

休闲体育内涵辨析

詹华宁

(广东医学院 体育部, 广东 湛江 524023)

摘 要: 休闲体育概念的界定目前还比较模糊, 影响了休闲体育的发展。通过对休闲体育与社会发展程度, 文化层次, 休闲时间, 活动空间、目的、经验, 运动强度等方面关系进行的分析研究发现, 上述各要素并非构成休闲体育的必要条件。休闲体育的内涵在于, 通过身体性的体育活动形成人之为“人”的体验。

关 键 词: 体育社会学; 休闲体育; “人”的体验

中图分类号: G80-05 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2011)05-0038-05

Analysis of the connotation of leisure sport

ZHAN Hua-ning

(Department of Physical Education, Guangdong Medical College, Zhanjiang 524023, China)

Abstract: The definition of the concept of leisure sport is still quite ambiguous nowadays, which affects the development of leisure sport. By analyzing and studying the relations between leisure sport and the degree of social development, cultural level, leisure time, activity space, goal, experience and exercise strength, the author found that the said elements are not the necessary conditions for constituting leisure sport. The connotation of leisure sport is people's experience of "being human", which is formed via bodily sports activities.

Key words: sport sociology; leisure sport; experience of "being human"

目前, 有关休闲体育概念的观点甚多, 但“尚未形成科学的、统一的概念体系, 对概念的界定也比较模糊, 种、属概念不清, 定义中直接或间接的包含被定义项。称谓多样、概念不清就会造成研究对象混淆、不明确, 研究结果失真, 影响了休闲体育的发展”^[1]。根据休闲体育研究的现有成果, 休闲体育概念涉及以下几个方面要素: 社会发展程度, 文化层次, 休闲时间, 活动空间、目的、经验, 运动强度等。本文主要对上述各构成要素与休闲体育的关系进行分析, 以厘清休闲体育概念的内涵, 为休闲体育研究提供参考。

1 休闲体育诸要素

1.1 休闲体育与社会发展

很多研究休闲体育的学者把休闲体育归纳为两个前提: 一个是“钱”、一个是“闲”。毋庸置疑, 只有社会发展到一定阶段, 社会物质财富积累到一定程度之后, 人们才会拥有一定的“钱”和“闲”。

就“闲”而言, 资料表明, 西方大部分国家早在 20 世纪 60 年代就已实行了每周 40 h 工作制, 新西兰甚至早在 1936 年、美国在 1945 年就实施双休日。就“钱”而言, 欧美发达国家在经历了第 3 次工业革命之后, 已经具有物质基础。例如, 美国到 1953 年国民生产总值已经达到 4 128 亿美元。在 1956 年, 法国、瑞士等 11 国在联合国教科文组织赞助下对国民“闲暇需求”进行了大规模的调查, 由此引起了各国对体育在休闲生活中的地位、作用的研究和关注^[2]。1956 年“国际休闲协会”宣告成立, 欧美和亚洲等各国休闲团体加入“国际休闲协会”, 直到 20 世纪 70 年代, 休闲体育才在西方发达国家得以真正发展。

目前中国刚刚解决温饱问题, 正处于从前工业社会向工业社会转型时期, 离后工业社会还十分遥远。但是, 20 世纪 90 年代以体育职业化改革为标志的中国体育, 逐步由注重社会本位和工具价值向个体需求方向发展, 体育所具有的休闲价值逐步得到重视和体

现,西方休闲体育活动项目以及活动方式开始进入人们生活之中,休闲体育意识逐渐被人们认同和接受,休闲体育已经成为一种重要的体育组成部分。

因此,社会的物质生活基础并不是休闲体育的充分必要条件^[3]。

1.2 休闲体育与文化层次(品位)

孔祥华、王俊奇^[4]认为,从体育的角度看,休闲的体育性指休闲的体育功能和体育意义。休闲的体育性,使休闲的本质得到了某种提升,于是休闲就不单单是理解为“玩”、“游手好闲”,而是提升为一种有品位有价值的活动,即休闲具有体育意义、价值与内涵。许宗祥^[5]也认为,休闲体育是指人们在闲暇时间里积极、主动选择并实施的以满足自身发展需要、培养自身的生活情趣、提高自身生活品位和格调,获得自身身心自由与快乐为主要目的,具有一定文化品位的体育活动。王俊^[6]直接把休闲体育的内涵界定为:人们在闲暇时间所进行的、以满足自身发展需要和愉悦身心为主要目的、具有一定文化品位的体育活动。

