

“筏喻”的体育观： 从运动技能学习到人的全面发展的工具论

孙旭静¹，付杰²

(1. 中原工学院信息商务学院 基础学科部，郑州 451191；
2. 河南师范大学新联学院 公共教学部，郑州 451464)

摘要：对体育促进人的全面发展的作用进行研究，发现在学习层次不断提高的情况下，旧有的认知结构不断被取代，对事物的理解是通过持续的“舍弃”外在的形式，而一步步走向本质。这种现象正好和《金刚经》中的“筏喻”典故吻合。认为，人的全面发展是一个思想层次不断提高的过程，体育与其他学科共同发挥着作用。体育学科依据其特有的规律，在人的全面发展过程中，会有五个明显的阶段，每个阶段都有“筏喻”中提到的“舍法”现象：在动作技能习得阶段，舍弃外部知识，形成自我意识；在战略战术培养阶段，舍弃自我认知，形成体育意识；在发现与创造体育之美阶段，舍弃对立意识，达到人格统一；在理解体育本质阶段，舍弃项目认知，深入体育本质；在获得核心素养阶段，“扬弃”体育，促进全面发展。

关键词：人的全面发展；“筏喻”；动作技能；战略战术；体育之美；体育本质；核心素养

中图分类号：G803

文献标志码：A

文章编号：1008-3596 (2019) 02-0060-06

人的全面发展理论是马克思学说的核心组成部分，其旨趣是人的解放和全面发展^[1]。人的全面发展理论贯穿于马克思的著作之中，但是没有专门定义“人的全面发展”，所以专家学者对其定义存在分歧。首先是关于“人”的定义，一类观点认为马克思所说的“人”是指“人类”，指“一般的人”“一切的人”，那么，马克思所说的人的全面发展是指全人类的全面发展；另一类观点则强调马克思这里所说的“人”是指“个人”，马克思对人的全面发展的阐述均是围绕着“个人”展开的^[2]。其次是关于“全面”的定义，一种是广义层面上的理解，认为“人的全面发展”就是实现人的最后解放，人的一切方面的充分发

展；另一种是狭义层面上，认为“人的全面发展”是指人的智力和体力充分发展^[3]。要想正确理解“人的全面发展”并在现实世界发挥指导意义，就必须清晰界定“人的全面发展”。本文认为，这里的“人”应该是着眼于个体的人，如果只是“人类”，那么“全面发展”无从谈起；而“全面”应该是指精神世界而并不是物质层面的外在形式，应该是深度而非广度，否则就人的有限生命和精力而言，全面发展只能是空想。那么现实世界人是如何“全面发展”呢？本文尝试从体育的角度，来窥探人的全面发展在现实生活中的实现路径，而“筏喻”是贯穿始终不容忽视的现象。

收稿日期：2018-10-04

作者简介：孙旭静（1988—），女，河南郑州人，讲师，硕士，研究方向为体育人文社会学。

文本信息：孙旭静，付杰.“筏喻”的体育观：从运动技能学习到人的全面发展的工具论[J].河北体育学院学报，2019，33（2）：60-65.

1 “筏喻”的由来与解读

在《金刚经》中,如来佛祖告诫弟子:“汝等比丘,知我说法如筏喻者:法尚应舍,何况非法!”这是“筏喻”最著名的出处,其详细的出处是在《增一阿含经》中,佛陀将“筏喻”的故事完整讲述给弟子。由于篇幅的关系,本文略叙其大意如下:一人要渡河,河流湍急,水深不可测,无桥亦无船。此人心想,应当结草木为筏,使我平安渡河。乘筏渡河已,此人又想,能平安渡河,全赖此筏,不欲舍弃,欲顶筏前行。佛陀问弟子,这样做有什么益处吗?众人皆说无益。佛陀又问,舍弃此筏如何?众人皆赞同。最后,佛陀告诫弟子:“我为汝等长夜说筏喻法,欲令舍弃,不欲令受,若汝等知我长夜说筏喻法者,当以舍是法,况非法耶。”

在汉语发音里,“筏”与“法”相近,舍“筏”即是暗示舍“法”。如果抛开佛经,我们在学习和领悟知识时,从概念的建立到实际的运用都离不开方法和手段,这个“筏”或者“法”有很多的种类和形式,例如器物、方法、规则,甚至身体都是我们用来解决问题的手段。如何获得这些方法不是最难的,如何放下这些方法才是考验人们是否真的“渡河”。何为“舍弃”呢?本文认为,舍弃并不是一个人主观的言说,应当是一个客观的过程,即本体在对待某一事物时,不再需要和刻意回想起整个过程和程序,而是自然而然地表现出来。例如在学习外语的过程中,关于词汇的选择、句式结构、语态等等是我们平时关注的学习方法,但在学成之后的使用中,就需要舍弃这些方法,自然而然地进行交流。这便是“筏喻”用来评价学习的现实指导意义。

