

# 体育观研究之文献综述

念贵 黄文武

(湖南大学 体育学院 湖南 长沙 410082)

**摘要:** 基于文献资料法、唯物辩证法,通过中国知网、万方数据库、网络查阅与体育观相近、相关、相似的文献进行收集、梳理、总结前人对体育的认知和看法。首先各位仁人志士对体育高瞻远瞩思考、认知有推动体育事业发展,对其发展方向、达到的目标及社会责任有指导作用;其次每个国家最高领导人有关体育重要的系列讲话及批示精神影响着基层体育工作者的管理行为,对体育发展目标的理解、决策的执行、组织活动开展的时效性都有引导、实践的价值。

**关键词:** 体育观; 文艺复兴; 启蒙运动

**中图分类号:** G80-05

**文献标识码:** A

## 一、体育观

体育观是世人对体育观念的简称,人们根据自己三观对体育总体的认识、看法及态度<sup>[1][2]</sup>,即世人根据自己对体育认知、理解、思考、践行后形成对体育的一种综合的感受、看法或思想集合。如体育源流的追本溯源、体育本质和功能辨析,体育精神、体育价值和体育文化承袭与扬弃,体育发展规律与体育发展基本动力源的探寻,体育发展途径、体育与其他事物之间的关系、联系及体育在人们生活中地位的变迁等等,就是对体育总体发展所持有的一种科学的、系统的、整体的、实事求是的认识态度。在历史发展进程中,由于社会因素(习俗、历史、文化、意识形态、价值)的制约、人们自身生活实践经验的获得、生活时代背景影响及体育运动发展进程的差异性,形成以承袭前人体育观理论为基础内容发展的认知体育观。

## 二、体育观的历史演进探微

### (一) 古代体育观

#### 1. 养生、健体、修心、养性: 中国古代先贤所推崇的养生观

众所周知,体育的出现是伴随人类的出现而产生、发展已是一种不争不辩的事实。古代中国、古希腊等文明古国历史文献中可以查到养生活动萌芽、发展。而体育观等字眼或概念在中国古老久远的文化中难以寻觅到,但并不代表古老的中国没有体育实践活动,只是被另一种身体活动的概念所代替——养生观或养生思想。

养生观追本溯源同样无非源于古代社会人民日常生产、生活需要。随着社会形态不断改革发展、前行,身体活动对健康、养生、抵御恶劣的自然环境及抵抗疾病的效果、功能、价值逐渐从早期的民间及民俗节令中的体育娱乐活动显现出来,在活动实践过程中人们逐渐认识到此种活动对养生、健体、修心、养性有着非同凡响的价值或意义,以至于后来被人们所推崇。当时的保养身体、增强体质、保健卫生是最初养生活动形式的内容,这种养生实践活动在发展过程中受多种哲学思想的影响,其中主流以先秦至魏晋时期朴素唯物主义哲学家的养生思想与实践活动内容为核心,将医学、保健学同身体锻炼活动相结合积极开展保养身体的一系列实践活动。此种养生观或养生思想表现在以下三方面:

(1) 运动——养生、健体、修心、养性的良药。积极参与有益于身体健康的体育活动能够起到养生、健体、修心和养性的作用。沈阳(1986)在《体育哲学》一书中阐述到:“古代朴素唯物主义哲学将人体看做是自然界的组成部分,人体是不断运动变化的,所以在运动中能求得延年益寿”激励人们积极参与各种有益健身的体育活动,以求身体康健、延年益寿。成都体育学院体育史研究所(1985)编写的《体育史》中的养生观也证实了运动强身锻炼的

主张。同时认为“‘运动’是人体生理的本质特点，而主张通过运动‘用其新，弃其陈，腠理遂通’，促进新陈代谢，吐故纳新，以保持机体血脉肌理畅通<sup>[3]</sup>”。《吕氏春秋》指出“流水不腐，户枢不蝼，动也。形气亦然。形不动则精不流，精不流则气郁<sup>[4]</sup>”本意指流动的水不会发臭，经常转动的门轴不遭虫蛀，缘于运动，人之形体经常运动，体内的精气就会运行，气血就不会郁结，所以形体经常参与运动有益于养生、健体、修心、养性。

