华南农业大学学报(社会科学版)
2006年第1期 JOURNAL OF SOUTH CHINA AGRICULTURAL UNIVERSITY No. 1 2006
(第5卷) (SOCIAL SCIENCE EDITION) (Vol. 5)

论休闲

王志威

(华南农业大学 体育部,广东 广州 510642)

摘 要:介绍中国古代休闲、现代休闲的要素、发展、特征、意义,以及休闲学研究的概况。休闲是人类生活最终的目的,而工作是为了生存的需要,工作本身不是目的,工作也是为休闲做好准备。文化的发展是依赖文化在休闲之中扩展,一定程度上可见发展休闲的重要性。

关键词:休闲;特征;意义;休闲学
中图分类号:G80 文献标识码:A 文章编号:1672-0202(2006)01-0119-06

在我国休闲研究刚刚起步,在理论上与实践的操作上还不如欧美发达国家。发达国家已经有很多与休闲有关的政策,而且每一项政策出台之前基本上都有一定的理论基础与社会数据。但是,我国还没有一个有关休闲的专门政策出台,由此可见,我国的休闲研究远远落后于发达国家。市场经济日益发达的中国,人们的压力越来越大,休闲的社会需求也日显突出。中国的休闲发展离不开休闲相关问题的研究,休闲具有鲜明的大众性、行业性,近年来是欧美研究领域的热点话题。从文献历史来看,首先是休闲哲学的研究,其次紧跟的就是休闲社会学的研究,再次,就是休闲学的各种分支的研究,例如休闲与文化、休闲与经济等等。在研究的国家、地区中,以美国为首,紧跟就是英国、德国、台湾等,形成了休闲学。

一、古代休闲和现代休闲

(一)中国古代休闲

中国古代最古老的、最原始的休闲方式是载歌载舞[1]。商周的武舞、礼舞、野舞、秦汉餐饮时的歌舞、民间的野舞、魏晋南北朝到隋唐的胡旋舞、软舞、健舞等。而古代体育休闲中的一大门类——保健养生活动,可以见证的是《行气铭玉杖首》、《动谷食气》、《导引图》、《十二度按摩图》等,如此活动至今不衰。与中华传统医学紧密相结合的体育休闲娱乐活动,有其完整系统的阴阳五行、经络说等理论指导,以行气、导引及按摩为主。如果仔细查看清明上河图,可以看到当时社会的一些休闲现象。

中国人自古喜欢休闲,中国古代的休闲活动形式多样,有参与型、观赏型,还有曲艺结合型等。例如宋元随着竞技性与娱乐性的增强,射箭成为较普遍的体育休闲活动,明清的游泳、龙舟竞渡、滑雪、滑冰、拖冰床、耍冰嬉、耍刀舞棍等。另外古代休闲娱乐活动还有自由抵、蹴鞠、马球、捶丸、手拍球、板球、风筝、斗兽、斗鸡、高跷、踢键子、荡秋千、鞭陀螺、骑竹马、滑板、跳绳、游戏、乐舞等。

中国古代的休闲活动一般都与宗教、迷信等有关,还不能称之为真正意义上的休闲。

(二)现代休闲

文化的发展是依赖文化在休闲之中扩展[2]2-17(Culture depends for its very existence on leisure),一定程度上可见发展休闲的重要性。休闲是人类生活最终的目的,而工作是为了生存的需要、工作本身不是目的,工作也是为休闲做好准备[3]。

收稿日期:2005-11-25

作者简介:王志威(1973-),男,湖南湘乡人,硕士,华南农业大学体育部讲师,主要研究方向为体育休闲娱乐.

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.

1. 休闲的概念与创造休闲的要素

对于休闲的理解多种多样,既有指休闲的时间,又有指休闲的活动,还可以指心理态度,即个人自由选择的并在活动过程中能够谋得自由享受的活动[4]。

休闲分广义和狭义的概念,广义的休闲活动(Recreation)应当是个人在其可自由支配时间内进行的一切活动(相当于"游憩"——台湾译本),人们在其中能够谋得自由的感受。狭义的休闲活动(Leisure)指居民的日常休闲活动[5](个人认为概念中包含着概念,不科学)。而本研究的休闲指的是广义的概念,不包括工作以外的生理需求(睡觉、如厕、性生活、在家炒菜等),是工作(劳动)以外的余暇时间从事的非功利性活动。

