哲学视野下的休闲体育精神文化研究

（北京大学体育教研部，北京，100871）

**摘要：**休闲体育通过营造一种文化氛围，探索人类的精神世界，促使人们实现自我解放和发展，创造了施展个性的舞台，其突出了“以人为本”的发展理念。休闲体育精神文化体现的是整个休闲体育文化系统的核心。本文将以汉族文化为主体的中华民族休闲体育精神文化和以古希腊文化为主体的西方休闲体育精神文化作为研究对象，运用文献资料法与比较研究法对两者进行比较分析，从休闲体育价值观、审美观以及教育思路等方面归纳总结出两者的各自特征。本文认为，古代中国与古希腊哲学体系的不同是导致休闲体育精神文化差异的重要根源，从哲学的角度去阐释不同文化背景下休闲体育的精神与追求，不仅能加深我们对休闲体育的认知与理解，而且能为休闲体育精神文化的交流与融合提供参考、建议。随着全球化进程的加快，休闲体育作为民族文化的载体，是实现跨文化交流的良好工具。面对差异，我们必须把握住不同休闲体育文化中精神文化的核心部分，并充分借鉴异质文化中的可取之处，扬长避短，从而实现休闲体育精神文化的交流与融合，构建一个多元而和谐的世界休闲体育文化体系。这不仅要求其具有中国传统休闲文化与体育文化的内容，体现中国传统文化的精髓，还要能够容纳西方休闲文化和现代体育的表现方式和价值内涵，体现西方文化的自由精神。

**关键词：**休闲体育；精神文化；哲学

目录

1.0 研究目的 3

2.0 研究方法 4

2.1 文献资料法 4

2.2 比较研究法 4

3.0 研究结果 4

3.1 文献综述 4

3.1.1 中西方体育文化比较研究 4

3.1.2中西方休闲体育文化比较研究 6

3.1.3目前研究的不足之处 8

3.2 休闲体育精神文化概述 9

3.2.1 休闲体育文化 9

3.2.2 休闲体育精神文化 11

3.3 休闲体育精神文化的比较 11

3.3.1 休闲体育价值观的比较特征 12

3.3.2 休闲体育审美观的比较 13

3.3.3 休闲体育教育思路的比较 17

3.4 哲学视野下的休闲体育 19

3.4.1 哲学与休闲体育 19

3.4.2 休闲体育精神文化差异的哲学根源 20

3.5 休闲体育精神文化的交流与融合 26

3.5.1 休闲体育精神文化面临的机遇与挑战 26

3.5.2 休闲体育精神文化的交流与融合 27

4.0 研究结论与建议 29

参考文献： 31

 德国著名哲学家弗里德里希曾说：“人只有游戏的时候才能成为人，而人只有成为人的时候才游戏”[[1]](#footnote-1)。因此，“游戏精神”对于一个人、一个民族、一个国家甚至全人类来说都是不可或缺的。休闲体育的产生正是对这种“游戏精神”最好的诠释。在对各文明古国进行分析时，马克思很形象地说道：“有营养不良的小孩，有早熟的小孩，也有发育不健全的小孩，在古代氏族中属于此类范畴者甚多；唯有希腊人为发育正常的小孩”[[2]](#footnote-2)。马克思将希腊文明比喻成发育正常的小孩，除了其特殊的经济、政治和生产关系等理由外，自然还与希腊人那种天真烂漫、酷爱运动、尚武卫邦、敬畏力量的体育精神不无关系。既然古代希腊是发育正常的孩子，那么古代中国呢？我国著名体育学者卢元镇认为：古代中国应该属于那种早熟的小孩。这种早熟不仅表现在沉闷、保守的封建小农经济和高度专制的政治制度上，也表现在严重缺乏“游戏精神”的文化态度上[[3]](#footnote-3)。

自古以来，不同民族、不同地域之间就存在着文化的冲突与融合，并在这些冲突与融合中实现文化的交流与传播。世界文化史的研究表明：在人类文明史上，举世公认最完整、最发达、影响最大的文化巨流是以中国文化为主流的东方文明和以古希腊文化为源头的西方文明。在数千年的发展历程中，不同的发展道路形成了它们各具风采的文化模式，也形成了它们各自特有的“游戏精神”——休闲体育精神文化。精神文化是一切文化体系的核心，要深层次地认知休闲体育，必须先了解其精神文化。而哲学作为“一切科学的科学”，是对世界本质的解释，它为我们探索不同文化背景下休闲体育精神文化的差异提供了最根本的思考。从哲学的角度去阐释不同文化背景下休闲体育的精神与追求，不仅能加深我们对休闲体育的认知与理解，而且能为休闲体育精神文化的交流与融合提供参考、建议。

# 1.0 研究目的

**1.1** 本文旨在对以汉族文化为主体的中华民族休闲体育精神文化和以古希腊文化为主体的西方休闲体育精神文化进行比较分析，从而归纳出各自特征。

**1.2** 本文旨在从古代中国与古希腊哲学体系的差异出发，解析不同文化背景下休闲体育精神文化差异的根源。

**1.3** 当今时代，不同特征的文化发展同时面临着机遇与挑战。通过对不同文化背景下的休闲体育精神文化的比较分析，本文旨在为实现休闲体育精神文化的交流与融合提供参考、建议。

# 2.0 研究方法

2.1 文献资料法

本文通过“滚雪球”的方式，收集各类有关休闲体育的资料及与休闲体育文化相关的资料，并参考价值较高的文献中的“重点”文献，借此了解当前对体育文化、休闲体育文化以及休闲体育精神文化的研究现状，从而找准本文的切入点。

2.2 比较研究法

运用比较研究法对不同文化背景下的休闲体育精神文化进行比较，归纳出各自特点。同时，对不同的哲学体系进行比较，从而总结出造成休闲体育精神文化差异的哲学根源。

# 3.0 研究结果

3.1 文献综述

3.1.1 中西方体育文化比较研究

目前关于中西方体育文化比较的研究，从讨论的问题方面来看，主要涉及以下几个问题：一是中国传统体育文化与西方体育文化的文化背景差异比较，二是西方体育文化与中国体育文化的彼此交融与影响。

在中国传统体育文化与西方体育文化的比较中，大多数研究者都从中西方哲学精神的不同及其对体育文化的渗透和影响入手，分析比较了中国传统体育文化与西方体育文化的异同。大多数研究者都表达过类似观点，即：中国体育发展的背景是以整个中国的文化为背景，“以农立国”的农业经济是中国体育文化的产生与发展的经济基础，其思想核心是重视人与自然的和谐、追求天人合一、顺应自然的发展。中国传统文化博大精深、源远流长，由“和”与“合”二字是我国体育文化固有的特质的深刻内涵。传统体育以“养生”为主，因而很少有激烈的运动项目及方式，大都是身体运动以内部为主，淡化了身体外形的锻炼。其目的是为了健身、养生、益智。而西方体育起始于古希腊文化，崇尚“力”与“美”的体现，通常都是把最强健的一面展现出来。因而西方体育文化从一开始就具有竞争性、功利性等特点。岳游松[[4]](#footnote-4)在其硕士论文中分别从道家、儒家、佛家这三种文化流派对中国传统体育文化形成的影响着手分析，归纳出中国传统体育文化具有十分明显的多重人格特征。对比古希腊文化与雅典民主制对西方传统体育文化形成的影响，归纳出西方体育文化追求人的力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等身体素质的特征。

在对中西方体育文化整体性质的总结上，席玉宝指出：“中西体育文化是沿着两个不同的逻辑方向发展的，中国传统理论型体育文化的本质是和谐，而西方传统法理型体育文化的本质是竞争”[[5]](#footnote-5)。如黄大庆等人总结的[[6]](#footnote-6)观点，中国的体育文化是受“夏变夷”的大文化模式的影响，使得自身始终是在平和、稳定的态势中发展，最终形成一种文化体育的协调的现实精神。然后西方体育文化又恰恰相反， 其是一种融合更新的模式，在不断追求理想，不断否定、超越自我的过程中发展。

除了关于中西方体育文化整体性质的比较外，也有部分研究是从一些特殊的角度对中西方体育文化的某些方面进行单一比较，比如惠蜀[[7]](#footnote-7)从价值观出发认为，中国传统体育文化通过身体锻炼来以外达内，由表及里，由形而下的身体有形的活动来促成形而上的无形精神的升华，实现理想人格的塑造，而古代希腊体育文化则重人体胜于重人格，注重人体本身的价值，更讲究从人体的培养上来考虑体育的价值，通过让人在肌肉的运动中，在各种力的交汇中去实现完美人体的塑造，进而实现理想的人生。杨银田等人[[8]](#footnote-8)的研究也应证了惠蜀的观点，由于中国传统文化对人的培养更注重的是内在气质、品格和精神修养，把人的身体则视作是寓精神之舍。由此也形成了中国体育文化内敛的价值取向——重视伦理、追求和谐。相比起西方体育文化来说，西方体育突出强调人的物质形态本身，主张通过一系列积极活动，使肌肉发达、骨骼强壮，进而促进内脏器官的健康。因此西方体育强调的是身体的外部运动，追求的是更快、更高、更强，由此也突出了西方体育文化超越的价值取向：公平竞争与重视抗争。也有研究者从宗教形态来看中西体育的差异，认为古代中国一神和多神的矛盾不明显，而希腊则十分激烈，正是这不同的宗教特点导致“中国的宗教没能提供竞技体育独立需要借助的条件，而古希腊的宗教则具备了实现这过程的条件”[[9]](#footnote-9)。

另外，还有从思维方式、审美观念等角度对中西方体育文化进行比较的相关研究，这里不再一一列举，这些对中西体育文化不同角度的研究，有利于在分析基础上达成对中西体育文化的综合和整体认识，它对于全面、细致地了解中西体育文化的异同具有积极意义。从文化传播的视角，采用历史的方法，对中国传统体育文化和西方体育文化之间相互交流、碰撞、融合的过程进行描述和分析，是目前中西体育文化比较研究的一个重点，特别是关于体育文化发展中民族性与世界性的关系更是这类议题范围里的重中之重。有研究表明：趋向世界性与民族性，将成为本世纪中国体育发展的主流方向，中国体育文化必将成为在当代世界产生重大影响的世界体育文化的组成部分[[10]](#footnote-10)。这一观点为中国体育文化的发展提出了新的要求，中国体育要面向未来，就要以民族传统体育文化的现在为基点，对自身精华和西方体育文化优秀成果进行创造性吸收与借鉴，特别是要立足于时代视野对两者的不足进行自觉的反思与批判，将现在和过去己经取得的成果，作为进一步发展的台基构建一种超越现代体育文化的新型体育文化体系。

3.1.2中西方休闲体育文化比较研究

在关于中西方休闲体育文化比较的研究中，目前研究的问题主要集中在以下几个方面：中西方休闲体育文化历史背景的比较、性质与内容的比较以及文化的融合。在以往的文献资料中，大多阐述的是对中国古代休闲体育文化的特征，本文会在此基础上，更多对比当代中西休闲体育文化的特点。