(2) 强调养生、健体、修心、养性应自然遵守适当时机——尊自然变化、顺季节规律。适当时机是指我国古代朴素唯物主义的养生思想家强调养生遵循自然规律、顺应季节转换。根据不同气节选择有利养生、健体、修心、养性的方法，避开那些对身体健康的有害的节气因素，如此身体才能健壮、精神抖擞，达到延年益寿的目的。庄子在《养生主》中阐述到“依乎天理，因其固然<sup>[5]</sup>”说明养身要顺自然之理、季节变化以为法则。这一法则告诉我们天地间万事万物运行都遵循着一定的自然法则，养生健体也只有依照自然变化规律，就会保持身体的强壮与精神的健全。如沈阳（1986）编写的《体育哲学》阐述到：“唐代养生家孙思邈强调养生应根据自然环境和自然规律来摄生养生，同时据一年四季或十二个月中节气调节衣食住行，就能预防疾病，使身体健康<sup>[6]</sup>”。《吕氏春秋》中用“牵牛”同样说明养生遵循“顺其生”则正常发育，“逆其生”对形体、心里有百害而无一益。所以，根据一年四季自然变化规律，把握这种适当时机去运动也是养生、健体的一重要因素。

(3) 节制情欲，注意卫生保健，形成良好的生活方式。我国古代病理学认为，人欲使养生、健体、修心、养性取得良好的效果，在日常生活中除了适当身体运动，还应该节制自己情欲、注意卫生保健，以养成良好的生活习惯对人们身体有积极的预防作用。如成都体育学院体育史研究所编写（1985）的《体育史》中阐明我国古代人们养生应遵守“节欲”、“去害”的养护原则，并且人的机体应该保持阴阳平衡（机体自身平衡、机体与生存环境平衡），七情与六欲是导致人体阴阳失衡的主要因素。《黄帝内经·养生》：“上古之人，其知道者，法于阴阳，和于数术，饮食有节，起居有常，不妄劳作，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去<sup>[7]</sup>”告诫人们养生除了遵守自然规律、起居有规律外就是饮食节制对保养身体的重要性，人们要根据四时调整饮食，养成一定良好的习惯，最终使人受益于健康长寿。此外沈阳（1986）编写的《体育哲学》中对于养身健体更加强调心情、情绪的舒畅与安宁，如“怒伤肝、喜伤心、忧伤肺、恐伤肾”是最好的例证。

## 2. 护城邦、德智体并茂、发展竞技：古希腊体育观

现今体育界谈及古希腊体育文化、体育思想、体育观念都以苏格拉底、柏拉图和亚里士多德师徒三杰为代表，在古希腊体育文化领域树立较为宽泛的重要的地位。沈阳将古希腊思想家（师徒三人思想为主）体育观进行了提炼：锻炼身体为了保卫城邦、德智体有密切的联系与体育是教育的组成部分、抨击竞技体育的职业观。

苏格拉底拥护当时贵族阶级的制度，主张体育应是教育的组成部分，以保持身体强健、维护国家安全是每个公民应尽的责任和义务。强调健康来源于运动，工作高效率的基础是身体强健，同时力量和肉体美的协调只有通过体育锻炼才能演义的淋漓尽致。柏拉图继承了老师苏格拉底体育思想，同时提出了“以体操锻炼身体，以音乐陶冶心灵”的教育思想，强调身体锻炼是精神健全和道德完善的基本途径。同时抨击竞技职业，鼓励人们参与体育锻炼，忽视或放弃热衷看激烈竞技的思想。后期柏拉图的学生亚里士多德在承袭老师体育思想基础上将古希腊体育思想更加的发扬光大，他提出了体、德、智三育互惠互利关系，体育应先于智育。他主张终身运动，同时提出体育锻炼应按年令分期尝试，通过体育锻炼有助于公民养成良好的生活习惯，还能够培养人们勇敢、拼搏的精神。他说：“最易于使人衰竭，最易于

损害一个人的莫过于长期不从事体力活动<sup>[8]</sup>”劝告人们经常参与体育锻炼，并长期坚持才不至于衰竭。所以古希腊体育思想家以苏格拉底师徒三人的思想为主，观点以护城邦、德智体并茂、抨击竞技为主要内容。

