



# 从健美的身体到专项化的身体:现代体育竞技的身体美学反思与超越

温海博,张震\*

**摘要:** 体育竞技不断发展,其蕴含的美学价值也愈发受到关注。然而,作为体育竞技美学价值这一场域的本源——身体,却逐渐专项化,体育竞技中身体形态的整体美与运动技术的表现美变得畸重畸轻,这也使整体多元之身体美走向失衡与扭曲。运用文献资料法、逻辑分析法,结合中西方身体美学的研究,分析现代体育竞技中身体美被忽视与扭曲的原因,通过对古希腊“健美之身体观”以及舒斯特曼笔下灵性身体场域的分析,提出“充满灵性的健美之身体”,而这一场域的本源即高度敏锐身体自我意识与健美体形结合所形成的身体本身,补足了被现代体育竞技所异化的本应是整体多元之身体美。

**关键词:** 健美身体;身体美学;现代体育;体育异化;具身仪式

中图分类号:G802 文献标志码:A 文章编号:1006-1207(2023)03-0046-08

DOI:10.12064/ssr.2023010701

## From Fit Body to Specialized Body: Reflection and Transcendence of Body Aesthetics in Modern Sports Competition

WEN Haibo, ZHANG Zhen\*

(School of Physical Education and Health, East China Normal University, Shanghai 200241, China)

**Abstract:** With the continuous development of sports competition, its aesthetic value has attracted more and more attention. However, the body, which is the source of the aesthetic value of sports competition, has gradually become specialized. The general beauty of the body shape and the performance beauty of sports techniques in competition has become disproportionate, which leads to the imbalance and distortion of the overall diversified body beauty. This study uses the methods of literature review and logical analysis, combined with the researches on body aesthetics in both China and the West, to analyze the reasons for the neglect and distortion of body beauty in modern sports competitions. Through analysis of the ancient Greek "bodybuilding concept" and the body awareness described by Schusterman, the study proposes the idea of "a Body of Mindfulness and Somaesthetics", the origin of which is the body itself formed by the combination of a fit body and a highly sensitive body self-awareness. The idea makes up for the integrated and diversified body beauty alienated by modern sports competition.

**Keywords:** fit body; body aesthetics; modern sports; sports alienation; embodied ceremony

古希腊奥林匹克运动崇尚健美的身体,希腊人将此身体比作世间最美好的形象<sup>[1]</sup>,为了获得这种象征着完美比例、对称、秩序<sup>[2]</sup>的形态而参加体育竞技与训练,不断锤炼身体。艺术史家丹纳说:“在会场上,那些健美发达的裸体,开始了角斗、拳击、掷铁饼、竞走和赛车……他们甚至把肉体的完美看作是神明的特征。”<sup>[3]</sup>竞技运动追求的绝非仅仅是某个专

业项目规则内的优胜,其更高的价值是身体的健美甚至肌肉比例的完美,也唯有这种身体能够接近神明。反观现代奥林匹克的体育竞技,更像是相关国家、族群或地区的组织机构筛选具有某些特殊身体天赋的人,经过专项化训练后开展的一场场基于某个专业项目规则的特定锦标化表演,身体自身的审美形态反倒被遗忘了。譬如:举重选手的粗短身材、

收稿日期:2023-01-07

基金项目:国家社会科学基金青年项目(18CTY002)。

第一作者简介:温海博,男,硕士研究生。主要研究方向:体育教育与训练学。E-mail:wen17664009094@163.com。

\*通信作者简介:张震,男,博士,副教授,硕士生导师。主要研究方向:体育哲学与体育史。E-mail:ziv12001@sina.com。

作者单位:华东师范大学 体育与健康学院,上海 200241。



长跑运动员异常干瘦的身形与畸形的双足、网球运动员异常的双肘赘物(滑膜炎所致)等。这些运动员所呈现出的身体形态属于专项化的身体,即在竞技运动项目特征和比赛规定下产生的身体形态。有观点认为,健美运动员夸张和畸形的肌肉也是一种美,是一种小范围的审美。然而,体育竞技的根本旨归并非仅仅是追求某个项目规则下的不断超越,而是人整体性的超越,全体人的超越。更重要的是,体育竞技引领大众对于美的观念,经常成为全社会的风尚。在这一逻辑下,畸形的专项化身体真的是美的吗?体育的美究竟应该是自然的身体内在超越还是反自然的外在超越呢?基于此,在体育与美育融合的时代背景下,本文运用舒斯特曼身体美学的方法论,对现代体育竞技中专项化的身体图式作出哲学反思,探究体育审美的本性,尝试为现代体育寻求一条反抗异化的身体美学路径。

