

体育哲学

纵横谈

周志武 宋子英 朱鲁路



YU-ZHE XUE ZONG HENG TAN TI

人民体育出版社

体育哲学纵横谈

周志武 宋子英 朱魯路

人民体育出版社

内 容 提 要

《体育哲学纵横谈》是一本将哲学原理与体育运动紧密联系起来的具有特色的著作。此书运用马克思主义的哲学原理，分析体育实践中的诸多问题；以体育运动中的多种典型事例，说明辩证唯物主义和历史唯物主义的一系列基本观点。书中内容丰富广泛，既有理论的阐释，又有知识的介绍；既有体育比赛的生动描绘，又有体育实践经验的总结和概括；既浅谈“三论”（系统论、信息论、控制论）在现代体育中的运用，又深入浅出地表述古代的一些至理名言（如“兵贵神速”、“大意失荆州”、“牵一发而动全身”等）在体育运动实践中的体现。可供广大运动员、教练员、体育工作者、哲学工作者阅读，也可作为体育院校（系）、体校进行哲学教学的参考书。

体 育 哲 学 纵 横 谈

周志武 著 王 亮 宋 晋 路 译

人民体育出版社出版发行

广西桂林印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张6.5 字数140千字

1990年9月第1版 1990年9月第1次印刷

印数 1—3000

ISBN 7—5009—0652—8/G·622

定价：2.20元

目 录

- 一 运动员需要学点哲学…………… (1)
 - 从一篇充满唯物辩证法的讲话谈起
- 二 气功神奇, 并不神秘…………… (7)
 - 世界是物质的
- 三 丰富多彩的体坛…………… (12)
 - 物质世界的多样性
- 四 飞箭动还是不动? …………… (16)
 - 运动与静止是辩证统一的
- 五 排球快攻技术“三差”的奥秘…………… (20)
 - 时间和空间是物质运动的存在形式
- 六 “兵贵神速” …………… (23)
 - 时间的不可逆性
- 七 女排是怎样夺得第一个金杯的? …………… (27)
 - 意识的能动性
- 八 “牵一发而动全身” …………… (31)
 - 事物的普遍联系
- 九 信息是现代体育发展的重要动力…………… (34)
 - 事物存在和发展是有条件的
- 一〇 9 2 : 9 2 …………… (39)
 - 事物都是一个系统
- 一一 “铁三角”的启示…………… (42)
 - 部分和整体

- 一二 女子体操运动员也要练舞蹈基本功…………… (45)
——物质运动形式的区别和联系
- 一三 体育运动为什么能延年益寿? …………… (49)
——物质运动形式之间的相互关系
- 一四 跳高技术的演变…………… (55)
——一切事物都在运动、变化和发展
- 一五 由科学训练某些环节所想到的…………… (59)
——客观事物运动是有规律的
- 一六 中国足球一度冲出亚洲的由来…………… (64)
——内因和外因
- 一七 技术发展与阵形演变…………… (68)
——矛盾是事物发展的源泉
- 一八 小个子能打大个子吗? …………… (72)
——相反相成
- 一九 强中有弱, 弱中有强…………… (76)
——矛盾双方相互渗透
- 二〇 “煮熟的鸭子” 怎么会飞了? …………… (79)
——矛盾双方的互相转化
- 二一 压力变动力…………… (82)
——再谈矛盾的转化
- 二二 从逆境中走出来…………… (85)
——矛盾斗争性的作用
- 二三 分析矛盾, 扬长避短…………… (89)
——客观事物都存在着矛盾
- 二四 短跑运动中的途中跑问题…………… (92)
——主要矛盾和次要矛盾

二五	攻守不可偏废	(96)
	——坚持两点论	
二六	一项特殊的规定	(99)
	——具体情况具体分析	
二七	“魔术师”的绝招	(101)
	——求同与求异	
二八	走自己的路	(105)
	——共性与个性	
二九	运动训练要适度	(109)
	——质和量是统一的	
三〇	一年三破世界纪录的人	(113)
	——质变以量变为基础	
三一	布阵不同, 结果不一样	(118)
	——排列秩序上的变化引起质变	
三二	袁伟民的公式: $6 > 6$	(123)
	——结构和功能	
三三	也谈“狼来了”	(127)
	——肯定因素和否定因素	
三四	运动技术发展的三部曲	(130)
	——否定之否定	
三五	常胜将军是没有的	(133)
	——事物发展道路的曲折性	
三六	为什么会出现“极点”?	(138)
	——原因和结果	
三七	铁元素的效应	(143)
	——因果联系的普遍性	

