a csoporttagok maguk is jobban figyelnek arra, mi történik a testükkel. A sport magával hozza az önreflexió ezen formáját, a saját test működésének megfigyelését, a másik testének figyelését, utánzását. A testen keresztül pedig sok egyéb téma is elkerülhetetlenül felmerül: hogyan hat a mászás aktusa a testre? Mi az, ki az, kik azok, akik ezt befolyásolják? Hogyan érzékelem a testem? És hol van a testem?

2.1. A mászás tere

A testen keresztüli érzékelést és a test propriocepcióját meghatározza az, milyen térben helyezkedik el. Éppen ezért a szűkebb elemzések fejezeteit a tér elemzésével kezdem.

A falmászótermek térfelosztása Budapesten (és Kolozsváron, ahol Budapesten kívül még volt szerencsém összehasonlítást végezni) mind egy sémára épül. A recepció, amely egyben kasszaként, kölcsönzőpultként és büféként is üzemel, a bejárat közelében helyezkedik el, és egy elkülöníthető teret, különálló egységet alkot. Ezen túl található

a mászóterem lényegi része, a vastag szivacsokkal és mászófalakkal teli központi helyiség. A szivacsok 40-50 cm magasak, a felületük és a padló felülete tehát markánsan elkülönül. A tér így két horizontális és egy vertikális szakaszra bomlik: a padlóra, ami átjáróként, folyosóként, összekötő térként funkcionál; a szivacsokra, amelyeken vagy amelyek mellett a mászók ülve vagy állva (vagy ritkábban, ha a látogatók száma engedi, elheveredve) várakoznak arra, hogy sorra kerüljenek a falakon; illetve a vertikális falakra, amelyek különböző dőlésszögekben emelkednek 4-5 méter magasságig.

A mászótermekben található továbbá férfi- és női öltözők, zuhanyzók, néhol szauna. A terem része ezenkívül egy (vagy több) bemelegítésre és erősítésre dedikált rész, ezek többnyire a galérián kapnak helyet, ami az általában több szinten kialakított hely kihasználásának szempontjából praktikus, illetve lehetővé teszi, hogy a mászók bemelegítés, erősítés vagy lazítás közben nézzék a termet, a falakat és az utakat, vagy a többi mászót. A bemelegítés, erősítés vagy lazítás így nem különül el teljesen a mászás aktusától, a mászó már ezen a ponton hangolódhat, tervezgetheti az adott mozdulatokat, figyelheti a többiekét.

A tér különböző pontjai meghatározzák a mászóknak, a mászók testének viselkedését. A terek funkciójának engedelmessé válnak a testek felveszik azokat az alakzatokat, amelyeket várnak tőlük: a bemelegítő és edző részben nyújtanak, súlyt emelnek, húzózkodnak; a falon másznak. A falak közötti padlón, a folyosókon alapvetően áthaladnak. Az egyik teremben a padlószinten elhelyeztek pár padot: ezek elég közel vannak a falakhoz, hogy a mászók rajtuk pihelve kényelmesen tervezgethessék a következő mászandó utat, vagy nézzék a társaikat, a többi mászót, de biztonságos távolban vannak, így ha valaki leesik a falról, nem jelentenek egymásra veszélyt. A padokon azonban a terepmunkám alatt kifejezetten ritkán láttam mászókat ülni. Pakolófelületként használják inkább, a telefon, az üveg víz kerül a tetejére, amelyekre nincs szükség mászás közben. A padlók átmeneti jellegéből adódóan a padok nem vonzzák a mászókat a hosszabb időtöltésre.

A mászás ritmusának meghatározó része a földön töltött idő – ami azt illeti, a teremben az idő nagy részét a mászó nem a falon tölti, hanem arra vár, hogy a falon lehessen. Meg kell várni más mászókat, illetve, hogy az izmok kipihenjék magukat annyira, hogy újra neki lehessen futni az adott útnak. Ennek az időnek a nagy részét a mászók a szivacsokon ülve vagy állva, vagy közvetlenül a szivacsok mellett állva, a fal felé fordulva töltik.

A fal alatti szivacsokon figyelni kell arra, hogy ne legyen útban a mászó a falon tartózkodóknak: ha leesnének, ne essenek rá, hiszen az sérülésveszélyes. Az első alkalommal, amikor mászóteremben jártam, K., aki bevezetett a mászás világába, külön felhívta erre a figyelmet, illetve a kezdőknek tartott edzéseken is kiemelik az edzők, hogy távolságot kell tartani a faltól. Ez azonban nem konkrétan megszabott távolság, és a teremben való jelenlét alatt ritkán tudatosul mint önálló gondolat. A mászó első alkalmának kivételével kifejezetten ritkán hangzik el mint szabály – ha valakire rászólnak, mert túl közel tartózkodik a falhoz, kifejezetten kellemetlen, kínos: kiemeli a másik tudatlanságát vagy figyelmetlenségét. Nem betartani ezt a ritkán megfogalmazott előírást szabálysértés, határátlépés.

Ebben az értelemben a közvetlenül a fal alatti tér tabuként jelenik meg – hiszen ez a sérülések tere. Jó esetben a mászó áthalad rajta, egy pillanatra tartózkodik csak ott az út megkezdésekor vagy a falról lejövetelkor, ám ha sérülés történik, ide esik le. Ha valaki egy esés után nem hagyja el gyorsan ezt a sávot, aggodalomra ad okot a környezetének: azt jelzi, hogy fizikailag képtelen rá, vagy annyira az esésre és a következményére koncentrálni, hogy ez felülírja a tér tabuját. Saját tapasztalatom szerint is a mászóban, amikor a matrac ezen sávján tartózkodik, megjelenik a késztetés, hogy minél gyorsabban elhagyja a területet.

Thomas Fuchs szerint „[a] tabunak a tiltással szemben egy speciális struktúrája és hatása van abban az értelemben, hogy nem nyilvánosan alakítják ki, hanem mások elkerülő viselkedése révén keletkezik; mintha a közös élettérnek lenne egy negatív görbülete a tiltott területek körül.” (Fuchs 2019: 40). A tiltás itt ugyan kimondatik, de nem jelzi semmilyen határ, honnan érvényes, a matrac mely pontja számít még ücsörgésre alkalmas zónának, és melyik az, ahonnan már nem szabad huzamosabb ideig ott tartózkodni. Mivel, ahogy említettem, ez a szabály sem kiírva, sem más módon vizuálisan jelezve nincs, és elhangzása is ritka, az első alkalmak, a beavatások sajátja, így ezt a teret én Fuchs értelmezése szerint is tabunak tekintem. A mászók inkább testi alapú megszokásból kerülnek el, a térhez kapcsolódó tabut a testük hordozza magában. Tudatosan nem gondolnak rá, hogy ezt a teret el kell hagyni, de érzik a késztetést rá.

Az egyéni térhasználatot a terek funkcionális használatán és a testemlékezeten kívül a többi mászó testének elhelyezkedése is befolyásolja. A test pozicionálását elsődlegesen a fal határozza meg: a falon kinézett úthoz igazodik a mászó, az előtt keres magának helyet, és a falhoz méri a távolságot, amelyet a biztonsági zónának tart fenn. A fal tehát meghatározza az egyik tengelyt a térben való elhelyezkedés koordináta-rendszerében. A másik tengely a többi mászótól függ. Sűrűn előfordul – főleg a népszerűbb időszakokban –, hogy egy-egy utat vagy az egy-egy falszakaszon található utakat többen is mászni szeretnék. Ilyenkor a mászások sorrendjét elsődlegesen a testek pozicionálása dönti el. Többnyire elegendő információt nyer a mászó a másik szándékáról (hol szeretne mászni és mennyire sürgősen) a helyzetéből, és nem kell rákérdeznie, sem szóban, sem egyéb gesztussal, mozdulattal. Természetesen ez utóbbiak is előfordulnak, de alapvetően akkor kerülnek elő, amikor az elsődleges kommunikációs nyelv, a test elhelyezése a térben nem bizonyult elég hatékony közlésnek. A falhoz való közelség jelzi a szándék sürgősségét, határozottságát – természetesen továbbra is elkerülve a fal alatti jelöletlen, bizonytalan határu tabuterületet. Itt tehát egyensúlyozik a mászó – mennyire mehet közel anélkül, hogy tabut sértene?

A másik mászó és a fal közé beállni illetlenségnek számít – főleg, ha a másik is épp áll, várakozik. Egyszerre olyan, mint egy (nem egyértelmű, de létező) sorban bevágni a másik elé, vagy mint a színházban-moziban kitakarni a színpadot vagy a vásznat. A tekintetek irányának célja, a látvány jelen esetben a fal: ez lehet a falon mászó alak is, főleg, ha van nyilvánvaló kapcsolat a matracon tartózkodó mászó és a falon lévő elemek között (például előbbi tanácsokkal látja el, vagy biztatja a másikat), de lehet maga az út, a falon lévő elemek is. A mászásnak ugyanis fontos része az út tervezgetése, a saját test elképzelése a falon, a mozdulatok vizualizálása – ehhez pedig szükséges az út pontos vizuális felmérése.

Ha a másik mászó a matrac szélén ül, nem számít kifejezetten illetlenségnek közé és a fal közé belépni, akár elkezdni egy utat az adott falszakaszon, főleg, ha nem tölt ott sok időt az ember: az ülés azt jelzi, hogy bár megvan a konkrét hely, valószínűleg a konkrét út is, ahol a mászó mászni szeretne, de a szándék nem sürgető. Ilyenkor felmerül a kérdés, hogy melyik utat nézheti a földön várakozó mászó – a másik által kiszemelt, *projekte*¹⁷ út mászása ugyanis bizonyos fokú illetlenség (erre a későbbiekben még bővebben is kitérek).

A mászók közötti tér meghatározása, alakítása természetesen függ az egyéni preferenciáktól (kinek mi számít személyes térnek), és a mászók közötti kapcsolattól is. Függ azonban a fentebb leírt íratlan és kimondatlan szabályoktól is, amelyeket a gyakorlatban, tapasztalati alapon sajátít el az ember. Ezekre a mászók az edzéseken nem gondolnak tudatosan – amikor a kutatás során rákérdeztem az íratlan szabályokra, mindenkinek el kellett gondolkodnia, mi alapján is helyezkedik el a terem különböző tereiben, mik is befolyásolják a térhasználatát. A mászók a hétköznapiokban automatikusan helyezik el tes-

tüket a térben, automatikusan értelmezik a másik pozíciójának szociális vonatkozásait, automatikusan dekódolják a helyzetben realizálódó, a közösség felhasználásában érvényes jelentéseket. Ezek a jelek pedig nem függenek a mászóteremtől – noha a tér távassága befolyásolhatja a konkrét távolságokat, a terek szinte azonos felépítése ezeket a jelzésrendszereket mászótermeken átívelő rendszerekké teszi.

Egyik interjúpartnerem, D. továbbá azt fogalmazta meg, hogy amikor fizikailag távol van a mászóteremtől, megváltozik a viszonya a mászáshoz. Ha nem a mászás terében gondol a mászásra, ő is egy külső tekintetet vesz fel, a teremben azonban ez a gondolat eltűnik: „Mikor nem vagyok a teremben, akkor alapvetően annyira nem gondolok rá. Vagy pontosabban úgy gondolom, hogy ez egy ilyen trendi dolog, és van bennem egy ilyen kis forradalmár, aki nem akar trendi lenni, és akkor [azt gondolom, hogy] nem, én nem fogok elmenni a terembe. És aztán elmegyek valami oknál fogva, és úgy vagyok vele, hogy de hát ez csodálatos, miért ne akarnék én itt lenni. Szóval a másik viszony, amikor ott vagyok, akkor pedig átveszem annak a térnek vagy annak a helynek az energiáját, és akkor szeretek ott lenni. Szeretem azt a környezetet, ott azokat az embereket és amit ott lehet csinálni.”

