

儒家身体观对当代中国竞技体育的道德启示

前言

党的二十大以来,我国迈上了全面建设社会主义现代化国家新征程和向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻,全国各行各业也掀起学习贯彻党的二十大精神热潮。中国竞技体育行业作为国家文化发展水平的重要指标,应深入学习领会党的二十大精神,促进中国体育行业全面高质量发展。本文在对儒家身体观内涵与哲学特点的研究基础上,对我国竞技体育现存的问题进行分析,从而探寻符合中国特色的竞技体育发展道路,为中国体育精神文化建设指明方向,从而帮助体育事业的良性发展,促进我国竞技体育精神的良好传承,进一步增强我国体育文化软实力。

关键词

儒家身体观; 竞技体育; 体育道德

儒家身体观作为儒学重要构成部分,充分挖掘了古代体育的社会功能,促进了我国古代体育的礼仪化、普及化。我国现代竞技体育从无到有、从弱到强,得到了长足的发展,而这个过程也出现了许多不和谐的现象,阻碍着竞技体育事业的进一步提升。

1 儒家身体观内涵:身心合一

儒家身体观以孔子、孟子的论述为主,奠定了儒家身体观的理论基础。宋代以后,理学家依据孔孟观点,对道德的根源进行了探寻。现代新儒家学说继往开来,但依旧以先秦儒家为理论基础。先秦儒家身体观十分看重个体内在道德,并且着重论述了外在身体与内在道德的关系。

1.1 内在道德在儒家身体观中的重要性

儒家身体观的起源最早可以追溯到先秦时代,杨儒宾在《儒家身体观》中,将先秦时期儒家的身体观分为二源三派。二源是指以周礼为中心的威仪身体观,和以中医为中心的的气血观;三派则是指孟子的践行观、管仲的自然气化观以及以荀子的礼仪观。虽然儒家身体观分为二源三派,但儒家身体观的内容一直围绕着个体身心关系。

1.2 儒家身体观身心合一的内涵

儒家身体观中的道德追求,并非对身体欲望的压制,而是在肯定欲望的同时,用道德要求身体行为,从而达到身心合一。儒家身体观中认为,个体的身体十分重要。如

孔子主张要谨慎对待身体,仔细呵护身体。《孝经》中,“身体发肤,受之父母,不敢毁伤,孝之始也”,通过对伦理的论述,要求个人珍视父母给予的身体,谨慎呵护不受损伤;“立身行道,扬名于后世,以显父母,孝之终也”,进一步阐明重视身体才能践行道义,才能对其父母遵守孝道。

同时,儒家身体观认为内心道德是修身关键,只有用内心道德对身体行为进行约束才可算作君子。“君子食无求饱,居无求安,敏于事而慎于言”,孔子劝导不要过分贪图身体上的安逸,而应追求行为的端正;“君子谋道不谋食,君子忧道不忧贫”,体现了儒家哲学中对于身体欲望与德行的讨论,“不谋食”“不忧贫”并非否认身体世俗欲望的合理性,而是对内在道德更为看重,即德行身体是高于世俗身体的。

1.3 儒家身体观对中国古代竞技体育的影响

现代竞技体育受西方文化的影响,如奥林匹克运动会的口号“更高、更快、更强”体现了对突破个人极限的追求,这一精神在古代西方竞技体育中就有所体现。古代西方体育运动更注重追求完美的个体,认为运动应有竞争意识,应去努力奋斗从而战胜他人。古希腊时期的城邦斯巴达将美德视为“不和的果实”,而将“勇于竞争”视为真正的美德。

儒家身体观对身心合一的理念,影响了我国古代体育所承载的社会功能。中国古代体育活动,更多地承担了礼

仪教化功能。孔子推崇的“六艺”中，射、御两项是较为接近现代体育的活动。在《礼记·射义》中，儒家学者认为，通过射箭等体育活动可以培养一个人的道德与品性。如“故射者，进退周还必中礼，内志正，外体直……此可以观德行矣”，儒家认为通过人体外在去射箭的动作，即可看出人内在的道德品行，个人对射箭动作标准程度、射箭准度的追求，都是对恪守礼仪与内心道德的追求。

