

休闲教育及休闲体育建设

潘跃林, 张 彤

(济南大学 体育学院, 山东 济南 250022)

摘 要: 人类需要休闲, 休闲是人类生命活力的释放与真实的回归, 是困惑的摆脱和对生活的创造。同时休闲也需要教育, 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。作为休闲生活重要部分的休闲体育不仅是休闲教育的结果, 更是休闲教育的提升。休闲体育的建设应加强理论研究, 将其纳入教育体系, 构建中国特色的休闲体育制度。

关 键 词: 社会体育; 休闲教育; 休闲体育; 人类

中图分类号: G80-05 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2007)05-0038-03

Construction of leisure education and leisure sport

PAN Yue-lin, ZHANG Tong

(College of Physical Education, Jinan University, Jinan 250022, China)

Abstract: Human beings need leisure, which is the release of life vitality of human beings as well as the return to their true selves, and also the freedom from their confusions and the creation of life. In the mean time, leisure also needs education, and the people who have acquired leisure capability via education can feel more jovial and happy things. As an important part of leisure life, leisure sport is not only the result of leisure education, but also the uplift of leisure education. Theoretical study of the construction of leisure sport should be strengthened, and the construction of leisure sport should be brought into the education system, so as to establish a leisure sports system with the Chinese features.

Key words: social sports; leisure education; leisure sport; human beings

何谓休闲?我国古人早在几千年就对此有过精辟的阐释,“休”,以木而休,强调人与自然的和谐;“闲”,娴静、思想的纯洁安宁。词意的组合表明了休闲特有的文化内涵和价值意义。美国国家休闲研究院主席杰弗瑞·戈比^[1]认为:“休闲是从文化环境和物质环境的外在压力下解脱出来的一种相对自由的生活,它使个体能够以自己所喜欢的、本能地感到有价值的方式,在内心之爱的驱动下行动。”这说明休闲是摆脱压力,不为外在环境所累的一种相对自由的状态。对于休闲,目前人们还有一个根深蒂固的成见,即认为休闲只是工作的补充,是第二性的,不具有独立的意义和价值。这种成见成了人们深刻把握休闲意义的障碍。现在我们必须澄清的是:“闲暇并不是为了工作的目的而存在,……闲暇也许可以提供给进一步工作所需的体能恢复或使心灵复原某种新的动力,

但是闲暇的意义并非由此得到证明”^[2]。休闲不是为工作而存在,而是为人类生命而存在的,站在人类生命的高度来理解休闲的意义,那就是人类需要休闲。

1 人类需要休闲

1.1 休闲是生命活力的释放与真实的回归

生命成长的过程也是遭受各种磨难和考验的过程,在这一过程中生命会慢慢竖起自我保护的“门坎”。这道门坎在保护生命不受各种意外侵害的同时,既可能阻碍生命活力的释放,又可能将一些新奇的美好事物挡在门外。这样一来,生命似乎不可避免地相对封闭起来。因此生命需要摆脱压力,需要不为外在环境所累的一种相对自由的状态,在这种状态下,生命放下了包袱,与外界形成“对流”,一定程度上解除了警惕和防御机制,在相对的意义实现了生命的

开放。“闲暇的态度不是干预，而是自我开放，不是攫取，而是释放，把自己释放出去，达到忘情的地步，好比安然入睡的境界”^{[2]42}。

与生命的开放相联系的是生命的真实。休闲可以使生命的真实得以彰显。首先，休闲才能保持生命的真实，感受生命的活力。其次，休闲的生命是与自己协调一致的生命。“当一个人和自己成为一体，和自己互相协调一致之时，就是闲暇”^{[2]41}。休闲不同于懒惰，更有别于不眠不休的工作。懒惰实际上是放弃自己，放弃自己的尊严与责任，不想做自己。而不眠不休的工作则是另一种意义上的懒惰：不愿意反省自己，不愿意体会自己生命的气息，用拼命工作来逃避真实的自己。