## 1 整体多元之身体美的本体论哲学共识

### 1.1 古典主义中身体美的整体多元性

黑格尔指出,美是审美主体对于审美对象的觉知,而自然界最美的形象是人体,人体之美优越于动物,是因为心灵在特有的人体结构里实现了自然生命的完整概念,因为人体所体现出的无限和自由的“理念”比动物要充分,所以更完满地体现了生命的观念,更有生气的扩张<sup>[4]</sup>。而作为自然界中最美的形象,身体之美是从身体主体出发,探讨身体和与之相关的审美现象。这首先要让身体成为身体自身,不能再被分割为不同的美的领域中的一个碎片,而是要独立出来,显示为完整的有机的身体<sup>[5]</sup>。舒斯特曼笔下的身体美学则是将身体作为感性审美欣赏与创造性自我塑造的核心场所,进行审美体验与应用的实用主义美学,这无不强调了身体是身体欣赏中的主体。黑格尔认为,希腊是西方文明的精神家园,充满了青春的新鲜活力,而这种青春在“感官的现实世界里呈现为‘肉身化的精神’(incarnate spirit)和‘精神化了的感官性’(spiritualized sense)——这种‘统一’是从‘精神’发生的”<sup>[6]</sup>。因而,作为体育竞技最早诞生地的希腊,其内在精神的肉身化部分即是奥林匹克精神。希腊人崇尚感官上的健美肉体 and 强大肉体内蕴藏的崇高理想,他们想象中精神的最高形式是阿基里斯和亚历山大。阿基里斯是荷马史诗里的理想青年,而亚历山大是现实世界的理想青年,这段“青春史”共同构成了古希腊人所崇尚的古典奥林匹克精神。所以,奥林匹克的兴盛也正是这段“青春史”的必然逻辑,同时也是人从自然中分离出来成为自

然的对象而最终异化的结果。奥林匹克英雄们狂放的肉体便是自然精神异化的产物,不再用于捕食,而是审美的肉体。运动者用他们自然的身体来对付“自然”。黑格尔认为,角力、赛跑、投掷这类游戏的本质虽然不是防卫或捕食这样的“正经事务”,但它是更高级的正经(higher seriousness),因为在游戏中间,自然被加工制造为“精神”,通过身体的锻炼,人类显出了他的自由,他把他的身体变成“精神”的一个器官<sup>[6]</sup>。由此可见,体育作为一种人类按照自我目的改造培养身体主体的有意识的自觉活动,在诞生之初就与身体审美欣赏关系密切。在以身体为主体进行的审美欣赏中,体育竞技中运动的身体是一个独特且具有巨大审美价值的场域。

### 1.2 中国体育美学中身体美的整体多元性

目前的体育美学研究非常重视身体主体性的探讨,其中以体育竞技为审美对象的美学反思,归根结底是对体育竞技中身体形态的整体美、技术动作的表达美和运动精神美为特征的整体多元的美。体育美学在中国兴起于20世纪80年代中前期,当时的社会经济文化整体水平较低、体育理论的欠成熟而难以支撑其超前发展,于90年代陷入低潮<sup>[7]</sup>。经过三十多年的发展,我国体育美学研究主要聚焦于3个领域。

一是体育美学本源的研究即体育美本体论认识研究,体育中的身体美由胡小明首次提出,他认为身体美是现实生活中的一种美,是生命活动有机体表现出来的动态变化之美,是有层次贯通、充满生机的整体之美<sup>[7]</sup>。1987年,中国体育理论学会就体育美的本质、具体形态、体育美感以及不同运动项目的审美特征等诸多理论问题进行了学术探讨<sup>[8]</sup>。近年来我国学者站在不同的方向对体育美学的本质与基本问题进行了探讨与分析,研究涉足多领域,虽没有对体育美学本体论确定的认识,但得出了一个体育美学本体论认识的途径,即体育中运动的整体多元之身体美。

二是针对体育美学学科的构建以及体育美学对学校美育的意义。胡小明所著的《体育美学》对于体育美学学科建设影响巨大,我国相关学者也进行了积极有益的推进拓新。冯晓丽等<sup>[9]</sup>认为体育美学的发展经历了构建理论体系、普及与发展、深化理论研究与应用研究3个阶段,并提出相关展望。以身体美为本源的体育美学本体论研究在学校美育中展露出极大的潜力,完善了人的整体性和跨学科研究能力。马鲁生<sup>[10]</sup>提出:为了深化体育美学的研究,体育美学



研究需要在文化哲学层面得到理论支撑且要脚踏实地,直面体育运动实践。体育本身是一种实践活动,只有将其投入具体的运动训练实践中,体育美学才能真正落地实践。基于此,体育美学本体论认识的研究要回到身体美这一本源上,而蕴于身体美中的体育美学最大特征即体育中运动的身体所表现的整体且多元统一的美。

三是体育美学对体育竞技实践的具体分析,即利用体育美学的基本原理对具体的体育竞技实践进行分析,从而作出有利于指导实践的研究。该领域的研究回到了体育中运动的身体所表现的美,无不围绕着体育美学中整体多元身体之美这一最大特征。如:姚侠文等<sup>[11]</sup>研究了技能类难美项群美学特征,主要包括竞技体操、技巧运动、跳水、花样滑冰、武术等10个竞技体育项目的美学特征,并确定了难美技能类运动项目共同和不同的美学特征,主要分为3个方面:一是在各项运动中所展现出的身体的整体美;二是运动过程中身体与各项运动特有的技术结合所表达出的美,即对于运动技术的表现美;三是内隐于运动中,表现于整个过程的精神美。赵歌<sup>[12]</sup>通过结合哲学、美学等学科对跳水运动进行哲学探讨和美学思考,并对跳水的美学阐释进行定义,首次将美学基本理论与国际跳水评分规则相结合,分析未来跳水技术发展的方向和趋势。可见体育美学对于具体体育运动实践的发展具有极强的推动力,为了深入研究武术套路的审美及艺术表现问题,邱丕相<sup>[13]</sup>分析探讨了武术套路的技术特征、美学特征与艺术性,认为应该多维一体地分析武术套路的审美。这种浑然性、整体性的分析在《足球运动蕴含的体育美学意义》中也有所表述,作者认为足球运动美全方位体现了体育美学,强调了足球运动美在体育美学研究中所处的特殊地位,即足球运动具有整体性<sup>[14]</sup>。任何一种运动都具备整体性与多元性,而这种审美特性都集中体现于体育中运动的身体这一场域中。

