首都体育学院学报
Journal of Capital Institute of Physical Education
第23卷 第4期/2011年7月
Vol. 23 No.4 / July 2011

● 体育教育研究

关于提高民族传统体育学博士研究生培养质量的若干思考

Consideration on Improving the Training Quality of Ph. D. Graduate Students Majoring in National Traditional Sports

周伟良
ZHOU Weiliang

摘　要：我国的民族传统体育学博士生培养起始于1997年，它是在原来的武术硕士研究生培养基础上发展起来的。与其他学科相比，它的起步较晚，但在10多年的摸索发展中，无论在数量上，还是质量上都显现出了较好的发展前景，尤其对推进该学科的发展及人才队伍培养发挥了积极作用，但在展现其成绩的同时，不少缺憾、弱点也清晰地暴露出来。为此，从"认识民族传统体育学的理论制高点及学科特色""加强导师队伍建设"和"注意博士生的励志教育及培养博士生的兴趣能力"3个方面，就如何进一步提高民族传统体育学博士研究生培养质量进行思考。

关键词：民族传统体育学；博士生导师；博士研究生；培养质量
中图分类号：G 807.4　**文章编号**：1009-783X(2011)04-0317-06　**文献标志码**：A

Abstract: The training on Ph. D. graduate student majoring in national traditional sports in China began in 1997. It is based on the original wushu master graduate education development. Compared with other disciplines, it starts evening. In recent 10 years development, the good developing prospect is showed no matter in the quantity and quality, especially in promoting the development of the discipline and talents. In showing its achievements, many defects and weakness also exposed clearly at the same time. This paper makes deeply consideration on how to improve the training quality of Ph. D. graduate students majoring in national traditional sports from the three aspects of the characteristics of discipline, construction of teacher team, graduate student's endeavourers and learning interesting training.

Key words: national traditional sports; doctoral tutor; Ph. D. graduate student; training quality

我国的民族传统体育学博士生培养起始于1997年，它是在原来的武术硕士研究生培养基础上发展起来的。与其他学科相比，它的起步较晚，但在10多年的摸索发展中，无论在数量上，还是质量上都显现出了较好的发展前景，尤其对推进该学科的发展及人才队伍培养发挥了积极作用。如果按照列宁提出的"判断历史的功绩，不是根据历史活动家有没有提供现代所需要的东西，而是依据他们比他们前辈提供了新的东西"这个标准[1]，那么我国的民族传统体育学博士生培养从无到有，其成绩应该充分肯定。

但是，对目前民族传统体育学博士研究生培养的估价不能停留在单向的自我维度上，正如中国政法大学郭世佑教授指出的那样："对事物的认识不能满足于在时间上对自身进行线的比较，还要从空间上与他人进行面的比较或类的比较。"[2]306 唯其如此，才能对民族传统体育学博士生培养质量有清醒认识，避免以偏概全。坦率说，目前我国民族传统体育学博士生培养在展现出成绩的同时，不少缺憾、弱点也清晰暴露出来。博士研究生培养，乃是举世公认的最高学历教育，它的培养质量不仅事关某一学科的发展与创新，同时更反映一个国家人才培养的整体水平与学术声誉；为此，基于笔者近10年来对该领域的关注与思考，下面就如何进一步提高民族传统体育学博士研究生培养质量聊作芹荛之献，权当引玉之砖。

1　认识民族传统体育学的理论制高点及学科特色

1986年4月，时任国家体委主任的李梦华先生曾说过这样一段富有见地的话："我国目前开展着四五十个体育项目的活动，其中包括武术。可以这样统计体育项目的数字，但这并不标志着武术的位置是1/40或1/50。可不可以说它在体育中应占一半的位置。"[3] 无疑，李先生谈话的"一半"，就是指包括武术在内的民族传统体育特有的历史文化含载所言。曾几何时，我国体育教育界个别"权贵"嚷嚷要按什么分类原则取消民族传统体育专业，其荒谬与无知也在于此！可以说，民族传统体育之所以能不同于田径、体操、球类等运动项目而单独成为一门具有自己的研究范畴和自成畛域的学术领域，就在于它具有的独特历史人文背景。从这个意义上说，人文社会学科研究无疑是该学科的理论制高点。鉴此，本人在2004年发表的《一个不可忽视的学术领域》一文中曾以武术为例提出："人文社会学科研究是该理论研究的制高点。"[4] 我们应充分把握住这样一个学科特色。

