

真义体育思想的当代价值

孙娟, 宋思洋

(辽宁师范大学 体育学院, 辽宁 大连 116029)

摘 要: 1917 年, 毛泽东在《新青年》杂志发表的《体育之研究》一文中首次提到了“体育的真义”。其强调体育的本质在于强身健体, 而不在于传授技能。时至今日, 虽然体育的形式与内容已千变万化, 但万变不离其宗。20 世纪七八十年代, 林笑峰提出“真义体育”的概念, 他的体育思想继承并深化了毛泽东之“体育的真义”, 将真义体育理论化、科学化。在新时期中国体育的大背景下, 真义体育的思想将促进我国的体育事业的持续健康发展, 并对教育和体育的有机结合起到不可取代的指导作用。

关 键 词: 体育思想; 真义体育思想; 体质教育; 大众健康

中图分类号: G80 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2014)02-0020-05

The contemporary value of true sport ideology

SUN Juan, SONG Si-yang

(School of Physical Education, Liaoning Normal University, Dalian 116029, China)

Abstract: In 1917, MAO Ze-dong mentioned “the truth of sport” for the first time in his article titled *Sports Research*, published in the *New Youth* magazine, which emphasized that the essence of sport is to make the human body stronger and healthier, but not to teach skills. Up to this day, although sports form and content have changed a lot, its essence remains unchanged. In the 1970s and 1980s, LIN Xiao-feng, a contemporary scholar, put forward the concept of “true sport”; his sport ideology inherited and deepened “the true of sport” by MAO Ze-dong, theorized and scientized true sport. Under the background of Chinese sport in the new period, the ideological connotation of true sport will boost the sustainable healthy development of sports undertakings of China, and play an irreplaceable role in guiding the organic combination of education and sport.

Key words: sport ideology; true sport ideology; physical education; public health

20 世纪初, 毛泽东在《体育之研究》中首次提出: “今之提倡者非不设种种之方法, 然而无效者, 外力不足以动其心, 不知何为体育之真义。”^[1]一针见血地指出“忘记体育之本”的危害是“提倡者不得其本, 久而无效, 长是不改, 弱且加甚。”林笑峰先生^[2]于 1979 年 7 月 19 日在《体育报》上发表的《世界体育科学化和我们的新使命》一文中, 首次提出“竞技不是体育”这一具有革命性的观点, 在当时的学术界引起震动, 但并未被大众所接受。长期以来人们形成了体育不外乎就是“竞技”的固有思维, 即体育等同于竞技运动, 但在林先生看来, 这并不是体育的本义, 因为竞技运

动旨在争金夺银, 体育的目的是身体教育、强身健体。无独有偶, 在大西洋彼岸的欧美等国也对“体育”一词有着诸多的理解。例如由美国纽约大学布切尔撰写的《体育基础理论》一书中就收集了 28 种对“体育”一词的解释。但是, 在语言学上对“体育”一词的界定却又非常清晰。作为一个国际通用的固有名词, “体育”的英文是“physical education”, 译意为“身体的教育”, 其着力点是教育(education)。可以看出, 无论是在我国还是西方世界, 对体育的理解和界定均是不统一、不确定的, 甚至有时还出现竞技、体育不分, 竞技替代体育之说。这些不仅在理论上会影响对体育

收稿日期: 2013-10-14

基金项目: 教育部人文社会科学规划基金项目(12YJA880102)。

作者简介: 孙娟(1956-), 女, 教授, 博士研究生导师, 研究方向: 体育人文社会学。E-mail: sunjuan125@hotmail.com

内涵的解读以及对体育真义的探索;在实践上也往往用竞技替代体育,体育中滥用竞技追求的目标和方式,导致身体伤害乃至人员伤亡等恶性事件。因此,厘清体育与竞技的关系及体育本质与真义,不仅在理论上有着重要的意义,在实践指导特别是体育服务于教育、体育服务于大众、体育促进国民体质健康上都有着重大作用。