2 体育中的“筏喻”现象

把“筏喻”的观点运用到教育上实在是再合适不过了,王建军在《筏喻的课程观:课程概念的演变与趋向》一文中认为,在课程教学过程中,用来学习的材料并不是我们教学的目的,例如课件、教具、课程发展程序甚至是教学手段与方法等。这些材料只是没有灵魂的物体。如果仅执着于这些材料,那么就会束缚师生的手脚。这

是不合时宜的。我们应该把目标放在人身上^[4]。拿体育课程来说,我们实施体育教育的根本目的是学生的身心发展,我们所教给他们的技术与运动项目,其实都不过是促进学生身心发展的手段而已。我们的教学材料、教学方法都是使学生“渡河”的筏子。让学生上了“筏”,还要让学生下“筏”,这个阶段的教学过程才算完结。

关于运动技能学习过程的经典解释,从运动生理学的角度认为是泛化过程—分化过程—巩固过程—动作的自动化^[5];无独有偶,从体育心理学的角度认为是认知定向阶段—动作联合阶段—协调完善阶段,整个过程是从有意识到无意识过渡^[6]。运动技能的学习是参与体育运动的基础环节。动作的自动化或无意识,也正印证了运动技能的习得是要以“舍弃”完成技能的方法和步骤为前提的。需要指出的是,体育教师并不是学生完成技能的“替代者”,学生掌握方法并且舍弃方法都只能是自己独立完成,就像“筏喻”中“舍筏上岸”必须是自己亲为一样。拿篮球投篮技术来说,若学生注意力不再集中于完成投篮的步骤与动作细节,就说明学生已经把投篮动作纳入到更宏大的战术系统之中。这样在比赛中,学生就会关注如何获得进攻机会,而不是自己的动作,学生的篮球技能学习就进入了下一阶段,投篮技术教学也就“上岸”了。体育教师需要做的就是判断学生是否可以进入下一个阶段,如学生投篮技术明显还不达标,却强行让其参与比赛,只能给其后续学习带来更多的困惑。

3 “筏喻”视角下体育与人的全面发展的辩证关系

体育对促进人的全面发展的作用已不需赘述,我们需要弄清楚的是体育是如何促进人的全面发展的。马克思从哲学、政治经济学和社会主义三个角度论述了人的发展的问题。他指出,人的全面发展是“人以一种全面的方式,也就是说,作为一个完整的人,占有自己的全面的本质。”^[7]体育对人的全面发展作用如果仅仅是所有运动项目都会,那就太过于肤浅;如果说人在从事体育活动的时候能够学到或者领会所有的精

神,那也不太可能。马克思提到人的全面发展的主要目的是人性的解放,不能把“人”束缚于“物”上^[8],这里的人应该是指精神上的人,称之为“完整的人格”,而不再是“自我意识”。体育和其他学科的教育本质是相同的,学生从外部意识也就是我们常说的知识,经过自我加工,转化为内部意识,也就是自我意识,这个加工的过程在体育领域就是技能的学习。一般认为,教育到这一步已经完成,但是从人的全面发展角度来说还远远不够。本文认为自我意识并不是“完整的人格”,从“筏喻”的视角来看,如果一个人执着于“我”这个概念,其实这个人并没有真正解脱。所谓完整的人格,应该是舍弃了基于“自我”而得出的知识,获得一种具有现实世界普遍联系的规律,这种人才是真正意义上全面发展的人。

那么体育在人的全面发展中是一个什么样的角色呢?从“筏喻”的角度来说,定义为“工具”再合适不过。体育是培养全面发展的人的重要内容和手段,在促进人的全面发展过程中具有积极作用^[9]。从这个角度来看,关于“体育”的一切知识和意识,最后也会在人的全面发展中被舍弃。全面发展的人会从一个更高的角度,重新定义自己所经历过的所有体育技能与方法,从而得出一个更具综合性也更具代表性的新的见解。虽然这个结果很难印证,但是从体育学科的发展来看,正是如此。如茅鹏先生所举的“后蹬跑案例”,很多运动员亲身学习过依然不能发现这个技术的问题,只有通过自身学习层次的提高,对短跑技术有一个重新的认识,方能怀疑并且去论证其中的问题^[10]。如果不是从自己已经形成的“自我意识”中解脱出来,哪来怀疑与改变的勇气呢?我们今天很多的体育学科理论,都是在推翻前人的基础上得来的,而这些能够革新的人,也正是当年努力学习旧知识的人。虽然说每个人都有全面发展的属性,但是这些从旧土壤中孕育出新果实的人,已经是具备全面发展特质的人了。所以从“筏喻”的视角来看,体育作为工具应该有以下几个层次。参与体育的人第一个需要舍弃的是完成动作的细节,也就是基本技术,进入参与竞争环节;其次要舍弃的是取得胜利的计