目前，门类丰富的人文研究正在成为民族传统体育学的学科发展趋势，这既是人们的共识所致，也是民族传统体育学的

收稿日期：2010-10-14
作者简介：周伟良(1953—)，男，江苏苏州人，博士，教授，研究方向为中国体育史与民族传统体育学。
作者单位：杭州师范大学体育与健康学院，杭州 310036
School of Physical Education and Health, Hangzhou Normal University, Hangzhou 310036, China

学科性质使然。在民族传统体育的研究中,历届毕业的研究生应是这一学科发展的新兴群体,是科研队伍的后备力量,因此,其撰写的论文内容也能从一个方面反映出该学科研究的走向。基于这样的认识,不妨就近10年来提交的博士学位论文的论题进行分析。

据《中华人民共和国武术史》一书作者的统计,2000年至2008年中全国有关民族传统体育学博士学位论文共有58篇,其中上海体育学院37篇,北京体育大学11篇,与民族传统体育学有关的其他学科博士论文10篇[5]。根据论文题目,58篇论文的内容大致可作如表1所示的归类。

表1 58篇论文内容归类 篇

校名	人文理论类	训练理论类	健身理论类	生物学科类	总计
上海体育学院	32	2	2	1	37
北京体育大学	7	3	1		11
其他相关院校	8	2			10

该表的统计清楚反映,人文理论类在58篇博士学位论文中占有绝大比重,共47篇,而竞技训练方面研究为7篇,太极拳健身研究为3篇,从生物学角度的研究为1篇。

需要说明的是,由于中国古代浑融的文化景象对于中华武术产生了深刻影响,中国武术向来关注的是习武者与社会的关系而非人与自然的关系,即使一些技术性或具有自然学科属性的理论研究,也浸润了浓厚的人文滋养;所以,诸如传统武术训练理论和健身理论类的论文,同样需要研究者具备较好的人文学养,从人文社会学的视角运用研究方法,否则难以洞见中华武术的底奥,给出符合事实的理论分析。已有研究者指出,在西方文化土壤里滋生的体育术语,都明显带有物理性质,如强度、密度、幅度、力量、频率等,而在以武术为代表的东方体育文化中,用这类物理性术语就难以说明,"即使某些运动细节可以得到阐释",但本质上无法解读诸如阴阳互济、动静刚柔之类的范畴和要领[6]。诚如所言,像"提膝亮掌""马步冲拳"之类的现代武术动作名称,虽简明易懂,但由于被过滤掉了传统武术含有的隽永寓意而不耐咀嚼;相比较之下,如"起似蛰龙升天,落如霹雷击地"这类采用比兴修辞手法的文句描述,借助了比附、联想和自我心理喻示,从而能突破事物间的时空界限,形成一种可感知的文化图景。对此,如不放在历史文化的视野中来加以诠释,是难以明了的。又如,运用阴阳五行学说来解释人体的生理变化与健身机制,同样与古代哲学文化密切关联,舍此,中国的传统养生学就无从谈起。

但在较长的时期内,这方面研究未引起应有重视。据上海体育学院1997年的统计材料,自该校有武术硕士点开始一直到1996年,其研究生撰写的学位论文竟无一篇涉足有关武术的人文社会学方面的研究,均为运动生理学、运动生物力学、运动医学或运动训练学方面的内容,这种情况在其他院校中也较普遍;所以,对于包括武术在内的民族传统体育来说,上述的变化具有重要的时代意义,它标志了民族传统体育学正从原先的以运动科学为主要方法研究进入到一个以人文社会学科为主体、为交叉的学术新领域。

多学科交叉是民族传统体育的学科特色,除此之外,"学""术"结合也是其显著特色之一。民族传统体育学一方面是对已有民族传统体育实践的总结和提升,另一方面其研究的成果最终又需作用于实践,因而该学科就具有了鲜明的"学"与"术"的交融。对于一位有志于民族传统体育的研究者来说,对于研究对象的活动方式、技术特点等应有较好的了解,有的甚至必须躬身实践。就武术研究而言,查阅文献固然重要,但武术的底奥并非仅凭读书就可洞见,那种仅凭粗浅的视觉印象和文本知识,是无法对武术进行合乎实际的评析的。切身的实践认知和技术感受,应该是每一位致力于武术研究必备的基本素养之一。否则,所论时常会失之于皮相疏阔,难以对武术的时代发展起到基础理论的指向作用。

了解了民族传统体育学的理论制高点和学科特色,对于管理部门来说,可以合理规划该学科的发展及研究重点,优化研究队伍结构及资源配置,以更好地推动民族传统体育学的学科发展;对于民族传统体育学博士研究生培养来说,一方面可以明确博士点的发展方向,有利于本学科学术领域的拓展,另一方面可以更好地调整博士生的课程设置和指导其读书,培养博士生观察问题和分析问题的能力,拓展他们的学术视野和加强他们的基础训练,从而有效提高民族传统体育学博士研究生的培养质量。