1 真义体育思想的基本内涵

1.1 真义体育的立足点是教育

汉语中的“体育”,由英文“physical education”(身体的教育)翻译而来,本体是 education,即教育。它的含义是统一的,即发展身体的教育、强健身体的教育、完善身体的教育、增强体质的教育。德育、智育、体育3育并列,是教育不可分割的组成部分。因为体育直接解决身体发展问题,所以世界各国都从这个意义上重视体育。自从有人类文明以来就有各种身体教育的逐渐积累。如中国古代的“养生”和西方的“体操”等。古代的教育事业还不发达,尚未形成系统的身体教育。17世纪,夸美纽斯提出教育的3项任务,即智育、德育、宗教教育。从夸美纽斯的《大教学论》到卢梭的《爱弥尔-教育论》,经过了130年(1632—1762年)身体教育的雏形才逐步形成。又经过20多年才开始有制度化实施的身体教育,初期制度化的身体教育以体操为主要内容。从20世纪初到20世纪60、70年代,一些发达国家实行的身体教育是以身体运动(包括体操)为内容的,其实是运动教育。

体育是身体的教育,也就是体质教育。“体育”、“身体教育”和“体质教育”,它们是同一个词、同一个概念。“体质教育”这个词,是我国享有盛誉的老一辈体育家徐英超教授在1978年提出来的。1978年徐教授对北京市50所中小学体育的实际考察,提出了体质教育实验的设想,并在几所中小学亲自动员组织和进行体质教育的实验。1979年,徐教授在北京体育学院主持建立了体质教育实验室,把体质教育问题作为一门科学进行研究。用徐英超教授的话来说,体质教育“它是提高人体质量的教育,是以马列主义毛泽东思想为指导的身体教育”,是现代的科学体育。

1.2 真义体育的出发点是科学健身

林笑峰教授^[1]倾尽毕生精力研究创建健身学的必要性和紧迫性,主张健身是体育的主业,体育则是健身的教育或增强体质的教育。这里所指的健身不是狭隘的运动技术“健身学”,后者以运动技艺为业,前者则为真义体育立增强体质之业。林先生倡导的健身学是反映对体质增强过程之认识和实践的基本知识,包

括对健身过程总的认识,以及优生、优育、锻炼、养生等诸方面。健身学——增强体质的学识,具有自然、人文,以及知性、理性综合的特征^[4]。健身学的知识极其广泛。因为人体是个极其复杂并隐含许多奥秘的有机体,所以人体的建设是一个极其复杂而精密的工程。

健身学本应是真义体育(体质教育、健身教育)的主学科。若没有健身学做专业主课,就不可能有真正增强体质的教育。这好比若无医学,就不可能有医学教育^[5]。受西方的影响,我国长时期在体育名义下搞以运动技艺为业的事业,把实际增强体质的业务置之度外,这是需要矫正的。经过多年的讨论,人们对体育问题的认识水平日益提高。1995年,国家颁布《全民健身计划纲要》。1996年,原国家体委主任吴绍祖曾作专题讲演强调“增强体质是体育的基本任务。”之后,全国各地一些学校冲破思想的禁锢,加强了以“增强体质”为主的体育教学改革试验,取得了显著成效。

1.3 真义体育的落脚点是增强体质

体育的本质就是“增强人民体质”。毛泽东在《体育之研究》中也提到“体育者,人类自养其生之道,使身体平均发达,而有规则次序之可言者也。”这里首先明确了体育是以“自养其生”为特有本质,区别于德育、智育,也区别于运动竞技、娱乐的。失去了这个本质,体育就不成其为体育了。新中国成立后毛泽东提出“发展体育运动,增强人民体质”,这里的“增强体质”指的是“强筋骨”。“筋骨”之义不仅是指肌肉和骨骼,它泛指身体的实质。从古至今,“体质”在汉语中的含义明确而稳定。随着历史的演变和文化的发展,其概念定义也在逐渐完备和规范。古汉语中的“质”字的含义是“体也,实也,主也,本也”,“凡物类之本体曰质”。“增强人民体质”的含义明确,即增强人民大众身体的实质,完整体现了汉语中“体质”的本义。汉语中“质”的含义耐人寻味,实质的意思不是表象或现象。一个人的体力好,跳得高、跑得快,不等于体质好,还可能不健康。体质是变化着的物质。每个人的体质,每个家庭的体质,每个民族的体质,都在无止境地或强或弱地变化着。中国人对人类体质变化情况的认识水平急需提高。特别是承担体质研究任务的体育界,更需对国人的体质变化情况加深研究。