略,也就是基本战术,进入到享受与创造比赛的过程;再次就是要舍弃项目的形式,寻找到运动的本质;最后需要舍弃的是体育本身,去寻找事物的普遍联系。这一步步舍弃的过程,其实也就是人的全面发展的过程。

4 “筏喻”视角下体育与人的全面发展的演变过程

杨文轩教授认为体育核心素养要以实现“人的全面发展”为最终目的,符合马克思人类发展学说的终极目标。学校体育不仅要关注和培养学生的身体健康、心理健康、社会适应健康,更要重视和培养通过学校体育形成的解决现实问题的素养和能力,即“体育核心素养”^[11]。体育核心素养已经不仅仅能够解决体育领域内的问题,而是扩大到社会中其他领域问题和生活中遇到的问题。体育核心素养应该是从体育领域内产生,继而获得所有领域内通用的能力,这正好印证了事物之间的普遍联系,也是符合人类认知过程的。核心素养和人的全面发展有异曲同工之妙。本文认为体育在人的全面发展过程中有几个不同的阶段,而每一个阶段都有不同的“筏喻”现象。

4.1 动作技能习得——外部知识转变为自我意识

参与体育运动的首要条件是运动技能的习得,主要途径就是对外部信号的加工,不论是第一信号系统还是第二信号系统,都属于外部知识。如何才能从动作的泛化过程过渡到自动化阶段呢?神经科学认为,学习动作的过程首先是从方向、幅度等外在结构进行感知,通过模仿与反馈逐渐形成动作表象。然后在重复的练习和实践中开始修正、发展并创造属于自己的动作^[12]。衡量动作技能是否习得,主要看是否达到自动化状态,其本质应该是学习者已经发展并创造了自己的动作,这便是已经拥有了“自我认知”,之前储存的外部知识就会渐渐忘记。从“筏喻”的角度来看,这是一种舍弃,外部知识是我们用来发展自我意识的工具,一旦自我意识形成,外部知识就应当舍弃,这是我们学习第一个步骤,也是人的全面发展的第一步。

4.2 战略战术培养——从“我”的角度认识外界

体育教育的目的显然是不能止步于基本技术教学,学生要想从体育运动中获得更多的情感体验来提高自身对事物的认知,参与体育竞争是最好的路径。竞争是体育的属性之一,也是体育运动的价值体现。唐健认为,现代体育教育理论从以往片面地注重运动技能传授慢慢开始关注在参与体育过程中人的发展,无论是施加适宜的负荷使学生体质得到发展,还是在参与的过程中学生情感和精神面貌的改善,都对学生个人和社会具

有良好的促进作用^[13]。所以技能教学要放在更宏大的体育竞赛之中,学生从自己已有的认知,学会去观察外部环境,比如场地与器械、规则与制度、对手与队友等等。在技能学习中已经获得的初步自我意识就会根据外界环境调整,一步步地扬弃之后,学生对运动技能的认知达到一个新的境界,体育意识已经初步生成。从“筏喻”的角度来看,自我意识已经分崩离析,取而代之的是竞争意识,应当舍弃的是前期关于动作技能的“自我认知”,进入一个认识外部世界的过程。