2.2. A mászás áramlása

De mi is az, amit „ott lehet csinálni”? Mi az az érzés, amely megfogja a mászóterembe járókat?

Mint azt a fejezet bevezető részében már említettem, a falmászás egyik központi élménye a *flow*-élmény (áramlásélmény) kialakulása a mászás közben: nem csoda, hogy a *flow* a boulderezés reprezentációjában is központi fogalom. Neveztek el így boulderező termet is, és mind a szó maga, mind az érzés egyéb megfogalmazásokban az interjúk során is vissza-visszatért. Csíkszentmihályi Mihály a mozgásból származó *flow*-élménnyel kapcsolatban így fogalmaz: „[amikor egy] természetes funkció, mint a futás szociálisan kidolgozott, célirányos és megfelelő szabályok szerint lebonyolított, ügyességet igénylő feladattá válik, akkor áramlat-élmény lesz. [...] a test egyszerű elmozdítása a tér egyik pontjáról a másik felé komplex visszacsatolássá válik, ami tökéletes élményt nyújt és erősíti az Ént. Minden érzékszerv és minden motoros funkció hozzájárulhat áramlat létrehozásához. [...] az áramlat nem lehet pusztán fizikai folyamat: az izmoknak és az agynak egyformán részt kell venniük benne.” (Csíkszentmihályi 1997: 64–65).

A *flow*-élmény eléréséhez Csíkszentmihályi öt lényeges lépést határoz meg: az általános cél és ehhez mérten a megfelelő kisebb célok meghatározása; a haladás mérhetősége; a pillanatnyi összpontosítás; a készségek fejlesztése; illetve a tét emelése, amennyiben a tevékenység unalmassá kezd válni (Csíkszentmihályi 1997). A falmászásban ezek a lépések a mászók számára többnyire kézenfekvők: az általános célt kijelölik a különböző nehézségi szintekkel¹⁸ ellátott utak (így például egy jellemző cél lehet, hogy „*pirosat/feketét szeretnék mászni*”), és ehhez a kisebb célok is egyértelműek a konkrét utak képeiben („*ki szeretném mászni ezt a konkrét sárga utat*”). A haladás szintén az utak szintetisége miatt, de akár az utakon belül az újabb fogások *birtoklása*¹⁹ által is könnyen mérhető. Ahhoz, hogy a mászó megőrizze az egyensúlyát a falon, vagy hogy pontosan kivitelezze a következő mozdulatot, magas fokú koncentráció szükséges, így a pillanatnyi összpontosítás is többnyire adott. A gyakorlással fejlődnek a készségek akkor is, ha a mászó nem edz rá külön – de sokan fejlesztik tudatosan a készségeiket más eszközökkel is. A tét emelése pedig az utak nehézségi szintjének növelésével szintén könnyen elérhető.

A falmászás során tehát a *flow* pillanatnyi élményének megélése, ha nem törvényszerű is, de a megfelelő koncentrációval könnyen elérhető. Ezt tükrözi az is, hogy ezt az élményt valamilyen módon az interjúpartnereim mind megfogalmazták – többen is voltak például, akik azt mondták, olyankor a mászás olyan, mint egy tánc. B., aki sziklamászással kezdte a mászást, például így fogalmaz: „*a mozdulatoknak van egy ilyen természetes folyása, amit az ember egyébként érez. Én azt szoktam mondani, hogy amikor kijönnek a mozdulatok is, meg kijönnek a lépések is [...], hogy van egy koreográfiája annak a bouldernek, és azok [a mozdulatok] valahogy pont úgy ott vannak. Nem feltétlenül lesz könnyű, lehet ettől még nehéz, de mindig valahogy olyan logikus. [...]* Ilyen szempontból nagyon konzervatív vagyok, tehát én az én *flow* élményem az sokkal inkább abban van, amikor az egyik mozdulattól a másik követi magát.”

D. pedig, aki kizárólag teremben mászik, így írta le: „[Más mászóknál] az is tök jól néz ki, hogyha így izomból felnyomja magát, de szerintem sokkal szebb, amikor egy ilyen logikai játékkal együtt, egy ilyen szép mozdulatmenet vagy mozdulat, vagy rutin kijön belőle, és látszódik rajta, hogy gondolkodik is, meg az is látszódik rajta, hogy tudja pontosan, hogy hova rakja a testét. Az a kontroll, ez a testkontroll, vagy ami ilyenkor átjön, az engem nagyon le tud nyugtázni. Szerintem az az egyik legszebb dolog, és ha én ezt el tudom érni, akkor az a legjobb verzió. [Nehéz megfogni] ezt az érzést kifejezetten. Mert nem egy érzés jön át, hanem kicsit olyan, mintha megszűnnél. Szóval pont, hogy nincs érzés, pont hogy... Baromi nehéz leírni mert nincsen semmi. Hanem csak vagy és csinálod. És te vagy maga a mozdulat. Van egy *flow*-ja. Én így írnám körbe.”

Ennek az érzésnek az alapját a testtel való teljes összhang adja, a testérzékelés, amely már a tudatos és a nem tudatos határán mozog. Veres Bálint a szómaesztétikáról szóló tanulmányában ezt így fogalmazza meg a sziklamászás kapcsán: „*elveszni a fókuszált intenzitásban*”²⁰: „*a legkoncentráltabb mászás pillanataiban felejt el magát a mozgásban lévő test, olyannyira, hogy már nem tudja, vagy nem is érzékeli, hogy mozgásban van.*”²¹ (Veres 2024: 3.) Ilyenkor a mászók nem koncentrálnak a külvilágra – elmondásuk szerint, ha eszükbe jutnak a többiek, a többiek tekintete a teremben például, az már azt jelenti, hogy kikerültek ebből az állapotból.

A legtöbbnek ennek a testileg megélt, szorosan testi élménynek vizuális esztétikai minőségét is adnak: akkor nevezik szépnek a mozgást vagy az utat, amikor megadja a teljes elmerülésnek ezt az érzetét. Ehhez, ahogyan Csíkszentmihályi is állítja, szükséges egy bizonyos szintű tudás is. Gy., egy tapasztaltabb mászó, aki a teremben kezdett mászni, de azóta kipróbálta már magát sziklán is, így válaszolt arra a kérdésre, mikor lesz szép egy mászás: „[amikor már] *nem csak így dadogsz, meg felszenveded magad a falon, hanem [azt mondd,] hogy na, most ezt fogom csinálni, és csinálod, és ottragad a kéz [a falon/eleme]. Szóval amikor tudatosabban csinálod és sikerül... ezekre mondom, hogy szép.*”

A beszámolóikban szintén feltűnő közös vonás, hogy gyakran az egyes utakhoz társítják az élmény megjelenését, a konkrét út kimászsása, sőt, maga az út lesz „szép” a rajta végigvitt mozdulatok által. A következőkben tehát ezekről az utakról ejtek szót – és arról, mit is tartanak jó útnak a mászók.

2.3. Az út

Korábban már említettem az út jelentőségét a mászásban: a következőkben részletesebben is kifejtem, konkrétan mit is nevezünk útnak, és milyen szerepet játszik a beltéri boulderezésben, a testek mozgásában és alakulásában, így a boulderezés élményében, megélésében.

A beltéri falmászás, nagytestvérével vagy elődjével, a kültéri sziklamászással ellentétben, ahol a természeti akadályok ellen küzd a mászó, ember által tervezett és épített *utak* megmászásából áll. Útnak nevezzük azt pályát, amelyet az egyszínű műanyag fogások az adott függőleges (vagy dőlt szögű) falszakaszon kirajzolnak. A mászónak kizárólag az azonos színű fogásokon kell feljutnia a legfelső fogásig vagy a fal tetejéig. Az út teljesítéséhez vagy át kell mászni a fal tetején (*topout*), vagy mindkét kézzel meg kell érinteni a legfelső elemet, *birtokolni* kell. A birtoklás fogalmára nincs egyértelmű definíció – bár a boulderversenyeken (például az olimpián²²) is ez a teljesítési rendszer van érvényben, nincs megadva, pontosan hány másodpercig kell hozzáérni a fogáshoz. A teljesítést egy bíró ismeri el: a verseny végső soron tehát a bíró tekintetén, egy másik ember testi érzékelésén múlik. A teljesítésben ilyen módon benne foglalják, hogy ezt egy másik ember ismeri el – és néha akár az olimpiai kommentátorok sem biztosak abban, hogy a bírók megadják-e az adott pontot, vagy sem.²³

A sziklamászásban ennél is bizonytalanabb az út teljesítésének értékelése, hiszen a potenciális tanúk száma radikálisan kisebb, mint a beltéri helyzetekben. Noha tanulmányom fókuszában a beltéri falmászás áll, egy rövid kitekintés erejéig tanulságos a sziklamászást is elemezni ebből a szempontból.

Amikor sziklamászók kimásznak egy utat, többféle bizonyítási mód lehetséges – benyújthatnak videófelvételt a mászásról, GPS-koordinátákat rögzítő eszközt, szelfiket, hozhatnak tanúkat. A kimászott utak mindenképp a mászó presztízsének alapját adják a közösség szemében, így személyes tétje mindig van az út kimászásának. A sport népszerűsödésével, a szponzorok bekerülésével pedig ezeknek a teljesítményeknek még jobban megnőtt a súlya.

Egy ismert mászó vitathatóan sikeres mászása körüli vita kapcsán 2020-ban a Lacrux.com-on megjelent egy körinterjú (Schlöpfer 2020) a sportág négy szereplőjével. A fő kérdés az volt: eljött-e az idő, hogy videós bizonyítékot várjanak a hivatalos teljesítéshez? Fred Nicole, a sziklamászás egyik „nagy öregje” egyértelműen nemmel szavazott a kérdésben, arra hivatkozva, hogy a kötelező videózás éppen azt a szabadságérzést tenné tönkre, amely a mászás alapvető élménye. Az egy generációval fiatalabb világhírű mászó, Adam Ondra már jóval kevésbé ellenezte a videózást, szerinte egy tripod és egy telefon nem ront a mászás élményén – bár a kötelezővé tételig ő sem merészkedett el. A Patagonia és a Black Diamond Equipment márkákat kérdezték még ebben a körben – bár mindkét márkának a reputációját rombolhatja egy-egy ilyen vita vagy botrány, ha az az általuk szponzorált mászó körül robban ki, a potenciális anyagi veszteség ellenére is mind a két márka képviselője úgy nyilatkozott, hogy egyáltalán nem várják el az általuk szponzorált mászóktól a bizonyítást, mert azzal a nekik kijáró szabadság sérülne. A Black Diamond szószólója kifejtette: „A mászás világszinten nézve jelentéktelen dolog. Azok, akik nem őszinték és nincs tartásuk, azoknak semmijük sincs.”²⁴

Beltéren ugyan jóval könnyebben ellenőrizhető, hogy az adott mászó kimászt-e az utat, mégis, a termen belüli teljesítésekre is érdemes kitérni. Terepmunkám közben számtalan alkalommal hallottam a kérdést: és ezt az utat kimásztad, megvolt? Hazugsággal, nem őszinte válasszal azonban még nem találkoztam, és mászóként nekem is nehezemre esik elképzelni, hogy hazudjak – ahogyan a Black Diamond szószólója is mondta: nem lenne értelme. Részben azért sem, mert a beltéri mászók egymás előtt másznak: a mászó a mászóteremben a kialakítás miatt mindig szem előtt van, ráadásul mivel egyszerre csak nagyon korlátozott számú ember lehet a falon, a többiek pihenés, tervezgetés, beszélgetés közben óhatatlanul szemmel követik a falon lévőket.