2 真义体育的核心价值解读

2.1 自养其生之道的体育生物学观

20世纪80年代,林笑峰先生提出体育过程中只有健身是本质,曾被有些学者看成“体质派”、“单纯的生物学观点”等等。其实这只是一点认识问题,并不成派。林先生本身也不认为有“单纯生物学观点”,

其真义体育理论体系之中只是把身体教育、健身教育放在重中之重^[6-7]。在真义体育中看重健身,并无轻视或否定运动文化、竞技娱乐之意。林先生所强调健身的重要是在真义体育范围内说的,并没有把身体教育和运动竞技对立起来,更不去甄别它们谁更重要。这好比不能把教育事业和娱乐事业对立起来一样,讨论谁更重要并无意义,只是各有各的侧重罢了。

人的自然产品属性决定了人体工程的建设不同于工具器皿的制造,可巧夺天工,超乎寻常,随意创造。它不可能离开人本体的自然规律随意制造,只能遵循自然法则去发展,这是必然的、客观的,不以主观意志为转移的,是与人文主义、人工主义、人定胜天等忽视乃至全然否认自然法则存在的唯心主义形而上学相对立的。它与毛泽东所说的“体育者,人类自养其生之道,使身体平均发达,而有规则次序之可言者也”是殊途同归的。正如毛泽东在“夫命中致远,外部之事,结果之事也;体力充实,内部之事,原因之事也。体不坚实,则见兵而畏之,何有于命中,何有于致远?”的论说中,把体力的充实和完善看成本质原因,将成就、年龄看成外在表象和结果,突出地强调了体力的生命意义,认为体育的根本在内部,在体力充实,在锻炼出一副坚实的身体。抓不住体育养生健身之本,就自然得不到民族体质增强的效果。体育与“生”是直接联系着的,如果缺乏身体的基础,“贵智”、“重德”都只是空中楼阁、水上浮萍。人们必须还原忘记了的本质,重新发现自己的身体,即体育的本质在于以重生、贵生力量为基础的“强筋骨”(养生、健身)。

2.2 服务于大众健康的基本功能

近百年来,体育界对运动技能和健身技能的定义一直似是而非。在竞技金牌红火的年代,运动技能随之红火起来,健身学的领域就像是阳光照不到的黑暗角落。影响力最大的奥林匹克竞技运动,以运动员的身体作为掌握和表现运动技能的工具,难度很大,需要进行早期的专门训练,即使经过从小长期的专门训练也很难成功,技能掌握和表现不好的均被淘汰,绝大多数专业运动员都难逃此命运。专门化、专业化发展下的竞技运动使奥林匹克的“重在参与”的理念成为冠冕堂皇的口号。看着遍体鳞伤的专业运动员们,不得不说竞技运动绝非体育为人服务的健身术。我们应从关注个体竞技成绩回归到关注大众的健康幸福,“国家全民健身计划”和“奥运争光计划”的分开提出,就是体育回归大众的具体体现。但行政部门历来最为关注的仍是少数人参与的竞技运动而非大众健康。纵然全民健身的活动似乎随处可见,但有些活动却有悖于增强体质的初衷。例如在几千人的企业内修

建几个篮球场,组建一支十几名球员的脱产篮球队,就有了职工体育,而实际与广大职工的身体教育无关。企业领导在意的往往是球队的竞技成绩,在此过程中谁的体质加强了或者削弱了又有谁会关注呢?有几个人知道健身运动负荷价值阈是什么?有几个人会合理地运用健身生活制度和健身的自然力?在中国人的小康生活中,国人应该有身体教育素养。有了富裕的生活条件,人们还需要按科学的方法参与健身运动。否则,物质充盈,劳动时间多了,长时间打麻将或长时间坐在河边钓鱼,在没有训练的情况下逞能去参与激烈运动等等,都会伤害身体。

