

“一带一路”背景下中华传统体育养生文化国际传播的价值、问题和进路研究

常开羽, 吴庆祥

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

摘要: “一带一路”倡议提出十余年来, 为中华传统体育养生文化的国际传播创造了机遇, 促进了文化交流与认同。本文运用文献资料、逻辑分析等研究方法, 阐释中华传统体育养生文化国际传播的价值内涵, 分析“一带一路”背景下该文化的国际传播问题以及进路。中华传统体育养生强调身心协调、性命双修、预防未病, 具有丰富的康养价值和文化价值, 其国际传播能够促进中华优秀传统文化与国际文化交融, 助力构建人类健康命运共同体, 同时加快体育养生产业发展。研究发现, 阻碍中华传统体育养生文化国际传播的问题主要有: 一是文化认知差异; 二是传播渠道受限且建设质量不高; 三是国际文化市场竞争激烈; 四是中华传统体育养生文化专业人才匮乏。由以上问题可知, 当下中华传统体育养生文化的国际传播亟待探索新方法、新路径。针对上述问题, 本文对中华传统体育养生文化的国际传播提出以下发展进路: 搭建体育养生国际文化交流平台; 以数智技术赋能传统体育养生文化国际传播; 举办体育赛事和养生文化展览以树立中华品牌; 建立国际中华传统体育养生知识学堂; 加强中华传统体育养生文化国际人才建设。

关键词: “一带一路”; 中华体育养生; 文化国际传播; 进路研究

Research on the Value, Problems and Approaches of International Communication of Chinese Traditional Sports Health Culture under the Background of the “Belt and Road Initiative”

CHANG Kai-yu, WU Qing-xiang

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

Abstract: The Belt and Road Initiative, launched over a decade ago, has created opportunities for the international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture, promoting cultural exchange and identity recognition. This paper uses documentary materials and logical analysis to elucidate the value connotations of the international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture, analyzes the international dissemination problems and approaches of this culture under the background of the Belt and Road Initiative, and concludes that the international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture can promote the inheritance of Chinese culture, the integration of international culture, the building of a community of health for all and the development of the sports and healthcare industry. The problems hindering the international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture are: first, cultural cognition differences; second, limitations in

dissemination channels and low-quality construction, fierce competition in the international cultural market; and fourth, a shortage of professional personnel in China's traditional sports and healthcare culture. The above problems show that the current international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture urgently needs to explore new methods and paths. In response to these problems, this paper puts forward the following development approaches for the international dissemination of China's traditional sports and healthcare culture: build an international sports and healthcare cultural exchange platform; use digital technology to empower the international dissemination of traditional sports and healthcare culture; hold sports events and healthcare culture exhibitions to establish the Chinese brand; establish an international knowledge school of traditional Chinese sports and healthcare; and strengthen the construction of international talent in China's traditional sports and healthcare culture.

Key words: “Belt and Road Initiative”; Traditional Chinese sports and healthcare; International cultural dissemination; Research on approaches

2013年9月和10月,习近平总书记分别提出建设“丝绸之路经济带”和“21世纪海上丝绸之路”的合作倡议。这既是中国和平崛起的必由之路,也是世界各国发展互鉴、共享机遇的重要举措。作为新时代发展中国特色社会主义的一项基本方略,“一带一路”不仅是一条经济发展之路,也是一条文化互通之路^[1]。体育作为一种世界通用语言,是拉近“一带一路”沿线国家和地区人民心灵的最佳媒介,有力推动“一带一路”沿线国家民心相通,为构建人类命运共同体奠定坚实的社会根基^[2]。中华传统体育养生文化作为我国千百年来积淀的重要历史文化,代代相传,融入到中华民族的生活方式和价值观念之中,强调运动与养生的结合,注重人的身体健康和心理平衡,对中国人的生活产生了深远的影响。鉴于此,本文基于“一带一路”背景下,以中华体育养生文化为研究重点,探索中华体育养生文化在“一带一路”倡议下的世界发展之路。

1 中华传统体育养生文化国际传播的价值内涵

“一带一路”倡议为中华体育养生文化的国际传播提供了重要机遇,增强了世界文化的认同与交流,促进了人类健康命运共同体的建设。中华体育养生的国际传播,立足中华民族文化内涵和养生理念,通往世界文化之林,传播中华体育养生文化,满足世界人民对健康和幸福生活的追求。