A mászó sosem tudja, hogy éppen ténylegesen figyelik-e vagy sem, de tudja, hogy erre mindig megvan a lehetőség. A megfigyeltség érzése csírájában fojtja el a hazugság gon-

dolatát – a lebukásnak egyértelműen nagy a kockázata, hiszen sokan láthatták az elbukott kísérleteket az út megmászására. A lebukás tétje a közösség bizalmának elvesztése, presztízsvesztés, a mászó potenciális neveltségessé válása, radikális esetben a társaságból való kizárás. A hazugsággal a mászóközösség iratlan szabályát szegné meg, elültetné a bizalmatlanság gondolatát a közösségben.

És ha azok az ismerősök, akiknek a szemében igazán számít, sikerült-e az út vagy sem, nem minden pillanatban követik is a tekintetükkel, ha gyakorlatilag volna is lehetőség a hazugságra, a mászó technikája, mozgáskultúrája elárulná a tényleges tudásszintjét. A mászó ügyessége nemcsak abból áll, hogy sikerül-e teljesítenie az utat, vagy sem, hanem abból is, hogyan mozog a falon. Az igazi cél valójában tehát nem is az adott út kimásztása, hanem egy olyan mozgáskultúra elsajátítása, amelyet a „profi mászókhöz” társítanak.

Az egyre nehezező utak természetesen mind nagyobb fókú ügyességet várnak el a mászótól, de a tudatos, kontrollált és technikás mozgáson kívül más tényezők is közrejátszanak egy út teljesítésében. Egy erősebb ember kevesebb technikával is teljesíteni tud bizonyos utakat – más utakhoz viszont több egyensúlyérzék kell, vagy több hajlékonyság. A sikeresen kimászott utak nehézségi szintje mérőszáma ugyan a mászó ügyességének – új ismertség esetén is, ha valaki megkérdezi, milyen mászó a másik, általában az általa mászott utak színével válaszol –, de nem ad pontos képet.

Ettől függetlenül a mászás alapját az utak adják, és a mászók többnyire utakban gondolkodnak, már csak azért is, mert a kijelölt utak teszik lehetővé, hogy egymás mellett biztonságosan mászhasson több ember. Ha úttól függetlenül másznak – ami előfordul, többnyire foglalkozásokon vagy egy-egy bemelegítéskor –, az mindig külön figyelmességet igényel mind a falon lévőtől, mind a környezetétől, hiszen nem tudják, merre akar továbbhaladni a másik. A klasszikus edzéseken azonban a mászók előre kiépített utakat másznak. Az edzés elején könnyebb utakkal melegítenek be – van, aki ezeknél külön játékokat is használ, például csak minden második fogást érint meg, vagy csak akkor fogja meg kézzel a következő fogást, ha előzőleg a lábával megérintette –, majd a bemelegítés után egyre nehezebb utakat kezdenek mászni. *Flashelésnek* nevezik, amikor egy utat első próbálkozásra sikerül kimászni, és *projektelésnek*, amikor sok időt töltenek egy úton, részletenként dolgozzák ki a mozdulatokat, újra és újra rápróbálnak, akár több edzésen keresztül.

A *flashelésnek* és a *projektelésnek* más-más értéke van – egy nehéz utat *flashelni* menőnek számít, növeli a mászó presztízsét. Mégis, ha csak *flashel* utakat, az azt jelenti, hogy nem keresi a kihívásokat – igazán fejlődni ugyanis a *projektelés*vel lehet. Erre példa saját tapasztalatom is: egy alkalommal, amikor éppen a szintemen vagy a szintem alatt lévő utakat másztam, többnyire *flashelve* őket, két mászó felajánlotta, hogy csatlakozzam a társaságukhoz, de „csak azzal a feltétellel, ha te is projektelsz valamit”. Egyikük kifejtette, hogy az ember úgy fejlődik, ha a szintjénél nehezebb utakkal próbálkozik – ők is így szoktak fekete utakat *projektelni*: általában nem *lesz meg egyben* az út, nem sikerül teljesíteni, de az egyes mozdulatok kigyakorlása közben sokat fejlődnek.

A legtöbb falmászóteremben található egy ún. *spraywall* is, ahol a fogások színes összeállításokban vannak felcsavarozva a falra, mindenféle előre kitalált út nélkül. Ez is egy terepe a fejlődésnek, itt a mászó maga dönti el, milyen fogásokat használjon ahhoz, hogy mozogjon a falon. Ezt a részt inkább azok használják, akik már magasabb szinteken másznak – részint azért, mert a fal dőlésszöge relatíve meredek szokott lenni, kell hozzá erőnlét, részint pedig azért, mert ahhoz, hogy a megfelelő szintű kihívásokat állítsák maguk elé, már ismerniük kell a saját képességeiket és az egyes fogások, fogástípusok tulajdonságait. Mivel tehát a mászók nagyjából mégis az előre megépített utakon gyakorolnak, az, hogy hogyan fejlődnek, az ügyességük és a testük, nagyban múlik az utak építőin.

2.4. Az útépitők

A mászótermek épített útjait az ún. *route-setterek*, azaz útépitők tervezik meg. A *route-setter* az út kitalálásakor mindig végiggondolja, a mászók hogyan oldják majd meg az adott problémákat, milyen vonalon haladnak, milyen pozíciókat vesznek fel, milyen mozdulatokat tesznek. Minden útnak van „hivatalos megoldása”, ún. *intended bétája* – néha csak egy, máskor több, egyes szakaszokon eltérő megoldás.

Az általam vizsgált mászótermek között egyedül az egyik brandhez tartozó termekben azonosítható a *route-setter* személye, ahol kiírták az utakra a készítőjük nevét. Ők is csak beceneveket tüntetnek fel, néha szinte kódneveket (Tompai, Julcsi, Ponki) – ha az ember nem ismeri az útépitőt, nem feltétlen tudja magától kinyomozni, ki építhette, a nevekből időnként még a keresztnév sem visszakeresztelhető. A visszakeresztelhetőséget az elmúlt pár hónapban nagyban megkönnyítette, hogy elkezdték a közösségimédia-felületükön bemutatni az építőket – de ez egy relatíve új fejlemény.

A mászóknak viszont korábban is tudott információval szolgálni maga a kódnev is, hiszen egy specifikus ember, egy specifikus gondolkodás áll mögötte. Az egyik *setter* nevének láttán például volt már mászó, aki megjegyezte: ez egy rafináltabb, gondolkodósabb út lesz. Egy másik névről én magam is tudom, hogy egy izomerőre jobban építő út áll előttem. A *settereknek* kimondva-kimondatlanul is egyedi stílusuk van – ha nem mondja is meg mindenki bármelyik útról, ki építette, egy, a teremben már régebben ismerős mászó, aki általában figyel a *route-setterek* nevét, nagy eséllyel meg tudná mondani akkor is, ha nem látná a cédulát. Az útépitők lenyomatot hagynak az úton, mint ahogy egy író lenyomatot hagy a szövegen – ennek pedig akár hozzáadott értéke is lehet az útépitő személye miatt.

2024-ben például a nyári olimpiai játékok kvalifikációs versenyének ideje alatt, amit (Tokió mellett) Budapesten tartottak, sok híres mászó járt a különböző budapesti mászóterekben. Az egyikben többek között Hannah Morris is megfordult, aki nem élsportoló ugyan, de a YouTube-csatornája,²⁵ ahova mászós témában tölt fel videókat, itthon is nagyon ismert. Egy másik mászóval közösen építettek egy utat, amely egyedi dizájnú jelölécédulát kapott, és a hagyományos körforgáson túl is fent maradt a falon. Abban a teremben egyébként nem szokták jelölni az építőket, de ez esetben kivételt tettek: az, hogy ezen az úton egy híresség hagyta rajta a nyomát, többet jelentett, mint a szokás megtartása.

Persze, ez jó reklám is volt, könnyen hirdethető dolog – de az útépitő személyének jelentőségét már az is jelzi, hogy egy ismert ember által épített útnak reklámértéke van. Az általa épített út mászásával a mászók közelebb kerülhettek a hírességhez, tanulhattak a gondolkodásából, kapcsolódhattak hozzá, akkor is, ha már sem időben, sem térben nem voltak egymáshoz közel, sőt, a kapcsolódás egyértelműen egyirányú volt.

A mászó nem azzal a céllal áll a fal előtt, hogy kitalálja, mire gondolt a *route-setter*, mégis számításba veszi az (általa elképzelt) eredeti elképzeléseket is. Erre jó példa, amikor egy vitás kérdésben az útépitő feltételezett gondolatai szolgáltak döntő érveléssel. Egy út megoldásánál felmerült a kérdés, lehet-e használni a *beszálláshoz*, azaz az út elkezdéséhez²⁶ a falon található *elemet* (a falhoz hozzáadott, rácsavarozott bővítést). A vitatkozó felek közül az egyikük eleinte a saját tapasztalataival érvelt („*szoktam jární versenyekre*”), majd amikor ez nem bizonyult elég meggyőzőnek, az útépitőre hivatkozott: „*ismerem X-et, ő nem építene olyat, amibe így kell beszállni*”, „*megkérdezhetem*”, mondta.

A termék szociális médiájában bemutatott *route-setterek* maguk is mondtak valamit magukról és a munkájukról, filozófiájukról. Ezekben a megszólalásokban hangsúlyozták, milyen típusú utakat szeretnek a legjobban építeni (pl. „*[k]étség kívül a peremes boulderek számomra a legközelebb álló boulderek és így nem olyan meglepő, hogy a nyitott fogásokban van számomra nagyobb fejlődési lehetőség*”²⁷), vagy hogy mi látszik szerin-

tük az útjaikon: „*[g]yakran eszmélek rá építés közben, hogy az aktuális technikai és erő elemek, amik megjelennek az utaimban jól mutatják, mi megy éppen jól és mi nem. Ha figyelmesen átnéz valaki egy setet, akkor kiderül, hogy épp melyik vállam fáj, vagy menyire van felhozva a peremerőm, bár magaslépés és áttolás mindig van.*”²⁸

Többben is hangsúlyozták a folyamat alkotói, kreatív oldalát. Egyikük így fogalmazott: „*[e]gyszerre technikai szakértelem és alkotó önkifejezés, egyfajta művészet ami a kreativitás, a test dinamikája és a mászók egyéni képességeinek mély megértésére épít.*”²⁹ A kreativitás mellett a természetességet emelték ki sokan: „*[a]zokat az építéseket élvezem a legjobban, amikor minden organikusan áramlik, mintha a fogások mondanák meg, hova szeretnének kerülni, milyen mozdulatokat kívánnak létrehozni adott falfelületen.*”³⁰ A leírások alapján az építés maga is hasonlatos a mászás élményéhez: az utak építői is ugyanazt a *flow*-élményt keresik az utakban, amit a mászók az utak mászásakor. Ahhoz, hogy megérezzék ezt az élményt, az útépitőknek tehát nem szükséges maguknak megtapasztalni a testükkel a mozdulatokat – elég elképzelniük őket.