2.3 以人为本的体育科学化理念

胡锦涛总书记在党的十七大上报告中提出:“科学发展观第一要义是发展,核心是以人为本。”体育事业的发展需要科学发展观的指引,科学发展观可以指明体育的发展方向,使体育不再“摸着石头过河”。体育的科学发展观是针对我国体育发展过程中出现的种种问题,借鉴了国外体育发展的经验教训,根据中国实际情况提出的。这种发展观认为体育发展的实质是人的发展。体育以人为本就是要求在体育活动中将广大的体育参与者的利益放在第一位,满足其需要、维护其利益、尊重其价值,就是要解决体育“为谁发展”的问题。从体育的发展和动力来看,人是体育发展的最终目的和主体。体育发展是作为主体的人有目的活动的结果,最终是为了人的全面发展。林笑峰先生本着对身体全面发展的重视,在国内率先提出健身教育学,重新定义了健身这个命题:健身应该包括健脑,不应该仅是健四肢。林先生在 20 世纪 80 年代末撰文提出体育思想的科学化问题,强调以运动为中心的体育思想过渡到以人为中心的体育思想,这是体育科学化的必然要求。体育思想的科学化,是我国体育深化改革的必然要求。而以人为中心,以人为本,这是真义体育思想提倡人文关怀、关注体育发展的基本观点。真义体育思想建立在辩证唯物主义和历史唯物主义的基础之上,诚然这种思想至今尚未被普遍认可,但它在引导体育观念更新、推进体育事业科学发展方面起着不可低估的作用。正是在林笑峰先生等一批学者呼吁下,国务院出台了“全民健身计划”,促成了体育总局实施“奥运争光”与“全民健身”协调发展的战略,这也是体育实践科学发展观的现实依据^[8]。

3 真义体育观对当代体育发展的启示

3.1 正视金牌体育,发展全民体育

我国竞技体育的辉煌战绩和强劲发展势头曾经给国人以鼓舞,这是不争的事实。但每一枚金牌都是要

付出代价的,从国家和社会的层面看,发展竞技体育理应遵循量力而行的原则。经济社会发展都有轻重缓急,均衡协调之分,过分注重某方面,势必容易导致其他方面的相对弱势。近年来我国对竞技体育的强势投入已造成大众体育、学校体育资源供给的不足,不利于大众体育、学校体育的开展,影响了国民体质健康水平的提高。

真义体育的立足点是教育,关注的是增强人民体质的国民身体教育——体育。在真义体育观印证的事实之下,体育应该尽力关注全民健康。近些年来,行政部门已经着手在改变方针政策,力求“正视金牌战略,让体育回归大众”。以刚结束不久的第十二届全运会为例,“活动节俭、热烈、有序”是这届全运会的主线。全运会的开幕式取消了历届的大型文艺演出,从设计到演出都以“回归体育”、“回归群众”为主题。

3.2 调整专业体育,重视学校体育

改革开放以来,我国虽然在竞技体育领域取得了举世瞩目的成绩,但与一些国家相比差距还很大,根本算不上体育强国。我国在田径、游泳和三大球等基础性和集体性项目上的运动成绩依然较差。其中重要原因就是我国群众性体育的基础相对薄弱,特别是学校体育不够发达,造成后备力量人数少、水平低。我国的高水平竞技体育与学校体育的失衡问题严重,由于高水平竞技运动受到较大偏爱,中心密度加大,形成独立体系,又因为过分强调“天才体育”,强化职业道路,忽视了学校体育的基础作用,使得高水平竞技体育失去体育教育和社会体育的充分支持,竞技体育的发展缺乏良好的外部环境。而一部分学校以安全问题为由过分强调“增强体质”,“为了大多数学生”而抵制校园范围内的竞技体育,甚至排斥作为体育手段的竞技体育在学校内的存在。竞技体育应该以学校体育为基础,不能让竞技体育成为无本之木,竞技体育必须与学校体育协调发展,相互促进,才能使体育事业得到全面扎实的发展。