1.1 促进中华文化传播与国际文化交融

习近平总书记在党的二十大报告中提出,“推进文化自信自强,铸就社会主义文化新辉煌”“传承中华优秀传统文化”“坚守中华文化立场”^[3]。中华传统体育养生文化作为中华民族浩瀚文化中的重要组成部分,大力发展和传承传统文化是国家文化建设的应有之义。“一带一路”倡议作为合作交流平台,为文化交流搭建了桥梁。通过教育培训、学术会议、新媒体、商务旅游等方式,

有助于中华体育养生文化展示和传播至国际社会,增强中华体育养生文化在世界范围内的影响力,为世界文化之林树立中华传统体育养生“文化之树”,促进世界文化的沟通与交流。

1.2 构建人类健康命运共同体

中华传统体育养生文化是中华民族社会生活实践经验的总结,是华夏民族几千年来对健康和养生理念的归纳和整理。在中华传统文化中,传统体育养生被认为是维持健康的重要途径,强调身体和精神的协调发展,历来有“性命双修”“天人合一”“道法自然”的观念。早在殷商时期就有了射箭、马术、舞蹈等体育项目。在宋代,诸如太极拳、武术、养生功法等传统体育活动蓬勃发展,形成了独具特色的中华体育养生文化。以养生功法、养生理念和医学理论为代表的体育养生文化,彰显了中华体育养生文化对健康和身心发展的追求。同时,大量研究表明中华传统体育对人体健康有益。例如,八段锦可以提高肌肉吸收葡萄糖的能力,对糖的摄入量和脂肪的堆积可以进行很好的控制^[4];太极康复训练能有效降低太极拳练习者膝关节损伤的发生风险,延缓疾病发展,提高患者膝关节功能水平^[5]。这为国际健康和人类发展提供了中国传统体育养生智慧,更有助于应对全球公共卫生挑战,治疗慢性疾病,提高生活质量,构建全球人类健康命运共同体,共同提升全球健康水平。

1.3 加快传统体育养生产业发展

“一带一路”倡议为中华传统体育养生走向国际化、产业化开辟了道路。在该倡议的推动下,沿线国家文化交流、产业交流等日益频繁和深入,国际之间体育文化和产业的合作与发展逐渐深化。中华传统体育养生文化拥有众多健身功法和养生理念,通过推广太极、八段锦、武术等传统养生运动,搭建国际交流平台,举办国际赛事和养生活动,能够有效带动相关康养产业发展。其次,

挖掘传统体育养生文化的理念内涵,传播中华康养价值和方法,开展中华养生普及平台,促进国际健康养生理论交流。同时,开发“体育养生+旅游”的产业模式,开发体育养生旅游产品,如武当道教宫观参观和养生功法体验,吸引国内外游客,促进养生文化旅游业的发展,实现经济增收,促进中国体育养生产业的对外传播和合作,形成良性循环的发展格局。

2 中华传统体育养生文化国际传播的问题分析

“一带一路”倡议为中华体育养生文化的国际传播提供了重大机遇,但在实施过程中也面临一些挑战。国外不同民族和文化的差异导致对中华养生理念的理解和接受程度不一。缺乏系统化的传播策略和专业的人才队伍,使得养生文化在国际传播中往往呈现出碎片化的状态。此外,语言障碍也是一个重要因素,许多养生知识和理念未能得到有效翻译和传达,限制了信息的准确性和广泛性。中华体育养生文化内涵的外语释译难以精准表达其深层含义,无法准确地传达养生功法和养生理念的价值和智慧,进而引发受众对其重要性和有效性的质疑。再者,市场竞争激烈,其他国家的健康文化与运动理念也在积极推广,中华体育养生文化需要找到独特的切入点与优势,以吸引更多国际受众。

2.1 文化认知差异

“一带一路”倡议作为重要的国际倡议,沿线地区和国家因民族不同、地域不同、文化不同以及意识形态不同,致使外来文化传播面临困难。不同国家对中华传统体育养生文化的理解 and 实践方式存在差异,成为制约中华体育养生文化传播的重要问题。中华传统体育养生文化在不同国家传播过程中,存在一系列认知障碍与偏见,核心概念解读存在误解,例如“气”“阴阳”和“天人合一”这样的核心概念在西方文化中缺乏直接对应物,这使得外国人很难理解其真正含义,有时甚至将其误读为神秘主义或迷信。其次,宗教与哲学观念存在差异。中华传统体育养生文化中的某些实践和理论与特定的宗教和哲学体系紧密相连,而国外缺乏对这些背景的了解,从而产生认知上的障碍。西方国家往往强调科学和实证,而中华养生文化更注重整体观和内在调和,这种思维方式的差异使得外国人可能难以全面理解和接受传统养生方法。此外,西方社会普遍倾向于快速见效的健康方式,而中华养生文化强调的是长期的调理和预防,这种时间观念的差异使得一部分国际受众对养生的耐心不足。