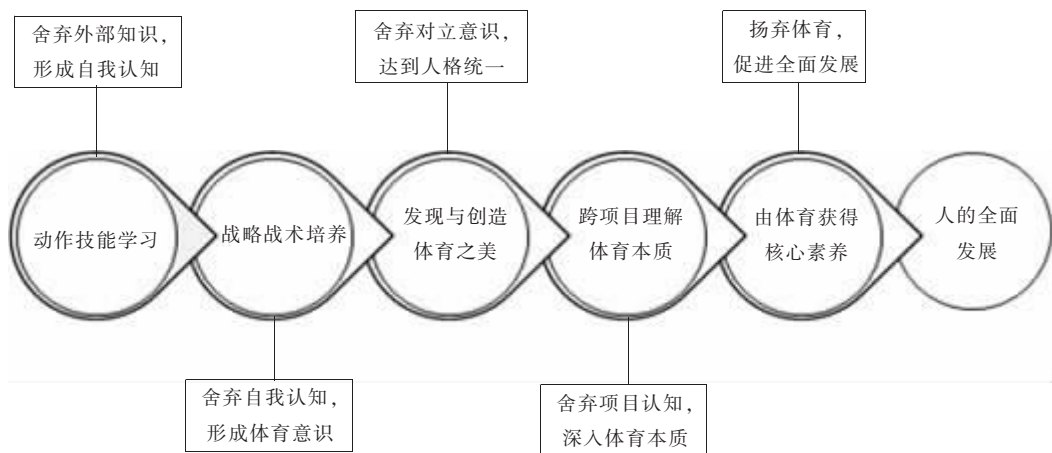


图1 体育促进人的全面发展不同阶段的“筏喻”过程

4.3 发现与创造体育之美——自我意识与外界统一

体育竞争的本质目的并不是为了战胜对手,而是通过竞争升华自我,这就是现代奥运会的宗旨:“参与竞争重于获取优胜”^[14]。世界顶级运动员们,通过高超的技艺征服世界,同时其在运动场上展现的美德更是深深地影响了现代人类文明进程。渴望胜利是运动员应有的素养,但是在竞赛中理解竞争、学会竞争更重要。运动竞赛中的所有元素是一个整体,包括竞争对手。在体育中,认识外部世界的过程是一个自我意识与外界统一的过程。当把比赛中的功利性抛下,而专注于创造与展现体育美的特质,胜利则只是副产品。如大家熟知的以巴塞罗那足球俱乐部为代表的艺术足球流派,集合众多足球大师为世界观众带来了视觉享受。经典的比赛往往可以造就一种

里程碑意义的事件,构成了特殊境遇下的典范时刻。足球竞技的至高境界是对戏剧原型的复制程序^[15]。需要指出的是,这种体育之美的展现并非只能在最高水平的比赛中出现,在基层体育或者学校体育竞赛中,也有很多运动员的表现超出竞争范畴,以一种更高尚的追求诠释体育。从“筏喻”的角度来看,运动员个人已经与外部世界紧密联系,“舍弃”个人与外部世界的对立关系,运用一切外部资源,创造属于自己的比赛,达到“人格”的统一。

4.4 跨项目理解体育本质——发现事物的普遍联系

事物是普遍联系的是马克思学说的观点之一,属性相同的事物其联系也更加紧密。在运动技能中,有一种现象称之为“技能迁移”,因为不同的项目之间,技术动作有很大的相似性,肢

体做动作就会自然而然地“拿来主义”。经常从事体育锻炼的人,学习陌生项目会比较快,其原因正在于此。以人的有限精力去学习、从事数量众多的运动项目几无可能,但是学习过几个项目就会发现其相似性,例如站立姿势、移动步伐等等。田麦久先生的“项群理论”正是通过总结体育项目之间的规律而得出的。体育从行为上是大脑支配身体去完成一系列的动作,它本质上是人类创造的游戏,竞争的双方不可独立存在而是相互依存,这便是“竞争平衡”理论的提出。参与体育固然能给人带来快乐,但优秀运动员不会沉迷其中,而是以更宽广的视野思考体育的本质,由一个或几个项目而发展到涵盖所有的体育形式,最终便能发现事物的普遍联系,体育才能真正成为一个人的核心素养。从“筏喻”的角度来看,此时的认知不再局限于眼前事物,而是学会归纳、演绎,由“一”到“多”再归于“一”,这个过程中,需要“舍弃”的不是某一具体事物。应站在更高的角度思考体育,体育项目的概念便融于“体育”之中,由此所生成的所有认知,便被吸收进新的认知系统之中。

4.5 由体育获得核心素养——人的全面发展

胡小明先生认为,随着时代的改变,生产方式和劳动价值都发生了翻天覆地的变化,体育与劳动的关系逐渐变淡,而在人们追求健康生活中越发重要。体育给人们带来的精神满足和人文关怀才是人们更深层次的需要^[16]。体育作为社会文化的组成部分,在人类精神世界中,与其他事物本质并无不同,比如体育运动的动作结构,都是朝着节省体能并且表现优美的方向发展;体育运动中形成的行为准则在社会中也具有普世价值。体育作为教育的一个分支,与其他学科的教育功能在本质上并无二致。比如动作技能教学中,学生通过模仿建立表象,再通过重复练习,形成具有自我特色的技术,这个过程锻炼了学生的身体、意志、自我学习能力、自我怀疑的科学精神等等;在集体运动项目中,学生要拥有服从大局、协同合作、尊重队友与对手的基本素养。由此可见,学生在参与体育活动中,不仅仅能获得体育运动带来的丰富情感,同时在体育中形成的思想观念和道德品质,也能深深映射到其他领