毫无疑问,休闲体育具有文化性,但不一定包含特定的文化品位。文化品位主要指某一事物所包含的文化因素,在质量上的好坏优劣……通常建立在一定主体的文化修养之基础上,而且是其物质及精神文化生活相对充实和丰富的结果。文化品位主要由日常生活品位、艺术审美品位和价值理解品位3方面构成^[7]。可见,文化品位的内涵非常丰富,难以普及到整个社会。

休闲体育是世俗文化的产物,具有大众文化的特征,是全民都可以参与的体育活动方式,“将休闲体育定位于大众文化,是由大众文化本身的特点和休闲体育所具有的价值与功能决定的”^[8]。文化品位与参与休闲体育的人之间没有必然的关联,休闲体育需要在活动过程获得体验感受,它与文化层次和文化品位本身无关。目前,我国很多地区的民族传统体育(比如武术等)参与者本身并没有很高的文化程度,也有很多散步、跳舞的人们并不具有太多文化知识,但他们同样具有休闲体育的体验。以“文化品位”为要素定义休闲体育,在某种程度上剥夺社会大众进行休闲体育的权利,脱离了休闲体育存在和发展的社会基础。

1.3 休闲体育与休闲时间

很多学者都把休闲体育与休闲时间直接连为一体,没有休闲时间作为载体,何有休闲体育?可谓皮之不存,毛将附焉?有关休闲体育的时间论述主要有:“业余时间说”、“自由程度说”、“闲暇时间说”和“自由时间说”^[9]。

先要给予明确的是,休闲是人的身体和心理的休

闲,并不是时间的休闲。身体活动是休闲体育的前提,而休闲主要是活动过程中所体现出来的身体和心理上的休闲。休闲是人的生命活动的状态(马慧娣,2004)。只要不影响身体和心理上的休闲,任何时间的身体活动都是休闲体育,身体活动本身以及相应具有的休闲体验才是休闲体育的根本。“休闲体育并非余暇时间和活动……”^[10],非工作时间、余暇时间、非必要劳动时间等等可以有休闲体育的存在,而工作时间或必要劳动时间等也可以有休闲体育的存在。因为,同一时间,可以存在不同身体概念及身体活动方式。

身体本身就具有多元属性的特征。身体既可以包括政治身体、文化身体,也可以包括生理身体、自我身体。身体具有多重属性,如社会性、文化性和自我性等等。在工作时间内,身体属于社会,具有社会属性。但是,身体的社会性并不排除身体的自我性。社会性身体的属性要求行动主体必须按照社会的要求履行社会行为。但是,社会性身体属性之外的自我性身体属性决定行为者本身还可以按照自我的思维方式进行适当的行为,体现出身体的二元性。或者说,身体的二元分离性。即从事社会工作的人们可以在从事工作的同时,进行适当的休闲体育活动。例如,侍者可以端着盘子跳起舞蹈、快递人员可以通过轮滑的方式把外卖送到客户手中,等等。人们尽管处在工作时间内,但是,他们仍然可以支持自我的身体,仍然能够通过自我的身体活动体验到身体的舒张和心理的休闲。

瑞典哲学家皮普尔(Pieper)在《休闲:文化的基础》中明确指出,休闲是人的一种思想和精神的态度,不是外部因素作用的结果,也不由空闲时间所决定^[11]。

1.4 休闲体育与活动空间

我们可以从休闲体育的项目内容观察休闲体育与活动空间的关系,休闲体育“涵盖了当今城市人们所喜爱的运动项目,如高尔夫球、保龄球、网球、台球、游泳、攀岩、蹦极、滑板、轮滑旱冰、摩托车、游艇、弓箭、飞艇、汽车、帆船、飞镖、冲浪、越野、滑翔、漂流、野外生存、探险、登山等”^[12]。可见,无论从项目本身还是项目分类来看,休闲体育与活动空间之间没有必然的、直接联系。也就是说,休闲体育的活动空间可以不受具体空间的制约,可以在室内、室外,也可以在陆域、水域和空域。因为,休闲是人的思想和精神状态,它既不是外部因素作用的结果,也不是空闲时间和游手好闲的必然产物,它是一种精神状态,即人们以一种平和宁静的态度去感受生命的快乐、幸福和价值。因此,对于具有一定空间要求的体育运动项目,可以通过临时改变规则的方式,