**3.1.2.1 中西方休闲体育文化历史背景的比较**

有关中西方休闲体育文化历史背景的比较方面，有研究表明：中西方社会的历史背景差异,使得休闲体育文化的发展形成了不同的历史脉络，其主要表现为西方的休闲体育文化发展呈现出两头高中间低的“U”曲线，西方社会的享乐消闲之流发展到近代工业革命后终于形成了巨大洪流，著名的学者和政府机构给予休闲体育合法、合理的地位。然后相比之下，中国的休闲体育文化发展却呈现的是直线型。虽然受到农本经济和专制政治的压制，但在民间静态的休闲活动可以说是千年一脉相承，从未间断过[[11]](#footnote-11)。中国传统体育文化受中国文化的影响而专注于人内心的道德良知的发掘，即专注于人的道德修养。中国儒家主张由内向外去驰求，通过修齐治平，内圣外王，从内在发掘这个世界，这就形成了中国体育文化的主体精神，是一种伦理精神。这些带有朴素唯物主义色彩的观念和精神对传统体育的形成和发展起着至关重要的作用，是中国传统体育文化的理论支柱。然而，西方体育文化随着西方文化从自然主义的希腊宗教，以及律法主义的犹太教，向唯灵主义的基督教的转换，形成了一种超越的、自由的浪漫精神。这就是在“轴心时代”中西体育文化两种不同的文化，所发生的根本性的变革，一个是内敛的，一个是超越的。

**3.1.2.2 中西方休闲体育定义比较**

我国大多数学者赞同中国传统意义上的休闲具有特有的文化内涵，其不同于“闲暇”、“空闲”、“消闲”。马惠娣及其同事[[12]](#footnote-12)给休闲文化作出了这样的解释，其认为休闲文化是一种对时间、空间的内省，是一种对生命意义和快乐人生的追求和思考，是一种回归自然，融入自然的体验，并以此形成悠然淡定的生活心态和追求心灵平静、与大自然融为一体的价值取向。然而在西方英语国家，形容休闲娱乐的单词为recreation，有恢复、复原、修补、重获等意思，意味着能量的再生产和人体能力的恢复。表示休闲体育的单词为leisure，《社会科学百科全书》对leisure一词的注解是其来源于希腊文字的schooll , scholar 的语源、字解说明了休闲在古希腊常泛指“学习活动”，古希腊时代一些贵族或自由民因有奴隶代其劳动,因而有自由时间享受休闲活动,休闲在古希腊是一种学习活动且是自由状态以及是具有精神启蒙作用[[13]](#footnote-13)。英文中的“体育”一词(physical culture/ physical education/ physical training) 分别由“文化、教育、训练”组成,说明了体育与文化、教育、培养的同宗同源性。综上所述,东西方文化中对于休闲与体育的描述是殊途同归的,休闲和体育都是文化的一部分是密不可分的,休闲和体育在人类的发展和进化中的地位是非常重要的,也为文化、科学的诞生提供了条件。休闲体育作为概念，它的含义不仅随着社会和时代的变迁而变化的，且具有不同文化价值的差异,不同民族、不同地域之间就存在着文化的冲突与融合，并在这些冲突与融合中实现文化的交流与传播。

**3.1.2.3 中西方休闲体育性质与内容的比较**

对于中西方休闲体育性质与内容的比较方面，大多数的研究认为：起源于农耕经济文化和宗法制度的中国近代休闲体育，是以修身养性为目标，以个体、娱乐、技艺、表演的健身和养生为主体的休闲体育方式。在运动形式上呈现出上下相随、左右相依、内外结合的整体性；在运动负荷方面强调动作的节制性，主张不破坏或激化人体的内部平衡。在具体内容选择方面，喜欢以静态为主，“以静制动”、“上善若水”是其休闲价值观所呈现的独特的休闲形式。平和、悠闲、修身养性的项目更容易被广大群众接受，而且这些项目具有简便易行、经济投入少的特点。而西方人由于受以宗教为核心的海洋型经济文化和动态的工商社会影响，形成了其民族的冒险、抗争意识以及奋发拼搏、向外开拓的精神，其休闲体育文化表现为倡导个体的自由，个人充分发挥自身的生命潜能和智慧等重要特征。因而西方休闲体育更重视追求人的力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等身体素质的极限发展，所以游泳、跳跃、拳击、赛跑等力量型的运动和拳击、足球、篮球等对抗性项目成为西方传统休闲体育的主要运动项目。

**3.1.2.4 中西方休闲体育功能的比较**

在中西方休闲体育功能的比较方面，大多数的学者认同中国传统的体育休闲文化重在内省，注重发掘心灵世界，追求修身养性，追求心灵平静，追求内心世界丰富多彩并与大自然融为一体。他们认为自然界与人本来就是一体的，共呼吸的，赞同休闲体育的最高境界在于投身于自然，认同于自然并在自然中调适自己的心灵世界。相对而言，西方近代的休闲体育文化也超越其传统休闲体育，人们在展现身体形态和力量的完美结合的同时，也在追求身体极限潜能以及精神自由的价值。因而越来越多的西方人开始追崇漂流、极地探险、极限运动等危险系数很高的运动形式，以此与大自抗争，来张扬人的个性[[14]](#footnote-14)。

3.1.3目前研究的不足之处

作为休闲体育教育领域发展较为发达的北美和欧洲地区已开始将休闲体育教育纳入基础教育的范畴。目前，在世界范围内开展休闲体育教育的国家日益增多，休闲体育教育也呈现多样化的实施途径，不仅包括以身体运动为主的实践类教学，还涵盖了理论性较强的休闲学、休闲体育概论等课程。美国作为世界上最早重视并发展休闲体育教育的国家，其休闲体育教育呈明显专业化趋势，其教育内容不断扩充。美国的休闲体育教育模式更偏向于那些能提升学生身心健康的体验式活动，其对学生的培养注重于培养终身参与休闲体育的自我意识。而且美国综合类大学中的体育院系，在兴办休闲体育专业时，多采取与其他院系横向合作的方式，也多与娱乐、旅游、公园管理等相关专业结合[[15]](#footnote-15)，不仅适应了社会的需要，也增强了专业的综合性，极大地增强了学生的综合素质。不同于美国，在英国休闲体育教育并不是作为一个独立的领域存在，而是渗透在与“娱乐”等相近概念相结合的专业，基本上归结于四类体育与运动专业(Physical Education 和Sport Science)，体育、运动管理与娱乐专业(Physical Education、Sport Science 和Recreation Management)，娱乐管理专业(Recreation Management)和复合型专业( Joint Honours)[[16]](#footnote-16)，其专业必修和选修课程都与休闲体育高度相关，相对注重的是对科学研究能力的早期培养。由于英国的大学没有针对非体育专业学生开设体育课，因此，大部分学生主要是通过俱乐部等途径参与休闲类体育运动。而在日本，休闲体育课程设置门类多，涵盖内容丰富，采用基础通识教育和基础专业理论教育并重的课程结构[[17]](#footnote-17)，突出信息技术教育，这种课程设置使得大学生参与休闲体育的比例不断增高，日本的休闲体育教育体现在对学生休闲体育意识培养。而在我国，休闲体育教育问题既没有引起学校及教育行政部门的足够重视，也没有引起家庭和社会的充分关注，在学术研究方面也基本上处于刚刚起步状态，现有休闲体育课程的建设与社会体育专业类似，其区分度较低，并未将休闲体育从以往已经开设的专业中分离出来，而且国内休闲体育的师资、教材、场地等配套教育资源极其匮乏，无法适应社会的需求; 陈旧的知识体系成为休闲体育专业发展的障碍[[18]](#footnote-18)。相对而言，我国的休闲体育教育状况是亟待改进的。

通过以上关于中西方体育文化及休闲体育文化比较研究的综述，我们可以发现，虽然部分研究者已经开始关注中西方休闲体育文化的比较研究这一领域，但是研究水平及研究成果仍然处于起步阶段。

首先，目前的研究普遍未对中西方休闲体育文化进行完整的、系统的、分层次的对比，尤其是关于深层次的精神文化方面的研究，资料少之又少。中西方休闲体育精神文化的差异具体体现在哪些方面，如何从这些具体方面展开比较，并总结出两者各自的特征，都需要进一步的深入研究。

其次，目前的研究也很少解析中西方休闲体育精神文化差异的根源，只是针对存在的差异进行描述性的比较，缺乏逻辑研究的完整性。

另外，目前的研究几乎全部采用文献资料法与比较法，对于中西方休闲体育精神文化的差异缺乏相应的具体案例作支撑、说明，因此，研究的相关结论缺乏一定的说服力。

最后，目前的研究中鲜有关于中西方休闲体育精神文化在当今时代中各自的优、劣势分析，同时也缺乏有关两者间如何相互交流与促进的研究。

基于我国体育现状对体育哲学的需要与其关联学科的局限性，体育文化学科的建设与形成已是当今人文体育必然的选择，通过对体育文化哲学性的追索与思考，重新审视休闲体育的本质与休闲体育文化精神。

3.2 休闲体育精神文化概述

3.2.1 休闲体育文化

 顾拜旦阐述体育的产生分四种基本途径，即劳动、祭祀、军事、娱乐，东西方基本都认同此说。随着全球化进程的加快和经济社会的不断发展，中西休闲文化、体育文化以及休闲与体育之间的界限已经变得非常模糊。休闲与体育正以共融的方式被社会所认同。休闲需要体育作为一种活动方式得以具体实现，体育能够展现休闲的内涵，体现对人本质的发展和完善，休闲体育成为休闲与体育的载体具有兼容性。如詹华宁的研究所述，休闲体育的文化认同本身就是中西休闲文化、体育文化和休闲与体育文化之间融合的产物，兼容性是其基础和前提[[19]](#footnote-19)。亚里士多德则认为, 人的本性是能够安然地享有闲暇, 不仅仅在于能够胜任劳作，即使劳作也必须有闲暇, 闲暇是劳作的最终目的, 是人生所追求的唯一本原[[20]](#footnote-20)，同样，马克思也将休闲本身看作是代表着人的一种理想和追求, “休闲时间本身就是财富”是马克思的一个基本命题[[21]](#footnote-21), 他所展望的共产主义社会就是将余暇时间代替劳动时间而成为一个衡量财富的尺度。就休闲与体育之间的关系而言，托尼给出这样的阐述，休闲与体育都是人的主体性活动，必然包含人的活动共性[[22]](#footnote-22)。首先，休闲和体育都是当代人类所追求的人的本质和人性的发展，是作为完整意义上的人并占有自己的全面本质的发展，它体现了作为目的本身的人的本质力量的全面发展以及人性的全面生成和丰富。其次，休闲与体育都指向人的精神世界，是一种通过身体活动体现对自由的追求，都是通过自我的主体性活动展现对自我生存状态的关注和提升[[23]](#footnote-23)。休闲作为一种积极参与生活的方式和态度，体现了一种人生的境界与追求，其不仅能展现一个国家生产力水平高低的标志，更是衡量社会文明的尺度。据潘雪梅等人的调查结果显示，在休闲活动中，据统计有60％ 一80％ 与体育活动有关[[24]](#footnote-24)。