域,把在体育中的行为和方法运用到生活中,不断修正和调整,最终形成自己的人生观、世界观、价值观。从“筏喻”的角度来看,作为个体的人,已经进入到一个新的思想层次,他拥有解决现实世界问题和过上成功生活的能力,我们称之为“核心素养”。这种素养是已经吸收了他从体育中收获的能力,并综合了其他人生阅历获得的。体育素养便从这更宏大的背景中消失了,也即“舍弃”。这样的人,本文定义为全面发展的人,这个过程就是人的全面发展过程。

参考文献:

- [1] 吴向东.论马克思人的全面发展理论[J].马克思主义研究,2005(1):29.
- [2] 陈学明.马克思的人的全面发展理论与当代人的生活取向[J].复旦学报:社会科学版,2000(2):17.
- [3] 赵卫.对马克思关于“人的全面发展”涵义的重新理解[J].哲学研究,1990(4):18.
- [4] 王建军.筏喻的课程观:课程概念的演变与趋向[J].华东师范大学学报:教育科学版,2009,27(1):33.
- [5] 邓树勋.运动心理学[M].北京:高等教育出版社,2009.
- [6] 季浏.体育心理学[M].北京:高等教育出版社,2006.
- [7] 尹博.重塑人文体育理念促进人的全面发展[J].体育文化导刊,2005(6):22.
- [8] 解忍,张晓丽,李晓栋.运动伦理与生存伦理的临界点:体育矛盾再反思[J].河北体育学院学报,2018,32(3):69.
- [9] 陈青,于振峰.论体育与人的全面发展[J].西安体育学院学报,2000(S1):84.
- [10] 茅鹏.论步幅——张培萌的步幅嫌小吗?[J].体育与科学,2013,34(6):37.
- [11] 杨文轩.论中国当代学校体育改革价值取向的转换——从增强体质到全面发展[J].体育学刊,2016,23(6):1.
- [12] 刘洪广,刘洁.人类运动技能学习的脑机制[J].西安体育学院学报,2006(1):123.
- [13] 唐健.人的全面发展理念下的学校体育改革[J].体育学刊,2005(2):82.
- [14] 张洪潭.参与竞争重于获取优胜[J].体育与科学,2000(3):1.
- [15] 路云亭.数学与魔术的融合:艺术足球的审美维度

[J]. 体育与科学, 2013, 34(4): 39.

育文化属性的皈依[J]. 体育文化导刊, 2003(3): 3.

[16] 胡小明. 新时期体育社会功能的转变——三论体

The Sports View of “Raft Metaphor”: A Tool Theory from Sports Skills Learning to Man’s All-round Development

SUN Xu-jing¹, FU Jie²

(1. Department of Basic Subjects, College of Information and Business, Zhongyuan University of Technology, Zhengzhou 451191, China;

2. Department of Public Education, Xinlian College, Henan Normal University, Zhengzhou 451464, China)

Abstract: By studying the role of sports in promoting the all-round development of human beings, it is found that with the continuous improvement of learning level, the old cognitive structure is constantly replaced, and the understanding of things is going to the essence step by step through the continuous “abandonment” of the external form. This phenomenon coincides with the allusion of “raft metaphor” in the Diamond Sutra. It is believed that the all-round development of human beings is a process of continuous improvement of ideological level, and sports and other disciplines play a role together. According to its unique laws, there are five distinct stages in the overall development of human beings, each of which has the phenomenon of “abandoning law” mentioned in “raft metaphor”: abandoning external knowledge and forming self-consciousness in the acquisition stage of sports movement skills; abandoning self-awareness and forming sports consciousness in the training stage of strategy and tactics; abandoning the sense of opposition. and achieving personality Unity in the stage of discovering and creating sports beauty; abandoning sport item cognition and deepening the essence of sports at the stage of understanding the essence of sports; sublating sports to promote all-round development at the stage of acquiring core literacy.

Key words: all-round development of human beings; “raft metaphor”; movement skills; strategy and tactics; beauty of sports; essence of sports; core literacy