## （二）近代体育观

近代体育观或体育思想发展是以资本主义工商业的萌芽、产生和发展为标志，即指资本主义商品经济的（资产阶级）产生、发展（扩大）前提下形成的体育思想。随着近代科学技术、文化、艺术、哲学的发展，人们对体育这种特殊文化现象的理解和认识也发生了重大的变化，产生了近代体育思想的变革<sup>[9]</sup>。文艺复兴运动（十五世纪到十六世纪）为近代人文体育观或体育思想发展贡献了基本内容，而宗教改革和启蒙运动（十六世纪到十八世纪中叶）对近代“身心两健”的体育观或体育思想的发展起到极大的促进作用。

### 1. 文艺复兴：人文体育观的萌芽

文艺复兴是欧洲新兴资产阶级伟大思想解放运动，是对封建制和宗教神学思想反对之后出现的人文主义。当时人文主义哲学家以人的发展为中心，对神学的反对和抵抗。一切为了人的利益为主要目标，用人或人道来对抗神以至于代替神，对人生的意义、价值、尊严与力量等进行了肯定、歌颂和宣扬。

人文主义体育观或体育思想萌芽（初期）是对禁欲主义者提倡的“灵魂的推崇，肉体的贬低”二元论进行了批判，辩证体育发展应该坚持身心和谐。人文主义体育思想代表观点与禁欲主义观点恰恰相反，其代表人物彭波拉、L. 瓦拉、米开郎其罗、拉菲等人对体育认知注入人文主义而提出的“灵肉并完”、“身心并完”、“灵肉一致”、“人性论”等概念理论对禁欲主义进行反驳、攻击。如意大利 L. 瓦拉的“灵肉一致”、彭波拉的“灵魂是肉体的机能，离开了肉体，灵魂不能发生作用，而且根本不可能存在<sup>[10]</sup>”对肉体生活价值的强调，并崇尚肉体健康、健美价值观念在人们日常现实生活及思想意识上的重视。所以人文主义体育的萌芽、发展使体育再次进入教育领域，转变了以前人们对待体育的认知态度，同时对体育理论进行研究，是近代体育观或体育思想萌芽的先声。

### 2. 宗教改革与启蒙运动：“身心两健”体育观向前发展

前面我们讨论了近代体育观在文艺复兴中萌芽，而宗教改革和启蒙运动使近代体育得到了发展。宗教改革是当时英、法等新兴的资产阶级为了推翻封建统治阶级的政权以及对天主教会进行的攻击，抗衡禁锢几千年人们思想的神学，借助欧洲（古希腊、古罗马）先进文学、思想解放人们思想的启蒙运动。

机械唯物主义体育观或体育思想在宗教改革与启蒙运动这一历史时期得到了发展。不彻底的唯物主义体育观，一边对体育的地位和作用进行首肯，同时看作是教育组成的一部分，如教育家卢克在《教育漫语》中阐释了“三育说”的观点，其一强调三者之间的关系，其次强调体育是教育组成的不可或缺的一部分，并主张小孩子要从小坚持锻炼的观点。“身心两健”是建立在人体解剖和生理学等自然科学发展基础上形成的体育观，这一时期许多人们运用医学、生理学、解剖学证实自己对“身心两健”认知的观点，如拉美特利、卢梭等，前者从人身体和精神辩证关系进行论证，后者从身心自由健康发展“身心两健”进行阐述，强调体育是教育组成不可或缺的一部分，并且身体锻炼和思想锻炼是互相调解的。所以文艺复兴运动、宗教改革和启蒙运动对近代体育科学持续向前发展起到了推动作用。

## （三）现代体育观

自 19 世纪末，现代社会生产技术、经济、科技快速发展，人们对体育的认知，即现代体育观<sup>[11]</sup>。这时期的体育表现出二个特点，其一“体育实现了一个质的飞跃”，因为这一时

期突破了体育作为教育概念而成为一种体育文化形态存在;其二“体育活动成为人们一种文化的生活方式”,在人们日常生活中体育成为一种生活方式,其占有很重要的地位,越来越成为社会需要、人们需要。实用主义和辩证唯物主义是这一历史时期体育观的两大阵营。