休闲体育文化是人们在运动健身实践中创造的精神财富与物质财富的总和[[25]](#footnote-25)，是人类健身实践向更高层次发展的需要，是国际社会由政治主导到经济主导再到文化主导型社会发展的必然产物。休闲体育文化是内在而不可见的休闲体育思想, 属于同客观的休闲体育社会结构相对的主观休闲体育思想和休闲体育知觉的文化[[26]](#footnote-26),即主观意义的休闲体育文化作为现代人提高生活质量和内容的方式之一, 其发展直接影射现代人的休闲体育文化价值取向。文化三层次结构学说认为, 文化自身可以分为物质文化、制度文化和精神文化[[27]](#footnote-27)。按照文化的三个层次划分，休闲体育文化包括物质文化层（休闲体育的形式及所使用的场地、器材等物质形态等）、制度文化层（休闲体育活动的组织机构、法律及规章等）以及精神文化层（休闲体育的价值观、思维方式以及审美观念等）三个方面（图1）



图1 休闲体育文化的三个层次

3.2.2 休闲体育精神文化

文化结构学认为精神文化又可分为观念文化和文化心理两个层次。现在大多数人都认为, 物质文化、制度文化和观念文化是可变的, 即文化的表层和中层是可以变动的。但是关于文化的内在核心价值层能否变化, 却是“仁者见仁、智者见智”。体育文化是基于人类从事和参与体育运动而衍生出来的一切活动及其成果的总称[[28]](#footnote-28), 具有良好的精神内涵, 其中包括的诸如竞争精神、人文精神、科学精神、平等精神、公平精神、法治精神、超越精神等。休闲体育精神文化是指在人们休闲体育物质文化、制度文化基础上衍生出的独具特征的人类共有的意识形态和文化观念的[集合](http://baike.baidu.com/view/15216.htm)，是对有形的休闲体育活动进行抽象化的概括与规律总结，主要包括人们的休闲体育价值观、审美观、教育观等方面。

本研究之所以选择从精神文化这一视角探讨休闲体育，其主要原因有三点：第一，在整个文化的自我系统中，物质文化和制度文化反映着、并受制于精神文化，是一定精神文化的折射，是它的表面化和具体表现。物质文化要靠精神文化去推动，制度文化也要靠精神文化去建构与评价。第二，精神文化体现着不同文化独特的心理结构，是系统中最深层、最具稳定性和最有决定力的东西，是整个文化系统的核心。第三，如果简单地在物质和制度层次上谈休闲体育文化，则许多休闲体育文化是相近的，正是深层的精神文化差异使不同文化背景下的休闲体育展示了其别具一格的特色。因此，休闲体育精神文化决定着整个休闲体育文化的特质，并且代表着休闲体育文化所处的层次，只有将其个性特征充分揭示出来，才能充分展现一个民族休闲体育文化的永久魅力。

3.3 休闲体育精神文化的比较

休闲体育精神文化涉及价值观、思维方式、审美观、宗教信仰、教育思路等众多方面，本文主要选取具有典型代表意义的价值观、审美观、教育思路作为主要的比较对象，对不同文化背景下的休闲体育精神文化进行比较（图2）。



图2 休闲体育精神文化的比较对象

3.3.1 休闲体育价值观的比较特征

**3.3.1.1 注重娱乐价值与注重健身价值**

由于受中国“重文轻武”这一传统文化的影响，体育在中国从未成为社会的主流，它只是社会发展的一个衍生，是社会发展的配角，它不是人们求得晋身之阶和获得社会承认的正途，这就直接导致体育在中国社会中的角色完全不同于西方体育。春秋战国以来，许多富有技巧表演性、游戏性、趣味性和艺术观赏性的项目大量出现。蹴鞠就包括有表演性和竞赛性两种形式，表演性的蹴鞠在鼓乐的伴奏下进行踢控球技巧的表演，在汉画等文物资料中多以“蹴鞠舞”的形式出现，娱乐特征得到充分体现。以思维与智慧为特征的古代棋类活动及节令民俗中的某些休闲体育活动如舞龙舞狮，无论从内容、活动方式上都可说是古代传统体育之游戏性和趣味性的具体体现。再如武艺中的诸多器械演练多是以舞蹈的形式表现，剑舞、刀舞、戟舞等作为一种娱乐艺术，在民间的表演与传播，为古代武艺向中华武术的脱胎演化起了很大的作用，推动了后来武术的重要分支民间武术的发展。

 相比之下，西方的休闲体育价值观更注重休闲体育的健身价值。著名哲学家苏格拉底认为，运动能增强食欲和促进睡眠，故而是一种最好的健身方法。杰出的医学家希波克拉底也提到过体育运动的医疗保健作用。著名思想家柏拉图主张用体育来锻炼身体，用音乐来陶冶心灵，并把这看作是构成理想教育模式的重要内容之一。亚里士多德也进一步指出智力的健全，依赖于身体的健全[[29]](#footnote-29)。另外，古希腊列国战争频繁，同时还要时刻防范奴隶的反抗，这就要求所有的公民都要拥有健壮的身体和熟练的搏斗技能，成为无所畏惧、克敌制胜的战士。因此，体育运动所固有的健身功能便受到西方主流社会的重视，即使是在休闲体育中也强调通过运动锻炼出健美体魄。

**3.3.1.2 注重道德价值与注重宣泄价值**

我国体育文化中，道德被认为是最具价值的。这使得我国的传统体育无一例外地被纳入到了道德的节制之下。中国古代运动常以“仁、义、礼、智、信、温、良、恭、俭、让”作为胜利的标准，这实际上是一种道德教化的手段。直到现在，这种道德教化演变成的“友谊第一，比赛第二”信条仍然被人们所尊崇，对人的存在更强调其在内在品格、精神、道德方面的修养。对于休闲体育而言，就是要通过这种身体锻炼方式以外达内，由表及里，以形而下的身体有形活动来促成形而上的无形精神升华。因此，中国文化中注重的是休闲体育的道德价值，强调在体育中进行道德伦理教育，开展休闲体育活动也多是借其形式达到教化人的目的。

同样是精神、心理层面的价值，西方的休闲体育更注重其心理宣泄的价值。在进行休闲体育活动的过程中偏爱采用宣泄的方式来释放内心的情绪，或通过狂热地观赏竞技运动比赛的方式把积聚的不良精神能量尽情地宣泄出去，或通过精疲力竭的身体活动使之发散一尽，因此，不少西方体育社会学家都将休闲体育比喻成社会的“安全阀”。弗洛伊德也认为，每个人都有一个不良精神能量的储存器，这种心理的储存到一定程度后，就会表现出侵犯行为。因此，为了减少侵犯行为，可以通过更积极的手段来使这种储存的能量释放出来，他举例如球赛、打拳、游泳等。因此，在西方的休闲体育价值观中非常注重休闲体育的宣泄功能。

**3.3.1.3 注重人际交往价值与个人实现价值**

传统的农耕社会与血缘宗法制度使中国人形成了注重节制、追求和谐的文化性格。正如梁启超先生所说：“中国哲学专注人与人的关系”，而“希腊及现代欧洲，注重人与物的关系”。因此，在传统观念影响下的中国休闲体育把协调人际关系放在了非常重要的位置，尤其是重“家”的观念要求以家庭的模式组织社会，实现“四海之内皆兄弟，天下一家”的理想境界，因此中国人非常注重在进行休闲体育活动的过程中实现其人际交往的价值。当代的中国休闲体育，多以家庭、朋友聚会结伴的体育组织形式为主，通过这种社会群体间的体育活动，实现人们人际交往的需要，培养及提升家庭成员间、朋友间的真挚感情。

与农耕文明不同，由于自然环境及生存条件的恶劣，古希腊的海洋文明从一开始就强调个人本位的原则，在休闲体育中也比较注重个人实现的价值，强调在进行休闲体育的过程中对自己的运动技能、肌肉力量进行锻炼与展示，并以此来证明个体的存在与价值。比如，在西方的街头篮球场上，常常有独自运球全场飞奔连过数人，高难度传球，杂耍般扣篮，强打强攻、单打独斗的场景。甚至参与者还常常做出各种作秀表演和奇特的个人装束，发型、纹身，每一点都似乎在向人们传达这样一个信息：请记住我！我是与众不同的。在西方人看来，运动场上的结果直接影响到做人的价值以及人本身的尊严。因此，体育包括休闲体育的首要任务是要完成个人自我实现的使命。

3.3.2 休闲体育审美观的比较

**3.3.2.1休闲体育审美观念的差异**

**1）对形体美认知差异**

休闲体育的一个重要目的就是练形。所谓形，就是身体，是相对于精神、心理、意识而言的感性肉体[[30]](#footnote-30)。在西方人眼中，通过体育这种休闲方式所要形成的形体美是一种体格强壮、四肢发达、线条分明、阳刚硬朗的美，因此，西方人注重在严格的运动规律指导下对自己的身体进行一种形体上的“雕塑”，喜欢以健美、塑形为目的的运动休闲项目，从而获得结实的肌肉与刚硬的身体线条。因此，健硕的肉体、灵活而有力的臂膀、宽阔而厚实的胸膛、粗壮而发达的躯体、能跑善跳的双腿，是西方人眼中最美的事物[[31]](#footnote-31)。相比之下，中国的休闲体育文化不仅注重形体的阳刚美，还注重形体的阴柔美，强调的是一种阴阳调和之美，对于身体形态，中国人以体格匀称、四肢协调、线条柔和、刚柔相济为美，对发达的四肢，明显的肌肉线条不做过多要求。因此，在这样的一种形体审美观念下，中国人的休闲体育较少强调对身体形态的刻意追求，在享受休闲的过程中，只对身体肌肉进行适当的锻炼，并同时关注身体柔韧性与协调性的锻炼。

**2）对动作美认知差异**

从审美的角度看，运动中的动作美主要是从完成动作的姿势、轨迹、时间、速度、力量、节奏等因素组成[[32]](#footnote-32)。从“更高、更快、更强”的奥林匹克格言中，我们可以看出，西方体育文化所体现的是对“速度”与“力量”的崇拜，所以在其休闲体育文化中，必然也是以“速度”与“力量”作为评判动作美的基本标准。西方的审美观念认为，休闲体育追求的是一种拥有惊人速度、超人力量以及动感节奏的动作美。这与西方人喜欢的休闲体育项目多为训练速度、力量的器械类健身，以及动作激烈、比赛节奏强的篮球、橄榄球等项目有密切关系。相对而言，中国人由于长期受到“中庸之道”、“不偏不倚，无过不及”以及“点到为止”等传统思想的影响，不强求达到“速度”与“力量”的极限，其追求的动作美是一种快慢适宜、力道平和，节奏连贯的动作美。这就是为什么中国人多选择散步、太极以及体育舞蹈作为休闲体育项目的主要原因。