Ideális esetben pedig át tudják adni ezt az élményt a mászóknak az úton keresztül, azon keresztül, hogy meghatározzák a mászó mozgását. A *route-settereknek* ilyen értelemben hatalmuk van a mászók teste felett: meghatározzák a test pozícióját, a mozgását, az izmok fejlődését, de veszélyes helyzetbe is hozhatják, vagy meg is nevetethetik a mászót. A testen keresztül pedig befolyásolják a gondolkodást is, egy új mintázatot hoznak létre a mászó gondolkodásában, új ötleteket ültetnek el benne, akár észrevétlenül is – legközelebb például egy hasonló testhelyzetre könnyebben gondol az ember, ha már találkozott vele egy másik úton. Egyszerű példa erre, amikor például egy sarokban található útnál a beszálláshoz muszáj használni a két fal által bezárt szöveget, neki kell támaszkodni a másik falnak. Amikor a mászó először találkozik vele, sokáig töprenghet a megoldáson, de másodjára már sokkal gyorsabban eszébe jut, hogy a fogásokon kívül is gondolkozzon tartóelemekben.

2.5. Amikor máshogy járunk az úton

Az útépitő sok mindent meghatároz, de nem muszáj teljesen az ő gondolatait követve megoldani az utat. Az útépitők maguk is gondolnak arra, hogy különféle képességekkel rendelkező mászók másszák majd az útjaikat – lesznek magasak, alacsonyok, dinamikus mozgást kedvelők vagy éppen statikus-pártiak. Ám nem gondolhatnak mindenkire – és a mászó nem is tudja, hogy őrá gondoltak-e. Az út kényelmességéből, a mozdulatok természetességéből, a fogások magától értetődéséből ki lehet következtetni, hogy nagy valószínűséggel az adott mozdulat az *intended béta* része-e, vagy sem, de nem lehet tudni teljes biztonsággal, hiszen az útépitők nincsenek jelen a mászáskor (vagy egészen ritka, hogy jelen legyenek). Egy-egy mászóterem a közösségimédia-felületein posztolja egy-egy út megoldását, ilyenkor általában maga az útépitő mássza ki a videón az utat. Ez ugyan egy hivatalos *bétának* tekinthető, de csak egy hivatalos *bétának* – annak a verzió-nak, amelyik a legkényelmesebb az útépitő adottságaira nézve.

És mivel a legtöbb út nincs így kipoasztolva, a ténylegesen szó szerint *intended bétát* ritkán lehet százszázalékos biztonsággal tudni. Azt viszont gyakran érzik a mászók mászás közben, ha egy-egy problémát nagyon nem hivatalos módon oldanak meg, ha egyértelműen nem az *intended bétát* alkalmazzák. A mozdulatok ilyenkor vagy kitek-

tek, irreálisan nehéznek tűnnek, vagy egy bonyolultabb utat jár be a mászó a falon, vagy olyan adottságát használja, amelyről nem feltételezi, hogy másnak is van – a magasságát például, vagy egy-egy könnyebb szintű úton a fizikai erejét. Jellemző példa, amikor valaki a felsőtestének, karizmának erejét kihasználva felhúzza magát a fogásokon, holott az úthoz lépések is tartoznának, esetleg kicsit gondolkodósabb, trükkösebb lábmunkával.

De arra is akad példa, hogy a *route-setterek* nem gondoltak rá, hogy az adott utat más képp, jóval kevesebb energiabefektetéssel is meg lehet oldani: ilyen volt az egyik út is a párizsi olimpia női kombinált sportmászás döntőjének boulder-fordulóján. Az adott út utolsó mozdulatát ugyanis egy egyszerű átnyúlással is meg lehetett oldani, holott a *route-setterek* egy komplex mozdulatsort képzeltek oda. A versenyzők nagy része rájött erre az egyszerűbb megoldásra, és a legtöbben széles mosollyal az arcukon nyugtázták, hogy a vártnál könnyebben sikerült teljesíteni az utat – és hogy valószínűleg ez azt jelenti, hogy nem az *intended bétát* mászták.

A saját *béta* bevezetésének külön értéke van. Az, hogy pozitív vagy negatív felhangja-e, vagy ezek milyen arányban keverednek, sok tényezőtől függ, és nagyon tanulságos dolgokra világít rá. A *saját béta* kifejezés mellett ehhez be kell vezetnem a szintén a terepen használt *kicsalás* fogalmát. *Kicsalás*nak minősül, ha a mászó kimássza ugyan az utat, elér a *topig* (vagy *topout*), de ezt olyan módon teszi, ami nemcsak, hogy nem az *intended béta* (tágon értelmezhető) keretei közé esik, de kifejezetten a mászónak egy olyan adottságát használja ki, ami által az út, amely az *intended bétát* követve igénybe venné a képességeit, nem okoz neki megerőltetést.

Bár nehéz, mégis fontos itt különbséget tenni a képesség és az adottság fogalma között. A mászás szempontjából képességnek nevezem azt az ügyességet, testkoordinációt, bizonyos helyzeteket kivéve izomerőt, amelyet a mászás gyakorlása során, vagy arra tudatosan készülve szerzett meg a mászó. Adottságnak ezzel szemben azokat a tulajdonságokat nevezem, amelyek vagy a genetikából adódnak, születéstől fogva rendelkezésre állnak (magasság), vagy korábbi, más edzések során más céllal megszerzett képességek (egy súlyemelő karizmzata például – ami tehát már a mászás elkezdése előtt is a sportoló rendelkezésére állt). Hogy a korábban D-től idézett példára ismét utaljak: „Az is tök jól néz ki, hogyha így izomból felnyomja magát [adottság – a szerz.], de szerintem sokkal szebb, amikor egy ilyen logikai játékkal együtt, egy ilyen szép mozdulatmenet vagy mozdulat, vagy rutin kijön belőle, és látszódik rajta, hogy gondolkodik is, meg az is látszódik rajta, hogy tudja pontosan, hogy hova rakja a testét [képesség – a szerz.]”. Az interjúpartnereim ugyan nem fogalmazták meg ezt a distinkciót világosan, leírásaikban, mint azt a fenti példa is mutatja, fellelhető nyomai, akkor is, ha érződik, hogy nem objektív fogalmakról van szó, és hogy valójában az egyéni nézőpont határozza meg, hogy képességről vagy adottságról beszélhetünk-e – és ennek függvényében, hogy *saját bétáról* vagy *kicsalásról*. Az ügyesség, testkoordináció általában magasabbra értékelődik, mint a nyers izomerő, akár a mászásból, akár a korábbi sportokból származik. Az erő akkor méltó az elismerésre, ha társul mellé teskontroll, egyensúlyérzék is.

A *saját béta* értékét az önismeret adja, az, hogy a mászó tisztában van a saját lehetőségeivel, és képes kihasználni őket, ismeri az erősségeit. Növeli a presztízsértékét, ha a megoldás valamilyen módon különleges gondolkodást igényel, furfangos, leleményes. A mászásban – mint ahogyan az többször is előkerül a tanulmányban – a gondolkodás kiemelt szerepet kap: a *saját bétában* pedig az egyéni gondolkodásmód jelenhet meg, hiszen azt mutatja, hogy a mászó képes máshogyan gondolkodni, mint a *route-setter*.

2.6. Amikor nagyon máshogyan járunk az úton – a nevetés

A máshogyan gondolkodás, amely a *saját béta* jellemzője, néha egészen kiléphet a megszokott mozgásformák keretei közül. Mint ahogyan a táncban is lehet viccelni, néha a mászásban is előbukkan egy mozgásra épülő humor. Terepmunkám során találkoztam nevetéssel, amelyet egy *intended béta* meglepő mozdulata váltott ki; olyannal, amely egy látványos *kicsalást* követett; találkoztam az elbaltázott kísérletek után járó nevetéssel, főleg, ha a mozdulat valami kreatív ötletből fakadt; de találkoztam önkritikus nevetéssel is. Ezekben a helyzetekben többnyire a meglepetés váltja ki a nevetést, a szokatlan mozdulat szembesít egy kicsit a megszokott kereteken kívül létező világgal, és kontrasztot alkot.

Ezt is jelenti, hogy van egy olyan mozgáskultúra, a mozdulatoknak egy olyan tárháza, amelyek megszokottak a mászók között – hiszen vannak olyanok, amelyek kívül esnek a megszokotton, a „normálison”. Henri Bergson a nevetésről szóló kötetében a gépezetre emlékeztető, merev, gépies, rugalmatlan mozdulatokat nevezi viccesnek (Bergson 1986: 43) – ő azonban a hétköznapi környezet komikumából meríti példáit. A mászós közegben hasonló mozdulatok nem igazán jelennek meg – ám Bergsonnál a merevség valójában a természetellenességet fejezi ki, márpedig ez a mászók között is hasonlóan működik.

Természetellenesek azonban itt azok a mozdulatok lesznek, amelyek más környezetben akár természetesen is hathatnak. Egy alkalommal a terepen egy út tetején a *top fogást* úgy lehetett stabilan elérni, ha a mászó fenékkal beletámasztott az eggyel alatta elhelyezkedő széles fogásba – gyakorlatilag beleült. Az utat mászók közül mindenki meglepetten nevetett az utolsó mozdulaton – bár nem harsányan, de a földről is fölismerhetően. Ez a nevetés egyszerre szólt a meglepettségnek – hiszen ezt a földről tervezve nem látta előre senki – és a szokatlanságnak – nagyon ritkán kell oldalirányba támaszkodni a falon, pláne a fenéket ily módon használni. Ráadásul ez egy olyan mozdulat, amely a mindennapokból ismerős, de a mászós közegben, a falon idegenként hat.³¹ Amikor én másztam ezt az utat, ebben a mozdulatban egy kicsit hülyén éreztem magam, szinte zavarba jöttem tőle – ez alapján úgy gondolom, a fenék mint testrész körüli tabuk is közrejátszottak a mozdulat neveltségességében.

A tapasztalatom rávilágít arra, hogy más mászók is „viccként” kezelték az utolsó mozdulatot. Amikor másztam, az út alsóbb szakaszain biztattak azok, akik a környezetemben voltak,³² korábban tippet is kaptam egy másik mászótól az egyik fogáshoz. A tetején azonban, pedig látható volt, hogy nem tudok mit kezdeni a helyzettel, nem segített senki – pedig nem lett volna kirívó, de nem spoilerezték el a beleülő mozdulatot. Azok is, akik már mászták előttem az utat, és ismerték a trükköt, hagyták, hogy én jöjjek rá, nem biztattak, nem adtak tanácsot. Megadták a lehetőséget, hogy rám is ugyanazzal a meglepetéssel hasson, mint amivel rájuk hatott korábban.

Bergson azt írja: „Vannak komikus hatások, amelyeket nem lehet egyik nyelvről a másikra lefordítani, vagyis amelyek egy sajátos társadalom szokásaiban és eszmevilágában gyökereznek.” (Bergson 1986: 39) Úgy gondolom, hogy a mászóközösség a mozgáskultúráján keresztül ilyen értelemben egyfajta nyelvet hoz létre, egy normát, amelytől el lehet térni, vagy amelyhez akarva-akaratlanul is alkalmazkodik az ember. Vannak mozdulatok, amelyeket megtanul minden mászó – vannak névvel rendelkezők és olyanok, amelyeknek nincs nevük, van, amit tudatosan tanulnak a mászók és van, amit nem tudatosan.

