

## 基于人类身体本能的体育运动哲学解读

刘欣然, 乐严严

(江西师范大学 体育学院, 江西 南昌 330027)

**摘 要:** 人类的根本性特征是铭刻于身体之上的, 身体成为人类唯一能够感知的思想和实物存在。体育运动是人的自然需要和本能冲动, 是一种寻求生存平衡、身体强大和生命意义的自然表达, 是人类生存和发展的必需, 也是最为真实的情感体验。体育运动对于人类身体的忠诚与可靠, 就在于它对于生命的保护, 是人类唤醒身体本能运动的思想存在。站在人类身体本能的视角来探寻体育运动的历史路径, 试图从中寻找属于体育运动的哲学线索。体育运动就是人类身体本能的生命哲学。

**关键词:** 体育哲学; 身体本能; 体育运动; 攻击本能; 生命保护

**中图分类号:** G80 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2009)12-0027-05

### Philosophical interpretation of sport based on human body instinct

LIU Xin-ran, LE Yan-yan

(School of Physical Education, Jiangxi Normal University, Nanchang 330027, China)

**Abstract:** The fundamental characteristics of human beings are imprinted in their bodies. The human body becomes the only ideological and physical existence which human beings can feel. Sport is the instinctive impulse of human beings for natural needs, a natural expression of seeking for existence balance, body powerfulness and life meaning, the need of human beings for survival and development, also the most genuine emotional experience. The loyalty and reality of sport to the human body lie with its protection of life, being the ideological existence of human beings to arouse the instinctive movement of the body. From the perspective of human body instinct, the authors probed into the historical path of sport, along which the authors tried to find a philosophical clew belonging to sport. Sport is the life philosophy of human body instinct.

**Key words:** sports philosophy; body instinct; sports; attacking instinct; life protection

身体是什么? 身体是指人或动物生理组织的整体, 即人或动物的全身。自然人的身体在生物学意义则指由各种人体器官有机构成的具有生命力的人体<sup>[1]</sup>。身体是动物性的, 在海德格尔<sup>[2]</sup>看来, “动物性是身体化的, 也就是说, 它是充溢着压倒性的冲动的身体, 身体这个词指的是在所有冲动、驱力和激情中的宰制结构中的显著整体。” 身体是一切冲动的起因, 是能量产生的根源, 是理性依赖的基础。兰德曼<sup>[3]</sup>说: “人主要是一种动物, 理性在产生上或在机能上也要依赖生理基础。” 身体作为动物的生理基础, 理性、思想和能力都附着于身体之上, 身体被赋予了文化和哲学意义。巴塔耶<sup>[4]</sup>谈到: “人是从动物生命来的, 但世上没有任

何东西能比动物生命更令人迷惑不解的了。” 人从根本上说就是动物, 于是人类的“先天行为”和“本能”就是对于这种迷惑不解的解释。舒斯特曼<sup>[5]</sup>认为: “作为具有肉身的人类, 行为只有通过身体来实现, 因此, 我们的意志力量, 依赖于身体的功效。” 因此, 本能只能建立在身体的基础之上, 没有身体作为基础, 本能只能是虚假的设想。

本能是什么? “本能”就是指本来就有的能力, 最本质特征就是与生俱来、不需要传授的能力, 并且是固定的、不易变更的先天性的遗传特征。早在1859年, 英国博物学家、生物学家查尔斯·达尔文便对“本能”主要特征进行了描述: “我们需要经验去完成一个