**3）对内在美认知差异**

内在美体现的是一个人的思想品质与道德情操，不同的文化背景对内在美的具体内涵界定不同。西方文化哲学强调矛盾双方的对立、冲突、竞争，在竞争和相互否定中达到新的平衡，这样的哲学思想深刻地影响着西方的休闲体育文化。在西方人眼中，通过休闲体育所要培养的内在美是一种勇敢对抗、顽强拼搏、永不言败的内心之美，所以西方的休闲体育常常带有竞技运动的色彩，在项目的选择上也以对抗性运动项目为主。而中国文化是一种伦理型文化，中国的休闲体育文化深受其影响，长期以来，中国人一直将休闲体育视作一种培养人遵从礼仪、修养、情操的手段，其强调的内在美是一种以重礼仪、重伦理、重道德为主要特征的内心之美。中国的休闲体育不关注对坚毅品质的追求，它所要实现的是在运动过程中遵从礼的规范，提倡“君子之争”。比如中国最古老的休闲体育项目如射箭、角力等项目就被纳入了“礼”的范畴[[33]](#footnote-33)。

1. **对关系美认知差异**

休闲体育中的关系美主要是指人与人在休闲体育的交往过程中所形成的人际关系。西方的文化是以斗争和战争为本位的，竞争是西方文化的灵魂。赫拉克利特曾说“斗争是万物之义，战争是万物之舟”，西方文明在开始阶段就表现出了对现实功利的积极追求，讲究在公平的基础上与他人开展竞争，努力获得个人的最大利益和幸福。因此，这种竞争之美体现在休闲体育文化中，就是一种勇于竞争、敢于挑战、战胜对手的关系美。而中国文化提倡“礼之用，和为贵”，因此，在休闲体育文化中，把协调人际关系放在首位，认为人与人之间是一种待人和睦、礼让有序、相处和谐的关系美。这也是中国的休闲体育项目“轻竞技、重和谐”的原因。

表1 中西方休闲体育文化中审美观念的差异

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 中国（汉族文化） | 西方（古希腊文化） |
| 形体美 | 体格匀称、四肢协调、线条柔和、刚柔相济之美 | 体格强壮、四肢发达、线条分明、阳刚硬朗之美 |
| 动作美 | 快慢适宜、力道平和，节奏连贯之美 | 惊人速度、超人力量、动感节奏之美 |
| 内在美 | 重礼仪、重伦理、重道德之美 | 勇敢对抗、顽强拼搏、永不言败之美 |
| 关系美 | 待人和睦、礼让有序、相处和谐之美 | 勇于竞争、敢于挑战、战胜对手之美 |

**3.3.2.2休闲体育审美观念的比较特征**

“上帝为我们开启了心灵的窗户，我们用它来寻找美”，人的智慧从客观上决定了我们对美好事物的追求。审美是人们对一切事物的美丑作出评判的一个过程，所谓审美观念就是人们认为什么样的审美对象是美的这一主观心理活动过程。审美观在中西方休闲体育精神文化比较中具有感性化、直观化的特点。

1. **强调“心美”与强调“形美”**

西方的休闲体育之美，是显示于外的“形美”，强调体格健壮，注重对人体外形的称颂。亚里士多德曾描写到：“美丽对于一个青年人来说，是把身体训练得能经得住跑和大强度练习所产生的疲劳，同时还要体形健美”[[34]](#footnote-34)。如起始于西方的健美运动，淋漓尽致地再现出了人体整体与局部的外形美；风靡世界的健美操运动，也是西方对人体美外在表现力追求和崇尚的又一例证。自古以来，中国的休闲体育就是一种注重修身养性，培养道德情操的礼数教育，这一过程主要是塑造人的品性，讲究的是含蓄、高尚的“心美”，认为“形美”是初级的、肤浅的，而“心美”则是高级的、深奥的，由“形美”到“心美”是由量的积累所获得的质的飞跃。比如中国古代的礼射，其主要目的就是“明君臣之义”、“明长幼之序”

1. **强调“中庸之美”与强调“极限之美”**

在西方，人体一直被视为严格遵循自然法则运动的“身体机器”，并将其作为一种客观的自然物来开发。在西方休闲体育中仍以速度、力量来开发这一自然躯体——即人体的潜能，追求用最快的速度和最大的力量加以运动，企图尽量达到自己的生理极限，并不断朝着“更高、更快、更强”的方向发展，追求这种“极限之美”。而在中国文化中，认为万物皆有度，凡事过犹不及，所以在休闲体育中不论是对于速度和力量都讲究一种“中庸之美”，如我国的太极拳讲究刚中有柔，柔中带刚，这种对速度与力量的度的准确把握，体现的就是“中庸之美”。

1. **强调“和谐之美”与强调“竞争之美”**

竞争是西方体育文化的灵魂和核心，体现在休闲体育中也是如此。西方人认为只有通过人与自然、人与人之间的竞争才能建立起新的平衡，获得新的发展，所以他们欣赏公平比赛、优胜劣汰的“竞争之美”，主张发挥人的主体能动性。而在中国，道家哲学对中国人的思想有着极其深刻的影响。老子说：“无名，万物之始也；有名，万物之母也。”把“无”看成了一切的来源，这种自然无为的思想对中国人的思想价值观念形成有着极其重要的影响，一种不争的思想逐渐在中国人的思想中确立起来。这种思想对于休闲体育文化也有着巨大的影响，诸多休闲体育项目大大弱化了运动过程中的竞争性[[35]](#footnote-35)。中国的休闲体育文化看重的是人与自然、人与社会、人与人之间的“和谐之美”。

1. **追求“善”与“美”的统一与追求“真”与“美”的统一**

西方的休闲体育追求“真”与“美”的统一，强调思维、理智和认识的作用，这与西方古典美学追求美真的渊源是分不开的。在西方美学中，“只有真才是美，只有真可爱，真统治一切”，“一切虚构中的不折不扣的虚假，也只为使真格外显眼，只有把美和真融成一体，才能在审美中获得妙谛真知”[[36]](#footnote-36)。这就是在西方休闲体育中，不断地强化对运动技术的分解与量化研究，将运动这种生命现象还原为一般的物理现象、化学现象来研究的原因。追求“善”与“美”的统一则是中国休闲体育文化中审美观在人与人，人与社会关系上表现出来的重要特征。中国美学经常将审美同人的道德情操、精神品质相联系，认为真就包含在善之中，善必定同时是真，离善求真是错误的，离善求美也是得不到认可的。

3.3.3 休闲体育教育思路的比较

 “休闲本身是一种后天习得的行为、态度和意义。我们通过体验和选择的历史渐渐社会化并学会了休闲”[[37]](#footnote-37)。正如通过教育而获得工作技能的人将有更好的人生前景一样，通过教育而获得休闲能力的人能够感受到更多的快乐和幸福。休闲体育教育就是为了达到人们的休闲目标，以体育锻炼为手段，掌握休闲体育知识、技能和技巧，培养人们确立科学的休闲体育价值观，并有效地利用休闲时间提高休闲生活质量，促进个性全面发展的教育过程[[38]](#footnote-38)。而休闲体育教育思想则是指对休闲体育教学价值、内容、方法的认识和见解，对休闲体育教育起着方向指导的作用。不同的文化背景与教育体系，形成了不同的休闲体育教育思想。

**3.3.3.1 “身心共育”与“健康第一”**

 学校在中国最早出现于尧舜时代，当时的教育内容中就包括了习射、习乐舞等体育内容。自古以来，中国的体育教育思想就认为：体育如果只是“对身体的教育”，那只能是一种片面的身体训练，并不能真正促进人们的健康发展。体育更应被理解为是“通过身体活动的教育”，即体育是通过身体的运动来教育人，以谋求教育目的的实现。所以，“首先应是培养人们的品格，其次才是发达人们的身体”[[39]](#footnote-39)。因此，中国的休闲体育教育主张通过身体锻炼以外达内，由表及里，高度重视心理状态的训练，一切肢体活动与心要紧密结合，并服务于调心练意，极少有单纯为身体健康的休闲运动。在中国，休闲体育教育既不是单为身体，也不是单为精神，而是要发展由教育活动而实现的人类的一切能力，强调通过休闲体育教育实现“身心共育”的目标。中国的传统休闲体育以养生为主,侧重于“养”，多数学者认同中国传统体育教育思想，即决定人体健康和寿命的因素在内而非外,注重意念的作用和体内的修炼,认为对动作的把握要靠直观顿悟,力求达到形似神似。以静养生、动作缓慢、动静结合是东方体育的显著特征,强调“形随神游”、“澄心如镜”、“静悟天机”。综观各种中国体育文化形态，无论是射御、赛马、马球等的古代军事体育；蹴鞠、投壶、百戏、礼射等的娱乐体育；还是拔河、竞渡等的民俗体育；抑或是导引、行气等的养生体育，一概强调自身的“悟道、意念、练功”，通过修身养性来练达自我的生存能力和对外界的调理引导能力。

西方的文明古国希腊非常注重培养健康体魄的人才。例如，在雅典的教育体系中，体育教育是一套成熟的体系。学校均为国立，儿童经过初级学校的教育，到13岁进入斗争学校，学习三年。小孩需要在这里学习作战、掷球、投枪、射击、骑马、赛跑、游泳、舞蹈、野营训练等，其目的主要是通过体育训练锻炼强健的体魄。这种全面和系统的教育是和古希腊的教育思想密切相关的，古希腊思想家柏拉图认为“幸福中最高的要算：第一为健康；第二为美；第三为体格的强壮与活泼”[[40]](#footnote-40)。他的学生，亚里士多德则认为“生命和世界都在运动，没有运动就没有时间、空间和物质”。正是这些唯物观点，使得亚里士多德能够客观地认识体育。他在雅典办学时，首先提出了对青年学生必须进行“智育、德育、体育”三方面的教育。认为“关心身体应该先于关心精神”，明确地指出：“体力教育应该先于智力教育”[[41]](#footnote-41)。由此，我们可以看出以古希腊文化为主的西方休闲体育教育思想认为：休闲体育教育应该使人们掌握基本的运动技能，拥有强健的身体，实现“健康第一”的目标。西方体育文化重视对知行的分析,讲究运动方式的力学原理,注重对人体解剖结构和生理机能的研究 ,重视人体科学,讲求运动规范,追求对抗与竞争。因此,西方体育文化有科学理论的支持 ,各种体育运动都有明确的竞赛规则,对运动场地器材设施也有严格的要求,这些都是东方体育文化所无法比拟的。

**3.3.3.2 “礼数教育”与“游戏教育”**

中国文化是一种伦理型文化，长期以来，中国人一直将体育视作一种培养人遵从礼仪、修养、情操的手段，因而中国的休闲体育教育更类似于一种“礼数教育”，教育人们在休闲体育的过程中要遵从礼的规范，实现道德的升华，提倡“君子之争”。例如：孔子本人力气很大，跑得也很快，还喜欢登山和渔猎，但他“不肯以力闻”，强调以“仁”和“礼”为评判标准，否定一切非仁、非礼的体育活动。孔子主张“射不主皮，威力不同科”。意思是射箭时不一定要射中靶子，因为射箭只是形式，主要目的是在射“礼”。大教育家蔡元培也认为体育能够培养学生的组织纪律性，通过体育活动中的规则和秩序，培养学生的道德自制力，“养成自重急公的习惯”和“涵养”，培养学生“宁正直而败，毋诡诈而胜”的道德情操。

