

太极文化在校园文化建设中的价值研究

黄继林

(长江大学教育与体育学院 湖北荆州 434020)

摘要: 校园文化是学校精神文明、校园特色的核心之一。是利用校园所有空间去陶冶感染学生,是一幅有主题画,是一首无声的诗,但情深意切,融入了知识、教育、艺术性于一体,达到“润物无声”的教育目的。太极文化是中华民族的瑰宝,它既具有东方文化的神秘魅力,渗透着中国古典哲学、美学和养生学等深厚的内涵,又凝聚了我国传统文化的精髓。太极文化在校园文化建设当中也发挥着重要作用,我们需要注意太极文化在校园文化建设中的运用。

关键词: 太极文化; 校园文化建设; 价值研究

一、校园文化释义

校园文化是学校发展的一个关键。强大的和优秀的校园文化可以使教师发展得更好,学生变得更加杰出和优秀,也可以使得学校本身更加美丽、更具魅力和更有发展前景。每个学校都有一种文化。无论是否意识到,无论这个校园文化是好的,或者不那么好。这一点是毫无疑问的。在一个混乱的和声名狼藉的学校中,孩子们会推动许多自己的行为准则,教师之间也会慢慢形成自己的文化和规则。校园文化建设是一个长期的任务,是一个由内向外的工程,是弥漫和散布于学校发展历程和学校的方方面面点点滴滴的内在精神和品格风貌。

每个学校在加大对硬件设施的投入,完善基础设施与设备的同时,也在精心打造校园文化,塑造良好的校园文化氛围,给学生提供优质的教育环境,让学生拥有丰富多彩的校园生活。校园文化要承载着教育的功能,坚持育人的为本。在当代校园文化中,我们更加注重现实并且强调脚踏实地的文化,有着较为强烈的强调精神,在境界上追求人的身心和谐,它具有互动性,参透性,传承性,当代的校园文化将传统文化与现代文化合二为一,在提升品质,塑造情操,营造氛围上从而促进学生的全面发展。

二、太极文化释义

中国的传统道家文化滋养了太极文化。太极文化的文武之道、阴阳之道、中和之道、刚柔之道、疾缓之道、弱强之道、天人合一之道,涵盖了古老东方的传统智慧,是一个自成体系的独立文化群。太极文化与儒道和释道有千丝万缕的联系,但又有所区别、有所不同。它们产生的时间与时代背景差异甚大。中国武术的萌芽时期约在距今170万年前至公元前21世纪,起源于远古先民的生产劳动和斗争。太极文化最早产生于4700年前的河洛汇流处,来源于上古时期清静、无为、自然、贵柔的道家思想,伏羲氏被尊为太极文化的鼻祖。商周姬昌《易经》、春秋老子《道德经》、先秦至汉《黄帝内经》,基本上完成了太极文化的吸收和整合。春秋时期的孔孟之道,即儒学,乃中国正统文化。佛教之入中国,盖在西汉之末,东汉之初,盛兴于南北朝。后人由于表面的雷同、内容的斑驳和某种实际的需要,而将儒学和佛学模糊地复在了太极文化的身上,从客观上大大丰富了太极文化。

太极文化作为东方传统文化的代表与西方文化各执一端,遥相呼应,都是人类文化的结晶体,但又时时碰撞、针锋相对,绝然不在同一个系统。十八、十九世纪和二十世纪上半叶,是西方文化向中国侵蚀的年代,西方的学术、思想、宗教、政法以次输入,强行打开了中国大门,先进与落后的撞击,侵略成性使国家受尽屈辱,科学民主与垃圾成堆并存,使中国陷入大苦大难的深刻矛盾之中。今天,进入新时代,随着“一带一路”把中国优秀的传统文化带给了世界各国,太极文化受到世界人民的惊诧和热爱,可以毫不夸张地自豪地说,太极文化将为未来世界文化格局和人类命运共同体的构建起到不可估量的作用。

三、太极文化在校园文化建设中的作用

1、太极文化具有教育性 学生们学习太极拳运动的过程更多的是一种以身体的活动形式表达出来的自我调整,自我修养和陶冶情操的过程,太极拳更像是一种太极文化的修炼,这种文化的修炼蕴涵着中国特有的文化精神,也包含了养生意识,是对中华民族传统文化的继承。通过对太极文化的学习,可以提升大学生的思想道德水平,让他们养成尊师重道、积极进取等好的价值观。

2、太极文化促进大学生的身心健康

目前,随着信息社会的到来,我们可以接触到的信息非常的多,这就导致社会竞争变得越来越激烈,大学生们不仅会面临着考试、就业、考研等方面的压力,同时也会受到一些社会关系,比如师生关系、恋人关系、同学关系等人际关系的考验。因为有太多的内在压力和外在压力,导致很多的大学生会出现焦虑,悲观,抑郁等不良的心理特征。太极拳是一种动静结合的拳术,学生在练习太极拳的时候可以让他们有一个更好的精神面貌。而且太极拳中蕴含的以慢生柔、刚柔相济等理念可以帮助学生去调节自己的身心状态,让他们找到一种舒缓压力的方法。其次,太极拳作为一种体育项目,通过练习太极拳也可以让学生达到强身健体的目的。3、太极文化影响大学生的思想道德及处行为

太极拳通过皂化过程可以让学生们逐渐领略到太极文化的内涵,他们在领略太极文化内涵的过程中,会吸收到太极文化中蕴含的特有的教化知识,从而帮助学生塑造他们的人生观,思想观和价值观。太极文化主要是通过太极拳的传授来让学生们领略我国优秀的传统哲学文化,让学生们的思想在潜移默化的过程中受到影响,帮助学生健全人格,实现思想道德的提升和转变。练习太极拳也是一个注意力转移的过程,学生们在练习的过程中通过意气的走动,把精神完全转移到身体当中,然后再通过一些技巧的动作展现出来,实现自身与外界的统一。太极拳的练习可以让学生们不断提高自身品德的修养,也能够让他们提升自己的境界,实现人与自然、人与社会的和谐相处,帮助学生养成好的道德规范和行为规范。

4、太极文化丰富师生校园生活 大学校园应该是丰富多彩的,太极拳的练习可以帮助学生们缓解身心的疲劳状态,也能够让学生们摆脱对手机、网络等的依赖。学生们在课余时间可以通过练习太极拳,认识更多的朋友,也达到了强身健体,愉悦身心的目的,还能够让他们的课外生活变得更加丰富多彩。

【结束语】我们需要在校园文化建设中大力推广太极文化,这样既可以加强学生们对中国传统文化的认识和了解,也能够帮助学生愉悦身心,强身健体,提升他们的思想道德修养。

参考文献:

- [1]高雪梅.太极文化软实力价值研究[J].搏击武术科学,2010
- [2]李再燕.论太极文化在高校主流文化下对大学生思想道德的教育作用[J].广西师范大学,2009