降低运动项目本身对空间要素的限制,从而实现休闲的目的。如幼儿篮球、农村学校课桌乒乓球、南美街头足球等等。

1.5 休闲体育与运动强度

中外对于休闲起源的显著差异是对于运动强度的理解,“中国人的休闲体育以静态为主,而西方人的休闲体育以动态为主”^[13]。

中国古代对于休闲的理解主要集中在趋向“静”态下的休闲。“休”在《康熙字典》和《辞海》中被解释为“吉庆、欢乐”的意思。“人倚木而休。”“闲”通“娴”,具有娴静、思想的纯洁与安宁的意思。休闲“表达了人类生存过程中劳作与休憩的辩证关系,又喻示着物质生命活动之外的精神生命活动”。因此,休闲体育“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,喜欢平和、悠闲、修身养性的项目”^[14]。

西方对于休闲的理解主要集中在趋向在“动”态下的休闲。休闲的英文(Leisure)主要是指“必要劳动之余的自我发展”。“在拉丁语中,我们同样能找到这种排斥关系,因为,otium(休闲、闲逸)的反意为 neg-otium(字面意为事务、商业、劳动)”^[15]。因此,“西方休闲体育具有‘快速激烈’、‘均为激烈和惊险的活动’、‘向外张扬人的个性’、‘追求感官刺激’的特征”^[16]也就不足为怪了。

通过比较可以发现,经历了中西方两种不同文化背景下的发展历程的休闲体育,对运动强度本身没有固有的要求。而且,在经历中西方体育文化交流和融合的今天,运动强度和休闲体育之间已经没有直接的关联,具有高强度和对抗性的运动项目(如球类、定向运动等)也已经成为休闲体育项目。“如果参与者以一种追求自身体验的心态(内在因素)去参与,那么,即使是激烈的项目,对他而言也是一种休闲活动而已;反之,如果参与者是在外在因素的迫使下参与活动,那么,即使是最轻松的活动项目,对他而言也就不是休闲活动了”^[16]。

所以说,休闲体育与运动强度之间没有必然的关联,“任何体育活动都有可能成为休闲的内容”^[17]。

1.6 休闲体育与经验的关系

体育作为一种身体技术型活动方式,对于运动技能、运动规则有着一定的要求,它要求运动者要具有一定的运动经历和经验,才能借助于一定的活动方式实现对身体的控制和运动规则的遵守,以熟练化甚至自动化的身体动作完成相应的运动技术动作。熟练化

(或自动化)程度越高,意味着体育的运动技能水平也就越高。但是,休闲体育的娱乐性和游戏特征淡化了体育运动的项目规则。在突破体育运动规则的前提下,休闲体育活动过程中可以淡化规则性,强化游戏性;淡化技术性,强化娱乐性;淡化经验,强调参与性。休闲体育不会以动作技术的娴熟与否作为判别休闲的程度,不以是否有过参与体验或经历作为休闲体验的依据。因此,休闲体育对于体育规则的淡化使得经验不再重要。

1.7 休闲体育与目的

目的是学者讨论休闲体育概念中关联性最高的要素之一,很多学者^[9, 16, 18-19]都是从休闲体育所能达到或体现的目的角度界定休闲体育概念。所谓目的,就是主体改造客体的对象性要求,即人根据自己对外部现实关系的需要与可能,对当前的现实对象在观念上予以改造而建立起来的关于要争取的未来对象的观念模型,是一种以观念的形态存在的人们活动或行为的预想结果。一个正确可靠的目的的提出必须反映人的某种需要,以满足人的某种需要为己任;必须建立在客观现实的基础上,以某种必然性为根据。这就是目的前提中所包含的必要性规定和必然性规定^[20]。

然而,休闲体育并没有直接的合目的的必要性规定和必然性规定。休闲体育来源于游戏,康德在他的《判断力批判》一书中将游戏归为审美活动,强调游戏的自由性、娱乐性和无目的性^[21]。希奇克森特米哈伊(M.Csikszentmihalyi)提出了“畅”(flow)的概念:“具有适当的挑战性能能让一个人深深沉浸于其中,以至于忘记了时间的流逝,意识不到自己的存在的体验。”^[21]当时时间被忘记,当人已经意识不到自己的存在,无目的本身就已经成为休闲体育的目的。因此,卢元镇^[22]认为,“人们怀着轻松愉快的心情自愿参加各种体育活动和娱乐活动,他们既不受限于体育教学的种种严格规定,也不追求高水平的运动成绩,甚至有时也并不把体育的强身祛病作用放在首位,而是把体育运动作为一种有意义的活动形式度过自己的业余时间。”如果休闲体育与目的有关,那么如何去理解中国古代体育的击壤而歌、儿童的体育游戏等等诸多无目的的休闲体育表现形式?《庄子》记载,远古先民“饥则思食,食饱则鼓腹而游;渴则思饮,饮足则跳跃自娱。”《帝王世纪》记载:“帝尧之世,天下太和,百姓无事,有八九十老人,击壤而歌”,人们进行这些体育游戏活动并没有明确的目的性。孔子“钓而不网,弋不射宿”也足以说明他在休闲娱乐中并不以捕到鱼和射中靶为目的。

