

## 毛泽东《体育之研究》

## 欲文明其精神·先自野蛮其体魄



近日,央视黄金段热播电视连续剧《觉醒年代》中有一个情节,中共早期领导人陈独秀极力推荐毛泽东1917年4月在《新青年》杂志上以“二十八画生”署名发表的《体育之研究》。这不仅是一篇体育学的论文,也是一篇充满辩证思想的哲学论文,更是对旧教育制度一次挑战。在今天读起来,仍然能够感受到其睿智和远见卓识。

《体育之研究》开篇便道:“国力茶弱,武风不振,民族之体质,日趋轻细。此甚可忧之现象也。提倡之者,不得其本,久而无效。长是不改,弱且加甚。夫命中致远,外部之事,结果之事也。体力充实,内部之事,原因之事也。体不坚实,则见兵而畏之,何有于命中,何有于致远?坚实在于锻炼。锻炼在于自觉。”

毛泽东认为,体育对于个体,能“强筋骨”“增知识”“调感情”“强意志”;对于国家,则能造就不计其数的身体强健、精神刚毅的国民。他说:“此事不重言谈,实在重行,苟能实行,得一道半法已足。”幼年毛泽东体弱,疾病拖跨了他的身体,这使生性好动的毛泽东十分痛苦,但真正痛苦的是大病夺去了他2个哥哥年轻的生命。少年时代的他就清楚地意识到“文明其精神,野蛮其体魄”道理所在,要实现自己救国救民的远大

理想,必须有强健的体魄作保证。1913年,毛泽东考入湖南一师后,他以极大的毅力坚持,并积极倡导同学们一起冷水浴、风浴、雨浴、日光浴等,受益匪浅。毛泽东曾与美国记者斯诺谈话时回忆说:“这一切都是在锻炼身体的名义下进行的,这对增强我的体质也许有很大帮助,我后来在中国南方的多次行军,以及从江西出发的长征路上,特别需要这样的体质。”

在写作《体育之研究》之前,毛泽东认真研读德国哲学家泡尔生《伦理学原理》著作,并在《伦理学原理》万言批语中,把“野蛮其体魄”和“意志主义”的思想发挥到极致。同时,毛泽东的老师杨昌济十分重视体育,在其论著《教育学讲义》指出,“学校教育,最足以伤儿童之身体者,为钟点太多,负担过重。”这对毛泽东体育思想的形成产生了重要影响。陈独秀1915年发表了《今日之教育方针》,其中一节,专门探讨中华民族的体格培养和体育价值,特别是他的“兽性主义”对毛泽东影响极大。文章中,陈独秀赋予“兽性”重要意义:“兽性之特长谓何?曰意志顽狠,善斗不屈也;曰体魄强健,力抗自然也;曰信仰本能,不依他为活也;曰顺性乖真,不饰伪自文也。”毛泽东在《体育之研究》中阐发的“野蛮其体魄”是对陈独秀“兽性主义”的具体发挥。“欲文明其精神,先自野蛮其体魄;苟野蛮其体魄矣,则文明之精神随之。”文章落笔后,毛泽东送给杨昌济审阅,杨昌济对之格外赏识,

夸耀之余,便将之推荐给了《新青年》大主编陈独秀。由此可见,陈独秀对毛泽东不仅有思想上的深刻影响,而且还对其特别赏识并付梓刊行于世。

毛泽东认为搞好体育运动有三个原则:自觉、有恒、有趣。

首先,“欲图体育之有效,非动起主观,促其对于体育之自觉不可。”锻炼是强身之本,只有坚持锻炼,才能使肌肉结实,体魄强健。以个人而言,可以延年益寿,以国家民族而言,可以富国强民。而这一切必须是在自觉的基础上,强迫是没有用的。其次,“凡事皆宜有恒,运动亦然”。有恒,有恒才能获得体育之功效,这是文中所呈现的终生体育思想。毛泽东一生从没有间断过体育活动,这使得毛泽东拥有结实健壮的体魄,精力充沛地为中国革命和建设事业做出巨大的贡献。再次,“兴味者运动之始,快乐者运动之终,兴味生于进行,快乐生于结果。”毛泽东把体育作为一门科学来认识,指出“凡科学皆宜引起多方兴味,而于运动尤然”。要对体育锻炼产生兴趣“夫内断于心,百体从令”,从而使“运动之观念相连而不绝——运动