组成休闲的三个基本的因素分别是时间、技术、金钱[6]。当人们有大量的剩余时间,因为技术的发展,借助多余的金钱为中介发展人身自我。其实,人类对休闲的认识有着悠久的历史、在西方,最早可以追溯到被称为"休闲之父"的古希腊的亚里士多德,他把休闲誉为"一切事物环绕的中心","是科学和哲学诞生的基本条件之一",这一思想成为西方文化传统很重要的一部分[7]7-35。

在现代,休闲是一个国家生产力水平高低的标志,是衡量社会文明的标尺,是一种崭新的生命状态和生活方式,与其生存质量息息相关。而在休闲行为中,体育休闲占很大的比例。我们中国人自古至今有自己独特的休闲方式,其中有不少的精华,但是,近些年来,随着市场经济的发展,在这社会形态的剧变中,很多人迷失了自我,不健康的休闲理念和休闲行为进入了人们的生活。由此,我们不妨让西方积极的休闲来深入我们的生活。作为提升生活质量的有效补充,应该了解创造休闲的要素。

创造休闲的要素[8]:

(1)社会气势(Social environmert);

(2)硬件环境(Physical environment);

(3)自然环境(Natural environment);

(4)政府从业人员的专业素质:政府从业人员必须具备认识、分析、引导社会休闲活动的能力。

2. 休闲的发展

工业革命带来的兴旺繁荣和休闲的发展方向有联系,尤其是,一个社会要能够接受某项娱乐,首先人们要有参与活动的时间。例如,英式足球、棒球等运动都是因为生活水平提高,作为富人的休闲活动首先出现。

到了19世纪后半叶,工业革命的影响开始惠及英国社会和美国社会的所有层面,工人阶级家庭生活水平的提高激发了人们对休闲活动更广泛的追求。工资的增加使人们有经济能力去休闲,英国足球从伦敦附近的公立学校向北传播到了苏格兰和英格兰的工业腹地,而美国棒球运动则从纽约向南,向西推展开来[9]。

有组织的棒球运动在美国有超过150年的历史,长期被誉为"美国最大的休闲运动[7]7-9"。现在,篮球与橄榄球运动同样流行。体育是一个人们感知他们的社区和自身过程中的普遍因素,体育团队赋予大学、城镇,甚至宗教群体一种认同感,其中体育是休闲重要的组成部分[7]1-3。

马斯洛层次论认为:人的最高价值是自我实现。随着社会的政治、经济和文化水平的不断发展,较低层次的需要都可以满足,人们则探求更高一层的需求。1971年,Inglehert认为,西方国家从物质主义社会向后物质社会发展,人们从生理需要向社会需要过渡。1980年Klages认为,自我发展的价值观向旧时的服从式的价值观抗庭为争[10]。如今,不少专家、学者预言:下一世纪将是休闲的世纪。

在日益全球化的影响之下,信息化越来越发达,休闲将朝着无国界的方向发展。我国现代的休闲方式,基本上是从欧美传入,各种休闲方式几乎都可以看到西化的影子,尤其是体育休闲娱

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.

乐。原有民族特色的休闲方式正在不断地消失，如何在全球化的形势下，保持与发展民族休闲，并对世界做出贡献，也是值得深思的问题。

3. 专家论休闲

论休闲的范畴，哲学家认为应与要素相结合；社会学家关心人的生活方式、态度、质量；经济学家偏于休闲的政策及产业结构的调整以适应新的市场；市井文化中的休闲，指工作、生理需求以外的消费。

童明康："推进休闲研究，建设先进文化"。

王治国："休闲产业的发展呼唤理论指导"。民营的休闲产业发展很快，但需要智力的支持，理论工作者的支持。

孔德涌：休闲作为一个新社会经济现象浮出水面，还是国家综合实力的体现，无论学理层面的，还是实际应用方面及政策导向方面都应大力研究。

马惠娣："休闲的价值不在于实用，而在文化"，"休闲如同其它任何社会活动一样是在具体环境中构造出来的，需要不断的重构以达到互动与交流的需要"。

朱光烈："文化经济时代来了，文化经济是满足人们休闲需要的经济以及实物经济文化附加值增加的经济，其中体育、娱乐是重要组成部分。里夫金估计，未来 20％受过良好教育的精英从事高新技术管理工作，而 80％的人将失业或收入甚微，不能充分就业是巨大的社会问题，应大力发展文化经济"。