行为。然而,当这一行为可以被一个动物完成……并且,当该行为是很多个体以同一方式完成,同时他们并不清楚做出这一行为的意图是什么,那么,我们通常称这类行为为本能。”《辞海》对本能的定义为:动物在进化过程中形成而由遗传固定下来的、对个体和种族生存有重要意义的行为。“人的本能”被看作是人格的驱动因素,它不只驱动了行为的发生,也引导了行为的方向。《简明不列颠百科全书》将本能定义为:“动物对外界刺激做出的无意识的应答。表现为一种可预见的、相对固定的行为模式。本能行为具有遗传性、模式的复杂性、适应功能以及外部条件变化下的稳定性等重要特征。”<sup>[6]</sup>身体是活生生的标记自身特征的实物存在,身体的能力、欲望、行为和思想都是身体的本能反应。身体是具有本能行为的,这种经验是由先天因素构成的无意识反馈,本能依靠于动物性身体的生理基础,因此,身体本能是由动物性的先天遗传因素所构成的意图和行为。对于身体来说,身体的存在是最为重要的,生存是最为基本的,在此基础上才有食物需求、交配、运动、攻击和自我保护等各种本能。身体本能是人类保持原始状态,标记动物性的唯一记忆,本能附着于身体之上,是因身体而产生的需要。运动是人类的身体本能之一。“每一种体育运动都建立在人体某种特殊运动的基础之上——而且仅仅是人的身体的运动,……运动都是以主动的身体运动为先决条件的”<sup>[7]</sup>。人体特殊的运动基础成为产生体育运动的先决条件,身体本能引导身体运动,运动是一种身体需求,体育运动是身体运动的特殊形式,因此,体育运动也是身体本能先天需求的产物。在人的自然需求中,体育运动是一种人类寻求生存平衡的身体本能,它是由身体运动所引发的冲动,是在自然状态下人类实现生理适应的必然结果,是叙写着生命意义的真切体验。

## 1 体育运动审视身体的开始

运动是身体本能之一。从生命本原之初的单细胞体到进化至今的人类自身都是运动中的生命体,在运动中才能展示身体本能所具有的一切特征。身体运动是我们最为常见的现象:躯体的动作、脸部的表情、声带的发音、牙齿的碰撞、肠道的蠕动、心脏的收缩、血液的流动……都是那样的常见与自然,都是身体本能的运动。在身体运动的演绎中,人类才逐渐脱离了野蛮、愚昧与粗俗,才融汇了纷繁复杂的思想因素,才统治和主宰了动物界的生杀大权,使身体运动成为人类征服和改造自然的导火索,这一切文明的演绎深刻地表达了人类对于身体运动的本能反馈。体育运动

是身体运动的重要形式,是人类独有的行为文化。体育运动技能以其不多的形式和方式,在看似简单却包含着身体复杂生理构成的运动中,体现着人类身体适应和改造自然的历史情境和文化结晶,使得体育运动的魅力和精髓借助人类身体,表达着生命本原细胞的存在意义。身体本能的意识让肌肉有产生运动的冲动,体育运动让这种冲动得以合理实现,肌肉产生的收缩与舒张是造成身体疲劳或疼痛的根源,人类不喜欢这种感觉,但是疼痛过后力量的充盈与强大,又使人类自豪感和荣誉感上升。在两难的选择之间,人类徘徊于体育运动的思想边缘,选择与抛弃是随时发生的事件,体育运动没能上升为人类对于心灵的思考,这使得体育哲学的沉思一直没能苏醒。我们必须长久地呐喊、喧闹、奋斗与探索,来找寻体育运动的哲学线索,使体育运动回归到人类的思想中心,建立起属于体育运动的哲学世界,审视人类的身体本能就是寻找体育运动哲学线索的开始。