休闲体育与目的之间的非直接关系,并不意味着

忽视或抹杀休闲体育的功能和价值。人们在休闲体育的过程之中,尽管运动者本人并没有明确具体的目的,但是,由于存在运动者身体和心理上的参与活动,客观地存在对运动者的身心的影响,从而形成休闲体育对运动者的价值,如生理学价值、心理学价值、美学价值、娱乐价值、社会学价值等。

2 休闲体育的内涵

休闲体育内涵的研究首先需要对“休闲”和“体育”的内涵给予思考。只有通过对比休闲与体育内涵的考察,明确两者共性,才能理清休闲体育的真正涵义。

2.1 “休闲”与“体育”的内涵

“休”字在现代汉语辞典中被解释为“吉庆、欢乐”之意,休闲即是如何愉快、安祥地度“闲”。休闲不同于消闲、闲暇、空闲,它是特指个体在完成日常生活基本需要后的一种精神活动,一种对高层次需要的追求^[23]。心理学家 Johneulinger(1974)认为:“休闲感,有且只有一个判断那就是心之自由感。”^[21]人类文化发展的历史表明,休闲是具有重要价值的文化现象,是人的本体论之所在,是人“成为人”过程中的重要舞台,是人类通往美丽精神家园的适宜途径^[24]。休闲的本质主要体现人的一种精神生活^[23]。

体育(sports)语源出自拉丁语的 *deportare*,意味着人们暂时脱离为生存所必需的工作与劳动,而在余暇的时间里面所进行的休养、娱乐和游戏等活动。在中世纪,法国人将 *deportare* 演变成法语 *desport*,14世纪英国人又将其转换成 *sport*。*deportare* 是由 *de*(away)和 *portare*(carry)组成的,意为“脱离开自己原来的工作,转换到别的地方去”;“暂时脱离为生存所必需的工作与劳动,而在余暇的时间里面进行的休养、娱乐和游戏等活动”;“是娱乐、游戏、安慰、喜悦或自身的快乐,也有愉快的离开工作之含义”。现代体育最高表现形式的《奥林匹克宪章》指出:“奥林匹克主义是增强体质、意志和精神并使之全面均衡发展的一种生活哲学。它谋求体育运动与文化相融合,创造一种以奋斗为乐、发挥良好榜样的教育作用并尊重基本公德原则为基础的生活方式。”因此,体育(sports)本质特征是“一种身心娱乐活动,属于精神、心理娱乐(包括美的享受和激励)领域……本质功能是满足社会成员的消闲、消遣、情绪宣泄、自我显示、观赏娱乐、美感享受、悬念刺激、精神激励以及荣誉自尊等的精神心理需求”^[25]。“sport 起源和本义就是现代意义上的休闲”^[26]。

由此可见,休闲和体育的本质都具有人学的哲学内涵,最终都指向人的精神世界与价值信仰,属于创

造和完善人的精神活动。

2.2 休闲体育的内涵

休闲体育作为一种身体活动,就是以身体活动的方式带来精神世界的自由本性的体验,是对生命“生成”自由的体验,是摆脱各种贪欲和社会关系与压抑后的舒畅。它既包含了对生命的关怀和生命意义的觉醒,也是对于人作为生命体的意义追问,是一种通过体验来感知自由心态的身体活动,是对人的本质真正占有的过程,是人向自身、向社会的(即人)“复归过程”(马克思语)。

亚里士多德提出的“人本自由”命题本质上是人的本性的高度概括。然而,由于受到现代工业社会的限制,人的自由被无限的物质社会和生存压力所约束,自由更多是一种理想,而难以付诸于现实生活中。

休闲需要一定的活动方式或者载体,与体育结合的休闲体育不但把休闲具体化,还通过身体活动的方式把休闲深刻化、丰富化,使休闲从生活层面上升为人之为“人”(become human)的层面,休闲体育为人的自由本性的释放提供了一种可能的途径。