综上,无论是运动员还是观众,都可以被称为审美主体,那人们欣赏、审美的是什么?无非是身体的形态美,运动技能的表现美以及运动时的精神美,这些美的多元展现都集中于身体这一运动的整体中,这些美在身体场域中的一元性和不可拆解性正体现了身体美的多元整体性。

## 2 从健美的身體到专项化的身體之反思

### 2.1 充满灵性的健美的身体的追问与追求

身体之美的多元整体性本应在体育竞技场域中由顶级竞技运动员的身体带来最直观、最完整的表

达。但这种审美体验在现代体育竞技中是拆解的、分离的。回想一下,观看一场公园里随机组成的篮球赛,也能给予人们审美体验,但这明显同个体观看奥运会赛场上如火如荼的篮球赛所带来的审美体验的层次有所不同。并不是说公园路人赛所带来的审美水平较低,而是在竞技赛场上的体育运动往往能带给我们更加丰富、完整以及深刻的体育审美感受,而这种审美感受最直观的是运动场上体育竞技运动员的身体。竞技场上的运动身体所表现的形态美与技能表现美本应是在其运动领域的顶尖形态,遗憾的是,在现代体育竞技中身体这一场域的异化,使得身体形态的整体美和运动技术的表现美出现了失衡,身体美的多元整体性被扭曲、忽视。经过锦标化与专项化改造的现代竞技体育,运动的身体形态也可以称为:为了获取荣誉与金牌的最佳工具。奥运会作为体育领域最盛大的赛事,其所带来的宣传与教育意义是巨大的,然而这种被异化了的身体审美却被扩张映射到其他审美领域,变成了一种不平衡,使大众盲目追寻的美,而这种专项化的身体形态是真的美吗?我们不禁要反思到底什么才是真正健美的身体。

在哲学与美学漫长的发展历程中,人们对于身体美的关注与追问很早便开始了,要讨论什么是真正美的身体,不妨先回溯古希腊的“健美身体观”。古希腊人所崇尚的健美的身体是象征着比例、对称、秩序的身体形象,这样的身体充满神性,即完美的、令人崇敬与信仰的身体形象。虽然无法真实看到他们健美的身躯,但通过雕塑、文学艺术作品也可窥测一斑。人们欣赏《掷铁饼者》时,无不被其展现的身体力量以及优美的运动技术表现所折服。古希腊对身体美的推崇是普遍存在的文化现象,他们拥有对身体美不同寻常的感知力与理解力,他们认为真正健美的身体是自然的、多元的、身心和谐统一的,为了追求这种健美的身体,将这种身体美的训练融入日常生活。即使是竭力要把人的感性欲求引向神性境地的柏拉图,也并没有对身体之美置之不理,他曾说过:“最美的境界在于心灵的优美与身体的优美谐和一致,融成一个整体。”<sup>[15]</sup>可见,古希腊人对于身体美的追求是多元统一的,而健美的身体就是最直观的表现,为了追求这种健美的身体,一个最重要的途径便是体育运动。

古希腊人通过体育运动训练实践不断完善自我,通过追求神性完美的身体,培养人的精神与美德,从而达到身心协调。古希腊人对于运动员的关注要远逊于对体育运动的关注,视体育运动为完善自我的方式、方法和途径。换句话说,对体育运动的关