2 中国竞技体育发展现存问题

我国重返奥委会四十多年以来，竞技体育获得了长足的发展，屡次在国际上取得傲人成绩。市场经济带动的竞技体育产业化、职业化，也为中国竞技体育行业注入了新的活力。然而，中国竞技体育在迎接机遇的同时，也必将面临重重挑战。

2.1 西方竞技体育价值观对中国传统体育道德的冲击

受宗法制、分封制、礼乐制度的影响，早在先秦时期，我国就出现了国家观、民族观，集体主义也逐渐形成与发展，国家利益至上也成为中华文化自古以来的传统美德。与我国相反，个人主义价值观贯穿了西方文明的历史发展过程。以古希腊文明为代表，城邦制的社会制度下人人追求平等，成为个人主义价值观的萌芽。文艺复兴与启蒙运动之后，个人主义价值观逐渐兴起。卢梭的“契约论”中将道德与政治分开，认为实现自由公平需要人人遵守契约。现代竞技体育其内核依旧奉行个人主义价值观。

我国重返奥委会后，为了提升竞技体育实力，开始学习西方训练模式，注重个体体能训练，确实提升了我国竞技体育的实力，但个人主义价值观也在无形之中渗入。加之我国从计划经济转为市场经济，在以市场为导向的社会环境下，竞技体育商业化也助长了个人主义风气。由此，传统以爱国主义、集体主义为核心的伦理道德被个人价值观不断冲击，导致竞技体育行业出现享乐主义、个人主义的现象，如违规使用兴奋剂、“让球”等，部分运动员追求个人利益而无视公平竞争的规则，甚至将国家、民族利益弃之不顾，败坏了我国竞技体育优良风气，严重损坏了国家形象与民族利益。

2.2 竞技体育商业化中功利化的负面影响

计划经济时期，我国竞技体育事业归由国家管理，竞技体育行业开支也由政府负责，当时的体育与我国政治有很强的关联性，竞技体育投入的是物质，产出的是精神与国家文化实力。改革开放后，市场经济制度的确立使得体

育行业也逐渐市场化、商业化、职业化。

在市场经济下利润导向的规则，使得中国竞技体育行业商业化的过程中逐渐变得功利，带来了一定的负面影响，如频频出现“踢假球”“吹黑哨”“体育腐败”等不良现象。此外，以市场为导向的社会环境下，传统以爱国主义、集体主义为核心的伦理道德逐渐被个人利益导向的伦理道德取代，导致竞技体育行业拜金主义、享乐主义、个人主义横行。这些现象败坏了我国竞技体育道德，破坏了公平竞争的环境，对整个竞技体育行业乃至社会都带来极其恶劣的影响。

2.3 运动员培养过程中文化教育与体能教育不平衡

自改革开放以来，中国竞技体育从无到有、从弱到强，在一系列大型国际体育赛事上都取得了令人瞩目的成绩。当前，我国处于从体育大国向体育强国转变的关键时期，国家对体育竞技行业依旧十分重视^[2]。

然而，中国竞技体育为了追求更好的体育成绩，将对运动员的培养重点放在了体能、技能和战术能力等身体素质方面，整日以运动训练为主，而忽视了培养运动员的文化素养。运动员的文化素养包括体育道德、体育礼仪等多方面的品质，且需要在长期的培养中逐渐积淀，并非能在短时间内提高。由于缺乏文化素养课程，一些运动员文化知识水平低下，甚至缺乏一些基本常识。这种“重体能而轻道德”的运动员培养模式，皆与儒家身体观中的“身心合一”理念背道而驰，不利于竞技体育的发展。

3 儒家身体观对中国竞技体育的道德启示

通过研究现代新儒家学说即可发现，当前学者对于儒家身体观的讨论，依旧以先秦儒家身体观为理论依据，可见孔孟对于身心关系的探索是极具理论价值的。中国竞技体育应当汲取儒家身体观中心身合一的理念，提高对运动员文化素养与道德素质的培养，优化运动员的培养机制，为国家培养高质量的竞技体育人才。