Papp Richárd *Vízzel írt valóság: A kultúra arcai* című kötetének humorról szóló fejezetében így fogalmaz: „A humor [...] együttesen megjelenítheti a társadalmi normákat, kánonokat és azok apokrif módon történő átfogalmazását, zárójelbe tételét, kifigurázását is.” (Papp 2018: 32.) Meglátásom szerint ebben a példában is ez történt: a meglepő moz-

dulat azáltal, hogy nem követte a mászók által internalizált mozgási normákat, felhívta a figyelmet ezen normák jelenlétére – a mozdulat humorában egyszerre volt jelen a normák megtörése és maguk a normák is, utóbbiak éppen hiányuk által. Mary Douglas szavaival: „*A tréfa: játék a formával. Különböző elemeket hoz kapcsolatba egymással, még hozzá úgy, hogy valamilyen elfogadott mintát valamilyen másik minta felbukkanása kérdőjelez meg, amely valamilyen módon az elsőben volt rejtve. [...] A vicc pusztán lehetőséget nyújt annak felismerésére, hogy valamilyen elfogadott minta nem szükségszerű.*” (Douglas 2003: 122–123.) Jelen szituációra alkalmazva tehát a beleülés mozdulata nyújt lehetőséget annak felismerésére, hogy léteznek normák, közös mozgáskincs, egy elfogadott minta: a leülés mozdulata pedig ennek nem része. Azáltal, hogy ezt a mozdulatot az úton mégis használja a mászó, felismerheti, hogy az elfogadott mozdulatok tárháza valójában bővíthető, hogy ennek a mozdulatnak az általános elkerülése igazából nem szükségszerű.

2.7. De honnan tudjuk, hogyan kell menni az úton?

A falmászásnak – például a keringővel vagy a tangóval ellentétben – nincs szigorúan behatárolt mozgástára. Egyetlen út teljesítésének módja sincsen kőbe vésve, senki nem mér szögeket, versenyen sem, minden mozdulat egyénre szabott. A szabályok csupán az eszközhasználatot korlátozzák (a falon lévő csavarlyukakat nem lehet használni, a földre nem léphetsz le, az elemeket nem mindig érintheted), de az ember úgy használja a testét, ahogyan tudja, amire képes.

Olyan sportról van szó, amelyre valamilyen szinten szinte bárki képes – gyakran éppen ez is adja a húzóerejét. Már az elején is sok a sikerélmény, hiszen vannak megfelelő szintű utak; egy „átlagosan sportos” személy akár az első alkalommal is különösebb kihívás nélkül feljut egy-egy könnyebb út tetejére, ugyanakkor sokáig nem fogy ki a kihívásokból, mindig lesznek nehezebb utak előtte. Idővel azonban, egy bizonyos nehézségi szint³³ után előjönnek a mászásban azok a mozdulatok, amelyek már nem adódnak ösztönösen. Amikor a mászónak nemcsak ki kell nyúlnia egy fogás után, hanem így vagy úgy, ki kell csavarodnia hozzá, ki kell támasztania magát, közelebb kell húznia a csípőjét a falhoz stb.

Általában ezen a szinten találkozik a mászó a névvel ellátott mozdulatokkal, trükkökkel. Talán a legismertebbek közülük a *heel hook* és a *toe hook*, amikor az ember a sarkát vagy a lábfejét beakasztja egy fogásba, ezzel stabilizálva magát – akár a testsúlyát is ráhelyezheti, lóghat, vagy csak megtámaszkodhat, amíg a következő fogásért nyúl. Ritka, hogy ösztönösen a lábfejünkkel vagy a sarkunkkal kapaszkodjunk egy-egy helyzetben, így ezekről a mászók is általában másoktól hallanak először. A forrás lehet akár egy YouTube-vagy egy Tik-Tok-videó is – amikor nehezebb utakra is vállalkoznak, sokan kezdenek el mászókat, edzőket követni a különböző platformokon, akik elmagyarázzák a mozdulatokat. A legnépszerűbb ezek közül Magnus Midtbø,³⁴ a maga közel 2,8 millió feliratkozával, de itthon szintén népszerű a korábban már említett Hannah Morris³⁵ is, bár az ő YouTube-csatornája eltöri a 150 000 körüli feliratkozót.

A YouTube-videók mellett a mászók egy része jár órákra is. Ilyenkor a csoporthoz tartozó mászók edző vezetésével másznak, általában az edző által kitalált utakat, amelyeket ő egyénileg mutat meg és rak össze a falon lévő fogásokból (általában nem is követi a színekódokat). Ezek az utak specifikus készségek fejlesztésére fókuszálnak – az edző például belerakhat egy dinamikusabb mozdulatot, hogy a tanítványok gyakorolhassák az ugrásokat –, illetve mintapéldái lehetnek bizonyos technikáknak, akár a korábban említett *heel hook*nak vagy *toe hook*nak is.

Nem minden mászó jár edzésekre – sőt, a többségük nem jár –, viszont mégis mindenki tanul a mászások alkalmával, a saját tapasztalatokon túl egymástól is. A mászóteremben – mint azt korábban is említettem – a mászók óhatatlanul nézik egymást, amikor másznak. Nézik az ügyesebbeket, a kevésbé ügyeseket, ellesnek konkrét mozdulatokat, konkrét bétákat.

Interjúpartnerem, E. ezt így részletezte: „*Én általában azt szoktam nézni, hogy van-e hozzám hasonló testalkatú ember, aki mondjuk nálam jobb. [...] Nyilván egy kétméteres csávó annyira nem releváns nekem. De mondjuk, ha az én testmagasságomban meg testalkatommal van egy lány... Az ideális az az, hogyha kicsit jobb nálam, de nem sokkal jobb, nem az van, hogy ilyen tiszta izom, mert akkor meg azért nem tudom [utánozni]. És olyankor azt szoktam, hogy nézem, hogy ő mondjuk egy utat hogy csinál... mondjuk egy olyan utat, ami nekem szóbajön, tehát ha valaki fekete, meg piros utakat mászik, akkor nyilván azt is nézem, mert néha tők jó nézni, meg tők jó flash, csak mondjuk nem ilyen tanulási céllal.*”

Elterjedt kifejezés a „lopott béta” – amikor a mászó nem maga találta ki a mozdulatot, hanem egy másik mászót látott így mászni ezen az úton. A megfigyeléssel azonban nemcsak a konkrét, tudatos mozdulatokat lesik el, hanem a finomabbakat is. A tartást, a mozdulatok sebességét, folyamatosságát, a légzés ütemét. Az egymástól való tanulásal tovább adódik egy közös mozgáskincs, amely nemcsak konkrét mozdulatokat tartalmaz, hanem egy ennél finomabb, kevésbé megfogható mozgáskultúrát is.

A mászók mások megfigyelésén túl gyakran meg is beszélnek egyes bétákat, egyes mozdulatokat, tanácsokat adnak egymásnak. Ez elsősorban azokra jellemző, akik együtt másznak, ismerik egymást, esetleg együtt *projektelnek* egy utat – bár az „együtt mászás” határait is nehéz meghatározni. Ismeretlennek kéretlenül nem illik bétát adni – fel lehet ajánlani, főleg olyankor, amikor a másik sokat töpreng az adott problémán, de olyankor is mindig illik előtte megkérdezni, hogy nem bánja-e, ha kap egy tippet. Ez is bizonyítja, hogy az út teljesítése nem kizárólag fizikai teljesítmény, hanem mentális is – az is része a folyamatnak és része a sikerélménynek, hogy a mászó kitalálja az úthoz szükséges mozdulatokat. Mégis, kölcsönös beleegyezéssel teljesen ismeretlen emberek is megbeszélnek utakat, kölcsönös ötletelnek – az olimpiai kvalifikációs versenyen, sőt, a párizsi olimpia döntőjén is a versenyzők is közösen ötleteltek a versenyutak megoldásán, holott nekik egyáltalán nem állt ez érdekükben. Az olimpiai döntő kommentátorai meg is jegyezték a nézőknek: „*A bajtársiasság különleges ebben a sportban.*”³⁶

A könnyebb utakat, főleg a tapasztaltabb mászók, kvázi automatikusan másszák ki, mint ahogy az ember lép, vagy felmegy a lépcsőn. Az eggyel bonyolultabb utakat már gyakran a földről tervezgetik – nem mindenkinek ez a módszere, nem mindenkinek „van rá szeme”, van, aki nem tudja igazán elképzelni a saját testét és irányait a falon. Idővel és gyakorlattal azonban a legtöbb mászó elkezd használni ezt a módszert az utak tervezésére. És persze a legbiztosabb módszer a félig kigondolt mozdulatok kipróbálása – bár nem energiahatékony minden elképzelt mozdulatot kipróbálni, sokkal több információt ad egy útról az, ha rajta van a mászó, ha közelről látja, ha érzi a testének súlyát a függesztési pontokon, mintha a földről nézi.

És egy idő után a test automatikusabban kezd el reagálni az egyes fogásokra, lépésekre – kvázi ahogyan megtanult járni, megtanul mászni is. Sok mászó „megszereti” azokat a fogásokat, amelyeket korábban nagyon nem kedvelt. Egy interjúpartnerem mesélte, hogy egy ideig ki nem állhatta a gyümölcsöket és zöldségeket ábrázoló fogásokat (banán, málna, répa alakú fogások, amelyeket kicsit másképp kell fogni, mint a hagyományosabb darabokat), de most már szinte mindig sikerélménye van velük. Megtanulta, hogyan használja őket, a teste már könnyebben reagál rájuk.

Hasonlóan tanulja meg az ember a fogások irányának jelentését is – kezdő mászóként még nem olvassák olyan természetességgel az utakat, de minél többet másznak, minél több tapasztalatuk lesz, és minél több mintát látnak a társaiktól, annál többet jelentenek számukra a testpozícióra nézve az egyes fogások elrendezései. Például egy hosszúkás, keskeny peremes fogást, ha átlósan tesznek fel, abba (többnyire) a fogással párhuzamosan, nyújtott karral bele kell lógni, mert „*így tart*”. A fogások *tartásának* megismerése és az erre való helyes reagálás tapasztalat kérdése, ami aztán tudatosan vagy sem, de beépül az automatikus reakciók közé.

A gyakorlattal, fejlődéssel egy idő után kialakul a saját stílus is – mindenki egy létező mozgáskultúrával érkezik a mászóterembe, de az, hogy ez idomuljon a szükséges mozdulatokhoz, ahhoz, hogy hatékony legyen a falon is, gyakorlat és tudatosság kell. A saját stílus többnyire nem jelent radikálisan más mozdulatokat, mint a többieké. Inkább bizonyos mozdulatok előnyben részesítéséről van szó más mozdulatokhoz képest – például több *toe hook*ot használ, mint *heel hook*ot azokon a helyeken, amikor mindkettő lehetséges megoldás lenne. A bizonyos mozdulatok favorizálása azt is magával hozza, hogy a mászó az utakat is elkezdi a saját ízlése szerint kiválasztani, hiszen a fogások, az elrendezések, a fal dőlésszöge behatárolják a mozdulatokat.