1.2 休闲是对困惑的摆脱

休闲的生命是摆脱了具体目的困扰的生命。行为的目的性是人区别于动物的典型特点之一，是人的优异性的表现。但总是被具体的目的所牵引，有时候就限制了生命的创造力，尤其是当这些具体目标转换为功利目标、利益追求的时候，被单一的、短视的功利目标蒙蔽眼睛和心灵的事情太多了，以至于一些生命成了某些外在目的的奴隶。经历过死而复生的人“变得更能享受生活，生活热情有了很大提高。他们对顽固地追求某一特定目标不感兴趣。……这些人不是朝着未来的目标去奋斗，去战胜敌人、排除障碍，而是了解怎样使用自己的精力，怎样更好地适应生活”^[3]。对于个人来说，休闲不是为了什么特定的结果或产品，而是为休闲而休闲，但“越是不重结果，越可能产生重要的结果。当结果没有被预先决定好的时候，我们最有可能全力投入到过程中。当我们沉醉于行动本身而不是满足于生产期望时，我们可能最有创造力——对自我、共同体，甚至物质产品的创造”^{[4]276}。

1.3 休闲是生活的创造

“通过休闲，我们将周围的异己力量推到一边，更多的实现了自我。我们具有更加真实的生产力、创造力和决断力”^{[4]237}。首先，休闲的精神就是学习的精神、自我教育的精神。忙碌中的人们当然可以从忙碌中学到一些东西，但紧张的节奏、重复的活动容易使生命窄化，无法深刻领悟与己照面的信息。而休闲的生命是开放的，处在与外界“对流”的状态，易于发现、接受新奇的事物，能够以整体的眼光把握世界。其次，休闲本身就有智力功能。工作当然是智力发展的一个重要方式，“人们越来越需要认识到，休闲同样是塑造人类智力发展的一个重要领域”^{[1]296}。再次，休闲的生命是自由的，而“自由是创造的前提。有了这个前提，创造的东西就会更多”^[5]。自由意味着从

外在约束下的解脱，生命因此可以展示各种可能性，可以进行自由的探索。人们在休闲生活中，通过人类群体所共有的行为、思想、感情，创造文化氛围，传递文化信息，构筑文化意境，从而达到个体身心和意志的全面发展。

2 休闲需要教育

2.1 教育是休闲的本源

从本源上讲，休闲与教育密不可分。“闲暇这个字眼的含意，在历史上的发展始终传达着相同的信息，在希腊文里……其意思指的就是‘学习和教育的场所’；在古代，称这种场所为‘闲暇’，而不是如我们今天所说的‘学校’”^{[2]6}。那时候，教育是休闲的一种方式。但随着人类社会的发展，教育越来越专业化，不单与休闲，就是与生活都发生了分离，但从根本上看，休闲不是一种天生的能力，休闲离不开教育，休闲需要教育。“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”^{[4]74}。通过教育而获得工作技能的人将有更好的人生前景，同样，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。

2.2 教育能提高休闲的境界

在空闲时间里，具有不同休闲能力的人所获得的休闲质量区别很大，有的人感受到的只是“宰杀时光”体验到的主要是无聊甚至压抑，而没有休闲应有的自由与享受。休闲是有等级序列的^{[1]101}，在空闲的时间里，你可能从事提升生命质量的活动，也可能从事反社会的行为，伤害自己、危害社会，或者无所事事，自甘堕落，这就是休闲时间的双重性^[6]。因此，提高人们的休闲能力，使其从消极的、负面的或单纯是“宰杀时光”的休闲方式中摆脱出来，走向更高境界的休闲，是教育应该承担的义务。

2.3 教育可克服休闲的障碍

教育在克服休闲障碍中可以发挥巨大的作用。休闲障碍包括内在心理障碍、人际障碍和结构性障碍等三种类型^{[7]185}。“要想控制人的内心障碍，我们就需要做出一些努力，在这些努力中，最为重要的就是为休闲而进行的教育”^{[7]276-278}。过去很少有人将休闲与文化联系在一起，因为文化活动是高雅的、有品位的活动，而大多数休闲活动则认为是庸俗的活动。这种片面认识与人们对文化的理解不足有一定关系，因此，为休闲正名，重塑适合当今人类社会的休闲观念，在很大程度上要靠教育。如果教育能够做到这一点，人们在休闲时放不开的心结应该可以在很大程度上得到解开。即使撇开社会氛围不说，具体的教育与疏导也可