三八	广东队的实力和运气	(146)
	——必然性和偶然性	
三九	运动装与体育运动	(149)
	——形式和内容的关系	
四〇	“密谋”	(154)
	——现象和本质	
四一	出其不意, 攻其无备	(158)
	——再谈现象和本质	
四二	最多一半是先天, 一半是后天	(162)
	——实践是认识的基础	
四三	李宁吊环上的创新	(166)
	——实践出真知	
四四	海曼猝死之谜	(171)
	——世界是可知的	
四五	关于田径运动场的争论	(176)
	——实践是检验真理的唯一标准	
四六	受挫之后	(180)
	——失败是成功之母	
四七	大意失荆州	(184)
	——主观与客观的关系	
四八	虚假的奖牌	(188)
	——实事求是	
四九	偏重个人攻击的弊端	(192)
	——个人与集体的关系	
五〇	古今竞赛观念为何不同?	(195)
	——社会存在决定社会意识	

一 运动员需要学点哲学

——从一篇充满唯物辩证法的讲话谈起

亲爱的朋友，当我们谈到学哲学的时候，你有什么感觉吗？有的朋友说，我们搞体育的学哲学有什么用，不学哲学不是照样出成绩吗？言下之意，体育与哲学没有关系，运动员不需要学哲学。其实，体育运动与哲学的关系是极为密切的。体育运动中，处处渗透着哲学原理。运动员必须自觉地学点哲学，掌握一些哲学原理，特别是马克思主义的辩证唯物主义哲学。

为什么运动员需要学点哲学，掌握哲学原理呢？让我们先来回顾60年代初期，我国乒乓球队崛起的峥嵘岁月。1961年在北京举行的第26届世界乒乓球锦标赛上，我国运动员继容国团获得第25届男子单打冠军之后，又一举夺得男子团体冠军，庄则栋获得男子单打冠军，邱钟惠获得女子单打冠军。1963年第27届世界乒乓球锦标赛上，我国男队蝉联团体冠军，庄则栋蝉联男子单打冠军，张燮林、王志良获得男双冠军。然而，女子项目未能夺得金牌。这引起了体育界及广大群众的极大关注。为了使女队运动员解放思想，攀登世界高峰，乒乓球名将徐寅生，于1964年，到中国女子乒乓球队“放火”，给女运动员作了一次充满马克思主义唯物辩证

法的讲话。它启发和激励了女子乒乓球队，点燃了她们夺取冠军的奋斗之火。1965年4月，在第28届世界锦标赛上，女队打了翻身仗，一举夺得女子团体冠军，林慧卿、郑敏之获得女双冠军。

徐寅生同志当时讲话的题目是《关于如何打乒乓球》。这个讲话正如当时人民日报编者按语所评述的那样，是“充满辩证唯物论”的好文章。徐寅生同志讲的主要是打乒乓球的宝贵经验，而这些经验和教训却包含着深刻的哲理。

一、对待乒乓球训练的态度。他认为，练乒乓球也要和打仗一样，树立“敌”情观念，要了解我方和“敌方”的情况。胸怀祖国荣誉，心想国际对手。从实战出发，以严肃认真的态度对待训练和比赛。

二、在练乒乓球过程中，要处理好个人主观努力和学习别人经验的关系。主要靠主观努力，同时也要学习别人的经验。他小时候练乒乓球，由于条件差，主要靠自己去看，自己去看，自己去想，自己去闯。但也注意学习别人的经验，谁的那一套好，就去学谁的。他的许多技术是从别人那里“批发”来的，其中有傅其芳的，也有杨瑞华的……。

三、在训练和竞赛过程中，要正确解决有利条件和不利条件、特长和特短、进攻和防守、国内用和国外用的技术等各种矛盾。他认为运动员不能光练自己的缺点方面，特长反而练得少了，主要技术、特长，一定要紧紧抓住不放，反复练习，不断熟练提高；进攻和防守两个方面技术也要加强训练，不能为了加强防守而忽视了主动进攻；国内特长的技术和国外技术也要全面训练，以为国外技术在国内运用不多就不多练，就会慢慢地退下来，不能适应参加国际比赛的需