实用主义“个性发展与尊重个人”的体育观。实用主义是现代西方主观唯心主义流派,他们把所谓的主观臆想“纯粹经验”当作世界上最根本的东西,认为物质和意识只是“纯粹经验”内部的区别,同时主张个人主观愿望和兴趣的满足是价值评价的依据和标准,认为眼下的活动就是一切,无需关心终极目的。以美国的杜威、胡克,英国的席勒,意大利的帕比尼、瓦拉蒂等为代表<sup>[12]</sup>。其中杜威的“进取教育运动”对当时影响甚大,在实用主义教育理论中强调:“人类进化种族是与肌肉运动技巧的训练分不开的,认为重要的个性最佳的表现是参加团体活动获得,同时提倡‘个性发展’与‘尊重个人’<sup>[13]</sup>”。

辩证唯物主义“身心并完<sup>[14]</sup>”与三育并重体育观。辩证唯物主义体育观就是运用唯物辩证法的基本观点考察认识体育<sup>[15]</sup>。在体育社会实践中马克思、恩格斯主张人们德、智、体全面发展是造就完人的唯一方法。“身心并完”与“三育并重”体育观也是中国化马克思主义体育观的主要内容,我国伟大毛泽东主席的体育观是在马克思主义体育思想基础上形成的。他以实事求是的科学依据提倡并躬亲实践“发展体育运动,增强人民体质”这一运动,同时以“文明其精神,野蛮其体魄的观点”批判“精神身体不能并完”的谬论,将“三育并重”全面发展的教育思想“体育一道,配德育与智育,而德智皆寄于体。无体是无德智也”在吾人之位置践行的完美无缺。所以近代体育观在实用主义和辩证唯物主义理论影响下其一不在拘泥于教育概念而成为一种体育文化形态,其二更加接近人的全面发展。

#### 参考文献

- [1] 沈阳,哈尔滨等编著. 体育哲学[M]. 1986: 33.
- [2] 张胜利. 民族体育观与武术可持续发展战略研究[J]. 山东体育学院学报. 2009, 3(3): 40.
- [3] 成都体育学院体育史研究所《体育史》教材编写组, 体育史, 1985, 11: 46.
- [4] 战国) 吕不韦著. 吕氏春秋[M]. 郑州: 中州古籍出版社. 2010, 07: 38.
- [5] (战国) 庄周著; 王岩峻, 吉云译注. 庄子[M]. 太原: 山西古籍出版社. 2003, 3: 30.
- [6] 沈阳. 体育哲学[M]. 哈尔滨出版社, 1986, 07: 41.
- [7] 杨永杰, 龚树全. 黄帝内经[M]. 北京: 线装书局. 2009.
- [8] 成都体育学院体育史研究所《体育史》教材编写组, 体育史[M], 1985, 11: 46-48.
- [9] 龙天启等, 体育哲学基础, 北京体育学院出版社, 1989, 06(1): 126.
- [10] 罗强. 文艺复兴时期的“灵肉一致”观及其对体育的影响[J]. 体育学刊, 2014(4): 17-21.
- [11] 龙天启, 体育哲学导论, 北京体育学院出版社, 1987, 01: 139.
- [12] 宋希仁等. 伦理学大辞典[M]. 长春: 吉林人民出版社. 1989: 717.
- [13] 沈阳. 体育哲学[M]. 哈尔滨出版社, 1986, 07: 51.
- [14] 李似珍. 养性延命—道教养生观与人类健康[M]. 上海: 上海辞书出版社. 2006: 123.
- [15] 沈阳. 体育哲学[M]. 哈尔滨出版社, 1986, 07: 51.

### Sports research literature review

Nian gui huangwenwu

(Physical Education College of Hunan University)

**Abstract:** Based on the literature review, materialist dialectics, by cnki, Wanfang data, network access and physical proximity and related and similar literature collection, comb, summarizing the perception of sport and views. First members people with lofty ideals on sports vision thinking, and cognitive has promoted sports career development, on its development direction, and reached of target and the social responsibility has guide role; second each national highest leaders about sports important of series speech and the instructions spirit effect with grass-roots sports workers of management behavior, on sports development target of understanding, and decision of implementation, and organization activities carried out of timeliness are has Guide, and practice of value.

**Key words:** Sports view; the Renaissance; the enlightenment

**作者简介:** 念贵(1987-),男,湖南长沙,在读硕士研究生方向为体育教训练学;黄文武(1962(1962(1962(1962(1962-),男,湖南长沙,湖南大学体育院副院长、教授、硕士生导师,国家田径运动健将,研究方向体育教学。