3.1 重构中国竞技体育道德伦理

任何社会要增强凝聚力，都需加强一元化的价值导向，用共同理想和信念去团结社会成员。面对西方个人主义价值观对我国传统道德伦理的不断冲击，中国竞技体育需借鉴儒家身体观，构建当代中国竞技体育精神，用精神理念去引导竞技体育行业发展。

“女排精神”便是当代中国竞技体育道德伦理典范。1981年，全国妇联在中国女排夺得世界冠军的贺电中首次

提到了“女排精神”，当下“女排精神”的内涵主要是：自强不息、集体主义、无私奉献、艰苦奋斗，其实质是将祖国利益放在最高位，祖国的利益高于一切^[3]。女排精神的内涵正体现了儒家身体观中的“身体社会化”，也继承了爱国主义、集体主义的优秀中华传统美德。我国竞技体育行业应当践行“身体社会化”哲学内涵，学习女排精神，将祖国利益摆在首位。只有在为国家与民族荣誉拼搏的过程中，个人价值才会得以实现；只有整个行业坚持正确的价值导向，积极发挥集体主义、爱国主义的导向性，将道德内化并践行，才可真正促进我国竞技体育事业的发展。

3.2 理性对待竞技体育的商业化

我国竞技体育商业化是历史发展的必然趋势，是符合我国社会发展状况的。儒家身体观中，有关身体社会化的讨论，认为“身体社会化”是指人的身体不仅是生理的身体，还是社会的身体。竞技体育商业化正是竞技体育发挥其社会功能与身体社会化的表现，应正确看待，正视竞技体育商业化为发展我国竞技体育事业带来的益处^[4]。如可借助竞技体育商业化推广全民健身事业，发展养生体育和休闲体育，促进并提升国民身体素质。

3.3 优化竞技体育人才培养机制

儒家身体观中对于身心合一的内容，要求我国竞技体育行业在培养运动员的过程中，既要保证身体竞技能力的训练，也要提高对内在文化素质培养的重视程度。

在对运动员培养中，真正落实对于运动员的文化教育，培养运动员学习的习惯，结合运动员体能训练特点，建立一套真正适合运动员的教育培养模式。如在训练之余，重点培养运动员文化素养，其中包括文化常识与体育理论知识的学习，并制定相关考核制度，提升运动员对文化课程学习的重视程度，杜绝出现“走形式”的情况，将文化素质培养真正落到实处，改变“重物轻人”的思想观念，要树立以人为本的教育观。

此外，要加强运动员体育道德与体育礼仪的教育。制定专项的体育道德与体育礼仪学习课程，提升运动员的道德意识与礼仪常识。同时在日常训练中，将赛场礼仪纳入对运动员的综合考核之中，从而增强运动员的自我约束意识，真正践行“身心合一”理念，为我国竞技体育事业培育栋梁之材。

文 / 鲁小艳，李夏（西安财经大学文学院，陕西西安）

基金项目：2023年陕西省体育局体育科研常规课题项目《儒家的身体哲学对中国竞技体育的影响研究》（2023599）阶段性研究成果

作者简介：鲁小艳，女，山西大同人，西安财经大学文学院副教授，研究方向：中西文化比较研究；李夏，女，山西阳泉人，西安财经大学文学院在读硕士研究生，研究方向：文化影视传播方向。

参考文献：

- [1] 杨儒宾. 儒家身体观 [M]. 上海：上海古籍出版社，2019.
- [2] 王宇培，胡好. 基于党的二十大精神的我国竞技体育高质量发展模式探析 [J]. 当代体育科技，2023，13（24）：1-5+19.
- [3] 高磊. “女排精神”对中国竞技体育的道德启示 [D]. 株洲：湖南工业大学，2017.
- [4] 吴保传，齐宝，鲁小艳. 儒家的身体哲学与中国竞技体育的异化 [J]. 西安体育学院学报，2010，27（6）：685-687.