

荀子与柏拉图体育思想差异的比较分析

黄 斌

广西民族师范学院体育学院, 广西 崇左

收稿日期: 2023年9月20日; 录用日期: 2023年10月11日; 发布日期: 2023年10月23日

摘 要

比较研究的目的是取长补短。对荀子与柏拉图体育思想差异性比较, 找寻其差异中的共性, 对我们当代体育思想具有启发性。发现体育不但可以强身健体, 还在德性育人、社会治理方面发挥其功效。当然, 凡事都有两面性。体育锻炼也因为其“双向效应”原则提醒我们体育锻炼方式、项目因人而异。

关键词

体育思想, 比较

A Comparative Analysis of the Differences in Sports Ideology between Xunzi and Plato

Bin Huang

School of Physical Education, Guangxi Normal University for Nationalities, Chongzuo Guangxi

Received: Sep. 20th, 2023; accepted: Oct. 11th, 2023; published: Oct. 23rd, 2023

Abstract

The purpose of comparative research is to draw on strengths and compensate for weaknesses. By comparing the differences in the philosophy of sports between Xunzi and Plato, we can search for commonalities within their differences, which can be inspiring for contemporary sports ideology. It is discovered that sports not only contribute to physical fitness, but also have effects on moral education and social governance. However, everything has two sides. The principle of “dual-effect” reminds us that the ways and types of physical exercise should vary from person to person.

Keywords

Sports Ideology, Comparison



1. 引言

有比较才有鉴别，有比较才能取长补短。通过对两种以及两种以上不同时代、不同民族、不同地域或不同文化背景下的体育思想进行比较研究，探讨其体育哲学思想的异同，为我们教学科研提供理论依据和对比借鉴。[1]荀子与柏拉图是东西方历史“轴心时代”的两位文化巨人，他们的体育思想对世界体育文化的发展做出了不可磨灭的贡献。他们的体育思想虽然存在着许多惊人的相似之处，但也因为古代中国与古希腊不同的历史背景和哲学思想，导致他们的体育思想也有很大不同。因此，对荀子与柏拉图的体育思想进行哲学审视，目的是为当前体育研究、教学提供历史价值之借鉴。

2. 荀子与柏拉图体育思想概述

2.1. 荀子的体育思想

荀子是一位伟大的教育家。他是诸子百家思想的集大成者，其体育教育思想虽源自孔孟儒学但确超越了孔孟儒学。他的体育思想有如下一些主要表现。其一、体育具有休闲性。荀子认为人有追求乐趣的权利。他建议人们应在闲暇时间进行身体锻炼，并丰富和创造生活情趣，以达到完善自我为目的的身体锻炼活动。其二、体育具有健身、养生性。《荀子·天论》认为“养备而动时，则天不能病”、“养略而动罕，则天不能使之全”。意思是：人在衣食等生活条件具备的情况下，还经常进行肢体的运动，身体就会健康与强壮，上天也不能使人生病。但如果生活的物质条件欠缺，人懒惰还不去运动，自然身体就更不好。其三、体育具有心智陶冶性。礼乐治国是春秋末期的主旋律。荀子的体育思想虽然吸纳了诸子百家之长，但他对体育在人的心智陶冶作用中的认识更为深刻。在《荀子·乐论》认为，乐舞对人们身心健康的重要教育作用。乐舞实际就是在音乐声中舞蹈，舞蹈也是一种体育运动。人们在舞蹈中“志意得广”，同时也使人的形体健全生长。乐舞运动还可以增强参与者的团结与纪律性。

2.2. 柏拉图的体育思想

柏拉图是古希腊著名哲学家和教育家，他的哲学思想和体育教育理念对中西方文化与教育的发展都具有启发性。柏拉图因其身躯强壮、魁梧与额头宽阔，他老师就替他取名“柏拉图”，意为“宽阔”之意。由此可以看出，平时柏拉图非常注重体育锻炼，这为其体育思想的产生奠定了实践基础。他本人就是“头脑不简单、四肢也发达”最好的诠释。柏拉图的体育思想表现如下：其一、体育的理念是时刻为心灵的和谐协调自己的身体。柏拉图认为体育的各种手段、技术只是暂时的“现象世界”，“观念世界”才是体育理念深藏于衷之处。为此，他建议体育锻炼的目的不要只停留在身体的强壮、身体的健美的低要求上，不要为了应付技术目标考核才去锻炼身体，这些都是“现象世界”。因此，应该把体育锻炼的重心放在时刻为自己心灵的和谐而协调自己的身体上。在“观念世界”里，身体的锻炼最重要的目的是其心灵的激情部分得到锻炼。简单来说，他认为体育活动的重点是培养人的心灵和人格要求，而不是为了外在的所谓强壮和力气大。其二、体育好才具备爱国的能力。当时柏拉图生活的雅典处于衰落时期，很多民众贪图安逸，追求享乐。即使也像过去经常出入体育馆，但这些民众不是去锻炼身体，而去消遣、寻开心，在观看职业运动员的表演时表现出嘲笑和奚落之意。战争在当时希腊城邦时代也是非常频繁的，民众需要有健壮的体格才能在肉搏战争中取胜。基于以上社会现实，柏拉图想借鉴斯巴达式的教育来拯