2.2 传播渠道的限制以及建设质量不高

现阶段,我国传统体育养生文化的国际传播渠道建

设面临质量不高的困境,导致传播受阻。一方面,国内外媒体融合不足^[6]。世界非物质文化遗产太极拳传承人陈小旺先生曾指出:“太极拳在国外传播时,缺乏与当地知名报纸、杂志或者电视台进行合作宣传的意识。”^[7]这导致中华传统文化的存在感较低,难以引起官方媒体的重视和关注。另一方面,在当前的全球政治经济格局中,西方国家对于新兴跨国社交平台的崛起表现出明显的关注和警惕。这些平台的快速发展被西方国家认为挑战了传统社交媒体的市场份额,也对西方国家在信息传播领域的主导地位构成了潜在威胁。例如,美国政府对TikTok的打压行为,表面上看似是基于国家安全的考虑,实则更多地反映了其试图维护自身在全球信息传播和文化交流中的霸权地位。由于西方国家对新兴平台的限制和控制,使得中华传统体育养生文化的国际传播受到相应影响。其次,传统媒体的影响力逐渐减弱,许多受众更倾向于通过数字平台获取信息,这使得依赖传统渠道的传播方式显得不够有效。数字平台的内容往往缺乏本地化,未能充分考虑不同文化背景的受众需求,导致传播效果不佳。中华体育养生文化的传播和开发亟需采取数字化、智能化的传播渠道,打破文化封锁,创新体育养生文化产品,拓宽传播渠道。

2.3 国际文化市场竞争激烈

随着全球化的发展,世界各地的地域文化纷纷涌入国际市场,尤其是西方国家的健身和养生理念,如瑜伽和普拉提,已经占据了大量市场份额。这些文化凭借其成熟的商业模式和广泛的受众基础,形成了强大的竞争优势。社交媒体和数字平台的迅速发展使得信息传播更加便捷,同时也促使多种文化产品竞相吸引受众的注意力。另外,西方同质化文化对东方文化的排斥,阻碍了传统体育养生在国际上的有效传播和认同。例如,武术作为中国体育非物质文化遗产(以下简称“非遗”)的瑰宝,在国际舞台上表现活跃,但入奥之路却艰难坎坷,申请屡遭拒绝。为迎合西方竞技标准,武术不断进行改革,其核心的攻防属性逐渐被艺术特性所替代,深厚的传统文化内涵也随之逐渐流失,沦为西方同质化文化的附庸,失去了原有的民族性和文化根基^[8]。将其描绘为奇异或非主流的实践,极大地影响了中华体育养生文化的国际传播。并且,西方社会强调竞技性和个人表现,而中华传统体育养生文化则更注重内在修养和集体和谐,价值观的差异导致中华文化难以被欣赏和接受。在此背景下,中华体育养生文化急需树立国际品牌和特色来展示自身魅力和价值。

2.4 中华体育养生文化专业人才匮乏

中华体育养生文化的国际传播面临着专业人才匮乏的严峻挑战。尽管这一文化蕴含着丰富的理论和实践内

容,但缺少能够深入理解并有效传达其精髓的专业人才,极大地限制了其在全球范围内的推广。首先,许多从业者对中华传统体育养生文化的理解相对浅显,对体育养生文化内涵的挖掘和理解不足,导致传播内容的专业性和权威性有待商榷。其次,培养具备跨文化沟通能力的人才更是迫在眉睫。由于不同文化背景下的受众对养生理念的接受度和理解方式存在差异,缺乏能够进行有效交流的专业人才,使得传播效果大打折扣。现有的教育和培训体系未能针对这一领域进行系统化的课程设置,导致相关知识和技能的传承受到限制。行业内也缺少足够的激励机制,难以吸引更多的年轻人投身于这一领域。为了解决这些问题,需要建立完善的人才培养体系,鼓励跨学科合作,加强实用技能的培训,从而培养出能够承担中华体育养生文化传播重任的专业人才,以推动其在国际市场上的影响力和认可度。

3 “一带一路”助推中华传统体育养生文化国际传播的进路探讨

“一带一路”倡议为中华体育养生文化的国际传播提供了多方面的价值,加速了不同国家文化的交流和互鉴,传播了中华传统体育养生文化,为世界各国人民提供了行之有效的健身管理方法和生活养生理念。中华传统体育养生文化通过国际平台的搭建、数智协同赋能、人才建设等方式,能够有效地扩大民族文化的国际传播。