资料图片

既久,成效大著,发生自己价值之观念,以之为学则胜任愉快,以之修德则日起有功,心中无限快乐。”

毛泽东青年时代正值辛亥革命和“五四”运动时期,国难当头,而中国人被洋人辱称为“东亚病夫”,毛泽东深感痛心,决心要洗雪国耻,立志以拯救国家民族为己任。他认为,体育的目的不仅为了强身,更重要在于为国——抵抗侵略、挽救危亡。建国后,我国体育事业走过一段以竞技运动为中心的弯路。体育不能无业,不能以竞技运动为业,体育必须以健身为业。1995年5月,国务院批准颁布了《全民健身计划纲要》,实施“全民健身计划”,体育事业走上了正规化和法制化轨道。通过体育运动锻炼身体,达到增强国民体质的目的,这就是毛泽东体育思想的核心。

本报记者 汤江峰

## ●湖湘名医

## 扎根于结核病诊疗事业

——记中医肺病专家裴异

“干一行爱一行”——凭借这样的工作信念,从学校毕业后,裴异就一直扎根于结核病诊疗的事业,再也没有改变过。在长沙市中心医院(南华大学附属长沙中心医院)结核病诊疗中心,她已经干了23年。从一名青年医生成长为中医肺病专家,裴异一直不忘初心、砥砺前行。

“我在结核病工作中选择的专业方向是难治与耐药结核、支气管结核、淋巴结核、结核合并糖尿病、慢阻肺的中西结核诊疗及研究。”裴异介绍,目前结核病仍然是我国的重大传染病,发病人群倾向于经济不发达地区的贫困人群,属于弱势群体常发的病,其中特定人群——老年人和合并糖尿病患者的发病率较高。还有一类人群,结核病的发病率也在逐年增长,是青

少年群体,主要由于进出网吧和熬夜等不良生活习惯所致。

裴异呼吁人们一定要关注结核病的防控工作,通过政府、医院、社区、家庭、学校共同努力做好结核病的筛查工作,做到早发现、早诊断、早治疗、及时控制感染源。多年来,除了临床诊疗工作,裴异一直尽心竭力地面向病友和民众开展结核病的防控科普宣传,她经常撰稿发文,到多个社区讲课,多次接受媒体采访,经常参与电台、网络等平台直播授课,努力提高广大民众对结核病的认识,达到群防群治的目的。

在科室医护团队的眼中,裴异急病人之所急,忧病人之所忧。耐药结核、中医肺病科主要收治的是耐药结核患者。与普通结核

病患者相比,耐药结核患者治疗难度大、治疗周期长、药物不良反应多、治疗费用高、治愈率低,这些现状导致部分患者病情迁延不愈,给患者身心造成伤害,经济上也带来巨大负担,同时极易将耐药结核菌感染给周边人群,增大了结核病的防控难度。

裴异通过在全国结核病高尖端诊疗医院的学习和认知,她敏锐地觉察到科研发展一定能成为结核病精准治疗的推进器,高效提升结核治疗成功率。在医院的支持下,她作为结核专家团队的成员,积极申报使该院成为国家十一五、十二五传染病重大科技专项牵头单位。2012-2020年开展中西医结合治疗方法,提高了耐药结核治疗成功率并发挥中医药减毒增效优势,患者生活质量获

得提升。2018年获得国家NDIP项目机会,将抗结核新药贝达喹啉引入耐药结核治疗,为湖南102名耐药结核患者实现痰菌阴转时间4周,6个月痰菌阴转率达到85.3%的喜人效果,并将耐药结核治疗经验与收获在全国各地讲课分享。

2020年11月,在中国疾控中心结核病防治临床中心、北京结核病诊疗技术创新联盟共同主办的“抗结核新药引入和保护项目(NDIP)”总结会上,该院肺科医院荣获国家抗结核新药引入和保护项目“最佳实施单位奖”、“优秀示范中心奖”两项荣誉;裴异荣获NDIP最佳技术支持奖等奖项。

湖南省12320呼叫中心供稿  
秦璐 执笔