注就是对在运动实践过程中的身体的关注,这种对于身体的关注和培养与舒斯特曼身体美学中对身体主体的关注与身体意识的培养十分契合。舒斯特曼身体美学关注的是“充满灵性的身体是感性欣赏(感觉)和创造性自我提升的场所,批判性研究体验身体的方式,探讨如何改良和培养身体”<sup>[16]</sup>。舒斯特曼将身体美学分为3个维度:分析的身体美学、实用的身体美学、实践的身体美学,并认为身体美学的本质是对身体感知的关注与把握并倡导大众将身体外部注意力转向身体内部的感知与经验中。笔者认为,这种通过持续关注身体感受,提高自我身体意识,并且寻找最适合自身身体的培养与改良方式的过程是对何为真正健美身体的追问。而这里所说的健美的身体绝不单单指拥有健美运动员般发达肌肉的身体,而是从身体美学的实践维度分析,即健美身体是通过各种身体训练实践(可以是表象性、体验性、表演性的模式)塑造身体,并且通过培养提高自我身体意识,从而达到身心的和谐统一。为了获得健美的身体,需要进行各种身体训练实践,而这一过程既表现了身体美学的表象性,又表现了费尔登克拉斯以及亚历山大技法的身体训练或凝神冥思<sup>[16]</sup>,通过追求表层形体的变化最终收获了内在的感知,丰富了训练者的体验感受。虽然是针对身体表象进行的训练,但却十分关注体验层面的敏锐感知,比如有氧训练中达到最佳减脂效率的心率,力量训练中的肌肉泵感、拉伸与收缩感,甚至是训练过度时的疲惫感以及训练时的愉悦感。这种在身体训练实践活动中产生的高度的身体自我认识,不仅能在实践中真正认识自己的身体,还能带来精神上的愉悦和提升。需要强调的是,在追问、追求健美的身体时,都是以“我”为中心,从自身维度出发,不是为了使“我”成为谁,而是通过这种对身体的关注、培养与改良,使“我”成为“我”。在肌肉感知的自我塑造乃至创造过程中,让美自然显现、迸发出来。

身体作为一个独立且分离的场域,在其构成与发展的过程中与其他个体身体所形成的场域以及各类环境持续不断地发生交互。而提高身体意识,有助于完善与改良自我,在提高身体意识并不断追问与追求健美的身体的道路上,最重要的是各类身体训练实践,当以体育运动中的身体为审美对象时,最不容忽视的就是体育竞技所形成的场域以及其带来的审美体验。早在古希腊时期,体育竞技的诞生之初,它就是古希腊人民为了达到“理想的人”的追求方式<sup>[1]</sup>。高度的身体意识使他们对自身身体拥有空前的关注,古希腊各个城邦均把公民所具有的强壮的体魄

和健美的身躯看作自然界中最美的形象,高尚的灵魂和精神以及好的德行均集中体现在美的形体之上<sup>[17]</sup>。就像希罗多德《历史》中记载:“哦,马尔多尼奥斯,你将我们带到了什么样的对手面前啊,他们为了美德不是金钱而战。”<sup>[18]</sup>身体的本真意义在古希腊城邦中得到诠释与表达,公众在为戴桂冠的人欢呼时,这些健美的身体也被牢记与赞颂,他们认为这些健美的身体不仅表现了其外在的形象,更表达了一个人品德的高尚。在体育竞技中身体形态整体美、运动技术表现美和运动精神美是一元的、整体的、不可分离的。而古希腊人进行体育竞技就是为了获得这种既拥有健美的身躯又拥有高尚品德的活的充满灵性的身体,现代体育竞技却逐渐忽视扭曲了身体美,丧失对身体美的关注,引领人们关注运动员如何打破纪录。这种对健美身体的追问与追求在人们对荣誉和金钱趋之若鹜的追赶下变得黯淡。现代运动员受到的空前关注使得现代竞技运动的审美出现了失衡,从运动员选材开始,为了获得专项化的身体,已将身体异化为夺取奖牌、获得优胜的工具,身体高度的专项化,失去了身体形态的整体美。为了突破纪录疯狂追求极限,从而诞生出许多与奥运格言相违背的行为。如何骗过裁判和对手,成为了某些运动员的必修课,这种行为扭曲了运动技术的表现美,有些甚至不惜将手伸向违禁药物,这恰恰也与运动的精神美背道而驰。身体作为一种场域,持续不断与周遭环境发生交互作用,其中体育竞技这一场域带来的影响是巨大的。对比古希腊体育竞技与现代体育竞技发现,现代体育竞技中的身体被边缘化、异化,而古希腊体育竞技是以身体为本,追求人的身心统一发展。

## 2.2 现代专项化的竞技体育身体审美异化的表征

“异化”是德国古典哲学术语,指“主体在一定的发展阶段,分裂出它的对立面,变成外在的异己的力量”<sup>[19]</sup>。对于人自身而言,身体即是本源,没有身体一切知觉都无从谈起,身体先于意识与外物打交道,是身体首先“看到”“闻到”“触摸到”外物,在形成对外物的概念把握之前,身体已经以前反思的、非概念的、非推论的默会方式直接接触到外在事物,而理性与语言只不过是身体经验主题化的结果,因此身体知觉在我们的知识构造中具有奠基性的意义<sup>[20]</sup>。而以奥运会为代表的竞技体育之所以出现“异化”,是没有将人放在重要的地位上,而过分开发政治价值,夸大了金牌所代表的国家荣誉,使“功利”无限膨胀。竞技已不再是体育,竞技已成为人们谋取“功利的手段”,成为国家利益、民族“功利”的竞技场<sup>[21]</sup>。体育源



于人的本质,体育的本质在于人的自我创造<sup>[21]</sup>。原本,身体作为人的本源,应在体育竞技中得到多元整体性身体美的完善,从而使人全面发展并借以促进全体人的发展,然而在体育竞技这一场域中的本源——身体,却被异化了。