## 2 体育运动铭刻身体的记忆

人类身体的基础性是世人皆知的道理,身体成为辨别你我,标志自身特征的唯一依据。罗兰·巴特<sup>[8]</sup>曾经谈到“我的身体和你的身体不同”,从特征和差异性的角度看,人类的根本性特征是铭刻于身体之上的,身体成为人类的决定性基础,身体是人类真正值得信赖的朋友。在人类进化的过程中,身体永远处于进化的最前沿,正因为人类身体各个器官的逐步进化,才使得人类具备了改造、战胜和征服自然的能力。从人类对直立行走、奔跑、跳跃、攀爬、投掷和游泳等生存技能的掌握开始,身体就注定成为了人类自身首先改造的对象,身体运动无疑是这种改造的主动因素。体育运动需要借助人类身体得以实现,这些原本的生存技能被人类归纳和整理为文化行为,走、跑、跳、投等身体行为成为体育运动收集的目标。这一切的文化行为都来自于人类进化对于身体本能的反映,是人类对于身体本能探索和思考的结果,体育运动就是这种文化行为所引导出的身体行为的总和,是人类进化过程的结晶和成果。体育运动是人类社会发展中的重要因素,它使得身体运动更为规范、合理和文明,尤其是程序、规则和秩序的引入使得身体在主动和被动中都接受着能力训练,这样人类的身体更加适应生存的需要,从此人类的身体就离不开体育运动的帮助与保护,体育运动成为象征人类身体生存的生命符号。但是进化过程中的人类并没有深刻地认识到体育运动的重要性,身体只是随着本能在无意识地反应,体育运动也成为一种随意的活动。直到在两千年前的一个

叫古希腊的地方,人类才开始认识到体育运动的魅力,奔向竞技场参加体育运动。在记忆中,古奥林匹克运动会铭刻着人类对于身体进化过程中的历史碎片,并逐步转化成为体育运动的梦想,标记着人类身体对于体育运动的依赖,而古希腊正是遗留下了这种依赖的历史情节。现代的社会中,人类并没有充分认识到身体对于体育运动的这种历史依赖,转念之间,体育运动成为人类抛弃或可有可无的对象。体育运动沦落的开始,也是人类身体逐步退化的开始。为了保持身体的健康、强壮和有力,我们必须找回那些身体依赖的历史情节。让身体离开现在人类社会的嘈杂,让思想回归到体育运动的身体本能当中来,当人类身体有了体育运动的需求时,也就预示着人们逐渐接受体育运动的开始,是体育运动占据人类思想中心的开始,那些辉煌的身体运动的记忆,将成为人类永远不可磨灭的历史痕迹。

### 3 体育运动唤醒身体的运动

“身体是动物性的东西,是人和动物共同分享的东西”<sup>[9]</sup>。但是随着文明的到来,在历史的推演过程中,人类逐渐产生了意识和思想,灵魂成为克制与把握身体的主宰。人类在意识的作用下,将灵魂置于身体之上,开始破坏、摆布、调遣和束缚身体感知,身体本能地沦为文明世界和意识存在的屠宰对象,人类身体与原始状态的崩离析开始了漫漫征程。可是反思中的人类一直在思考,不论思想、精神还是意识的力量如何强大,人类是不能抛弃身体的基础地位,没有身体的灵魂只不过是虚无缥缈的过眼云烟。尼采<sup>[10]</sup>告诉我们“在你的思想和感情的后面,有个强力的主人,一个不认识的智者——这名叫自我。他寄寓在你的身体中,他便是你的身体。”将身体放置在合理的位置,“身体乃是比陈旧的‘灵魂’更令人惊异的思想”<sup>[11]</sup>。苏格拉底曾谈到:“身体对人类所有活动都很重要……大家都知道严重的错误常常产生于病弱的身體”<sup>[12]</sup>。可是在文明进程中的人类,始终摆脱不了灵魂对于身体的调遣和控制,人类身体的虚弱与无助写在了文明进程的历史长卷之中。身体的运动能力是自然的流露,是人类在进化过程中的学习总结,那些灵敏、柔韧、力量、速度、耐力和弹跳等基本素质,是体育运动对于身体能力的经验累积。“身体渴望运动,渴望向外界扩展”<sup>[13]</sup>,只有身体运动才能保持人类的进化成果,使得体育运动成为人类获取生命感知的主要工具。体育运动使得身体力量充盈,在血液的急速运行过程中,完成了身体自身的力量竞技,竞技的结果不是力量的耗尽,而是力量在不断的消耗中逐渐聚集与增长,身