要。

徐寅生同志讲的这些问题，贯穿着辩证唯物论关于从实际出发，内因是根据，外因是条件，防止片面性，把握事物普遍联系等等原理。徐寅生心目中有唯物辩证法的科学世界观和方法论，而且在体育训练和竞赛中又善于运用，使他能够不断提高技战术，在世界大赛中多次处于不利的情况下，转输为赢。人们称他为乒坛上的“智多星”。第26届世乒赛男子团体决赛，由中、日争夺冠军，当中国队以1：2落后时，徐寅生对星野，徐在第一局又以17：21先输，处境十分困难。但徐寅生决心拼到底，争取主动，加强进攻，以21：14拿下第二局。第三局他继续奋战，以20：18领先。在关键时刻，星野退后防守，放起高球。徐没有操之过急，也没有手软，连扣星野反手，又攻其正手，再猛扣中路，连续十二大板，杀败了星野，为中国队获团体冠军立下汗马功劳。这十二大板，脍炙人口，长期传为乒坛佳话。

徐寅生《关于如何打乒乓球》的讲话，受到毛泽东同志的赞扬。1965年1月17日《人民日报》全文刊登了徐寅生对乒乓球女队的讲话，并发了编者按语。接着，《解放军报》、《中国青年报》、《体育报》等报刊也作了转载，并发表社论，给徐的讲话以高度评价和赞扬。当时，作为国家体委主任的贺龙元帅号召运动员学习徐寅生的讲话，学点马克思主义哲学。

既然，哲学与体育竞赛关系如此密切，那么，什么是哲学？哲学原理与体育运动到底有着怎样的联系呢？

哲学这个名称，在欧洲最初来源于古希腊文“爱”和“智慧”这两个词，原意是“爱智慧”。古希腊人之所以把

哲学和智慧联系起来，把哲学称之为智慧，这是同哲学的内容分不开的。在古希腊哲学与科学尚未分化，它们处于浑然一体之中，哲学就是科学，科学就是哲学。哲学的范畴包括现在讲的关于世界观的哲学知识，以及其他研究世界各个具体领域的物理学、数学、逻辑学、伦理学等科学知识。当时，哲学是一切知识的总汇。人们接受了哲学，也就懂得整个世界以及具体事物的道理，使人变得聪明起来，有了智慧。在我国的汉语中，“哲”字也有使人聪明，给人以智慧的含义。古书云：哲者，智也，通理也。哲学就是一门使人聪明的学问。懂得哲学的人，称为“哲人”。

到了近代，自然科学和其他具体科学从哲学中陆续分化出来。自然科学、社会科学等具体科学研究的对象是世界某一领域的特殊规律。哲学是建立在这些具体科学的坚实基础之上的学问，它研究的是世界物质和精神的普遍规律。哲学就是世界观的理论体系，是理论化，系统化的对世界总的看法。真正的哲学是时代精神的精华。

世界观是人人都有的，但不能说人人都有一个哲学体系。每个教练员、运动员进行体育训练，参加各种竞赛，天天同周围的事物打交道，由于经验的积累，文化的熏陶，理论的学习，逐渐形成含有哲理因素的观点，形成对整个世界的总的看法。但是，教练员、运动员在日常生活中的根本观点，往往是自发的，零碎的，不系统的，而且缺少科学论证。因此，还不能形成哲学体系。哲学家们对人们关于世界的自发的朴素的根本观点，加以系统化、理论化，才形成我们所说的哲学。

哲学所要回答的是整个世界最根本、最普遍的问题，诸

如：世界的本原是什么？是物质的还是精神的？世界上一切事物是运动、变化、发展的，还是孤立、静止、不变的？世界万事万物的发展是杂乱无章的，还是有规律的？事物运动、变化、发展的源泉是什么？人们能不能正确地认识世界和改造世界？怎样才能认识世界和改造世界？等等。又如：体育训练和竞赛要不要从实际出发？训练和竞赛过程中怎样处理理论与实际，主观与客观，个人与集体，思想与业务的关系等等，对这些问题总的看法，也就涉及了世界观问题。

哲学是随着时代的发展而发展的。马克思主义哲学之所以站得高、看得远，成为人民群众指导实践的伟大认识工具，改造世界的思想武器，因为它是历史上一切唯物论和辩证法哲学发展的最高成果，是建立在有史以来人类先进文化基础之上的，是唯物辩证的自然观和社会历史观有机统一的科学理论体系。这种理论体系也是随着人类实践的前进而不断发展的。