3.1 搭建体育养生国际文化交流平台

我国体育文化作为当代中国先进文化的重要组成部分,是由世代相传的中华传统体育文化与从西方引入的现代体育文化共同构成的。相比之下,传统体育文化蕴含着东方社会独特的民族文化伦理与哲理,更能体现中华民族的特色,彰显中华文化的先进性^[9]。体育养生国际文化交流平台的建设应紧紧围绕中华文化的东方特色和民族特色进行推广和发展,打破文化隔阂,促进文化交融。中华传统体育养生依托社交网络、国际学生组织以及“一带一路”文化交流项目为契机,有助于加快传播和推广中华传统体育养生文化。第一,设计体育养生国际文化交流平台的传播定位。以注重中华体育养生文化的传承为主,推动中华体育养生文化的国际化交流。第二,建立中文/英文网站和国际社交媒体交流平台。中华体育养生内容丰富、文化深厚,例如武当太极、健身气功八段锦、易筋经等功法,不同功法又蕴含不同的历史文化。通过建立文化推广网站以及国际社交媒体交流平台,整合不同体育养生项目资源,将体育养生功法以视频的形式进行传播,吸引更多用户进行学习,并创建适合国外人群学习和了解的内容,注重将中华传统体

育养生理念与当地文化相结合,创造更具吸引力的文化产品,以促进受众的认同与参与。

3.2 数智技术赋能传统体育养生文化国际传播

随着网络化、数字化、智能化、全媒体时代的到来,短视频、直播等新兴媒体不断涌现并成为主流传播方式。相关研究显示,新媒体和人文交流等渠道对海外年轻人影响更广泛^[10]。数智协同发展成为传统体育养生文化传播、交流和发展的一项重要技术,中华体育养生文化能够借此技术快速实现国际化传播和发展。第一,制作养生功法可视化视频。采用生动有趣的功法视频、动画、图片和文字内容相结合的方式,展现中华传统体育养生文化的特点和魅力,进而保护和传承中华非遗功法,便于国际传播和文化交流。第二,利用社交媒体平台。通过在知名社交媒体平台如 Facebook、Instagram、Twitter、微信、微博等发布中华体育养生文化功法视频和养生理念,吸引国际受众关注并分享,扩大文化传播范围。第三,创立中华养生互动推广活动。设计线上互动活动如话题讨论、挑战赛、小测验等,增加参与者互动以及体验中华体育养生文化的机会,提升参与者对文化的认知和兴趣。第四,合作联动推广。加强与“一带一路”沿线国家的机构、社团、媒体合作,共同推广中华体育养生文化。通过跨国合作和联动推广,实现文化交流共赢,助推体育养生文化交流。

3.3 举办体育赛事和养生文化展览树立中华品牌

在世界文化竞争激烈的当下,各国文化传播和树立亟需品牌优势和特色。新时代推进中国特色品牌建设,既要学习西方品牌的优秀成果,又要继承中华优秀传统文化融入非遗老字号品牌传播的规律、经验与模式^[11]。通过举办中华体育养生文化的体育赛事、展览和论坛活动,吸引国际关注,展示中华体育养生文化的魅力和特色,促进与沿线国家和地区的交流与互动。策划和组织一系列中华体育养生文化活动,如太极拳、气功、武术等国际赛事,以及中医养生知识展览和专题论坛,向世界展示中华体育养生的独特魅力和深厚底蕴,吸引来自“一带一路”沿线国家的关注和兴趣,建好中华民族的精神高地,筑牢文化自信自强的根基^[12]。例如,通过国际太极拳比赛邀请“一带一路”沿线国家和地区的选手参与,以赛事为契机传播中华太极文化动静结合、刚柔并济的养生理念。同时,与国内外知名企业联合推广,借助其市场影响力共同提升活动的知名度,吸引更多赞助商的支持,扩大活动的影响力。此外,专业培训班和讲座的设置则为对中华养生文化感兴趣的国际人才提供了学习机会,在培养优秀教练和学员的同时,建立起中华文化的传播网络。