王国华：休闲产业让我们的生活更好，休闲活动成为经济繁荣的重要因素，如世界杯、奥运会成为一股休闲浪潮推动休闲产业的发展。

于光远：休闲产业的诞生符合我们这个时代的发展规律。

成思危：休闲作为一个新的经济增长点，确实是一个很重要的方面。

柴彦威：时间地理学、时间经济学关注休闲（闲暇）时间。《世界人权宣言》[1]"人人有休息和消闲的权利"。

美国莫德默·阿德勒特别关注休闲与工作的关系，他认为现代人忽视了休闲在人们的工作和生活中的重要意义，他指出："休闲可以使我们获得更多的幸福感，可以保持内心的安宁。休闲可以使我们有意义地生活。"

4. 休闲的特征

休闲的特征是通过人的个体或群体的行为、思维、感情、活动等方式，创造文化氛围、传递文化信息、构筑文化意境，从而达到个体身心全面完整的发展。瑞典哲学家皮普尔认为，"休闲是一种思想或高尚的态度，不是外部因素作用的结果，也不是空闲时间的结果，更不是游手好闲的结果"他认为，休闲作为一种现实存在，首先通过人的外在形式表现出来，并由特定历史时期的人们对其所面临的生活历程和所抱有的生活理想而确立起来的文化样式和生活方式、价值取向所决定。休闲同知识与美德、愉快与幸福是不可分离的，是自由、教育与文化的维系。是通过节制行为、限制奢望和避免对世俗占有物的竞争，从而获得的一种内心世界的安宁与快乐的人生。

西方学者普遍认为休闲即：寻找自我，("state of being in which activity is pursued for its own sake or as its own end.[2]2－17")。而西方学者对中国的休闲认识是："有闲阶级的一族"。还停留在阶级论的层次，相对来说西方人对中国人的休闲了解比较少。

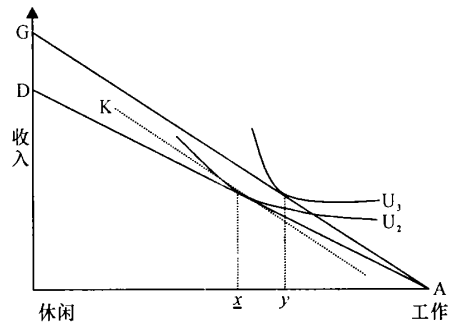
二、休闲的意义

生理意义：休闲的生理反应是身体释放一种叫β－胺多酚的化学物质，与调节情绪有关，使人感觉愉快[12]。

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved.　http://www.cnki.

精神意义:休闲是"以人为本"的人文精神的重要体现,其不仅让人们从工作中回归到真正的自我,又让人们回到社会群体中去,通过各种形式的休闲娱乐活动使人们怀着轻松、愉快的心情汇聚到一起。

经济意义:工作、休闲、收入变化经济学分析,如下图[13]:



工作、休闲、收入变化图

休闲促进民间团体、个人交流、促进国际之间合作,促进国家经济的发展。

首先生活方式与生活水平的发展与休闲体育娱乐有直接的联系。在新的世纪初期,人们的生活水平将有很大提高,生活方式将发生转变。到2010年,我国家庭恩格尔系数将由现在的47.7%降到45%以下。大量研究表明,当恩格尔系数达到65%时,开始出现娱乐消遣性消费,恩格尔系数达到50%以下时,这类消费可呈现稳定的持续增长。

其次扩大就业机会。休闲可以为我国提供大量的就业岗位,1999年我国总劳动力人口为7.51亿,占世界总量的26%,相当于高收入国家总劳动力人口(4.35亿)的1.73倍,相当于欧盟总劳动力(1.36亿)的5.5倍,相当于美国劳动力人口(1.43亿)的5.3倍。1995年以后由于农业人口向非农业人口转移速度下降,农业剩余劳动力变化不大,2000年约有1.42亿农业人口劳动力剩余,说明我国的就业形势非常严峻。朱总理在2002年3月第9届全国人大5次会议上的《政府报告》中指出:积极扩大就业和再就业,这是增加居民收入的重要途径。因此,扩大就业、控制失业已经成为我国经济发展最急迫、最重要的任务。