休闲体育通过身体活动的方式体验自我的存在,休闲体育的体验追求的是对物化社会的摒弃,是对物化社会的一种自我身体和灵魂救赎。休闲体育的体验既有对现代文明社会的压力释放,也有对繁杂社会关系的抛弃。休闲体育没有年龄的限制,没有文化层次与社会等级的限制,没有活动强度的限制,没有工作压力的限制,没有利益的矛盾与冲突,没有世俗观念的纷扰,没有各种社会关系的压抑……休闲体育可以使得人们短暂地忘记自己的社会身份和文化身份,可以忽视作为“社会人”的压力和各种责任,而成为自己的“人”,是对于类“人”的回归。休闲体育中的“人”已经超越现实社会的种种限制,只属于自身。

通过上述分析,我们认为:休闲体育就是可以形成人之为“人”的体验的体育活动。社会发展程度、文化层次、休闲时间、活动空间、运动强度、目的和经验等不是构成休闲体育的必要条件,它们与休闲体育没有直接的关系。借助一定的运动项目,通过身体活动的方式,人可以摒弃现实社会,感受到人类原始的本性张扬与情感宣泄,感知到作为一个生物体的自我的真实存在,这就是休闲体育。

参考文献:

- [1] 孔垂辉. 体育核心期刊休闲体育论文研究的现状[J]. 北京体育大学学报, 2009, 32(1): 39-42.
- [2] 陈玉忠. 我国休闲体育发展的未来走向[J]. 上海体育学院学报, 2007, 31(1): 9-14.

- [3] 于涛, 杨锡明. 论休闲体育的文化背景[J]. 西安体育学院学报, 2000, 17(1): 13-15
- [4] 孔祥华, 王俊奇. “休闲体育”的概念及理论诠释[J]. 广州体育学院学报, 2007, 27(2): 70-72.
- [5] 许宗祥. 休闲体育概论[M]. 北京: 人民体育出版社, 2007(4): 29.
- [6] 王俊. 我国休闲体育可持续发展的若干思考[J]. 武汉体育学院学报, 2007, 41(2): 94-96.
- [7] 范一直. 文化品位的理论和现实思考[J]. 资料通讯, 2004(3): 28-31.
- [8] 赖勇泉. 文化视野下的休闲体育观[J]. 广州体育学院学报, 2007, 27(1): 59-62.
- [9] 周爱光. 体育休闲本质的哲学思考——兼论体育休闲与休闲体育的关系[J]. 体育学刊, 2009, 16(5): 1-7.
- [10] 于涛. 余暇体育研究的理论框架[J]. 上海体育学院学报, 1998, 22(3): 6-11.
- [11] 马惠娣, 刘耳. 西方休闲学研究述评[J]. 新华文摘, 2001(8): 170-173.
- [12] 凌平. 从游戏、竞技到休闲体育——兼论休闲体育的时代价值[J]. 杭州师范学院学报: 社会科学版, 2007(2): 75-79.
- [13] 刘子众. 中西方休闲体育之差异[J]. 体育学刊, 2003, 10(4): 34-36.
- [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, 21(5): 547-549.
- [15] 马惠娣. 人类文化思想史中的休闲——历史·文化·哲学的视角[J]. 自然辩证法研究, 2003(1): 55-65.
- [16] 于可红, 梁若雯. 从休闲的界定论休闲体育[J]. 中国体育科技, 2003, 39(1): 21-23..
- [17] 卢锋. 休闲体育概念的辨析[J]. 成都体育学院学报, 2004, 30(5): 32-34.
- [18] 韩会君, 饶纪乐. 休闲体育的本质探析[J]. 广州体育学院学报, 2006, 26(1): 90-93.
- [19] 席玉宝, 高升. 试论休闲与休闲体育[J]. 中国体育科技, 2004, 40(1): 53-54.
- [20] 李喜初. 目的与手段的哲学-猫论-初探[J]. 湖南社会科学, 2000(1): 11-13.
- [21] 杰弗瑞·戈比. 你生命中的休闲[M]. 康箏, 译. 昆明: 云南人民出版社, 2000: 21.
- [22] 卢元镇. 论消遣和娱乐[J]. 体育科学, 1983, 3(1): 8-12.
- [23] 马惠娣. 文化精神之域的休闲理论初探[J]. 齐鲁学刊, 1998(3): 99-107.
- [24] 于光远, 马惠娣. 休闲与文化——关于休闲问题对话之二[J]. 洛阳师范学院学报, 2009, 28(3): 1-6.
- [25] 韩丹. 论斯波特(sports)与体育[J]. 山东体育学院学报, 1999, 15(2): 6-14, 38.
- [26] 席玉宝, 高升, 杨彬. 试论休闲与休闲体育[J]. 中国体育科技, 2004, 40(1): 51-54.