现代奥林匹克的体育竞技,更像是相关国家、族群或地区的组织机构筛选具有某些特殊身体天赋的人,经过专项化训练后开展的一场场基于某个项目规则的特定锦标化表演,身体自身的审美形态反而被忽视。专项竞技运动员所呈现出的身体形态属于一种专项化的身体,即在竞技项目运动特征和比赛规定下产生的运动员的身体形态。张琳等<sup>[23]</sup>认为,许多专项运动成绩和其专项化的身体形态有很大关系。郭秀文等<sup>[24]</sup>通过对夏季奥运会健美项群4个项目(体操、蹦床、跳水和艺术体操)的女子运动员身体形态指标进行分析,将身高作为运动员身体形态的分类指标,运动员的身体形态分为高挑型、理想型及精巧型3类,并针对3类运动员的身体形态特点设计竞技能力发展模式。田径亚类型项目中男女的身高均呈现出投掷>跳跃>短跨>中长距离>超长距离的特点,不同项群男子的体重特征表现为投掷>全能>短跨>跳跃>中长距离>超长距离,女子体重特征表现为投掷>全能>跳跃>短跨>中长距离>超长距离<sup>[25]</sup>。现代竞技运动为了获得更好成绩,衍生出了运动选材学,顾名思义就是挑选适合参加专项运动的运动员进行专项化训练,这样只会导致专项化身体的加剧,且现如今对运动员身体的选材甚至已经深入基因层面。运动基因能决定人类运动能力,运动基因标记是与形态学、心理学占有同样重要位置的运动员选材指标之一,它能为传统的选材方法提高准确率。澳大利亚研究者发现了一个与速度和力量等运动能力相关的基因——ACTN3( $\alpha$ -辅肌动蛋白-3)<sup>[26]</sup>。日本的科学界很早便开始了相关方面的研究,建立了日本金牌得主的数据库。仅仅为了超越在某项规则下的竞技纪录与结果,在一个人成为顶级运动员之初,便对其身体的形态和机能进行挑选,进行专项化训练,把身体改造成为了某个项目而生。

毫无疑问,现代体育竞技忽视并扭曲了奥林匹克精神中对身体美的追求与追问并异化了其中的身体。身体的异化也导致了现代竞技体育的异化,竞技体育作为一项公开的社会活动,在现代竞技者的价值观中功利与胜负意识超过了其本身能带来的人文主义影响,获得优异成绩的运动员在感到荣耀的同时,也承受了压力。遥想“亚洲飞人”当年,伤病带来

的失败让他背负了数不清的谩骂与质疑,甚至被戏谑为“刘跑跑”。媒体的宣传更强化了竞技体育必须夺取优胜的心理,这种对胜负和利益的极致追求,以及过度的职业化和商业化,把原本以人为本,以人的全面发展为目的的竞技体育,异化成了充斥功利的、为大众所取乐的工具,把人推向了边缘,把健美的身体推向了边缘。

也许有人会说,体育竞技就是为了赢,身体美不美不重要,但体育竞技的根本旨归并非仅仅是追求某个项目规则下的不断超越,而是人整体性的超越,全体人的超越,这种超越难道要忽视最本源的、最重要的身体吗?从根本上讲:古典与现代体育所呈现的身体美的差异是因为古希腊人健美的身体与体育竞技是一致的,即真正体育的美是混沌的、一元的美,它是非分析的、不能被拆解的,而现代奥林匹克所展现的是拆解的、分离的。正是这种对于身体美的忽视与扭曲,导致了现代体育竞技中的身体被异化,以此造成身体形态整体美、运动技术表现美与运动精神美的失衡,使得真正健美身体的整体多元性无从谈起。而且这种异化了的身体美在现代传媒与各类社会场域的推波助澜下,正在逐渐蔓延占据大众视野。

### 3 身体美学反抗现代体育异化之超越

#### 3.1 身体美学之反抗现代体育异化

随着身体意识的逐渐苏醒,人们越来越关注自己的身体,并寻求各种方式以期得到身体美的改良与提高。体育竞技作为对大众身体欣赏具有十足影响的场域,经常成为社会的风尚。人们也期望能在这场域中反抗自我身体的异化并不断追问与追求真正充满灵性的健美身体。舒斯特曼认为:身体的反思意识不会停留在皮肤上,受其所处环境的影响,不能单纯感受身体。因此,在开发身体灵敏性时,应注意开发身体所处的环境条件、关系和周围能量的更大灵敏性<sup>[27]</sup>。舒斯特曼一直强调身体是共生的、相互影响或相互作用的实体,从本质上而言,这个实体是与它的环境(既包括物理环境又包括社会环境)相结合的。这种身体与环境的关系在《后期著作》中被杜威称为“交互作用”<sup>[28]</sup>。

身体作为拥有自我化、环境化特征的场域,在其构成与发展中会持续与周遭环境发生作用,在体育竞技中的身体所形成的场域也经常映射影响其他场域。近年来健美逐渐火热,从2018年鹿晨辉参加健美黄金联赛,作为职业健美组无差别级唯一的中国选手获得了男子健美职业组冠军,到2019年陈康在国际健美总会职业联盟奥林匹亚先生大赛古典健美