救雅典。希望更多的民众能够通过军事体育手段来锻炼身体，以便报效祖国。他认为体育锻炼的目的是为了保卫城邦，是公民的终身行为。为此，公民从小必须进行严格的体育锻炼，体育锻炼的同时学习军事技艺，以便在国家需要的时候能够立即投入战斗。此外，柏拉图认为民众具有少生病的责任。因为生病要花钱、花时间看病，对个体、家庭和社会来说都是负担。通过体育锻炼就可以减少生病的次数，提高身体的抵抗力就可以报效国家。他把个人的健康与国家的命运紧密结合。其三、柏拉图认为妇女也要参与体育活动。他说：“女孩和妇女也应该知道这一切，做女孩的应该练习各种跳舞和角力，做了妇人以后，便要参加战斗演习，行营布阵和使用武器，即使她们留在城市里，她们也要知道这一切，因为一旦当所有的军队出动去打敌人的时候，他们就能保卫儿童和城市。”[2]柏拉图特别强调女子也要受军事训练、体格训练。他主张女孩7岁后则同男孩一样应进入国家教育机构接受教育。在学习文化课、音乐课的同时也要学习使用武器和参加作战演习。柏拉图认为“女人在一切方面都与男人拥有完全的平等权”。[3]

3. 荀子与柏拉图体育思想差异的比较分析

1) 社会存在决定社会意识。社会存在是社会生活的物质方面，主要包括自然地理环境、人口因素和物质生产方式。社会意识是社会存在的反映。荀子与柏拉图因为所处的地理环境、生产方式、政治制度不同，所以他们的体育思想也不同。希腊半岛三面环海，境内山多，可耕面积有限所以农业不发达，但丰富的海岸线让古希腊人航海事业兴盛起来。航海需要体格健壮的人，并且这些人还应该具有冒险精神和竞争意识。因此，柏拉图的体育思想更偏向于崇尚力量，以肌肉发达为美。荀子所处的自给自足的小农经济，虽对土地的依附性强但不是人去征服自然而是“天人合一”。这种朴素、和谐的哲学思想决定了荀子体育思想更倾向于休闲与养生。这是“追求身心自我完善、不喜竞事、形体自娱的体育文化思想形态”。[4]公元前8世纪的希腊由200多个城邦组成，但这些城邦各自为政并不统一。因此，城邦之间战争不断。战争既消耗财力，也是人力的较量。只有体格强壮的士兵才能保家卫国。所以，柏拉图认为培养能征善战的士兵的有力手段就是体育；荀子所处的时代是高度中央集权制。这种制度不允许竞争的存在，因此，体育锻炼的目的不是竞技而是养生、医疗、保健。为此，荀子提出“以动养生”的体育理念。这个理念仍影响着中国人对生命与健康的认识和生活态度。

2) 哲学派别不同。唯物主义和唯心主义是对哲学基本问题第一个方面的不同回答而形成的哲学中的两个派别。荀子是朴素唯物主义哲学家，“天人合一”是其哲学基础。他认为天是物质的，没有意志，而人体是自然界的产物。人的身体则是一切精神活动的物质基础：“形俱而神生”。[5]人体和宇宙万物一样是处在不断运动变化之中的，运动是绝对的，静止是相对的。所以人体要经常的锻炼，否则人就会生病。体育运动不但可以舒筋活络，还可以与大自然进行气体交换，以达到人与自然，肉体与思想的“天人合一”。柏拉图是唯心主义哲学家，他提出了“身心二元论”的人体哲学观。柏拉图在《蒂迈欧篇》里明确地把灵魂和身体说成是两种存在：灵魂不可见而身体可见。柏拉图认为灵魂不是附属于身体的性质和能力，而是独立于身体之外存在的。他认为灵魂才是身体运动的源泉，身体本身无运动能力，身体是被灵魂推动后才能运动，因此，身体必须与灵魂相结合才有生命。所以柏拉图的体育思想具有明显的“主客两分、身心两分”的哲学韵味。因此对“自由意志”和“个性力量”的追求是西方体育非常明显的特点。