体需要力量的增长才能感受到强大、健康与勇力,才能抵御疾病、虚弱与颓废的侵袭,体育运动成为唤醒身体运动的催化剂。在地球上的每一个生命体时时刻刻都在保持着运动的状态,人类是唯一能够了解这种运动本质的动物,然而解释清楚了运动本质的人类却开始享受起文明和思想赋予的特权,制造运动的假象和编制静态的借口,希望成为停止运动的高尚生物。正是这种错误的观念和意识流的出现,才使得人类编造起灵魂的神话故事,将身体运动拒之门外,享受起文明的精神成果。值得庆幸的是,当这一切都显得那样正常时,退化中的人类还具有与灵魂、与意识对抗的唯一武器——体育运动,是它一直在奋力抵抗文明对于身体的侵袭,保持身体的健康并找回那些属于身体的原始野性、本能力量、生命价值与本质精神。体育运动对于人类身体的忠诚与可靠,就在于它对生命的保护,是人类唤醒身体本能运动的思想存在。体育运动就这样成为了人类生命保护的“灵魂使者”。

### 4 体育运动包容身体的行为

攻击性是人类与生俱来的本领,流淌在身体中的血液富含着攻击因子,攻击性是身体的本能属性。在人类历史的演化过程中攻击性被赋予了多种含义,起初攻击性是随身体的需要而自发形成的一种本能反应。“人与动物一样,原始生命中具有非道德特性,具有不可遏制的欲望,永远在呈现着自己的力量与猛烈”<sup>[14]</sup>。正因为这些欲望才有征服的想法,才有表现力量和勇气的决心,攻击本能的特征集中地体现在体育运动之中,体育运动成为这些勇敢、冲动、欲望和激情的收容所。但是随着个人、族群和集团利益的竞争加剧,攻击性打着战争与自由的旗号开始具备阴谋、诡计、欺瞒与狡诈等性质,来完成争斗使命,使身体本能的攻击性上升为一个民族和集团的利益工具。这一切对于文明世界来说是格格不入的,人类是高尚的动物,是不允许这些性质来破坏人类的正面形象。可是撕去文明面纱,流淌在人类血液中的攻击本能又在撕扯、嚎叫和不安分。此时,体育运动又一次扮演着人类忠诚仆役的角色,将这些反面性质集中纳入到自身的行为范畴,维护着人类文明的形象。体育运动将这些反面性质放置在游戏运动的范畴中,不致使这些性质改变人类的思想轨迹,使人类社会偏离善良人性太远。因此,体育运动背负下了一些邪恶的骂名,在运动场上,尤其是在足球、篮球等游戏运动中能集中反映人类这种攻击性异化的本质特征。体育运动承担下了这些攻击行为异化的特质,但却始终没有改变它的原始初衷,保护人类的生命以免受虚弱和疾病的困扰。“他们在身体锻

炼、身体练习及运动竞赛中寻求解放。面对现实生活中人的自然的堕落，人的身体正要求自己的权利”<sup>[15]</sup>。体育运动将人类这些权利集中地保留，随时保持着对人类身体的情绪影响，身体本能可以毫无保留地在体育运动中释放，人类天性和野性的回归是保持健康身体的唯一手段。“体育成为人类仅存的保持天性的工具，也是唯一能认知和感知身体的手段……体育保持着人类的野蛮，它是身体的艺术，是运动哲学，是人类不能缺失的身体教育”<sup>[16]</sup>。体育运动的过程是人类对于身体本能的反思，反思的唯一结果是身体必须用持续的运动来保持健康，攻击性的本能是身体的一种原始能力，直到现代社会，我们还能看到攻击性的本能反馈，体育运动在其中起到了至关重要的历史作用。体育运动使攻击性变成一种艺术，变成人类释放天性的场所，变成人类找回自我野性的剧场，身体在体育运动中异常强大，身体的攻击本能成为体育运动表演的节目。