而古希腊的“游戏精神”一直深刻地影响西方主流教育思想，以至于西方的休闲体育教育将“游戏教育”作为其核心。美国教育家杜威认为：任何时代任何人，对于教育，尤其是对于幼年儿童的教育，无不在很大程度上依赖于游戏和娱乐[[42]](#footnote-42)。休闲体育是人的本性活动，“主张人们个性的自然发展”。在教学方法上也主张从人的天性和兴趣出发，主张到大自然的环境中去从事自己所爱好的各种活动，以发展个性。例如：19世纪风行的德国、瑞典的体操，被西方休闲体育教育思想看作是违反人性的“非自然的”或“人工的”东西，主张应尽量采用符合人本性的游戏、舞蹈、野外活动等休闲体育活动，认为这些自然的活动是体验社会生活的一种良好形式，同时也可以在这些“游戏”中发展自己的个性。

表2 中西方休闲体育精神文化比较

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 中国（汉族文化） | 西方（古希腊文化） |
| 价值观 | 注重娱乐价值、道德价值、人际交往价值 | 注重健身价值、宣泄价值、个人实现价值 |
| 审美观 | 强调“心美”、“中庸之美”、“和谐之美”、追求“善”与“美”的统一 | 强调“形美”、“极限之美”、“竞争之美”、追求“真”与“美”的统一 |
| 教育思路 | 身心共育、礼数教育 | 健康第一、游戏教育 |

3.4 哲学视野下的休闲体育

3.4.1 哲学与休闲体育

 哲学是古代精神的精华，也是民族精神的精华。它对人类任何的生产、生活行为都具有直接的指导作用。休闲体育起源于人们对生活的美好追求，自产生之日起就与人们的日常生活息息相关。从哲学的角度去思考休闲体育是对其最根本的理解与诠释。其次，哲学作为一种关于世界观的学说，是对自然科学知识和人文科学知识的总结和概括，是“一切科学的科学”，同时也是对世界本质的解释。从哲学本质意义上看，它是对人的生存问题最终级、最根本的思考，它为人在生存中所遇到的任何问题积极寻找终极答案。因此，只有从哲学的角度去思考休闲体育，才能运用哲学的思维范式从根源上看到中国传统文化及古希腊文化影响下休闲体育的差异，尤其是精神文化方面存在的差异，并且为寻求造成差异的终极答案提供一条有效的途径。回顾社会发展的历程，随着“体育人文观的渐入和生物、社会体育观的淡出”，人们认识到“人文主义”在生活中所追求的自我发展和认同的人文精神，不再沉溺于通过对自身的摧残达到对外界物质的享有，而是寻求一种自我精神状态的体验。文化哲学在体育异化现象、文化整合与创新、人的全面发展、人的生存价值等方面提供了一种新的视角。在文化哲学基础上讨论休闲体育的意义，不仅是针对于单独的一个国家、一个地区所产生的休闲体育文化的认识，而是在全球文化视野下对不同文化基础的人们所共同追求的一生种活方式的研究。休闲体育的存在是人类的一种生存方式、是一种文化现象，而其文化特征在于通过人的个体或群体的行为去彰显人作为活动主体过程中的思维、情感等内容，从而实现个体身心全面发展。在当代休闲研究的视野中，休闲体育更重视体育本质的溯源，凸显其文化创造精神，更加注重其文化内涵所带来的生活意境，休闲体育的文化哲学价值和意义在于引导人们从中追求人类生活中“真、善、美”的最高境界。

3.4.2 休闲体育精神文化差异的哲学根源

休闲体育构建的是一种文化，一种生活文化方式，休闲体育的时代精神是作为人的个体对人存在于社会生活中的方式的重要思考[[43]](#footnote-43)。透过马斯洛“需求层次论”中的生存需要（底层）和精神满足（高层）来解释休闲体育所蕴含的文化精神，即只有在人类社会发展到一定阶段的时候，物质生活上的满足才会使人们在“精神”上得到“体验”。休闲体育则正是把人们带入这种体验，提供一种新的生活方式，满足人们追寻平和的生活方式和丰富的精神世界的要求。在体育文化日渐全球化的今天，探究体育的实质，就要回归到西方体育与哲学的故土古希腊。西方先哲们通过对体育本质与精神的思索，追寻体育的真理，阐释体育真正的本质与内涵。然而当今社会物质文明日益繁荣，使得社会呼唤人文社会体育的兴起，现有的体育现状却无法跟上时代的潮流，满足不了人们对人文体育的高层需要。换言之，体育缺乏时代的人文关怀，时代性的人文体育并未真正形成。

如我国体育学者们所赞同，体育不仅在物质文化层面通过各种运动形式及方法满足人们对身体运动的需求;而且以其多样化的形态渗透在人们的文化精神体系中,影响且改变着人们的精神世界。相对而言,其文化意识形态并不是单纯的自我觉醒,如亚里士多德所言，要促使一个人的意识自觉,首先必须使之形成与社会结构之间的稳定契约关系,如此可见，个人作为文化意识的觉醒是一个渐进的过程，而休闲体育则是加速了这一过程,可以理解为休闲体育作为一种精神文化深刻地影响着人的内心世界,通过体育活动中人与人、人与环境之间的契约关系的建立,在人与自身、社会、他人的交往中形成了文化意识的初步觉醒,形成了人对社会的理解和感悟。

哲学意义上的文化是指人与自然、人与世界全部复杂关系的总和，当然，也包括人对于自身的一些思考，如关于“人性”与“人生”的思考。因此，要分析休闲体育精神文化差异的哲学根源，就必须以人与自然的关系——“天人关系”，人与其他社会成员的关系——“人人关系”、人对自身看法——“身心关系”以及人们“对人性的认识”和“对人生的定位”这五个方面作为研究主线（图3）。



图3 休闲体育精神文化差异的研究主线

**3.4.2.1 “天人合一”与“天人对立”：对“天人关系”认识的差异**

在东方体育文化中,对人的培养是受传统文化制约的。在传统文化影响下的中国哲学认为人的身体活动统一于天道，从而得出“天人合一”的认识规律，认为人与自然在本质上是同构的共生体，一切人事活动只有顺乎自然，遵循其运行规律，生命才能得以存在和健康的发展。其十分重视人的内在气质、品德、精神修养。道家主张各任性命、无为而治,追求一种自然的人格; 佛家提倡于世俗的超脱,倡导目空万世,追求心空万物的超然人格；而儒家则注重伦理规范、强调“克己复礼”,追求合于名礼、积极有为的“君子”人格。这三种文化流派都对中国传统体育文化价值观的形成产生过影响,从而使东方体育文化价值观表现出明显的注重人格培养的倾向。而且，传统的“天人合一”的哲学理念全方位地影响着中国文化，即中国体育文化是围绕着“天人关系”问题而开展其基本内容和论证方式的，追求天人之间的和谐统一是中国古人观察问题、思考问题和认识问题的出发点和归宿。

在“天人合一”哲学思想的影响和熏陶下，中国的休闲体育逐渐形成了融合养生健体、道德教育、娱乐竞技于一体的独特风格[[44]](#footnote-44)。首先，“天人合一”理念代表的是“天”与“人”这两个独立个体之间的关系，因此，中国的休闲体育以个人的身体养护和修炼为主，主要靠自身的修炼领悟来完成，目的是实现自身个体与“天”之规律的适应，而不借外力之功，更不是通过与人较力较量来实现，追求的是个体的修炼和升华，强调自身的苦练和个体顿悟能力的培养。其次，“天人合一”的观念解释了中国人休闲体育活动中出现的仿生性特征，不仅有对自然具有仿生性，还有对动物的仿生性。如武术中模仿日月的动作名称有“日绕山尖”，模仿风云的动作名称有“来风复雨”、“浮云起落”、“半月沉江”；模仿山水的动作名称有“泰山压顶”、“顺水推舟”等；模仿动物的有五禽戏、猴拳、螳螂拳、蛇拳以及二十四式太极拳中的“白鹤亮翅”和“野马分鬃”等。特别需要解释的是，这些健身运动中糅合如此之多自然与动物的相关名称和动作，并不完全如以往人们所认为的那样，“自然与动物的动作更有利于人的健康”，而是有着更为深远的意义，即在“天人合一”哲学思想的引导下，人们追求像大自然、动物那样不受阶级社会中任何礼法的约束，在天地之中放任自由，顺其自然。在这一点上，休闲体育健身活动成为了哲学目标实现的手段。

而古希腊文化体系下的西方哲学则认为人与自然是对立的，是征服与被征服的关系，认为“天人对立”。作为西方古代体育的典型代表,古希腊体育却不像东方古代体育注重人格胜于重人体，虽然希腊人也强调身体美须与精神美相衬,然而,他们更强调的是两者的和谐与统一，更注重人体的“力”与“美”。“天人对立”的深刻寓意是指，人类必须有知识才能战胜“天”。在这种哲学观念下，西方的休闲体育就带着一种企图征服自然、与“天”竞争的气息。首先，西方的休闲体育更强调力量、对抗，追求发达的肌肉和超人的耐力。超越成为身体活动中最大的乐趣，先是超越自我，超越他人，然后以超强的体格和体力征服自然，征服外界。古希腊曾经有这样一句名言：要使孩子们能够猎获野兽，就必须教会他们和野兽跑得一样快，甚至还要超过它们[[45]](#footnote-45)。通过这句名言我们可以看出，对于自然与动物，古希腊人没有“中国式”的模仿，他们那种超越的理想是对“天人对立”哲学观最好的诠释。其次，“天人对立”中人类必须有知识才能战胜“天”的哲学理念还体现在运用以科学的理性思维为指导，以人体解剖学为理论基础，“以一系列有规律的身体运动方式对人体的有机体直接产生影响，使人体的解剖结构、生理机能得到积极的生物学改造，从而取得肌肉发达、骨骼健壮、反应灵敏、精力充沛的直接效果”[[46]](#footnote-46)的学科知识进一步去挖掘身体潜能这一方面。用最快的速度和最大的力量加以运动，并遵循笛卡尔“物理的一切运动由物理定律决定”，最终出现了那种以物理量的变化为表现形式和以物理量作为评判标准的西方休闲体育。

**3.4.2.2 “和谐”与“竞争”：对“人人关系”认识的差异**

中国传统哲学观念重视集体与整体的力量，凡事“和为贵”，人与人之间是种礼让、和谐的关系。所以中国的休闲体育把竞争与取胜看得很轻，注重运动中人际关系的协调。中国的传统哲学实质上是一种保身、实用主义哲学。其中最有代表性的是儒家学派的“中庸”思想。“中者天下之正道，庸者天下之正理。”这种“中庸”之道反映在体育中人际关系的处理上，则主张“和”反对“争”，主张清心寡欲、淡泊名利。与此对应，生活中产生了一系列格言，“树大招风”，“枪打出头鸟”，“人怕出名猪怕壮”，这些都是中庸思想的体现。这些明哲保身的思想与那些讲求竞争，催人奋发、力求进取、令人热血沸腾追求胜利的体育场面，是格格不入的[[47]](#footnote-47)。中国的休闲体育即使是竞争，其竞争任务也不是去争取胜利，而是要在竞争中遵从礼的规范，实现道德的升华。中国最古老的运动如射箭、角力等项目就被纳入了“礼”的范畴。中国传统体育的规则也不是针对该项目本身而定的公平竞争原则，而更多是从道德修养角度，主张竞技中的胜负无足轻重，提倡“君子之争”[[48]](#footnote-48)。