A saját stílus kialakulásával párhuzamosan, a gyakorlásnak köszönhetően, a mászó mozgása is magabiztosabb lesz, összeszedettebb, hatékonyabb, precízebb. Szebben kezd mászni. Egy interjúalanyom, Gy. ezt így fogalmazta meg: „*Az elején nagyon nagyon béna voltam, és csak örültem, hogy mászok. Amikor aztán a sárgákból nem az volt, hogy néha meglelt egy-egy olyan, amit csak izomból [ki lehet mászni], hanem tényleg mászni is kellett benne, onnantól kezdve meg folyamatosan az volt [bennem], hogy na, ez király dolog. Nemcsak az, hogy ú, mászás, hanem hogy szép is, meg jó is.*”

Az idővel és gyakorlással kifejlődő technikának tehát van hozzáadott értéke a mászás megéléséhez: a kimászott út sikerének primer öröme mellett a technikás mozgás esztétikai élménye meghatározó lesz.

Ez a szép mászás épülhet finom mozdulatokra, de lehet dinamikus, lendületes is. Vannak, akiknek a lassú, precíz mozdulatok mennek jól, amikor minden lélegzetvétel számít, egyensúlyozni kell a falon, a peremen, aprócska lépéseken, vagy körömhegynyi fogásokon keresztül kell előre jutni. És vannak, akik jobban szeretik a nagy elemeket, amelyekre rá kell csapni, hogy „*tapadjon*”, hogy meglegyen a tapadási súrlódás, ami lehetővé teszi a kapaszkodást. Van, aki a dinamikus mozdulatokat kedveli, szívesen ugrál, akár mind a négy végtagjával is a levegőben van egy-egy út közben. Mindegyik stílusban közös azonban a pontosság, a hatékonyság és a megfelelő ritmus eltalálása. Egy kutatópartnerem szerint, amikor pontosan és magabiztosan mászik az ember, akkor olyan, mintha táncolna – elmondása szerint őt hívták is egy külföldi mászóteremben a kezdő mászó társai táncosnak.

2.8. Vannak férfi- és női utak?

A különböző mászóstílusok különböző asszociációkat keltenek – Jennifer Wigglesworth korábban említett, *A feminist ethnography of indoor and outdoor sport climbing and bouldering* című doktori disszertációjában többek között ezt is elemzi amerikai mászó körökben: azt vizsgálja, hogy az egyes mászóstílusokat hogyan kategorizálják a mászók „férfias” vagy „nőies” mászásnak (Wigglesworth 2021).

A terepen egy átlagos alkalommal jellemzően kicsivel több férfi mászó van, mint nő, de az arány többé-kevésbé kiegyenlített. A mászóterem koedukált – az öltözőkön és mosdókon kívül nincsenek olyan terek, amelyek egyik vagy másik nem számára elérhetetlenek lennének, legyen szó biológiai vagy társadalmi nemi elkülönítésről, és kifejezetten nőknek vagy férfiaknak épített utak sincsenek.

Közelebbről nézve azonban látszik, hogy valójában a sportmászásban is kimutathatók bizonyos társadalmi nemi prekoncepciók, és hogy ezek nagymértékben befolyásolni képesek a mászó mászási stílusát, problémakezelését, viselkedését, öltözködését, fejleszhető testi képességeit, mozgását, sőt, magát a testét is.

A mászóteremben a feminitás kifejeződése bizonyos mértékben korlátozva van: a feminitás tipikus jegyeinek megjelenését a mozgásforma nem teszi lehetővé. A hosszú, szabadon hagyott haj beakadhat, belelóg a mászó szemébe, a hosszú köröm letörik a fogásokon, a festék lepattogzik. A hagyományosnak tekintett nőiesség így más módokon fejeződik ki: a haj befonásával például, vagy a megfelelő alakot hangsúlyozó ruhák kiválasztásával, néha pedig a – néha rózsaszín, plüssállatokat mintázó – *ziásák* (a mászáshoz szükséges magnéziumport tároló, általában csipőre akasztható, de szinte mindig a földön tárolt szövetartó) hordoz feminin jegyeket. Ahogy a hétköznapi teremben, a 2024-es párizsi olimpia női döntőjén is ezek között a korlátok között jelentek meg a nőiesség jelei: több versenyző festett (rövidre vágott!) körömmel jelent meg, volt, aki befont hajában masnit viselt, és gyakoriak voltak a (nem túl hosszú vagy nagy) fülbevalók is.

A megjelenés összeállításában szerepet játszik a különböző tekinteteknek való kitettség: ahogyan már említettem, a mászótermek kialakítása lehetővé teszi, a sport maga pedig jutalmazza más mászók megfigyelését. Ez az állandó tekintet felerősítheti a társadalmi gender-koncepcióknak a mászóra gyakorolt hatását – nemcsak önmaga előtt szeretné megőrizni nőiességét vagy férfiasságát a falon, hanem a nézők előtt is.

A nőiesség vagy férfiasság fogalma pedig egészen megfogható szinten befolyásolhatja egy-egy mászó stílusát, az út problémáira adott válaszokat. Mint minden mozgásformában, a sportmászásban is vannak stílusok, meghatározóbb karakterjegyek: ilyen például a dinamikus és a statikus mászás, de ide sorolható az erőből, illetve a technikából vagy hajlékonyságból való mászás dichotómiája is.

Az erőből való mászást mind a saját, mind Wigglesworth interjúpartneri maszkulin-ként jellemezték, szerintük ez a stílus elsősorban a kidolgozott felsőtestű, nagy izomtömegű férfiakra jellemző. Ők mászáskor azokat a mozdulatokat részesítik előnyben, amelyek sok energiát igényelnek, kedvelik az *overhangs* falakat, azaz ahol a fal és a talaj 90 foknál kisebb, szöveget zár be – a fal akár 45 fokban is dőlhet, így a kar és a törzs izmainak perceként át is el kell bírniuk a teljes test tömegét.

Hasonlóképpen egyeznek a tapasztalataink a femininnek tartott mászást illetően: mind az én interjúmban, mind a Wigglesworth által készítettetben a megkérdezettek tipikusan feminin mászásnak tartják az ügyességre, finommotorikus képességekre és hajlékonyságra épülő mászástechnikák használatát, a kis elemekből álló utakat, és a *slabeket*, azaz a 90 fokos vagy annál nagyobb szöveget bezáró falakat, ahol többnyire az egyensúlyozás lesz a kihívás. Egyik női interjúpartnerem, E. így fogalmazott: „*Vannak ezek az ilyen műtyűrködős utak [kis elemekből álló, jellemzően slabes utak], tehát ami olyan, hogy sokkal technikásabb és sokkal kevésbé izmozós és igen, az szerintem is ilyen nőiesebb út.*”

Amikor E. a saját maga által preferált úttípusokról beszélt, elsőként az egyensúlyozós, apró fogásos utakat említette, később azonban hozzátette, hogy szereti kipróbálni magát a dinamikusabb mozdulatokon is. Amikor általánosságban fogalmazott, akkor azonban a dinamikus mozdulatokat nem sorolta a nőies mozdulatok közé, és nem is kommentelt a saját preferenciáira.

Wigglesworth interjúpartnerei gyakran említik, hogy a női mászás „clever”, megfontolt mászás: nem pazarolja az energiát, mert tudatában van a végességének. Hazai kutatásomban én inkább az ügyességet, egyensúlyérzékletet, technikát, esetleg a tudatosságot hallottam hangsúlyozni – kifejezetten az okosságot, az agy igénybevételét ilyen formában nem.

Noha a „női okosságot” a mászóstílusban nem látom megjeleneni, az utak kitalálásában inkább. Az egyik mászóteremben az egyik, korábban már említett női *route-setter* útjaira gyakran hivatkoznak úgy, mint trükkös, ravasz utakra. Ezzel párhuzamosan pedig ugyanott vannak például férfi *route-setter*ek, akik érezhetően az izmosabb utakat kedvelik, ahol több nyers erőt kell befektetni az út megoldásához. Az „okosság”, az utak trükkössége mindig pozitívumként hangzik el – a sportmászásnak gyakran kiemelik az intellektuális oldalát, az utak adta problémák megoldásainak megtervezését. Részben ennek is lehet köszönhető, hogy az intellektuális kihívást jelentő, meglepő problémákat állító utak népszerűek.

A „férfi és női mászóstílusok” különbségeit a mászók a természetes adottságok közötti különbségeknek tudják be – a férfiak köztudottan erősebbek, a nők köztudottan hajlékonyabbak és megfontoltabbak. Az én tapasztalataim is ezt a magyarázatot és ezt az ön-reprezentációt erősítik: női mászók kevésbé mondják magukra, hogy erősek, sőt, gyakran hallom az ellenkezőjét, azaz kifejezetten azt hangoztatják, hogy nem elég erősek az adott úthoz. Noha ezt férfiak szájából is hallottam, jóval ritkábban. Ezt a kijelentést általában mindkét nem azzal egészíti ki, hogy tudatában vannak, valójában az úthoz nem erősebbnek kellene lenniük, hanem ügyesebbnek.

Ide tartozik az is, hogy nőket ritkán látok kifejezetten erősíteni a mászóterem erősítésre és nyújtásra szánt területein, míg férfiakat szinte mindig látok a súlyok mellett, vagy éppen a húzódzkodóknál. Ennek megfelelően férfiakat kevésbé látok nyújtani, mint nőket – hosszan nyújtani, a hajlékonyság növelésének céljával (tehát nem csak az izmok regenerációját segítendő), pedig egyáltalán nem. A mászófal előtt viszont el-elkapom férfiaktól azt a mondatot, hogy ő ehhez nem elég hajlékony – többször láttam már férfit amiatt feladni egy-egy utat, mert például nem tudta elég magasra emelni a lábát.

A dinamikus és statikus mászás megkülönböztetése ugyanígy egy férfi–női dichotómia asszociációját vonja maga után. A dinamikus, lendületen és erőn alapuló mászásban *dynó*knak nevezzük azokat a mozdulatokat, amikor a mászó egy pillanatig nem érinti a falat, akár se lábbal, se kézzel. A *dynó*k használata jellemzőbb a férfiakra – kifejezetten a fiatalabb férfiakra –, akik a prekoncepciók szerint erősebbek és vakmerőbbek. A *dynó*k során magasabb a sérülés kockázata, könnyebben húzódnak meg izmok és ízületek, és a mászó nagyobb eséllyel csapódik a falnak, más elemeknek, vagy éppen a földnek.

Wigglesworth egyik interjúpartnerét idézi, aki azt állítja, a lányok kevésbé motiváltak arra, hogy kockáztassanak a sportban, nagyobb óvatosságra nevelik őket: nem ciki ügyetlennek lenniük, ezért nem is küzdenek úgy, mint a férfiak (Wigglesworth 2021: 115). Éppen ezért a női mászók kevésbé próbálnak rá a dinamikus megoldásokra – inkább másképp oldják meg a problémát, más, statikusabb technikát választanak. Mivel nemigen látnak példát más nőktől a dinamikus mozdulatok gyakorlására, nem kezdenek el ezekben a mozdulatokban mint lehetséges megoldásokban gondolkodni.

Az én tapasztalatom is ezt támasztja alá: női mászót ritkán látok *dynó*t gyakorolni, míg fiatal férfiakat rendszeresen – általában kisebb csoportokban, egyedül ritkábban. Ennek oka részben, hogy – mint említettem – ezek veszélyesebb mozdulatok, így a mászótársak nyújtotta biztonság fontos gyakorlás közben, részben pedig az is, hogy a barátságos versengés, a közös, kicsit veszélyes projekt izgalma csoportban megélve jobban érvényesül.