最后休闲一定程度上会促进经济的发展。中国46.46%的百姓愿意选择旅游休闲,三年七个"黄金周"的旅游总收入达1800亿元,北京人均体育健身为888元。加入世贸组织和"奥运效应"对我国实际投资和预期都产生了积极的影响。

三、休闲学

休闲学虽然没有成为成熟的学科,但是,随着休闲学研究的兴起,其实质是对人类前途命运的一种思考,是对几千年人类文化精神和价值体系发生断裂的现状做补救工作的一种努力,是试图通过对休闲与人生价值的思索重新理清人的文化精神坐标,进而促进人类的自省——未来的路如何走?人生的意义和价值究竟是什么?休闲学的研究已经成为后现代文化的一部分,并使得对人的思考更具针对性。无疑,它的兴起对哲学研究既是补充又是挑战、许多哲学家介入休闲学研究,表明了它与哲学的密不可分性,也表明了哲学家研究的新视角,更表明了哲学家的远见卓识[14]。

(一)关于目前国外休闲学研究的情况

休闲是人类的本质需求,不管怎样的社会制度与经济水平,仅仅是休闲形式与内容不同,这一观点在研究领域基本上达成共识。目前有关休闲的研究主要是从休闲的现象和休闲的提供两个方面研究[15],休闲现象包括:休闲的历史与发展、休闲的本质、休闲的需求、休闲的类型(lifestyles)、性别、家庭,休闲的政治与经济意义;休闲的提供包括:休闲的场所、休闲的政策框架、休闲与地方政府、商业休闲、休闲与志愿者、教育与休闲、休闲与未来。一般的关于休闲的文章分为两类:一为观点类(Issues theme),二为应用类(Application theme)。从1996年7月WLRA(Word Leisure and Recreation Assoiation)在英国威尔士(Wales)举行的"21世纪休闲和生命质量"会议中的78篇文章

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.

来看，基本上是属于这两类[16]。

一般来说英国、美国的休闲学研究的内容分为四大块，分别是旅游、体育运动、娱乐和文化。

（二）休闲学代表作介绍

美国休闲学诞生的标志是 1899 年凡勃伦发表的《有闲阶级论》。他指出，休闲已成为一种社会建制，人的一种生活方式和行为方式。

瑞典天主教哲学家皮普尔《休闲：文化的基础》是西方休闲学研究的经典之作。他指出："休闲是人的一种思想和精神的态度，它不是外部因素作用的结果，也不是空闲时间所决定，更不是游手好闲的产物。"皮普尔认为，人有了休闲并不是就拥有了驾驭世界的力量，而是，由于心态的平和使你感到生命的快乐。否则，我们将毁灭自己。

荷兰的著名学者约翰·赫伊津哈所著的《游戏的人》，同样是西方休闲学研究的重要参考书目。该书从游戏的角度阐述了游戏与人的文化进化的相关性，他认为：游戏作为文化的本质和意义对现代文明有着重要的价值。人只有在游戏中才最自由、最本真、最具有创造力，游戏是一个阳光灿烂的世界。

美国的哲学家查里斯·波瑞特比尔在《挑战休闲》和《休闲为中心的教育》两部著作中指出：随着人自由的时间增多，我们的社会不安定因素也越来越多。我们只注意到工作的伦理，却没有思考如何发展休闲的伦理。因此，他提出以休闲为中心的教育。

云南出版社出版的《休闲研究译丛》，其中《人类思想史上的休闲》提出了"探索与思考衡量人类进步的标准和人类生存的真正目标的问题"；《走向自由与休闲社会学新论》跨越多种模式提出了一个重要的观点：休闲应被理解为一种"成为人"的过程，是人的一生中一个持久的、重要的发展舞台；《女性休闲：女性主义的视角》分析了当今世界不断变化的时代特点，预见到在稍后的 10 年，休闲的中心地位会得到加强，人的休闲概念将会发生本质的变化，新的价值观意味着人对自然的改变，将逐步转变为人对自身的改变；《你生命中的休闲》全书的视角集中于社会和个人生活两个层面，告诉我们：休闲是复杂而非简单的概念和现象，是人的存在过程的一部分。