近年来,屡有与学生体质有关的新闻引起公众关注:2013年4月,杭州一小学运动会入场式,一个个脸色苍白的孩子从场内被扶出来,一个小时内有20个孩子晕倒;浙江理工大学19岁的舟山籍大学生,在打羽毛球过程中倒地猝死;湖北21岁大学生1000m测试时倒地不治身亡……^[9]这一系列的事实显示,中国学生体质下降已经成为一个严重的问题。以前人们常讲,“身体是革命的本钱”。其实,身体是工作、学习和进行任何活动的本钱。当今的国际竞争有经济实力的竞争、军事力量的竞争、软实力的竞争,但本质都是人的竞争。人的竞争首先就是身体素质的竞争。所

以青少年的体质健康问题应是目前最亟待解决的社会问题之一。

体育与德育、智育、美育并列,是教育的4个方面。通常我们讲教育,往往太突出智育,这是对体育认识不到位,也是对教育认识不到位。教育不仅要培养专业人才,而且要促进社会的进步,要促进人的现代化。当前,提高全民素质是经济和社会发展对教育的迫切要求。国民素质的提高,要求教育必须摆脱应试教育模式的束缚,树立正确的教育思想,建立健全素质教育模式。素质教育提出要树立“健康第一”的指导思想,这与“真义体育”的核心价值不谋而合^[10]。“健康第一”作为指导思想的确立,是基于对学校体育本质功能的认识。多年来,尽管对学校体育思想有着种种解释,但对增强体质、增进健康的指导思想是有共识的。这种共识是中国传统文化赋予体育的社会功能的反应,也是一个多世纪以来民族体质衰弱屈辱地位形成的一种自强意识反应。体育和教育两者存在着密不可分的内在联系,你中有我,我中有你。体育事业的发展,必然对教育提出更高的要求。教育的变革与进步,也将鞭策体育的改革与发展。

3.3 尊重体育本源,倡导“整体人”的生命关怀

人作为一种存在,由认知推动自身的完善与发展。但基于人类自身认知的不完整性及格式化思维背后的机械认识,过去人对于本体的理解大多表现为割裂化的、不完整的。随着当今科学研究的发展,人类对于人的理解与认识正逐步加强。当下,心理学定义人的完整性,常提及需要的全面满足;文化学视野下整体的人表现为生物性和文化性的和谐交融;精神哲学领域内人的完整表现为生命与精神的完美统一;而真义体育关怀下的“整体人”不是迷失体育本源后片面追求的单纯生物学观点上“肌肉、骨骼、神经协调配合发展”的人,而是同一空间内精神、身体统一,不同时空阶段间动态发展的自我统一的人。体育的终极价值应通过对“整体人”的多维度生命关怀来体现。

首先,关心身体发展的教育。真义体育下,体育首先不能脱离身体的教育与发展。从单纯身体、动作发展角度看,人从出生到死亡存在一定的发展规律,诸如20世纪50年代早期,Gesell提出的人类动作发展基本规律:从头到尾,由远端到近端,整合、分化以及相互交织。举个简单的例子,由于身体发展的基本规律,出生4到5个月的婴儿主要发展抓握能力,因而他依赖肩关节控制胳膊进行动作,基本上完不成手腕、手指的精细动作控制,而出生12个月左右的婴儿行走状态也表现为僵直的髋关节中心摆动,膝关节的弯曲极少。基于此,源自体育本源的生命关怀首

先应该涉及人类身体本体及动作能力的发展与教育,依据不同时期的发展规律,制定相应的体育标准以及与之相匹配的运动发展手段,切实激活并均衡发展人体的各项机能,为身体素质提升、全民健身参与奠定身体发展基础。