以解决具体的心理障碍问题。

3 休闲体育建设

休闲作为生命存在的一种方式,需要教育的涵养、守护,而作为休闲生活最重要内容的休闲体育不仅是休闲教育的结果更是休闲教育的提升,它是指“人们在相对自由的社会生活环境和条件下,人们自愿选择并从事的各种形式的体育活动的统称,它既是体育的一种社会现象,也是体育的一种存在形态,是社会休闲活动的主要方式之一。”^[6]目前,将体育作为休闲娱乐的手段,已成为现代文明生活方式的一种时尚和标准,并将在人类社会文化生活中发挥起越来越大的作用。因此,如何搞好休闲体育的建设对于人类着力建造的美丽精神家园,朝着积极、健康的生活方向发展,都有十分重要的意义。

3.1 加强理论研究

首先应当承认,休闲体育研究是休闲研究的重要组成部分之一,是休闲研究的延续和发展,它是属概念下的种概念,是整体与部分的关系。因此,从休闲体育的本质特征反映出它不同于休闲娱乐、休闲旅游等休闲的种概念,也区别于学校体育、竞技体育等体育的种概念。但在体育界还没有形成比较一致的休闲体育概念及理论体系,目前论述休闲的作用及休闲的方式比较多,涉及休闲理论研究及教育必要性的论述较少,这种状况对于指导我国的休闲体育实践不利,应得到加强。

3.2 加大宣传力度

目前就我国的整体情况而言,余暇时间已接近世界发达国家的水平,但真正意义上的休闲却微不足道,甚至根本没有引起重视,休闲体育也是一样,人们选择休闲体育,是建立在对现代休闲文化理解和接纳的基础之上的,没有观念上的更新,难以达到休闲体育健身健心的效果。因此,应从培养人们休闲体育的态度、行为和价值观开始,把休闲体育作为一种体育文化来宣传和善待。

3.3 纳入教育体系

要尽快将休闲体育纳入学校体育的规划和议程之中,体育学院应开设休闲体育专业并加强这方面学科建设。西方国家对休闲体育特别重视,建立了专门的机构开展休闲体育研究,培养休闲体育人才。我国只有个别大学(广州体育学院、华南师范大学体育科学学院)设立了休闲体育专业。

3.4 研发不同时期休闲体育项目

从人的生命周期角度去探索体育休闲模式,即休闲体育对于不同生命阶段的意义、不同生命阶段的休闲体育特征。休闲可分为4种类型,即无条件的休闲、补偿性和恢复性的休闲、关系性休闲和角色限定性休闲。儿童时期以无条件休闲即玩耍和游戏为主;而对于成年人,则以补偿恢复性休闲、关系性休闲、角色限定性休闲为主;当进入老年期,无条件休闲会再次成为主导。但目前休闲体育项目的开发上,还是以无条件的休闲为多,而针对补偿性和恢复性的休闲、关系性休闲和角色限定性休闲项目开发还不够,另外还没有考虑到不同生命阶段休闲体育的联系以及不同生命阶段休闲体育的限制因素等重要问题。

3.5 休闲体育市场走向法制化

经济发展水平和休闲时间是决定休闲体育发展的物质基础。随着社会的发展,这两个因素都得到保障那势必形成休闲体育的高速发展。因此,我国休闲体育市场应尽快纳入法制轨道,否则就会使一些以赚钱为目的的非法经营者有机可乘,损害国家和人民的利益,阻碍休闲体育市场的健康发展。因此,必须加快休闲体育市场立法工作的进程,建立与社会主义市场经济体制相适应的体育法规体系,处理好体育管理范围内职、权、利之间的关系,使我国休闲体育市场朝着有序健康的方向发展。

参考文献:

- [1] 杰弗瑞·戈比[美].你生命中的休闲[M].昆明:云南人民出版社,2000.
- [2] 约瑟夫·皮珀.闲暇:文化的基础[M].北京:新星出版社,2005.
- [3] 欧文·拉兹洛.意识革命——跨越大西洋的对话[M].北京:中国社会科学文献出版社,2001:92.
- [4] 约翰·凯利.走向自由——休闲社会学[M].昆明:云南人民出版社,2000:276,237,74.
- [5] 于光远.论普遍有闲的社会[M].北京:中国经济出版社,2005:12.
- [6] 高德胜.生活德育论[M].北京:人民出版社,2005:233.
- [7] 托马斯·古德尔.人类思想史中的休闲[M].昆明:云南人民出版社,2000.
- [8] 卢锋.休闲体育概念的辨析[J].成都体育学院学报,2004,30(5):34-37.

[编辑:李寿荣]