休闲学是对休闲现象的深度研究，为社会休闲的良性发展打下学术理论基础，只有休闲学研究发展紧跟时代的需求，才能为提高现代人们的生活质量提供理论支持。

四、结束语

休闲是时代发展的产物，是以技术革命改革、效率提高为前提，使得人们有更多剩余时间，从事完善人类自身的行为过程。休闲受到社会经济、文化价值取向、政府政策指引的影响，具体的个人休闲行为还受到金钱、教育的影响及社会大环境感染。

（一）应该加强休闲学的研究

中国在全球经济化的大潮中，受到多元化的冲击，价值观已有转变，生活物质达到前所未有的丰富，而在此机械化、信息化的时代中，高营养、低体能、快节奏、高压力的日常工作中，愈来愈多的现代疾病和心理障碍影响着人们的生活质量，此时的休闲娱乐活动可以给人们一个新的空间，新的活动，新的心情。我国正处于社会的转型期，政治、经济、文化价值的取向都在发生巨大的变化。今天的社会已非昔比，技术飞速发展，休闲正在走进人们的生活。不管是叱咤风云的伟人，还是维持生计的老百姓，休闲时光如何轻松而不乏格调，丰富而不乏个性，每个人应该有一块大小不一的休闲天地。如何在改革浪潮中正确认识休闲，提高生活质量，完善自我，促使我们应该加强休闲学的研究。

（二）将休闲纳入社会整体发展中

休闲是个人的事，也是社会的事。休闲有益于个人，也有益于他人，更有益于社会，社会亦关

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved.　http://www.cnki.

心个人的休闲。办好休闲产业,组织好休闲服务,引导好休闲消费,创造良好的休闲环境,提高休闲质量,是社会义不容辞的责任。个人的努力,政府的支持,社会的关心,主观和客观的协调,定会形成良好的休闲气氛[17],促进人的素质提高,促进生产力的发展,推动社会进步。

参考文献:

[1] 崔乐家. 略说中国古代人的休闲方式[J]. 体育文史,2000(2):36—38.
[2] JOSEF PIEPER translated by Alexander DRU AUTHOR' S PREFAGE TO THE ENGLISH EDITION Leisure the Basis of Culture[M]. London: CAOLLINS, 1965.
[3] TOM WINNIFRITH, CYRIL BRRET. Introduction The Philosophy of Leisure[M]. London: Macmillan press, 1989.
[4] 刘志林转引罗歇. 苏著 姜依群译. 休闲[M]. 北京:商务印书馆,1993 年.
[5] 刘志林. 深圳市民周末休闲活动的空间结构[J]. 经济地理,2001(7):504—508.
[6] HAWORTH J T, SMITH M A. Work and Leisure[M]. Princeton, N. J. 1976.
[7] 杰弗瑞 戈比著. 陈春波译. 21 世纪的休闲与休闲服务[M]. 昆明:云南人民出版,2000.
[8] 颜妙桂翻译. 休闲活动规划与管理[M]. 美国麦格罗·希尔国际股份公司, 2002.
[9] 万克尔,利兹等著. 杨玉明等译. 体育经济学[M]. 北京: 清华大学出版社,2003.
[10] 蔡俊五. 体育赞助—双赢之策[M]. 北京: 人民体育出版社,2001.
[11] 孙永亮. 记休闲文化的研究与发展[J]. 北京第二外国语学院学报,1996(5): 72.
[12] 周奕君. 对开展休闲娱乐体育活动的初步探讨[J]. 体育文史. 2000(04):46.
[13] CHRIS GRATTON, PETER TAYLOR. Sports and Recreation : An Economic Analysis[M] London New York E, F. N. Spon, 1985.
[14] 托马斯 古德尔. 人类思想史中的休闲[M]. 云南人民出版社,2000.
[15] CHRIS BULL(et al.) leisure studies pearson[M]. education limited ESSEX UK, 2003.
[16] COLLINS M F(et al.) Introduction Leisure Management — Issues and Application[M]. 1998.
[17] 邢志. 休闲—积蓄生命活力的港湾[M]. 沈阳: 东北大学出版,1997.

On leisure

WANG Zhi-wei
(*PE department, South-China Agricultural University, Guangzhou* 510642, *China*)

Abstract: This article introduees ancient chinese leisure, the essentials, development, features, meanings and the researchful survey of leisurelogy. Leisure is the goal of living. To work is for the need of existence, but it is also for the preparation of leisure. Culture depends for its very existence on leisure, which is very important for developing the quality of life.

Key Words: leisure; characters; significance; leisurelogy

?1994-2015 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.