古希腊文化影响下的西方哲学观重视个体的力量，强调对个体发展的尊重和宣扬，认为人与人之间应该严格遵守“个体为本，优胜劣汰”这一自然规律，在公平的基础上，通过竞争来实现自己的利益，人与人之间的关系是相互冲突、相互竞争的关系。所以西方的休闲体育总是带有浓厚的竞技色彩，除了与“天”争以外，还要不断地与其他社会成员竞争，努力获得最大的利益与幸福。在这种西方哲学观下孕育的西方休闲体育是一种以“竞争”为灵魂的休闲体育。这种“竞争”是人的速度、力量、耐力、灵敏、柔韧等身体素质和专门的运动技术及心理因素在极度发挥状态下的激烈对抗与冲突，参与者都竭尽全力追求“更高、更快、更强”。竞争对抗越激烈，生命潜能发挥越大，人的精神追求也越满足。这种“竞争”观念下的体育活动并不把增强体质、提高健康水平作为最后落脚点和最终目标，而是为了证明人类自身的机体能力、意志品质，是一种以追求个体优越感为目的的活动。这就使得西方的体育运动个人表现十分突出，在现代篮球、足球等需要各种不同特长的个体结合的运动中占据了绝对优势。

**3.4.2.3“形神合一”与“身心分离”：对“身心关系”认识的差异**

中国传统哲学把生命的两个主要标志，“形”与“神”视作一个整体，强调“形神合一”。范缜指出：“形者神之质，神言其用；形之与神，不得相异也。”[[49]](#footnote-49) ，其认为形体是精神现象的本质，而精神现象则是形体所固有的功能，形神并非两个不同的独立存在，而是一个统一整体的两个方面。因此，中国的休闲体育主张通过身体锻炼来以外达内，由表及里，一切肢体活动与心要紧密结合，极少有单纯锻炼人体外形的休闲体育活动。由于注意内在世界的深化，在休闲体育文化目的上，便偏重于内在人格的塑造。因而中国休闲体育的价值表现也是通过锻炼身体、培养道德以达到心灵的升华，最终目的不仅仅是为了“健”还是为了“寿”和“道”。可以说中国的休闲体育是一种“以心为本”的体育。这种“形神合一”的整体自然观与生命观尤其在保健性、康复性的休闲体育活动中表现得尤为明显[[50]](#footnote-50)。在传统的气功、武术和养生活动中，随处体现着整体生命观的影响。它强调人生理和心理的统一，从而建立了一种身心并育、整体优化生命的养生休闲体育体系。

而古希腊文化下的西方哲学身心观以“身心二元论”为认识基础，认为身与心是分离的，身体决定精神，若要发展精神，就要优先发展身体。在许多古希腊哲人看来，身体是第一位的，如：柏拉图认为“以体操锻炼身体，以音乐陶冶心灵”；尤维纳利斯认为“健全的精神，寓于健全的身体”，“肉体是灵魂活动的必要条件”等等。这些名言警句都突出了体育在身体发展中的重要作用，体现了体育有助于培养健全身体的思想。“身心分离”的哲学思想认为运动就是身体的活动，与思想的参与无关，即体育仅仅是针对肉体的教育，将人的身体看作是某种机械的物体进行研究、实验，以求最大限度地发掘人体运动能力。因此，在“身心分离”哲学思想的影响下，西方的休闲体育是一种“以身为本”的体育，类似于一种技能教育，强调的是其对身体的发展作用。另外，“身心分离”的哲学思想还衍生出了“肉体是机器”的人体观，运用物理学、化学的原理去考察人体运动，把人体看成是服从于机械运动规律的物体。如西方休闲体育运功过程中常所用的强度、负荷、频率、速率、节奏、幅度、弹性等都是物理学概念。

**3.4.2.4“人性本善”与“人性本恶”：对人性认识的差异**

在中国的传统文化中，中国哲学家对人性的认知，主体趋向为人性本善。如家喻户晓的《三字经》，起首四句就是:“人之初，性本善，性相近，习相远。”这四句话中，后两句为孔子原话，前两句则体现了孟子的思想。千百年来，“人性本善”几乎成了中国人从小就信奉的真理。既然“人性本善”，那么，人生的全部意义就在于“扬善”。而“善”作为人之本性，“扬善”便不需外求于他人，外求于社会，而只需内求于自己即可，主要依靠自觉的修身养性，这是“扬善”的重要渠道。正是源于这种“人性本善”的认识，中国休闲体育形成了只注重个人自身锻炼、不借助外力，不与人竞争的特性。因此，中国的休闲体育具有明显的个性化特征，没有具体的规则限定，所要达到的目的是通过身体有形的外在活动来延年益寿，实现对人生、人性的顿悟，以完成“扬善”的终极目标。

而古希腊哲学家在人性善恶问题上的观点总体趋向于恶。苏格拉底说：“智慧是唯一的善，无知是唯一的恶”。人生而无知，因此，人性本恶。柏拉图说：“凡进入存在者，定要腐败”。亚里士多德认为，“人更近于野兽而远离神灵，多数人生而愚昧、懒惰、贪婪、残忍”，这都明显具有人性恶的倾向。既然认为“人性本恶，生来有罪”，那么，人生的全部要义，就在于抑恶赎罪。抑恶赎罪的途径自然不能内求，而是需要在本我之外寻求，即外求。正因为如此，深信人性本恶的西方人以规则作为其对人性进行制约、监督的外在武器。西方大多数体育项目甚至是休闲体育项目都对规则、场地、器材做出了严格的规定，以求在这种严格规则的要求下，实现公平与公正，实现对人性的“赎罪”。

**3.2.4.5“理想人格”与“利益竞争”：对人生定位的差异**

中国人的人生定位可以用一句话来概括，即“修身、齐家、治国、平天下”。这句话要求主体成为一位“仁、智、礼、义、信”皆具备的完人、贤人。时时、处处、事事要以仁为思想核心，以智为认知手段，以礼为行为规范，以义为道德准绳，以信为最终目标[[51]](#footnote-51)。在这样的人生定位影响下，中国的休闲体育强调对道德品性的培养，注重由形而下的身体有形活动来促成形而上的无形精神的升华，从而实现理想人格的塑造。

而西方人的人生定位与中国则截然不同，西方哲学观认为，人生而有罪，而赎罪的根本途径就是做事，所做的事既要有益于自己，也不能有害于他人、有弊于社会，至于这个具体的事是什么事，则因人而异、不求统一。即使与别人做的是相同的事，也需要求自己比别人做得更好。因此，西方人的人生定位强调“利”与“竞”，即尊重个人的正当利益，认为个人应当在与他人的公平竞争中取胜，从而实现自己的人生。在此影响下，西方的休闲体育也带有“利”与“竞”的色彩，休闲体育这种“做事”方式也需要通过与他人的公平竞争来实现参与者的利益，并以此来进一步实现参与者的人生。

表3 休闲体育精神文化差异的哲学根源

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 中国哲学（汉族文化） | 西方哲学（古希腊文化） |
| 天人关系 | 天人合一 | 天人对立 |
| 人人关系 | 和谐 | 竞争 |
| 身心关系 | 形神合一 | 身心分离 |
| 人性认识 | 人性本善 | 人性本恶 |
| 人生定位 | 理想人格 | 利益竞争 |

3.5 休闲体育精神文化的交流与融合

3.5.1 休闲体育精神文化面临的机遇与挑战

 由于东西方体育文化哲学观的差异，因而导致了体育思想和体育精神的差异。东方哲学讲“天人合一”,认为宇宙、自然界、人都是由“气”构成的;而西方哲学讲天人相对,天人有别。在人生观上,东方人乐长生,重节制,讲中庸;西方人求价值、谋进取、趋极端。在认知形式上,东方人重直观感受,求整体把握;西方人重知行分析,细别层究。在思维方式上,东方人重直觉顿悟,西方人重抽象思辨。在生活观上,东方人知足常乐,守成务实:西方人冒险创新,放荡不羁。这些都决定了东西方休闲体育文化形态和价值观的差异。以汉族文化为主的中华民族休闲体育与以古希腊文化为主的西方休闲体育在各自的文化圈形成了不同的文化特征以及表现形态，在它们的发展过程中，都包含着对外来文化的吸收和融合。这是一个逐渐从表层次的项目交流深入到精神文化层次的全面交流的过程，对现代休闲休育和未来休闲体育的发展都产生了重要的影响。

由于西方发达国家在经济、政治等领域的巨大优势，今日的全球化在相当程度上已表现出西方化的明显趋势，我们的民族文化出现了发展危机。但是，随着全球化进程的加快，在日益增长的西方文化压力作用下，民族意识和对本土传统文化的认同感也得到了强化，不同特征的文化发展同时面临着机遇与挑战。杰弗端认为，“只有当中国文明的精髓引导人类文化前进时，世界历史才找到它真正的归宿”[[52]](#footnote-52)。这使得全球的视觉由单一朝向仅关注西方，转变为双朝向既注意西方又观察东方。在这种情况下，国际间跨文化的相互了解和理解日渐重要，实现不同文化背景下休闲体育精神文化的交流与融合，是休闲体育长远发展的关键所在。

3.5.2 休闲体育精神文化的交流与融合

不同文化的交流是文化不断更新、发展的前提。正如蔡元培先生说的：“一个民族不能吸收他族之文化，犹如一人之身不能吸收外界之空气及饮食”[[53]](#footnote-53)。洋为中用、中为西用的体育文化前景日渐凸现。长期习惯于快节奏的西方人,在接受中国太极拳的学习中获得了前所未有的心理平衡和宁静的复归,一向喜欢恬静而内向的中国人却在激烈而张扬的健美操锻炼中不仅获得了优美的体型,而且也寻得了一份从未有过的“放纵肢体”的快乐。这种互渗互补的东西方体育文化的交融,无疑给当今学校体育的改革和发展带来了新的机遇。体育精神文化多样化问题是全球化进程中的一个普遍问题，只有东西方体育文化的融合，才可能实现真正意义上的文化多元化。

**3.5.2.1“以心为本”与“以身为本”的融合**

中国的休闲体育是一种“以心为本”的体育，强调人生理和心理的和谐统一，从而建立一种身心并育的整体生命观休闲体育体系。相对而言，古希腊文化影响下的休闲体育是一种“以身为本”的体育，仅仅强调的是休闲体育对身体发展的作用，是一种强身健体、身心分离的局部健身观与休闲体育体系。“以心为本”的整体观是中国文化“大一统”倾向的表现形式，其目的是实现人的全面发展，相对于“以身为本”的局部观念，它更适合当代社会发展的需要。“以身为本”强调对身体技术及技能的锻炼，容易忽视对休闲体育精神的心灵解读，使人盲目地追求与信仰身体速度与力量的强大，而忘记休闲体育的本质是追求心灵的“畅”，使人沦为自己身体的“奴隶”。因此，“以心为本”更能完整地诠释休闲体育的本质。但是，我们同样不能忽视“以心为本”所带来了一些弊端，如过分地追求心灵体验，休闲体育会仅表现出“静”的特征，而远离了休闲体育基本的实现方式——“动”，这也是有悖于休闲体育精神的，我们只有牢牢把握休闲体育精神的本质追求，实现“动静结合”，实现“以心为本”与“以身为本”的有效融合，休闲体育才能走上一条坚持初衷，健康发展的道路。