## 5 体育运动对于身体的保护

随着哲学思想的到来，尤其是灵魂至上观念的出现，人类仿佛找到了精神寄托，厌世的情绪油然而生，当宗教的影响彻底地摧毁了人类对于身体本能的自我防线，身体开始沦落与飘零。柏拉图<sup>[17]</sup>认为：“带着肉体去探索任何事物，灵魂显然是要上当的……”在柏拉图观念中正是身体的欲望和需求导致了世间的苦难和罪恶，身体是最不可靠的东西。身体，成为了柏拉图主义的反面价值，是被批判和抛弃的对象。“身体不可能被重建为高贵的存在；它仍是肉体，不管它受到怎样充满活力的锻炼和保持着健康”<sup>[18]</sup>。从柏拉图主义的产生和宗教的传播，身体地位的沦落成为一个不争的事实。在灵魂的摧残下身体已经成为了文明世界的附庸，退化和病态伴随着人类的文明进程，对药物的依赖已经成为人类健康的标志。“人类的退化与背离已经从很早就开始，在希腊的思想里强者离不开体育，唯有体育才能有效对抗文明中的退化”<sup>[19]</sup>。当现代的人们再一次感受到奥林匹克运动时，人类突然意识到我还会体育运动，还会奔跑、跳跃，于是体育场成为除战争以外人群最为集中的地方。体育运动唤醒了人类对于原始状态的美好记忆，从直立行走开始学会的那些生存技能，集中地反映在体育场的运动项目之中，体育运动成为标记生命存在的因素之一。经过两千多年的文化洗礼，体育运动还是感到对于生命拯救的力量薄弱，人类这种奇怪的动物现在对于体育运动的爱好集中在观看与欣赏，但却并不亲自参与体育运动之中，体育运动成为人类闲暇之余观赏的娱乐节

目。可悲、哀叹！人类在进化过程中学会保护生命的手段——体育运动，就这样被抛弃和边缘化，居于思想中心的灵魂一直在腐蚀着身体，身体在看似强大的文明面前变得越来越虚弱和无力。庆幸、希望！惟有体育运动还在挽救生命的野性和躯体的血性，保存着人类尚存的那一丝丝野蛮气息，身体本能在体育运动中找寻那些失去的原始记忆。此时的人类应该呐喊、呼唤和嚎叫，在历史的时空中，在哲学的视野中，在身体的本能中，与体育运动一起保护着生命的野蛮。有了开始，就有了希望。保护生命的体育运动，是人类历史语境中最为可靠的、忠诚的和信赖的伙伴。体育运动就是人类身体本能的生命哲学。

身体的本质，有时是运动的，有时是静止的；有时是健康的，有时是病态的；有时是强健的，有时是虚弱的；有时是强权的象征，有时是臣服的表现；有时是力量的爆发，有时是疾病的累积。在这一切正反的堆积过程中，体育运动永远代表着身体的强力和健康，是保持身体强健，战胜病态的天性特征和本能赋予，体育运动给予身体最完善、最优雅、最健康的状态。如果说人的身体是处在粗俗的、感性的、物欲的和心灵的、理性的、情感的，两种冲动之间来回徘徊和撕扯之中，那么体育运动是一种居于中间游戏心态的表现，是身体和灵魂的重要调节力量。体育运动使得以上两种冲动协调运转，成为人类个体内部和个体之间培育和谐的土壤。我们可以通过更多地关注体育运动领域所涉及到的身体感觉和感受，来增进对体育运动的理解，而不是将体育运动单纯的置身于偏狭的、机械的身体活动之中，将体育运动降格为粗俗的、混杂的本能行为。身体应该被看成是构成体育运动的物质基础，是神秘并且感性的权力象征，是一个值得反思的思想中心，可以有意识地进行哲学把握和感受，是体育运动乃至人类所有行为的动力源泉。但在人类的长久观念中，体育运动被认为是从现实世界语境中区分出来的社会历史的产物，因此体育运动被打上了社会结构的烙印，而成为社会生活中需要与丢弃之间的随意选择，并没有真正纳入人文关怀和生命视阈。体育运动对身体基础的作用和生存保护的能力被视而不见，遗忘在社会历史文化的黑暗角落。体育运动的思想起源于身体的需要、行为的赋予、生存的愿望和一切与生命相关联的神秘力量与精神寄托，通过人类的群体行为达到一种独特的人文关怀，在社会生活中保持长期的情绪影响，使得体育运动的价值、功能、意志、理念与追求形成有形与无形的文化氛围。体育运动的思想预示着天神与英雄荣誉的完成，是无与伦