A közösségi médiában egyértelműen a dinamikus mozdulatok hódítanak a statikusok felett: a legtöbb népszerű videóban látványos ugrások szerepelnek, gyakran mutatják a gyakorlás fázisában az elrontott ugrásokat, az eséseket, ezzel is kiemelve a mozdulatok nehézségét, veszélyességét. A nagy mozdulatok valóban látványosabbak – és a videókon szereplő mászók többnyire férfiak.

Tapasztalatom szerint a hozzáértőbbek egyaránt értékelik a lendületes és erőteljes *dynó*kat és a pontos, finom, egymásba fonódó mozdulatokat, amelyeket a statikus mászók használnak előszeretettel, de a kevésbé hozzáértők számára a dinamikus mozdulatok a vonzóbbak.

Némely mászók megkülönböztetnek az egyes fogások, elemek között is férfiasabb és nőiesebb fogásokat: az apró felületű fogások a nőknek könnyebbek, a nagy felületű, alapvetően a tapadási súrlódást kihasználó fogások a férfiaknak – ezt a kézmérettel szokták magyarázni, az előbbinél a kisebb kéz jelent előnyt, míg az utóbbinál a minél nagyobb tenyérfelület segít.

Ezek az internalizált megkülönböztetések önbeteljesítő jóslatként működnek: ha nőként tőlem a kecses mozgást várják el a mászótermen kívül is, a mászótermen belül is erre törekszem, pláne, ha tudatában vagyok az engem esetleg figyelő tekinteteknek. Amennyiben a kecses mozgást próbálom elérni, olyan technikákat alkalmazok, amelyek az egyensúlyérzékre, hajlékonyságra, pontosságra építenek, így ezekben a technikákban fejlődöm, és megerősítem azt a képet, magamban és a környezetemben egyaránt, hogy én nőként a statikus mászásban vagyok ügyes. A társadalmi nemem ekként a mászóteremben is meghatározza a viselkedésemet, az alapvető mozgási és kifejezetten a mászási stílusomat, ennek következtében a testem alakulását: többet nyújtok, nem fordítok olyan nagy figyelmet az izomzatom építésére.

Mindemellett azonban fontosnak tartom kiemelni – és Wigglesworth is külön alfejezetet szentel ennek –, hogy bár a mászás újra is termeli ezeket a társadalmi nemekről alkotott koncepciókat, ugyanakkor hajlamos kivételeket is támasztani és megkérdőjelezni ezeket az elképzeléseket. Látni ugyanis nőket erőből mászni, dinamikusan mozogni, a „nyersebb” megoldást választani egy-egy út problémáira, és ugyanígy egyes férfiak kecsesek a falon, pontosan lépnek, hajlékonyak és jól egyensúlyoznak – ha pedig ügyes valaki, bármelyik technikát választja is, a mászótársak elismerik a teljesítményét. Nyílik tehát tér az egyéni preferenciáknak, nem kell, hogy a tendenciák beszorítsák a mászókat a társadalmi nemmel szemben támasztott elvárások közé.

Összegzés

Tanulmányom fő gerincét tehát az alábbi kérdés adta: mi mindenben nyilvánul meg a mászók kultúráját mélyen átjáró testen keresztüli érzékelés, testen keresztüli tanulás, testen keresztüli gondolkodás a budapesti beltéri boulderező közösségben?

A fenti tanulmányban e kérdés megválaszolásaképp hét témát fejtettem ki a terepkutatáson tapasztaltak és a szakirodalom alapján. Természetesen a kérdés kapcsán sok más téma is felmerülhet és felmerült, mint az öltözködés vagy a sérülések témája. Reményeim szerint azonban a tanulmány így is hasznos betekintést nyújt a budapesti beltéri boulderezés világába, és felhívja a figyelmet a testközponterű szemléletmód előnyeire. A kulturális antropológia alapvető módszere, a résztvevő megfigyelés kifejezetten adekvát volt a terep kutatásához: meglátásom szerint a mászás lényege a test élményén keresztül érhető meg igazán. A saját tapasztalat, a testre való fókuszálás, a testen keresztüli gondolkodás pedig nemcsak kulcsként szolgálhat mások tapasztalatának, magyarázatainak, mozdulatainak mélyebb megértéséhez, de akár a mászótermen kívüli egyéb kutatási területekhez is új perspektívát adhat.

Jegyzetek

- 1 A mászás során használt magnéziumalapú fehér, lisztre hasonlító, apró szemcsés por. A mászók beporozzák vele a kezüket, hogy kevésbé csúszson a fogásokon.
- 2 A tanulmány a budapesti Eötvös Loránd Tudományegyetem kulturális antropológia mesterképzésére írt szakdolgozatom rövidített változata. A dolgozat elkészítésében Papp Richárd volt segítségemre konzulensként.
- 3 A beltéri boulderezés a falmászás egyik ága.
- 4 A mászók közötti kapcsolatokat hálózatos szerkezetük és minőségük szempontjából is izgalmas és termékeny lenne megvizsgálni – hogyan alakulnak ki és vajon kilépnek-e a teremből az ott kötött ismertségek; hogyan hat a meglévő kapcsolatokra a közös mászás stb. – esetleg egy későbbi kutatás keretei között.
- 5 Lásd az 1. sz. mellékletet.
- 6 Összehasonlításképp Kolozsvárott, ahol jóval kisebb közönség jár boulderezni, a négy mászóterem közül mindegyikben van lehetőség boulderre és nehézségi mászásra egyaránt.
- 7 Bár egyre több a gyerek is a termekben, ők elsősorban szervezett oktatás keretein belül másznak. A termekben gyakran van korhatár a felügyelet nélküli jelenlétre.
- 8 „embodied experience is the starting point for analyzing human participation in a cultural world” (saját fordítás).
- 9 Fuchshoz hasonlóan Merleau-Ponty hagyományához kapcsolódva, a fenti szerzők értelmezésében és tovább gondolásában voltak segítségemre az alábbi szerzők munkái: Ian Burkitt: *Technologies of the Self: Habitus and Capacities*; Timothy Ingold: *Culture in the Ground: The World Perceived through the Feet*; Bakos Áron: *Testet öltő módszerek: tapasztalat és etnográfia*; Jacquelyn Allen-Collinson – John Hockey: *From a Certain Point of View: Sensory Phenomenological Envisionings of Running Space and Place*.
- 10 A fent említett munkákon kívül számos más tanulmányt feldolgoztam, amely a sziklamászást elemzi az általam is adaptált szempontok szerint. Közülük a legfontosabbak: Jennifer C. Wigglesworth: *A Feminist Ethnography on Indoor and Outdoor Sport Climbing and Bouldering*; Jan Dutkiewicz: *Pretzel Logic: An Embodied Ethnography of a Rock Climb*; Jillian M Rickly: *The (Re)production of Climbing Space: Bodies, Gestures, Texts*; R. G. Gunn – J. R. Goodes – A. Thorn – C. Carlyle – L. C. Douglas: *Rock Art and Rock Climbing: An Escalating Conflict*; Hubert Wierciński: *Climbing heritage: The Lines and Aesthetics of Rock Climbing*; Hubert Wierciński: *Skills, Lines, and Rocks: The Ethnographic Approach to Rock Climbing and Mountaineering*; Lilly Posner: *Virtually Inevitable: The Impact of Social Media Presentation on Rock Climbing*.
- 11 Szintén a sziklamászás és a beltéri mászás viszonyának értelmezéséhez volt segítségemre David P. Carter és Laura Allured tanulmánya, az *Outdoor participation and intent among indoor climbers: findings from the U.S. and Canada*.
- 12 Az egyik mászó, Warren Harding híres volt arról, hogy akár napokon keresztül részegen mászott a sziklákon (*Valley Uprising* 2014).
- 13 A falmászóterem honlapja: <https://terresneuves.be/salle/>
- 14 Ezt a climbicp honlapján több statisztika is illusztrálja: <https://climbicp.com/resource-hub/2024-global-indoor-climbing-gym-stats/?rsId=AfmBOoqzq0NX7TJ3m0S4HWcXpe0SxLyF6-vjdbA0yWaDkSNUf6CSsgQU>
- 15 https://www.facebook.com/events/1126909655742891/?acontext=%7B%22action_history%22%3A%22null%22%7D&ref_source=newsfeed&ref_mechanism=feed_attachment&_rdr
- 16 Az émikus kifejezéseket tanulmányomban dőlt betűvel jelzem.
- 17 Az út kímászásán való dolgozás, többszöri próbálkozás, a részmozdulatok gyakorlása. Akár több edzésalkalmon keresztül is húzódnat. A másik „projektelt útjába” belemászni azért illetlenség, mert így potenciálisan elveszi tőle a megfelelő mozdulatok megtalálásának kreatív örömet.
- 18 A magyar mászótermekben egy egyedi, színkódolt rendszert használnak, ez alapján az utak besorolása egyre nehezedő sorrendben: fehér, kék, sárga, zöld, piros, fekete.
- 19 *Birtoklásnak* nevezik, amikor valaki biztosan fog egy fogást – ez a fogalom a későbbiekben is visszatér majd.
- 20 „being lost in focused intensity” (saját fordítás).
- 21 „it is in the moments of most involved climbing that the body in action forgets itself, so much so that it no longer knows or even perceives itself to be in motion” (saját fordítás).
- 22 <https://www.nbcolympics.com/news/sport-climbing-101-olympic-rules-regulations-and-scoring>
- 23 Erre volt példa a 2024-es párizsi nyári olimpia női döntőjének során is.
- 24 „Climbing is – globally – an insignificant activity. Those who lack honesty and integrity have nothing.” (saját fordítás).
- 25 <https://www.youtube.com/@hannahmorrisbouldering>
- 26 Az út elkezdése: a budapesti termekben a kezék pozíciója van meghatározva a kezdéskor.
- A beszállás akkor érvényes, amikor a mászó egyik végtagja sem érinti a földet – innentől az út elkezdettnek minősül.
- 27 <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1057548803039128&id=100063520541857&set=a.515588017235212>
- 28 <https://www.instagram.com/p/C-Fzn0pIAtu/>
- 29 <https://www.instagram.com/p/DCouwzzlnz4/>
- 30 <https://www.instagram.com/p/DBY8mi6lrWZ/>
- 31 Valójában még a teremben is ritkán ülünk le szabályosan – az öltözőben és a kávézó részben igen, de ezek átmeneti terek. A falok előtt/alatt található matracokon a mászók törökülésben ülnek, vagy felhúzott térdrel, vagy ha sok a hely, kinyújtott lábbal. A matracok mellett néhol állnak padok vagy egy-egy fotel is, de ritkábban látni rajtuk üldögélő embereket, vagy ha igen, egy hosszabb pihenős periódusban vannak – figyelik a társaikat vagy készülnek a következő útra, a következő próbálkozásra. A mászóterem kultúrájában a hagyományos ülő pozícióval mint olyannal ritkán találkozni. Valahol túlságosan is a hétköznapi mozgáskultúra része, nincs meg benne az a potenciál, hogy megmutassam általa, mire vagyok képes a testemmel, vagy megmutassam, hogy itt nem a hagyományos normák érvényesek, itt komfortos lehetek – ami pedig a mászóképzésnek a részese, lévén eredetileg az outsiders, a kívülállók, a mások szubkultúrája.
- 32 Elhangzott többször is az ilyenkor megszokott „gyerűűnk” biztatás egy specifikusan egysíkú hangsúlyal, amit sűrűn hallottam különböző mászótermekben, különböző társaságokban, és a mászótermi szurkolás sajátjaként regisztráltam.
- 33 Ez függ az egyéni adottságoktól is – magasnak, erősnek, könnyűnek lenni például előny –, de általában a sárga utak környékén kezdődik.
- 34 <https://www.youtube.com/@magmidt>
- 35 <https://www.youtube.com/@hannahmorrisbouldering>
- 36 *“Comradery is special in this sport”* (saját fordítás).