**3.5.2.2“和谐”与“竞争”的融合**

中国哲学“天人合一”的理想使“和谐”成为了中国休闲体育的主旋律，这种“和谐”不仅表现在身心发展的和谐上，还表现在人际关系的和谐上，中国的休闲体育处处以“礼”为先，以“和”为贵，从原则上讲是排斥“竞争”的，因此，中国的休闲体育呈现出“重和谐，轻竞技”的特征。古希腊文化的“天人对立”则完全相反，“竞争”成为了西方休闲体育文化的突出特征，竞争性强的项目成为了休闲体育的主要形式。当今休闲体育的发展，“和谐”与“竞争”各有利弊，我们必须辩证看待。正如《西洋体育史》一书的作者哈肯·史密斯认为的那样：儒家学说强调理想的德性，重视默想、自制、安静的价值，排斥竞争运动和户外运动，与推崇感性生命、宣泄生命活力、尚力竞争的体育精神相抵触，致使群众性体育运动未能在古代中国得以生存和发展的合理空间[[54]](#footnote-54)。只讲“和谐”不求“竞争”的休闲体育，满足不了人们宣泄内心情感的需要，也使体育失去了其本身具有的独特魅力。但是过度追求“永远争第一，争取超过别人”的竞争精神，常常导致身体消耗的透支，人际关系的破裂，个人或社会道德的衰败，反而会对人的身心健康造成消极影响。因此，休闲体育中的“和谐”与“竞争”必须相互补充，从而实现有效地融合。

**3.5.2.3“分散”与“规则”的融合**

“分散性”与“规则性”是中国休闲体育与西方休闲体育的一个明显区别。中国的休闲体育注重个人身体的养护与修炼，强调自身的苦练和个体顿悟能力的培养，再加上“人性本善”的人性认识，认为“扬善”不需借助外力约束，仅凭个人的自觉修性即可，因此中国的休闲体育具有明显的个性化特征，对于休闲体育的方式、方法没有具体严格的规定，不讲求规则，具有相对分散的特征。而西方哲学“人性本恶”的人性认识，认为“赎罪”就需要外力的约束，因此，西方的休闲体育运动重视严格而准确的检验标准，尊重规则，强调在规则的制约下，对人性之“恶”进行约束。“分散性”的休闲体育更尊重个人的选择，能激发人们的创造力与参与热情，同样，正是由于这种个性化特征，使得“分散性”的休闲体育缺乏统一标准，推广难度大，这也是具有中国民族特色的休闲体育在世界范围内影响力较小的原因之一。相对而言，“规则性”的休闲体育更适合当今社会的发展，因为“规则”意味着统一标准，意味着公平竞争。这种规则制约下的休闲体育中，社会赋予人们之间的差距消失了，缩短了心理距离。严格的规则，积极的竞争，以及公平的执法正是现代体育的基本精神。但是休闲体育毕竟不是竞技体育，过多的规则约束会失去休闲特有的乐趣，只有实现“分散性”和“规则性”的有效融合，休闲体育才能具有更强的吸引力，休闲体育项目才能得到人们的喜爱。

**3.5.2.4“经验”与“科学”的融合**

中国的休闲体育“经验性”更为突出。中国休闲体育的基本内容就是心身结合的内向性锻炼，内在的生理与心理变化是锻炼的根本目的，而这些变化隐含的和依赖于个人的感知，因而在锻炼的过程中，每一个锻炼阶段的完成状况都需要锻炼者自身对照书籍或指导者的经验进行自我评价，如太极、武术等都是把“内在体验”作为标准，精气神的转化程度、人体力的蓄积与运用水平，都是凭借自我体验循序渐进[[55]](#footnote-55)。而西方的休闲体育更具有“科学性”的特征，所有的项目都需要一定的速度，力量和各种专门技巧，严格区分各种项目，尽量采用客观的标准进行检验，采用科学的量化来检验运动成绩，如速度、长度、高度和准确度等。注重“经验”的中国休闲体育，由于缺乏准确的描述与量化的数据，不易流传，这就是众多具有中国民族特色的休闲体育项目逐渐失传的重要原因。而过度地强调“科学”，则容易导致对身体速度、力量等物理数据的片面追求，忽视休闲体育对个人品质、道德的培养，因为这些数据是无法用“科学”的方式进行测量的，只能靠“经验”来加以评判。所以，“经验”与“科学”都有可取之处，休闲体育在未来的发展中必须协调好两者的关系，使两者在相互的对比和融合中发挥最大的功用。

# 4.0 研究结论与建议

 体育，作为一种身体活动方式，其内容和形式多种多样，会随着现代科技的日新月异而日渐多样化。休闲，作为一种观念意识存在，随着社会文化与价值观的多元化而日益丰富。休闲体育通过营造一种文化氛围，探索人类的精神世界，促使人们实现自我解放和发展，创造了施展个性的舞台，其突出了“以人为本”的发展理念。体育对人的精神浸润,是体育在形而上层面上的追求,也是体育迷人的魅力之所在,它拓展了人的生活世界和精神世界。东方体育的一个显著特点就是通过身体锻炼以外达内,由表及里,由形而下的身体有形活动来促成无形而上的精神的升华,进而实现理想人格的塑造,其作用主要不在人体,对身体的发展并不做过高的要求,只以养护生命、祛病、防病和延年益寿为主,注重养生保健和养护生命。然而，西方传统文化中的民族心态、社会运行方式所孕育的现代休闲体育文化，虽然内容丰富、形式多样，但依然体现的是西方文化追求个体人格精神的展现的价值取向，它主张通过放肆纵欲来实现以自我为中心的人格意识。受这种文化态度的影响，西方文化在长期的发展中逐渐形成了注重自由民主、自信自立、拼搏进取的文化精神。

不同文化背景下的休闲体育精神文化存在明显差异。中国传统体育文化要素是统一、中和、中庸，重在养身的内向性、兼容性和辩证性的特征，在休闲体育价值观方面，中华民族体现出注重娱乐价值、道德价值以及人际交往价值的特征，西方则体现出注重健身价值、宣泄价值以及个人实现价值的特征；在休闲体育审美观方面，中华民族追求“心美”、“中庸之美”、“和谐之美”以及“善”与“美”的统一，西方则追求“形美”、“极限之美”、“竞争之美”以及“真”与“美”的统一；在休闲体育教育思路上，中华民族强调“身心共育”，将其看作“礼数教育”，西方则强调“健康第一”，将其看作“游戏教育”。古代中国与古希腊哲学体系的不同是导致休闲体育精神文化差异的重要根源，主要体现在“天人关系”、“人人关系”、“身心关系”、“对人性的认识”以及“对人生的定位”等五个方面。

随着全球化进程的加快，不同特征的文化发展同时面临着机遇与挑战。在这种情况下，国际间跨文化的相互了解和理解日渐重要，而休闲体育作为民族文化的载体，是实现跨文化交流的良好工具。以汉族文化为主的中华民族休闲体育与以古希腊文化为主的西方休闲体育在各自的文化圈形成了不同的文化特征与表现形态，“以心为本”与“以身为本”、“和谐”与“竞争”、“分散”与“规则”以及“经验”与“科学”的相互补充，是实现两者休闲体育精神文化交流与融合的关键所在。在这个机遇与挑战并存的时代，我们必须把握住不同休闲体育文化中精神文化的核心部分，并充分借鉴异质文化中的可取之处，扬长避短，从而实现休闲体育精神文化的交流与融合，构建一个多元而和谐的世界休闲体育文化体系。它需要休闲体育不仅具有中国传统休闲文化与体育文化的内容，体现中国传统文化的精髓，还要能够容纳休闲文化和现代体育的表现方式和价值内涵，体现西方文化的自由精神。当然，兼容性不是混合在一起，而是按照休闲体育自身的规律对休闲文化和体育文化进行整合，包括价值观、活动方式、活动内容等方面，以形成自身的特质。同时，文化的全球化也将推动不同文化之间自觉或不自觉的进行交流和融合。开放性是休闲体育精神文化认同的条件，也是社会发展对休闲体育存在与发展的必然要求。

随着我国社会生产力的不断提高,人们对体育的诉求也从技术层面逐渐上升到精神文化价值层面,从满足人的基本需要层面上升到满足人的享受和发展需要的层面,人们日渐追求在多元体育活动中满足精神文化的需求。体育通过其文化渗透,影响涉及到对人在体育活动的文化诉求、体育作为文化的载体对人的文化心态的影响、体育在社会转型中的文化价值提升、体育文化与以文化转型为核心的人的自身现代化的关系等方方面面,在社会主义精神文明建设中发挥着越来越重要的作用。

# 参考文献：

Aitchison, C. (2012) Leisure Sports: A World Perspective. Managing Leisure 5(4), 81-91.

柏拉图.理想国[M].广西:广西师范大学出版社,1900:28.

* 陈思诗. 中西方休闲体育文化研究述评[J]. 山西师大体育学院学报,2009,(S2).

陈祥奎.轴心时代的中国与希腊体育比较研究[D].曲阜师范大学:曲阜师范大学,2009.

曹利华,刘慕梧.体育美学[M].北京:科学普及出版社,1993:82-83.

杜威.学校与社会—明日之学校[M].北京:人民教育出版社,1997:277.

宫新清,尹军. 中西方休闲体育文化的比较[J].首都体育学院学报,2009,(5).

古德尔,戈比.人类思想史中的休闲[M].昆明:云南人民出版社,2000:25.

郭志禹.论武术的整体思维与传统健身理论的结合[J].上海体育学院学报,1996:1,20-21.

Girginov, V. (2008) Management of Sports Development, Elsevier Press.

Hylton, K, and Bramham, P. (2007) Sports Development: Policy, Process and Practice, Routledge.

黄大庆，李柱，赖静.中国传统体育文化的价值认同[J].体育学刊,2007,( 3) : 54.

惠蜀.中西体育价值散论[J].成都体育学院学报,1991, (l).

* 胡小明,陈华.体育人类学[M].北京:高等教育出版社,2005:96.
* 杰弗逊·戈比.人类思想史中的休闲[M].云南人民出版社,2000.
* Josf, Pieper. Leisure The Basis of Culture [M] . Random House , Inc ,20.
* 卢元镇.论消遣与娱乐[J].体育与科学,1982,3(4):8-14.
* 卢锋.休闲体育概念的辨析[J].成都体育学院学报, 2004(5): 32-34.

林志刚.关于武术与西方体育审美方式特征的比体格较研究[D].山东师范大学:山东师范大学,2002.