体育与哲学是相互区别，又是相互联系的。体育是以身体练习为基本手段，以增强体质，提高运动技术水平，丰富社会文化生活为目的的一种有意识有组织的社会活动。哲学是自然知识、社会知识和思维知识的概括和总结。它以具体科学为基础，离不开具体科学，而体育科学就是具体科学的一个组成部分。体育科学是对体育教育、竞技运动和身体锻炼等经验知识的概括和总结。马克思主义哲学的辩证唯物论就是以大量的具体科学，包括自然科学，以及体育科学等科学所提供的丰富材料，加以概括和总结的成果。

体育也离不开哲学。哲学给体育提供世界观和方法论

的指导。首先，体育科学研究要以哲学为指导。马克思主义哲学所揭示的自然、社会和人类思维的一般规律，具有普遍意义。它可以为其他具体科学，包括体育科学提供正确的思维理论和研究方法。因为，具体科学研究总是自觉或不自觉地向某种哲学为指导，问题是以唯心论和形而上学，还是以唯物论和辩证法。

再者，体育运动训练也要以哲学为指导。体育运动是运动员这个主体和运动作用的对象这个客体的矛盾运动过程。这个过程存在自身固有的规律，认识、运用它，需以哲学为武器。真正的哲学启发人的智慧，开阔人的视野，更新人的观念，使之掌握事物变化的规律。马克思主义哲学作为世界观和方法论，是体育运动训练的指南。有的运动员虽然没有学过辩证唯物主义哲学原理，但他们在运动实践中，自发地遵循着辩证唯物论进行训练。尤其是那些有成就的运动员，他们注重实际，注重防止片面性，因而屡创佳绩。徐寅生在60年代成为一代名将，就是他自觉地在乒乓球运动训练和比赛中运用辩证唯物论的结果。

赛场竞技充满哲理，胜负转移饱含辩证法。如果我们的运动员能够自觉地学习马克思主义哲学，在体育运动的训练和比赛中自觉地以辩证唯物论为指导，于胜利与失利中进行反思，总结自己实践中的辩证法因素，克服唯心论和形而上学，那么，在体育科学研究中，以及体育运动训练和比赛中，必然会有大幅度进步，取得更好的成绩。

二 气功神奇，并不神秘

——世界是物质的

世界的本原是什么，是物质还是精神？这是一个既古老，又新颖的问题。唯心主义说，世界的本原是精神；唯物主义说，世界的本原是物质。人类社会实践经验和科学发展证明，唯心主义的观点是错误的，唯物主义的观点是正确的。

但是，当人们见到气功这个无形的东西在神州大地蓬勃发展起来的时候，又不禁要问：气功到底是什么东西？是物质，还是精神？有些人认为是某些神秘的精神力量。他们的理由是，气功师发功以后，产生一种“外气”，它能防病治病，具有无形的神奇力量。它看不见；摸不着，其本质上就是一种神秘的精神在起作用。

不可否认，“气功”确具有神奇的威力，每当气功师发功，受功者便会不同程度地感受到一种无形的力在体内外涌动，以致产生奇迹……

湖北省南漳县有一位教师，叫胡宪民，患颈椎病两年，行动不便，四处求医无效。1986年9月13日，他到武汉市“十二手点穴气功”学习班，接受气功师李汉明的外气治疗。李在距离他几尺远处，双手对着他发放“外气”，胡当即感到颈部发热、手臂发麻、额头冒汗。少许，两年来未曾

抬起的右手，徐徐扬起，原来僵直的头颈也能灵活转动。在场一百多人惊叹不已。

四川省气功科学研究会理事，南充市气功科学研究会气功师李伟彬，1986年11月3日下午，在南充市新生街一间平房里给一位半部偏瘫的中年妇女治病。这位妇女站在房中央，李伟彬站在距妇女一米左右的地方，抬起右手，对着妇女的后颈部轻轻拨动手指。几分钟后，妇女的身体突然象被一根无形的绳索牵拽一样，开始左右轻轻摇晃起来，接着她的手和脚也开始渐渐晃动，并且幅度越来越大。半小时后，妇女大汗淋漓；50分钟后，奇迹出现了，妇女弯曲萎缩的手指伸张开来，并能越过自己的头顶摸到自己的右耳。前来观看的群众大为惊叹：“太神了”，“简直不可思议”。