无差别级决赛中獲得第五名,創造了中國健美歷史。健美日益流行,並潛移默化影響著大眾身體審美。一開始,健美運動的初衷與體育競技一樣,都是以人為中心,是完善自我身體的一種方式,在台上展示完美的肌肉和造型的同時,在精神上給人們巨大的鼓勵。但在商業利益面前,一些運動員開始使用大量類固醇以及各類藥物,甚至是克倫特羅(俗稱瘦肉精)只為獲得更加震撼的身體形象,在獲得名利的同時,其帶來的後果也是不堪設想的,許多健美運動員最終都在藥物的副作用下結束了年輕的生命。大眾傳媒的加持,使許多剛開始進行健美運動的大眾,在這些“完美”肉體的感官刺激和黑心商販的誘惑下,也開始使用藥物。要知道即使是頂尖健美運動員也只有在自然生長達到人體的極限後才会在利益的驅使下使用藥物,而這些不知其後果的大眾在一開始進行這項身體訓練實踐時就選擇了非自然手段,最終只會給自我身體帶來毀滅性的、不可恢復性的傷害。更有一些所謂的科技健身博主和網紅,聲稱自己的“完美”肉體是自然的,這種謊言並不比哄騙大眾“上科技”要高尚,他們給大眾建立了一種理想化的但不存在於自然中的身體形象,這種形象通過自然的自我完善的手段是不可能達到的。最終導致的結果就是使大眾陷入一種身體焦慮中,比如,為了快速增長肌肉,使用遠超自身所能承受的重量進行訓練而導致受傷。

舒斯特曼深知消費社會語境下身體所處的困境:“廣告鼓吹的理想標準,意在謀利,它轉移視線,使我們無視自己實際的身體感受、愉悅和能力,對於提高身體體驗的各種途徑視而不見。”<sup>[16]</sup>年輕女性為了獲得如大眾媒體上的健美明星一般前凸後翹的身材,選擇極端的節食方式,有的甚至做手術,將自己的肋骨取出幾根只為達到視覺上的細腰效果,這都是由不關注自我身體,不具備充分的身體意識導致的。“自我指向的身體訓練(如節食與塑身),也經常被一種取悅他人的願望所驅動。”“節食者變成了渴望飢餓感的厭食者,而塑身訓練者成了沉迷於體驗抽脂術的追求者。”<sup>[16]</sup>競技體育的審美並不完全適合於普罗大眾,他們的身體是為了適應某種體育競技場域而專項化、極端化的身體形象,如何能夠指導大眾去追問與追求真正的體美呢?要知道,身體是一個獨立且與環境持續發生交互作用的場域,負責照顧和協調身體化的自我的環境特性,而不仅仅是照顧好身體的某些部分<sup>[27]</sup>。然而在現代,身體時時刻刻處於各類媒介以及體育競技中不適合大眾的身體形象的映射下,愈發被異化為肉體。各種媒體鋪天蓋地

的廣告將某些體育競技身體形象以及明星、模特的體貌鼓吹為理想標準,將民眾置於壓力之下,覺得自己的身體存在諸多缺陷,忽視了自我實際的身體感受、愉悅體驗和能力。人們雖然意識到了自身身體需要得到改良與提高,並嘗試進行反思與實踐以期反抗身體的異化,遺憾的是,他們並沒有真的明白:追問與追求充滿靈性的體美的身體,首先要回到自我身體這一場域,明白什麼是真正適合“我”的這一身體美學反思上。

### 3.2 身體美學對現代體育異化之超越

現代競技運動是在恢復古代奧運會人文精神並在歐洲文藝復興和啟蒙運動“自由、平等、博愛”的思想下創立的。並在這種人文精神的影響下竭力主張競技運動應教導人們通過心理、身體及精神的鍛煉達到個人的最佳境界,因此,競技運動從一開始就奠定了人的主體地位<sup>[29]</sup>。在當前這種身體被逐漸異化的社會場域下,如何去追問與追求充滿靈性的體美的身體呢?筆者基於研究認為,唯有不斷提高自身的體意識與體感知這一關鍵路徑,這也是舒斯特曼身體美學理論的核心。體育競技中的體美會對身體場域產生影響,而有意識地反思並實踐以完善自我體美的過程也會對逐漸異化的現代體育競技審美帶來超越性的思考。“我”通過提升自我體意識與體感知,以期對身體不斷進行培養與改良,來追問與追求這種充滿靈性的體美的身體。這種身體就是舒斯特曼筆下的富有生命活力和感情、敏銳而有目的取向的“身體”這一場域的延伸。回溯古希臘運動員包括古希臘人民對於體美的身體的塑造,是發自內心追求身體與精神的和諧共處,神性是他們所崇尚的體美的最大特徵,古希臘神話中的諸神是人類理念的化身,是理想化了的人類<sup>[30]</sup>。“神性”指普遍的精神力量或內化的心靈實體,如智慧、勇敢、忠貞等;而通過具體的人的形象所表現出來的精神意蘊就是“神性的東西”<sup>[31]</sup>。通過錘煉自己的身體,使得自己的體型更加接近於神,並提倡高尚的美德與健美體型的和諧統一,而這種神性的身體也是借由對自身身體高度的自我意識想象出來的,他們所追求的神性是一種崇高的信念和信仰,是神性與肉體的高度融合,精神與自我身體具有不可分割性。而現代社會與競技體育場域喜歡造神,將某個人稱為該領域的神,是一種權威的象徵,把人異化成神,誘使大眾盲目追求崇拜,從而忽視了對自我身體的關注。身體不僅是一種權力關係,也是一種社會實踐,舒斯特曼身體美學也正是以身體的社會存在性為媒介直接