* 李龙,魏刚.中国近现代史三次中西体育之争的文化哲学审视[J].山东体育学院学报,2010,26(2).
* 李鸿江.中国传统体育导论[M].北京:中国书籍出版社,2000:41.
* 刘建刚,连桂红.古代中国与西方哲学思想对体育的影响[J].山东体育学院学报,1995,11(28):14-18.
* 马克思.政治经济学批判[M].北京:人民出版社,1976:173.
* 马克思,恩格斯.马克思恩格斯全集[D].人民出版社, 1976:281-282.
* 马惠娣.人类文化思想史中的休闲一历史·文化·哲学的视角[J].自然辩证法研究,2003(1)：l-11．
* 马惠娣,刘耳.西方休闲学研究述评[J].新华文摘,2001(8):170-173．
* 潘雪梅,王国志.论当代体育休闲的文化属性及其特征[J].成都体育学院学报, 2010(5): 39-42.
* 潘知常.中西比较美学论稿[M].南昌:百花洲文艺出版社,1999:57.

任海,等.奥林匹克运动[M].北京:人民体育出版社,1993(1):235.131.130.

宋恒茂,于清,孙波.审美追求:中西体育文化发展中的共同诉求[J].沈阳体育学院学报, 2010,(4).

司婷婷.“天人合一”和“身心二元论”哲学思想对中西方体育影响的分析研究[D].苏州大学:苏州大学,2009.

* 石建社.中西方的文化认知差异及对社会发展的影响[J].山西财经大学学报(高等教育版),2005,8(1):54-60.
* 田祖国,白晋湘,钟海平. 民族传统体育文化现代变迁与发展研究[J],体育文化导刊2003,(04).
* 田慧,周虹·休闲、休闲体育及其在中国的发展趋势[J].体育科学，2006,26(4)：67-70．
* Tony Collins. Review Article: Work, Rest and Play:Recent Trends in the History of Sport and Leisure[J].Journal of Contemporary History,2007,42:399.
* 王必琪. 城市小学生休闲体育教育研究[D].上海体育学院:上海体育学院,2009.

王磊.中国民族传统体育与西方体育的文化理念比较研究[D].山东大学:山东大学,2008.

席玉宝.试论休闲与休闲体育[J].中国体育科技,2004,(1).

徐行言.中西文化比较[M].北京:北京大学出版社,2006.

岳游松.关于中国体育文化研究的现状分析[D].华中师范大学: 华中师范大,2004.

亚里士多德.亚里士多德全集:第9卷[M].中国人民大学出版社,1994:1.

亚里士多德.政治学[M].北京:商务印书馆,1965:13.

衣俊卿.文化哲学十五讲[M].北京:北京大学出版社,2004:13.

约翰•凯利.走向自由——休闲社会学[M].昆明:云南人民出版社,2000:237.

杨弢,姜付高.中西方体育文化比较[M].北京:社会科学文献出版社,2008:2,121.

曾庆宗.试论中西方体育的异同[J].体育与科学,1988, (5).

詹华宁.中西休闲体育的文化认同研究[J].成都体育学院报,2011.07(37).

周传芳.论体育文化精神在中国文化现代化转型过程中的现实意义[J].浙江体育科学.2008.30(4).

* 周登篙.学校体育学[M].北京:人民体育出版社,2005:19.
* 张德胜,黄启龙.我国休闲体育教育的现状及发展趋势[J],体育科研,2007,28(6) : 81-84．
1. 杰弗逊·戈比.人类思想史中的休闲[M].云南人民出版社,2000. [↑](#footnote-ref-1)
2. 马克思.政治经济学批判[M].北京:人民出版社,1976:173. [↑](#footnote-ref-2)
3. 卢元镇.论消遣与娱乐[J].体育与科学,1982,3(4):8-14. [↑](#footnote-ref-3)
4. 岳游松. 关于中国体育文化研究的现状分析[D].华中师范大学: 华中师范大学,2004. [↑](#footnote-ref-4)
5. 席玉宝.试论休闲与休闲体育[J].中国体育科技,2004,(1). [↑](#footnote-ref-5)
6. 黄大庆,李柱.赖静.中国传统体育文化的价值认同[J].体育学刊,2007,( 3) : 54. [↑](#footnote-ref-6)
7. 惠蜀.中西体育价值散论[J].成都体育学院学报,1991, (l). [↑](#footnote-ref-7)
8. 曾庆宗.试论中西方体育的异同[J].体育与科学,1988, (5). [↑](#footnote-ref-8)
9. 田祖国,白晋湘,钟海平. 民族传统体育文化现代变迁与发展研究[J],体育文化导刊,2003,(04). [↑](#footnote-ref-9)
10. 田慧,周虹·休闲、休闲体育及其在中国的发展趋势[J].体育科学,2006,26(4):67-70． [↑](#footnote-ref-10)
11. 陈思诗. 中西方休闲体育文化研究述评[J].山西师大体育学院学报,2009,(S2). [↑](#footnote-ref-11)
12. 马惠娣,刘耳.西方休闲学研究述评[J].新华文摘,2001(8):170-173． [↑](#footnote-ref-12)
13. Josf, Pieper. Leisure The Basis of Culture [M]. Random House , Inc ,20. [↑](#footnote-ref-13)
14. 宫新清,尹军. 中西方休闲体育文化的比较[J].首都体育学院学报,2009,(5). [↑](#footnote-ref-14)
15. Girginov, V. (2008) Management of Sports Development, Elsevier Press. [↑](#footnote-ref-15)
16. Hylton, K, and Bramham, P. (2007) Sports Development: Policy, Process and Practice, Routledge. [↑](#footnote-ref-16)
17. Aitchison, C. (2012) Leisure Sports: A World Perspective. Managing Leisure 5(4), 81-91. [↑](#footnote-ref-17)
18. 张德胜,黄启龙.我国休闲体育教育的现状及发展趋势[J],体育科研,2007,28(6) : 81-84． [↑](#footnote-ref-18)
19. 詹华宁.中西休闲体育的文化认同研究[J].成都体育学院报，2011.07(37). [↑](#footnote-ref-19)
20. 亚里士多德.亚里士多德全集:第9卷[M].中国人民大学出版社,1994:1. [↑](#footnote-ref-20)
21. 马克思,恩格斯.马克思恩格斯全集[D].人民出版社, 1976:281-282. [↑](#footnote-ref-21)
22. Tony Collins. Review Article: Work, Rest and Play:Recent Trends in the History of Sport and Leisure[J].Journal of Contemporary History,2007,42:399. [↑](#footnote-ref-22)
23. 马惠娣.人类文化思想史中的休闲一历史·文化·哲学的视角[J].自然辩证法研究,2003(1)：l-11. [↑](#footnote-ref-23)
24. 潘雪梅,王国志.论当代体育休闲的文化属性及其特征[J].成都体育学院学报, 2010(5):39-42 [↑](#footnote-ref-24)
25. 卢锋.休闲体育概念的辨析[J].成都体育学院学报, 2004(5):32-34. [↑](#footnote-ref-25)
26. 古德尔,戈比.人类思想史中的休闲[M].昆明:云南人民出版社,2000:25. [↑](#footnote-ref-26)
27. 衣俊卿.文化哲学十五讲[M].北京:北京大学出版社,2004: 13. [↑](#footnote-ref-27)
28. 周传芳.论体育文化精神在中国文化现代化转型过程中的现实意义[J].浙江体育科学.2008.30(4). [↑](#footnote-ref-28)
29. 陈祥奎.轴心时代的中国与希腊体育比较研究[D].曲阜师范大学:曲阜师范大学,2009. [↑](#footnote-ref-29)
30. 林志刚.关于武术与西方体育审美方式特征的比体格较研究[D].山东师范大学:山东师范大学,2002. [↑](#footnote-ref-30)
31. 宋恒茂,于清,孙波.审美追求:中西体育文化发展中的共同诉求[J].沈阳体育学院学报,2010,(4). [↑](#footnote-ref-31)
32. 曹利华,刘慕梧.体育美学[M].北京:科学普及出版社,1993:82-83. [↑](#footnote-ref-32)
33. 郭志禹.论武术的整体思维与传统健身理论的结合[J]. 上海体育学院学报, 1996:1,20-21. [↑](#footnote-ref-33)
34. 林志刚.关于武术与西方体育审美方式特征的比体格较研究[D].山东师范大学:山东师范大学,2002. [↑](#footnote-ref-34)
35. 宋恒茂,于清,孙波.审美追求:中西体育文化发展中的共同诉求[J].沈阳体育学院学报,2010,20(4):14-17. [↑](#footnote-ref-35)
36. 潘知常.中西比较美学论稿[M].南昌:百花洲文艺出版社,1999:57. [↑](#footnote-ref-36)
37. 约翰•凯利.走向自由——休闲社会学[M].昆明:云南人民出版社,2000:237. [↑](#footnote-ref-37)
38. 王必琪.城市小学生休闲体育教育研究[D].上海体育学院:上海体育学院,2009. [↑](#footnote-ref-38)
39. 周登篙.学校体育学[M].北京:人民体育出版社,2005:19. [↑](#footnote-ref-39)
40. 柏拉图.理想国[M].广西:广西师范大学出版社,1900:28. [↑](#footnote-ref-40)
41. 亚里士多德.政治学[M].北京:商务印书馆,1965:13. [↑](#footnote-ref-41)
42. 杜威.学校与社会—明日之学校[M].北京:人民教育出版社,1997:277. [↑](#footnote-ref-42)
43. 李龙,魏刚.中国近现代史三次中西体育之争的文化哲学审视[J].山东体育学院学报,2010,26(2). [↑](#footnote-ref-43)
44. 司婷婷.“天人合一”和“身心二元论”哲学思想对中西方体育影响的分析研究[D].苏州大学:苏州大学,2009. [↑](#footnote-ref-44)
45. 徐行言.中西文化比较[M].北京:北京大学出版社,2006. [↑](#footnote-ref-45)
46. 任海,等.奥林匹克运动[M].北京:人民体育出版社,1993(1):235.131.130. [↑](#footnote-ref-46)
47. 刘建刚,连桂红.古代中国与西方哲学思想对体育的影响[J].山东体育学院学报,1995,11(28):14-18. [↑](#footnote-ref-47)
48. 郭志禹.论武术的整体思维与传统健身理论的结合[J].上海体育学院学报,1996,20(1):7-14. [↑](#footnote-ref-48)
49. (范缜传)、《梁书》卷48 [↑](#footnote-ref-49)
50. 王磊.中国民族传统体育与西方体育的文化理念比较研究[D].山东大学:山东大学,2008. [↑](#footnote-ref-50)
51. 石建社.中西方的文化认知差异及对社会发展的影响[J].山西财经大学学报(高等教育版),2005,8(1):54-60. [↑](#footnote-ref-51)
52. 杰弗端.戈比．21世纪的休闲与休闲服务[M]．云南人民出版社，2000:8. [↑](#footnote-ref-52)
53. 胡小明,陈华.体育人类学[M].北京:高等教育出版社,2005:96. [↑](#footnote-ref-53)
54. 杨弢,姜付高.中西方体育文化比较[M].北京:社会科学文献出版社,2008:2,121. [↑](#footnote-ref-54)
55. 李鸿江.中国传统体育导论[M].北京:中国书籍出版社,2000:41. [↑](#footnote-ref-55)