4. 荀子与柏拉图体育思想共性的比较分析

1) 都强调身体与灵魂具有共轭性。“共轭”是宇宙间互为矛盾的事物以相互制约、相互竞争的方式达成对立统一平衡状态的一种普遍现象。[6]当前共轭思想被广泛运用于二元对象间相互关系的探索中，其哲学内涵有对立共生、正负双刃。荀子与柏拉图都认为身体与灵魂是用相互印证、互为图底的方式支

撑对方存在的一种共生关系。柏拉图更侧重于身体与灵魂在对立状态下灵魂特征与价值的突显。灵魂可以脱离身体而存在，灵魂支配身体，灵魂让身体运动身体就运动。荀子则认为，如果人的身体不在了，其对立因素(灵魂)也会消失，则本体要素(身体锻炼)也将失去存在价值。他们都认为身体与灵魂对立状态的保持才能保证体育锻炼的持续。正负双刃：即任何事物或对象对其所在系统都存有积极与消极两面影响。一方面，任何要素的存在与发展都会对系统整体起到正向促进作用；另一方面，物极必反，正向因素单方面的壮大也会阻碍系统的持续稳定，进而演变为负面力量。^[6]荀子在《荀子·天论》中提出“养备而动时，则天不能病”、“养略而动罕，则天不能使之全”的思想是为了诠释：运动可以健身，不爱运动可以伤身。但运动过量也会伤身，所以荀子提倡运动都应当符合自身的发展规律而进行。柏拉图认为人体从外界摄取大量营养物质后必须进行消耗，消耗就是锻炼身体，否则易出现障碍。但他也强调“适度的有规律的锻炼才可以起到教育的功能，像职业运动员似的生活方式，其实是有害于身体与心理健康。”^[7]在他看来，职业运动员为了夺标而长期只忙于训练，为了增加体重而猛吃猛睡，会变得无教养、无头脑。就如我们经常说的“头脑简单、四肢发达”。过度的锻炼反而会有害灵魂。

2) 都揭示了体育育人的本质意义。荀子与柏拉图的体育思想虽有不同，但对于体育不但有强身健体的功效、有助于人的全面发展、促进人道德水平的提升之功效方面是有共识的。柏拉图认为：“体育运动的道德价值比身体价值更大，罪恶就是来自不良教育以及不健全的体格”。^[8]当下最时髦的提法与做法就是“课程思政”。体育课程是思政元素普及给学生的最好载体与平台。人是身体与精神的综合体。大学生通过体育锻炼可以养成吃苦耐劳的精神，只有长时间的训练才能在某项技能的比赛中出类拔萃；体操对于运动员的要求是很高的，尤其是对韧带方面的要求。然而这一训练过程与强度又是很大的，能够坚持下来还能拿冠军的人更是不容易，冠军们的身上让我们感受到的不只是奖牌与光环，更是不怕苦、不怕累、坚持不懈的民族精神。《夺冠》电影就很好诠释这一点。借助体育的道德性育人功能，使学生明白：要想成功必须学会坚持；想跑得快、跳得远、投得准，就要树立目标并制定计划去实现。天道酬勤，没有人可以随随便便成功。