比的力量，是超然脱俗的状态，是美妙神秘的经验，是强大生命的复制，是身体本能的展现，是与人类社会共同演绎的文明起源。

### 参考文献：

- [1] 金川江. 从身体视角重新审视体育教育[J]. 上海体育学院学报, 2008, 32(1): 79-81.
- [2] Martin Heidegger, Nietzsche. Volumes three and four[M]. San Francisco: Harper, 1991: 218.
- [3] 米切尔·兰德曼[德]. 哲学人类学[M]. 阎嘉, 译. 贵阳: 贵州人民出版社, 2006: 138.
- [4] 乔治·巴塔耶[法]. 宗教理论[M]. 罗伯特·赫利, 译. 纽约: 地带图书公司, 1992: 20.
- [5] 理查德·舒斯特曼[美]. 生活即审美: 审美经验和生活艺术[M]. 彭锋, 等译. 北京: 北京大学出版社, 2007: 187.
- [6] 简明不列颠百科全书[M]. 北京: 中国大百科全书出版社, 1994.
- [7] 汉斯·乌尔里希·古姆布莱希特[美]. 体育之美: 为人类的身体喝彩[M]. 丛明才, 译. 上海: 上海人民出版社, 2008: 106.
- [8] Roland Barthes. Roland barthes by roland barthes[M]. New York: Hill and Wang, 1975: 117.
- [9] 汪民安. 身体、空间与后现代性[M]. 南京: 江苏人民出版社, 2005: 10.
- [10] 尼采. 苏鲁支语录[M]. 徐梵澄, 译. 北京: 商务印书馆, 1997: 27-28.
- [11] 尼采. 权力意志[M]. 张念东, 凌素心, 译. 北京: 中央编译出版社, 2000: 37-38.
- [12] Diogenes Laertius. Lives of eminent philosophers[M]. Cambridge: Versity Press, 1991: 153-63.
- [13] 理查德·舒斯特曼[美]. 通过身体思考: 人文学科的教育[J]. 学术月刊, 2007, 39(10): 5-14.
- [14] 李力研. 谁能与我同醉?——试解波普尔“世界3”中的体育运动(上)[J]. 体育文化导刊, 2004(7): 14-17.
- [15] 翁中清. 人文体育论[J]. 体育文化导刊, 2008(1): 28-32.
- [16] 刘欣然, 黄海波. 艺术的线索: 从艺术哲学中对古希腊体育运动的哲学解读[J]. 天津体育学院学报, 2008, 23(6): 519-522.
- [17] 柏拉图. 斐多[M]. 杨绛, 译. 沈阳: 辽宁人民出版社, 2000: 15-17.
- [18] Max Horkheimer, Theodor Adorno. Dialectic of enlightenment[M]. New York: Continuum, 1986: 232, 234.
- [19] 赵岷, 许国宝, 李翠霞. 由教化身体走向解放身体——体育教育的 21 世纪猜想[J]. 武汉体育学院学报, 2007, 41(10): 53-57.

[编辑: 谭广鑫]