Irodalom

- Allen-Collinson, J. – Hockey, J
2015 From a Certain Point of View: Sensory Phenomenological Envisionings of Running Space and Place. *Journal of Contemporary Ethnography* 44. 2015. 1. 63–83. <https://doi.org/10.1177/0891241613505866>
- Bakos Áron
2024 Testet öltő módszerek: tapasztalat és etnográfia. *Ethnographia* 135. 2024. 2. 356–367.
- Bergson, Henri
1986 *A nevetés*. Ford.: Szávai Nándor Budapest: Gondolat.
- Bogardus, Lisa M.
2012 The Bolt Wars: A Social Worlds Perspective on Rock Climbing and Intragroup Conflict. *Journal of Contemporary Ethnography* 41. 2012. 283–308. <https://doi.org/10.1177/0891241611426429>
- Bourdieu, Pierre
1990 *The Logic of Practice*. Redwood City, California: Stanford University Press. <https://doi.org/10.1515/9781503621749>
- Burkitt, Ian
2002 Technologies of the Self: Habitus and Capacities. *Journal for the Theory of Social Behaviour* 32. 2002. 2. [219]–237. <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00184>
- Camoletto, Raffaello Ferrero – Marcelli, Davide
2020 Keeping It Natural? Challenging Indoorization in Italian Rock Climbing. *Annals of Leisure Research* 23. 2020. 1. 34–51. <https://doi.org/10.1080/11745398.2018.1561307>
- Carter, David P. – Allured, Laura
2022 Outdoor participation and intent among indoor climbers: findings from the U.S. and Canada. *Leisure Studies* 41. 2022. 4. 545–558. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.2022178>

- Chai Vasarhelyi, Elizabeth – Chin Jimmy (rend.)
2018 *Free Solo* [film]
- Csikszentmihályi Mihály
1997 *Flow: Az áramlat*. Ford.: Legéndyné Szabó E. Budapest: Akadémiai K.
- Csordas, Thomas J.
1990 Embodiment as a Paradigm for Anthropology. *Ethos* 18. 1990. 1. 5–47.
<https://doi.org/10.1525/eth.1990.18.1.02a00010>
- Csordas, Thomas J.
1992 Somatic Modes of Attention. *Cultural Anthropology* 8. 1993. 2. 135–156.
<https://doi.org/10.1525/can.1993.8.2.02a00010>
- Csordas, Thomas J.
1994 *Introduction: The body as representation and being-in-the-world*. In Csordas, T. J. (ed.): *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*. 1–24. Cambridge: Cambridge University Press.
- Douglas, Mary
2003 *Rejtett jelentések: Antropológiai tanulmányok*. Ford.: Berényi G. ford. Budapest: Osiris /Osiris könyvtár/.
- Dutkiewicz, Jan
2015 Pretzel Logic: An Embodied Ethnography of a Rock Climb. *Space and Culture* 18. 2015. 1. 25–38.
<https://doi.org/10.1177/1206331214532044>
Fless! *Fless Bouldering Gym*. <https://www.facebook.com/flessbudapest>
Fless! *Fless! Bouldering Gym*. <https://fless.hu/zuglo>
Fless! *fless_zuglo*. https://www.instagram.com/fless_zuglo/
- Fuchs, Thomas
2019 Testemlékezet és tudattalan. Ford.: Horváth L. *Nagyerdei Almanach* 9. 2019. 18. 32–48.
- Gieryn, Thomas F.
2000 A Space for Place in Sociology. *Annual Review of Sociology* 26. 2000. 463–496.
<https://doi.org/10.1146/annurev.soc.26.1.463>
- Giles, Howard – Giles, Jane
2013 Ingroups and Outgroups. In Kurylo, A. (ed.): *Inter/Cultural Communication: Representation and Construction of Culture*. 140–162. SAGE Publications, Inc.
Gravity Boulder Bar. *Gravity Boulder*. <https://www.facebook.com/gravitybudapest>
Gravity Boulder Bar. *gravity_boulder*. https://www.instagram.com/gravity_boulder/
Gravity Boulder Bar. *gravitybudapest.com*. <https://gravitybudapest.com/>
Gripped (2022.10.05.) *Controversial Send of Action Directe 5.14d Resurfaces*. <https://gripped.com/video/controversial-send-of-action-directe-5-14d-resurfaces/> (utolsó letöltés: 2025. 01. 12.)
- Gunn, Robert G. – Goodes, Janine Rebecca – Thorn, Andrew – Carlyle, C. – Douglas, L. C.
2020 Rock Art and Rock Climbing: An Escalating Conflict. *Rock Art Research* 37. 2020. 1. 82–94.
ICP, 2024 *Global Indoor Climbing Gym Statistics*. <https://climbicp.com/resource-hub/2024-global-indoor-climbing-gym-stats/?srsltid=AfmBOoqzqONX7TJ3m0S4HWcXpe0SxLyF6-vjdbA0yWadkSNUf6CSsgQU> (utolsó letöltés 2025. 04. 07.)
- Ingold, Tim
2004 Culture on the Ground: The World Perceived through the Feet. *Journal of Material Culture* 9. 2004. 3. [33]–50. <https://doi.org/10.1177/1359183504046896>
La Salle Terres Neuves. *Historique*. <https://terresneuves.be/salle/> (utolsó letöltés 2025. 04. 05.)
- Mauss, Marcel
1973 Techniques of the body. *Economy and Society* 2. 1973. 1. 70–88.
<https://doi.org/10.1080/03085147300000003>
- Merleau-Ponty, Maurice
1962 *Phenomenology of Perception*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Midtbø, Magnus
Magnus Midtbø. <https://www.youtube.com/@magmidt> (utolsó letöltés: 2025. 04. 12.)
- Morris, Hannah
Hannah Morris Bouldering. <https://www.youtube.com/@hannahmorrisbouldering> (utolsó letöltés: 2025. 04. 12.)
- Mortimer, Peter – Rosen, Nick – Lowell, Josh (rend.)
2014 *Valley Uprising* [film]
NBC Olympics. (2024.08.03.) *Sport climbing 101: Olympic rules, regulations and scoring*.
<https://www.nbcolympics.com/news/sport-climbing-101-olympic-rules-regulations-and-scoring>
(utolsó letöltés 2025. 04. 07.)
- Nguyen, C. Thi
s. a. r. The Aesthetics of Rock Climbing. *The Philosophers' Magazine*.
<https://philosophersmag.com/the-aesthetics-of-rock-climbing/> (utolsó letöltés: 2025. 01. 14.)
- Osius, Alison
2024.06.18A Short History of the Climbing Gym. *Climbing*
<https://www.climbing.com/places/history-of-climbing-gym/> (utolsó letöltés: 2025. 01. 18.)
- Papp Richárd
2018 Kultúra és humor. In Papp R.: *Vízzel írt valóság: A kultúra arcai*. 23–32. Budapest: ELTE Eötvös.
- Papp Richárd
2024 Humor és kultúra: Felvezető. *Kultúra és Közösség művelődésméleti folyóirat* 15. 2024. 3. 9.
<https://doi.org/10.35402/kek.2024.3.3>
- Pókháló. (s. a.) *A szikla- és falmászásról*. <https://falramaszok.hu/falmaszas/> (utolsó letöltés: 2025. 04. 14.)
- Posner, Lilly
2020 *Virtually Invincible: The Impact of Social Media Presentation on Rock Climbing*. UNLV Theses, Dissertations, Professional Papers, and Capstones. <http://dx.doi.org/10.34917/19412154>
REI Co-op.
s. a. *Types of Rock Climbing Explained*. <https://www.rei.com/learn/expert-advice/types-of-rock-climbing.html> (Megtekintés időpontja: 2025. 04. 14.)
- Rickly, Jillian M.
2017 The (Re)production of Climbing Space: Bodies, Gestures, Texts. *Cultural Geographies* 24. 2017. 1. 69–88. <https://doi.org/10.1177/1474474016649399>
- Schläpfer, Remo
2020.01.24. *Do professional climbers need to be able to prove their ascents with videos?* Lacrux.com. <https://www.lacrux.com/en/klettern/professional-climbers-must-be-able-to-prove-their-ascents-with-videos/> (utolsó letöltés 2025. 01. 12.)
- Shusterman, Richard
2012 Thinking through the Body: Educating for the Humanities. In Shusterman, Richard: *Thinking Through the Body: Essays in Somaesthetics*. Cambridge: Cambridge University Press. 25–46.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781139094030.004>

Tóth G. Péter

2002 A „közösség”: Egy fogalom megalkotása, kiteljesedése, széthullása és felszámolása. In Pócs Éva (szerk.): *Közösség és identitás*. Budapest: L'Harmattan.

Veres Bálint

2024 The Somaesthetics of Rock Climbing. *PARSE*.

<https://parsejournal.com/article/the-somaesthetics-of-rock-climbing/>

(utolsó letöltés: 2024. 05. 30.)

Wenger-Trayner, Etienne – Wenger-Trayner, Beverly

2015 *An introduction to communities of practice: a brief overview of the concept and its uses*.

<https://www.wenger-trayner.com/wp-content/uploads/2022/06/15-06-Brief-introduction-to-communities-of-practice.pdf> (utolsó letöltés: 2025. 11. 11.)

Wierciński, Hubert

2021 Climbing heritage: The Lines and Aesthetics of Rock Climbing. *Anthropology Today* 37. 2021. 5. 10–13. <https://doi.org/10.1111/1467-8322.12676>

Wierciński, Hubert

2022 Skills, Lines, and Rocks: The Ethnographic Approach to Rock Climbing and Mountaineering. *Cargo* 1–2. 2022. 36–56. <https://orcid.org/0000-0002-9535-4180>

Wigglesworth, Jennifer C.

2021 *A Feminist Ethnography on Indoor and Outdoor Sport Climbing and Bouldering*. [Thesis] Kingston, Ontario: Queen's University.

Climbing bodies A body-centered anthropology of the indoor bouldering community in Budapest

BORBÁLA SZAKÁCS

cultural anthropologist, ELTE TÁTK (Budapest), MA student, PTE BTK (Pécs)

Abstract | The following study dives into the anthropological research of the indoor bouldering community in Budapest with a body-centered approach. In my research, I primarily sought to answer the following question: in what ways does the embodied perception, learning, and thinking manifest in climbing culture? My research is based on approximately two years of fieldwork using participant observation and interviews, the scientific literature on rock and sport climbing, embodiment, and the phenomenology of the body. The study examines the following specific topics: the relationship between space and the body, the bodily experience of “flow”, the role of the climbing routes, the role of the route setters, climbers’ individual problem-solving methods, the transgressions and the laughter they evoke, the learning processes in the climbing gym, and the differences between genders.

Keywords | bouldering, body-centered anthropology, body, somaesthetics