进入竞技体育的研究领域。在身体美学看来,竞技体育“异化”倾向的根本性错误在于忽视了对人身体的基础性价值的认识<sup>[32]</sup>。不该造神而应该更加关注自身身体意识的培养,为了反抗身体的异化,追求身体与精神的互相感应、互相融合。而竞技体育在身体美学理论中可借鉴的、最直接的,就是确认审美的身体维度,重身体践行和人伦实践,使主体在经验与实践始终保持身心一体、灵肉一体的审美统一性<sup>[33]</sup>。在舒斯特曼身体美学中,充满灵性的健美的身体这一场域,应该是人们根据自己的身体特质和身体条件以及与其发生交互作用的场域,进行的自我技术的培养、改良与提升。必须要强调,对于身体意识的关注与培养是个体对于自我身体感受的关注、改良与提升,而不是被各类媒介、群体以及社会环境带来的舆论与焦虑感知创造下的场域进行的“裹挟式的、充满巨大压力的、自我否定式的身体关注与机械态化的身体改造”。唯有关注自我身体,提高与改良自我身体,才能拥有一个专属的充满灵性的健美的身体。

#### 4 结束语

现代体育竞技这一场域由于过度功利化与职业化等原因使得其本源——身体,陷入了专项化并逐渐被边缘化与异化的现象,这种现象使得竞技体育审美特征——身体整体形态美与运动技术表现美愈发失衡,而其审美观对人们的身体审美欣赏有着巨大影响,这一影响逐渐渗透扩张到各个场域,导致人本身的整体多元之身体美被忽视、扭曲。现代奥林匹克之父顾拜旦曾说:“任何研究过古代奥运会的人都知道古奥运最光辉之处在于它的两条原则:美与尊严。”<sup>[34]</sup>而作为人本源的身体的美被现代体育竞技所异化,这种美有何尊严可循呢?古希腊“健美的身体观”关注的是通过体育竞技达到人自身的完善进而得到身心的和谐统一,舒斯特曼笔下充满灵性的身体场域这一概念,更是提供了一个如何追问与追求真正身体美的途径。通过对二者进行分析与探讨,发现唯有不断提升自我身体意识,寻找适合自身身体的训练实践方式,创造属于自己的充满灵性的健美身体这一场域,才能真正领悟身体多元整体之美,获得自然的身体内在之超越。

#### 参考文献:

[1] 郑小九.论古希腊人所崇尚的身体观念[J].山东体育学院学报,2008,24(3):1-3.  
[2] LIOKAFTO D. A genealogy of male body building: From

classical to freaky [M]. London; New York: Routledge, Taylor & Francis Group, 2017.  
[3] 丹纳.艺术哲学[M].彭笑远,译.北京:北京出版社,2007.  
[4] 黑格尔.美学:第一卷[M].朱光潜,译.北京:商务印书馆,1979.  
[5] 彭富春.身体与身体美学[J].哲学研究,2004(4):59-66,95.  
[6] HEGEL F. The philosophy of history[M]. SIBREE M A, Trans. Kitchener: Prometheus Books, 1990:243.  
[7] 胡小明.走出困境的体育美学[J].体育与科学,2004,25(1):28-29,23.  
[8] 刘丽.体育美学的十年:1991年体育美学学科建设研讨会综述[J].体育与科学,1991,12(6):48-49.  
[9] 冯晓丽,郑贺.体育美学学科发展研究[J].山西师大体育学院学报,2003(1):10-12.  
[10] 马鲁生.体育美学学科建设新思路[J].体育与科学,2004,25(6):48-49.  
[11] 姚侠文,陆保钟,郑吾真,等.“难美技能类”运动项目美学特征研究[J].中国体育科技,2003,39(8):10-13.  
[12] 赵歌.竞技跳水美学研究[D].北京:北京体育大学,2007:37-38.  
[13] 邱丕相.武术套路运动的美学特征与艺术性[J].上海体育学院学报,2004,28(2):39-43.  
[14] 金相奎,孟祥敏.足球运动蕴涵的体育美学意义[J].体育文化导刊,2004(11):46-47.  
[15] 北京大学哲学系美学教研室.西方美学家论美和美感[M].北京:商务印书馆,1982:23.  
[16] 理查德·舒斯特曼.身体意识与身体美学[M].程相占,译.北京:商务印书馆,2011:40-43.  
[17] 孙玮,何琳.西方美学理论背景下竞技体育美感与崇高感刍议[J].吉林体育学院学报,2016,32(6):1-5.  
[18] 希罗多德.历史[M].王以铸,译.北京:商务印书馆,1959.  
[19] 夏征农.辞海[M].上海:上海辞书出版社,1980:1077.  
[20] 理查德·舒斯特曼.生活即审美:审美经验和生活艺术[M].彭锋,译.北京:北京大学出版,2007.  
[21] 曹卫.人文体育观渐入:现代体育“异化”的反思[J].体育学刊,2003,10(4):1-3.  
[22] 伍雄武.现代人与体育[M].北京:中国社会科学出版社,1990:5-60.  
[23] 张琳,季成叶.运动项目特点与体型[J].体育科学,1994,14(2):53-57.  
[24] 郭秀文,田麦久.难美项群女子运动员身体形态学分类及不同竞技能力发展模式研究:以体操、蹦床、跳水、艺术体操为例[J].中国体育科技,2014,50(1):29-42.  
[25] 高秀华,詹晓梅,于飞,等.世界优秀田径运动员身体形态及年龄的特征分析[J].湖北体育科技,2014,33(3):215-217.  
[26] 高鹏华,张志明.ACTN3 基因多态性与运动能力和基