其次,关注日常健康的防护。本源之下,体育是随社会发展而发展起来的一种社会现象,是人们锻炼身体、增强体质、延长寿命的重要方法^[1]。随着人们生活的日益富足、健康意识的逐步提高,更多的人参与到了日常健康防护的“养生”队伍中,于是体育对“整体人”的生命关怀也要求其进一步发展自身的日常健康防护功能。“养生”,保养生命、保利御害、扶正祛邪,主张人在自然与社会中平衡与适应的“天人合一”,涉及啬神、爱气、导引、养形等多方面,需要靠生命体的自我锻炼和活动来维持。这种以防护、养生、保寿为主要目标的体育活动占据着日常健康防护的重要地位,在过去的中国已经形成了自己独特的理论、方法以及运动形式,但当下日常健康防护知识(如养生理论)的普及在体育中却十分匮乏。对于金牌的过分迷恋、民族体质下降的消极态度和健康知识教育的缺失,直接导致了体育本源的迷失,本应全面发展的中国体育出现了一块块短板,直接影响了民族体质的增强。体育的未来理应顺应社会发展的方向,关注日常健康防护,关注养生,更多的为人的健康发展提供服务。

最后,注意康复期的身体养护与调整。康复期,顾名思义,病、伤、残者多种机能恢复与重建以求恢复健康的阶段。康复不仅针对疾病而且着眼于整个人生理、心理,社会适应能力等方面的全面康复,为使患者在以上各方面的能力得到尽可能的恢复,需综合、协调地应用社会、教育、体育等多种方法。体育疗法已经是现代康复医学不可或缺的一种疗法,它依靠主动疗法、全身疗法、自然疗法实施。本着体育以人为本、为人服务的理念,以及对“整体人”的生命关怀,未来体育发展的主业应该倾向于更加关注民众的健康发展,包括病患者的身体养护与调整,而非单纯服务于运动员损伤与康复。只有体育回归群众,才算得上真正的体育,否则至多只能称为过度政治化的国家工具。

体育的本质及其根源问题一直是学术界争论的热点,体育与竞技的关系及体育的本真性又是热点中的

焦点。近年来随着体育理论研究的发展,特别是国民体质急骤下降、大众体育发展动力不足、运动伤残事故频繁发生等社会问题和矛盾的出现,又使人们不得不重新审视与追寻体育的本源性和真义性。当20世纪70年代林先生提倡“真义体育思想”不被人们完全接受时,时至今日却冲破层层关卡形成了独特的体育思想体系,在厘清竞技与体育关系的同时,也为体育的发展特别是当前大众体育的发展提供了思想基础与方向。为此,我们在清楚体育与竞技关系的同时,也需要理解体育的本质与内涵,即“真义体育思想”。更为重要的是把“真义体育思想”融入到我们的生活实践中,去指导大众体育事业,去服务于国民体质健康。这不仅是“真义体育思想”追求的本意,也是体育服务社会、体育服务人类、体育追求健康的本意。

参考文献:

- [1] 二十八画生. 体育之研究[M]. 北京: 人民体育出版社, 1979.
- [2] 林笑峰. 世界体育科学化的动向和我们的新使命[N]. 体育报, 1979-07-19.
- [3] 林笑峰. 中国全民身体教育事业建设的历史使命[J]. 体育与科学, 2006, 27(1): 32-35.
- [4] 林笑峰. 健身与体育[J]. 体育学刊, 1995, 2(2): 15-20.
- [5] 林笑峰. 健身教育论[M]. 长春: 东北师范大学出版社, 2008.
- [6] 张军献. 一位老教育工作者眼中的体育——吴翼鉴先生访谈札记[J]. 体育学刊, 2011, 18(2): 1-4.
- [7] 吴翼鉴. 增强人的体质是体育无“人”吗? ——与“人文体育观渐入与生物体育观淡出”的商榷[J]. 体育学刊, 1999, 6(3): 1-2.
- [8] 陈琦. 林笑峰体育思想述评[J]. 体育学刊, 2011, 18(6): 1-5.
- [9] 鹿清琿. 教育里没有了体育, 教育就不完全[J]. 中国新闻周刊, 2013(6): 44-45.
- [10] 贾钧. 试论体育师资队伍建设的科学发展[J]. 教育与职业, 2007(33): 153-154.
- [11] 王乃虎. 毛泽东体育思想研究[D]. 石家庄: 河北师范大学, 2012.