3.4 建立国际中华传统体育养生知识学堂

中国是一个具有 5000 多年文明史的多民族国家,拥

有深厚的历史和博大精深的传统文化。开办学堂成为中华传统文化传播的重要途径。例如,孔子学堂作为非营利性的社会公益机构,其最重要的职责是为世界各地的汉语学习者提供规范、权威的汉语教育服务^[8]。中华体育养生文化的传播则可借鉴学堂方式,助推文化的推广和发展。第一,确定学堂课程内容。结合“一带一路”沿线国家的文化需求和养生兴趣,设计包括中华传统体育养生文化、养生功法、营养保健等方面的课程内容,形成体育养生文化培训课程体系。第二,招聘专业教师和讲师。邀请具有丰富经验和专业知识的体育养生、养生文化、中医保健等领域的专家教师和讲师担任培训教师,确保培训质量。第三,确定培训地点和时间,宣传推广和招生。选择适合举办国际培训班的场所,确保设施齐全、环境舒适,同时根据参训者的时间安排合理安排培训时间。通过国际合作伙伴、社交媒体、官方网站等渠道进行培训班宣传推广,吸引感兴趣的学员报名参加。第四,进行考核评估和颁发证书,持续跟踪与反馈。对参训学员进行养生文化考核评估,合格者颁发结业证书,鼓励学员继续学习和传播体育养生知识和文化内容。建立学员档案,通过定期调查问卷和回访等方式,了解学员的学习体验和培训效果,不断改进和提升培训质量。

3.5 加强中华传统体育养生文化国际人才建设

加强中华传统体育养生文化国际人才建设是推动这一文化传播与发展的重要举措。首先,设立专业课程并开展师资培训,致力于培养能够有效传承和推广相关知识的高水平专业人才。同时,实施国际交流项目,保障文化的互通交融。例如学生交换计划和海外研修,可以增加国际学员亲身体验中华传统体育养生文化的机会,从而提升他们对体育养生文化的理解和认同。其次,与国际养生和体育机构建立合作关系,共同开发相关项目和课程,组建国际体育养生专家联盟,分享经验与资源,进一步推动人才的培养和交流。另外,健全卓越的中华传统体育养生文化人才培养体系,探索多元化培养路径。探索国际人才培养与民族文化融合的科学方法,构建高质量育人平台和育人机制^[13]。设立专项基金,鼓励国内外学者开展有关传统体育养生的研究,并将研究成果应用于教学和培训中,推动理论与实践的结合,进而提升整体教学质量。政府与社会的支持则为这些措施提供了坚实的基础。鼓励政府出台相关政策,支持国际人才培养和交流项目,同时与企业合作,为人才提供实习和就业机会,帮助他们更好地融入市场。

4 结语

中华传统体育养生文化作为中华民族历史积淀的结晶,

具有重要的健身、健心与康养作用。“一带一路”作为国际交流和文化传播的重要平台,为中华传统体育养生文化的国际传播提供了重要渠道。鉴于此,通过上述进路解决中华传统体育养生文化的国际传播困境,助力中华文化品牌建设和国际传播与交流,有助于弘扬中华传统非遗文化和功法,促使中华传统体育养生文化屹立于世界文化之林。

参考文献

- [1] 张贝尔,赵洪波,胡顺鼎.“一带一路”背景下我国高校体育智库建设的“困”与“变”[J].吉林体育学院学报,2023,39(5):45-50.
- [2] 于俊利,冯鹭.“一带一路”倡议10年中国体育文化传播的成就、挑战与展望[J].西安体育学院学报,2023,40(6):670-676.
- [3] 习近平.高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗:在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[N].人民日报,2022-10-26(1).
- [4] 刘志平.武术功法八段锦对肥胖的影响研究[J].武术研究,2021,6(10):114-115,123.
- [5] 王万淑,王巍堡,康涛.太极康复训练对膝关节损伤患者功能恢复的影响分析[J].中国医学前沿杂志(电子版),2022,14(6):22-25.
- [6] 王保龙,尹树来,谭朝文,等.我国民族传统体育文化国际传播能力建设探赜[J].体育文化导刊,2024(1):15-21.
- [7] 周惠新.太极拳跨文化传播研究[D].长沙:湖南师范大学,2020.
- [8] 闫民.脱钩背景下体育非物质文化遗产国际传播的现实困境及纾解路径[J].北京体育大学学报,2024,47(6):60-70.
- [9] 耿迪,何颖,李小刚.“一带一路”建设中体育文化国际传播的价值与策略[J].中华文化论坛,2019(3):147-152,160.
- [10] 王壹伦,曹庆雷.我国优秀传统体育文化对外传播能力建设研究[J].体育文化导刊,2023(4):34-40,48.
- [11] 王红君,李天福.中华优秀传统文化融入非遗老字号品牌传播的规律、经验与模式[J].四川戏剧,2023(11):97-100.
- [12] 张婧.打造新时代优秀出版品牌推进中华文化自信自强[J].出版广角,2023(14):4-8,62.
- [13] 黄汉升.全面提高体育人才自主培养质量,加快建设体育强国[J].武汉体育学院学报,2023,57(1):5-13.