3) 都揭示了体育具有社会治理性。

曾经有社会学家说，体育是社会的安全阀。人类呢，与生俱来具有攻击性。在战争年代，这种攻击性可以依靠战场厮杀来实现，但是在和平年代，如何释放人的这一本能？体育呢，给人提供了另外的一片天地。荀子与柏拉图的体育思想表明，一个国家的繁荣与稳定，国家政权的牢固，都离不开这个国家的民众的体质、体格与健康。这就是体育对社会治理的意义。体育对于社会治理的目的，是在于实现公共利益最大化。中国地域辽阔，社会治理压力非常严峻。政府单靠制度进行治理具有稳定性。实际上，民间的非正式制度灵活性更强。那些带有集体性，传承性，地方性的民间传统体育，是社会治理的一个非常重要的部分。因为这些仪式的表演不但有功能，而且在仪式上运用仪式化的身体运动来强化这个功能，可以达到巩固人们形成共同认识的目的，把大家粘合在一起。比如说。云南本地的踩脚舞，还有彝族地区的跳月节，还有苗族地区的芦笙物等等仪式活动，都可称为民俗体育文化活动。在当代社会治理体系中。民俗体育力量的治理与有效治理产生的矛盾和张力融合在一起。真正的自律是需要民间组织，民众多重主体参与的结果。体育这一社会文化现象绵延发展得到了全世界人们的喜爱和认同，而且其活力和影响力越来越大，这充分说明体育的重要功能和作用。^[9]曾几何时，“东亚病夫”实际是指当一个国家的体制出了问题，政府腐败低效的时候，才会被欧洲国家成为“病夫”。但我们听到这个词的直接反映就是如果一个国家的民众身体病怏怏那才是真正的“东亚病夫”。

在冷兵器时代，民众如果没有强健的体魄，那就难以保家卫国，荀子与柏拉图对于这点是有共识的。如今是智能化时代，没有强健的体魄，国家的复兴之梦也难实现。开展体育活动，加大和重视体育教育，不仅有利于人民群众的体魄强健，也有利于社会的治理。体育运动有巨大感召力，激发民众的爱国热情。

各种体育赛事看到五星红旗升起来的那种激动铭记于心；休闲体育带动很多产业发展，可以促进当地经济发展和人民生活水平提高。下面的数据就是最好的证明。2018年，全国体育产业总规模为26,579亿元，体育产业增加值为10,078亿元，首次突破1万亿元。2020年，全国体育产业总规模预计要达到3万亿。^[9]体育的规则意识可以让民众养成对国家法律法规的遵从、社会秩序的遵守上，民众素质的提升是国家的稳定、社会和谐的重要因素。当前，我国正由体育大国向体育强国转型。借鉴荀子与柏拉图的思想，让体育成为国家强大的加速器。

4) 都揭示了体育锻炼的“双向效应”性。“生命在于运动”的理念没有错，适当的运动是可以促进人体新陈代谢、提高大脑机能智力、预防疾病、调节情绪的。纵然体育锻炼对人身体的健康具有很多好处，但过量的体育锻炼也会对人体有坏处。运动过量会造成身体极度疲劳，生命体征异常，精神状态不佳等。这就是体育锻炼的“双向效应”。荀子与柏拉图虽然一个强调“健身”，一个强调“养生”。但都认为过量运动对身体的伤害。他们的思想对我们的启发：民众应该根据自己的身体情况选择适合自己的健身项目。身体好的人选择稍微强度大的运动，反之，则选择小的；比如，广场舞不是所有老年人都适合跳。身体好的选篮球、足球等激烈性的对抗运动，反之，身体弱一点的，可以选择羽毛球，乒乓球等稍微运动量小的运动；白领或者久坐的人选择瑜伽、游泳等周期性长的运动就比较合适等等。

两种不同的历史背景与哲学理念造就了两种不同的体育思想。但对他们体育思想的融合、取长补短才是当下体育的发展趋势。有比较才有鉴别。有比较才可以取长补短。

参考文献

- [1] 王晓翔, 袁云. “比较体育”思考录[J]. 体育与科学, 1994(6): 24-25.
- [2] 邵伟德, 汪超. 柏拉图体育哲学思想探讨[J]. 山东体育学院学报, 2003, 19(4): 35-36, 41.
- [3] 杨小永. 轴心期中西方体育教育思想的比较研究[J]. 吉林体育学院学报, 2013, 29(4): 21-25.
- [4] 王善胜, 王芬. 金牌背后是科技大战[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 1997: 107.
- [5] 甄永兴. 浅谈荀子的体育养生教育思想[J]. 新西部, 2010(5): 185.
- [6] 肖竞, 曹珂. 矛盾共轭: 历史街区内生平衡的保护思路与方法[J]. 城市发展研究, 2017, 24(3): 37-46.
- [7] 邵伟德, 汪超. 柏拉图体育哲学思想探讨[J]. 山东体育学院学报, 2003(4): 35-36.
- [8] 体育史教材编写组. 体育史[M]. 高等教育出版社, 1986: 187.
- [9] 梁晓龙. 当代中国体育若干基本理论问题[M]. 北京: 人民体育出版社, 2003: 6.