- 因选材的研究[J].西北大学学报(自然科学版),2015,45(4):602-605.
- [27] 颜芳,理查德·舒斯特曼.身体美学与中国:理查德·舒斯特曼教授访谈录[J].文艺争鸣,2020,307(2):138-142.
- [28] 约翰·杜威.杜威全集·晚期著作:第十六卷[M].汪洪章,吴猛,任远,等译.上海:华东师范大学出版社,2015:112-115.
- [29] 赵崇乐,姜立嘉.论现代竞技运动中人的主体地位的缺失、回归与重构[J].广州体育学院学报,2009,29(2):53-56.
- [30] 窦雯华.古希腊女性雕塑形象中的神性与人性[J].美术教育研究,2021(10):38-39.
- [31] 石文颖.论黑格尔《美学》中的神性思想[J].河北师范大学学报(哲学社会科学版),2012,35(2):55-58.
- [32] 蒋菠,黄巾.意识遮蔽到实践开启:舒斯特曼身体美学破解竞技体育异化中的身体失落[J].武汉体育学院学报,2016,50(6):17-21.
- [33] 蒋菠.竞技走向健美:大学体育人文精神重塑[D].重庆:西南大学,2012.
- [34] 顾拜旦.奥林匹克理想[M].詹汝琮,译.北京:奥林匹克出版社,1993:28.

(责任编辑:黄笑炎)

(上接第45页)

- [4] 徐挺笠,李勇.妨害兴奋剂管理罪的保护法益及行为构造[J].中国检察官,2021(7):27-32.
- [5] 王爱立.中华人民共和国刑法;条文说明、立法理由及相关规定[M].北京:北京大学出版社,2021:1402.
- [6] 张明楷.法益初论[M].北京:中国政法大学出版社,2003:245.
- [7] 马春晓.现代刑法的法益观:法益二元论的提倡[J].环球法律评论,2019,41(6):134-150.
- [8] 李鑫,苏永生.妨害兴奋剂管理罪的教义学思考[J].武汉体育学院学报,2021,55(6):52-58.
- [9] 张婵丽,郭志光,贾志强.国际反兴奋剂治理特点、新动向及启示[J].体育文化导刊,2021(2):1-8.
- [10] 时延安,陈冉,敖博.刑法修正案(十一)评注与案例[M].北京:中国法制出版社,2021:496.
- [11] 赵宗涛.妨害兴奋剂管理罪处罚范围的界定[J].上海体育学院学报,2021,45(12):1-9.
- [12] 廖建灵,兰跃军.反兴奋剂犯罪立法:回顾与前瞻:兼论刑法修正案(十一)第四十四条[C]//上海市法学会.上海法学研究集刊:刑法研究会.[出版地不详]:[出版者不详],2021(21):142-149.
- [13] 张立艳,阮圆圆,张英锋,等.兴奋剂的种类、毒性及其检测[J].渤海大学学报(自然科学版),2008,29(4):314-321.
- [14] 卢建平.轻罪时代的犯罪治理方略[J].政治与法律,2022(1):51-66.
- [15] 黄何.反思扩大解释与类推解释的区分:“不必严格区分说”之提倡[J].北京理工大学学报(社会科学版),2018,20(2):155-162.
- [16] 马荣春.刑法形式与实质融合解释观的提倡:兼论刑法扩张解释与类推解释的区别[J].甘肃政法学院学报,2018(6):1-14.
- [17] 张明楷.刑法学[M].北京:法律出版社,2021:49.
- [18] 刘艳红.象征性立法对刑法功能的损害:二十年来中国刑事立法总评[J].政治与法律,2017(3):35-49.
- [19] 周光权.积极刑法立法观在中国的确立[J].法学研究,2016,38(4):23-40.
- [20] 张明楷.增设新罪的观念:对积极刑法观的支持[J].现代法学,2020,42(5):150-166.
- [21] 田宏杰.立法扩张与司法限缩:刑法谦抑性的展开[J].中国法学,2020(1):166-183.
- [22] 陈璇.紧急权:体系建构与基本原理[M].北京:北京大学出版社,2021:70.
- [23] 李鑫.妨害兴奋剂管理罪前置法的功能不足及补强[J].上海体育学院学报,2021,45(12):10-16,24.
- [24] 陈兴良.法定犯的性质和界定[J].中外法学,2020(6):1464-1488.

(责任编辑:晏慧)