1987年3月，我国大雁气功大师、中国气功研究会名誉理事，92岁高龄的杨梅君老太太率徒专程到桂林传功。一日，桂林日报记者龙丽芬在采访杨老太太时，杨老太太合拢五指成爪状，在距她的掌心几寸之处，略略转动，龙立刻感到整个手掌象有一股热流穿透，另两人也把手伸过来放在她的手背后，这股热流竟穿透了三只手掌。据说，在广州，杨老太太将两只手掌心分别贴在两个人的掌心，那二人顿觉飘飘然，似有股气推着走。杨老太太不但传功，还用气功给人们治病。1979年，杨老太太在北京宣武区公园，一个早上就为108名病人发气点穴。许多慢性病患者和疑难杂症患者曾被她用大雁气功治愈。一时间，“杨神仙”誉满京华。

气功能防病治病，具有无形的神奇的力量，不是现在才发现的。在我国古代许多医学和哲学的书籍中，就能找到练习气功的记载。如二千年前的一部中国最古老的医书——黄

帝《内经》上就写着，“肾有久病者，可以寅时面向南，净神不乱思，闭气不息七遍，以引颈咽顺之，如咽甚硬物。如此七遍后，舐舌下津无数。”这就是古人用气功治病的方法。

气功之所以能产生许多对人体有利的效应，从而防病治病，首先在于气功主要是对大脑的锻炼。通过练功，使大脑处于特异的气功功能状态。在气功功能态中，大脑额区能量集中，功能发生质变：它一方面可直接促进大脑各中枢之间的配合和协调，另一方面，又可通过丘脑而与下丘脑接通，便转向身体的内部环境。下丘脑是植物神经中枢，有关身体内部环境的信号，可从下丘脑通过丘脑传到专管意识活动的前额区；而前额区也可发挥意识的内在作用，通过丘脑，反馈影响于稳定内环境的下丘脑，导致内脏器官的高度协调活动，从而增强抗病能力，维持正常的生命过程。

其次是由于作为生命的信息的人体真气在起作用。通过练功，在意识的内作用下，人体真气得到充分的激发和加强，它不仅能在体内运行，以作用于自身的生理机能，还能向体外释放，以作用于患者的病变组织，控制和调节各种功能，使病变组织得到修复和调整，使各脏器组织相互联系、制约达于平衡。气功能使人体系统的有序化大大提高，以保持整体协调的健康功能状态，所以对病人或自身都能产生治病健身的效应。

气功是一种练气的功夫。所谓练气，就是指锻炼人体内部的“元气”。这个“元气”以现代医学来说，就是人体对疾病的抵抗力，对外界环境的适应力，机体内的病损修复力的综合。它有其物质基础或物质内容。1978年3月，上海中

中国科学院原子核研究所顾涵森与上海气功研究所副所长林厚省同志合作用现代科学仪器手段初步测试出运气疗法中“外气”之一是受低频涨落调制的红外辐射。证实了气功者发射了带有信息的红外电磁波。第一次证明了“外气”的物质性。科学论文发表在《自然杂志》1978年5月的创刊号上，题目是《探测气功运气疗法物质基础的初步实验结果》。这一实验结果在国内外引起了很大反响，长期戴在气功头上的“迷信”、“巫术”等帽子从此彻底被摘掉了，为我国气功事业发展做出了重大贡献。

近年来，林厚省同志又与他人合作研制出世界上第一台“红外信息气功治疗仪”。这一仪器象录音机一样，可把气功师发放的“外气”，收录在一盘盒式磁带上，然后再放出来，能同时为几十个病人治病，并已取得一万多个有效病例，进一步证实了气功师发出的“外气”是物质的。世界上事物的具体形态，光怪陆离，绚丽多彩，有宏观世界的日月星辰、雷雨霜雪、巨川大江、高山深谷、花草树木、鸟兽虫鱼，以及人类建造的高楼大厦、火车轮船等等；也有微观世界的原子核、电子、中子、质子、层子等等。总之，无论是看得见的有形实体，还是看不见的无形实体，都是物质的具体形态。恩格斯说：“实物、物质无非是各种实物的总和，而这个概念就是从这一总和中抽象出来的”^①。

物质的唯一特性，就是客观实在性。这种客观实在是离开我们的意识而存在的，又是可以为我们所认识的。列宁指出：“物质是标志客观实在的哲学范畴，这种客观实在是人

^①《马克思恩格斯选集》第8卷，第556页。