2 加强导师队伍建设,提高其责任心及自身学养

"师"在整个人类文化传播中的价值是不言而喻的。明末思想家黄宗羲说:"古今学有大小,盖未有无师而成者也。"[7]这也是今天教师的价值所在,但大学里的研究生培养与普通教学有着很大区别,它是学术薪火相传的生动体现。指导博士生的导师简称"博导",他与博士生结下的关系也非同一般,任何一篇博士学位的论文在"后记"里都会不约而同地用大量词句感谢导师的辛勤培育,就是绝好证明。在我国现行体制下,大学里的"博导"如同"硬通货",是一种身份与学术的双重象征,非包括教授在内的普通教师可比,但"传道、授业、解惑"毫无疑问依然是其神圣天职。在博士生培养中,博导的作用主要体现为以下4大方面:1)对培养对象的招生、培养过程和毕业论文的把关作用;2)对提高博士生学养学品的影响作用;3)对博士生学术兴趣与科研能力的培养作用;4)学科专业知识传授中的主导作用。鉴于这样的重要作用,本人就如何加强博士生导师队伍建设提出如下4点建议。

2.1 切实加强导师的学品修养

学术研究是一个主体性很强的"求真"过程。学术人才的培养,首先培养者应具有端心诚意的求真态度,为培养对象树立起一个学术道德标杆。近些年来,不少高校包括博导在内的学术造假、剽窃丑闻不绝于耳,即便是博士生的论文失范里也若隐若现着导师的影子,这为我们切实加强导师自身的学品修养敲起了警钟。学术研究不同于竞技场上的项目比赛,没有庆典仪式和热闹喧哗,因此,它首先需要研究者本人志存高远,树立起为追求真理而不畏艰辛的献身精神,加强学术伦理自律。明末的顾炎武曾云:"文之不可绝于天地者,曰明道也。"[8]既为

“明其道”，则当“不计其功”“不计其利”，由此学术研究才能赢得它自身的地位和尊严。反之，学术研究如一旦丧失了其“求真明道”的精神基础而沦为稻粮谋的应景之作，急功近利的浮躁心理就会油然而生，花样迭出的抄袭拼凑就会适时而至，当被奉为学者圭臬的“独立之精神，自由之思想”就会弃如破履。

博导们肩负着民族传统体育学的最高层次人才培养重任，应对学术多存一份敬畏之心。因为博导自身的学品修养不仅是个人的事，同时也会在日常生活中潜移默化地给学生以深刻影响，学生正是从他们的导师那儿感受学术范式，体悟人生价值；因此，凡是肩负指导研究生的导师们，当义不容辞地自觉加强学术道德修养，提高学术规范意识，形成我们民族传统体育学良好的学术传统。试想，如果我们的博导学术诚信低下，阿世曲学成习，那将给博士生们一个什么样的教育示范？“学高为师，身正为范”，难道我们可以指望那些失去学术诚信的“文抄公”及学术上进退无据者能以身垂范地向青年学子“传道、授业、解惑”，或能进行真正意义上的人才培养？

2.2　不断提高导师的学术水平

我国民族传统体育从遥远的历史走来，又朝着充满希望的明天走去，在千回百转中开辟着自己前进的道路，所以，对它的研究，将广泛涉及到诸多学术领域，如传统哲学、医学、美学、兵学、养生学，以及历史学、文化学、民俗学、社会学等；另外，随着近百年来西方体育文化的汇入与影响，对于民族传统体育的研究又羼入了更多的新视角与新方法，特别是随着当前科学知识的激增和学术研究的发展，民族传统体育学正经历着一场全新的文化洗礼——多学科交叉越来越成为我国民族传统体育学研究的新走向。

著名眼科专家中山大学葛坚教授在 2005 年的全国博士生论坛上曾意味深长地提出：作为一名博士生导师，只有“站得高、看得远”，才能培养出出色的研究生。如果导师在所研究的学术专业上，自己不去进行知识的更新换代，不去实行学科的交叉，不努力与新的边缘学科衔接，在培养研究生期间就会产生问题[9]。这一点对于我国民族传统体育学博导们来说，亦具启示意义。就上海体育学院与北京体育大学这 2 所较早设有民族传统体育博士点的单位而言，其博导绝大多数是长期从事武术的专业技术教学，对于理论研究缺少必要的储备，尤其是文史哲方面的学术训练更为贫乏。这样就势必造成知识结构的单一化，因而在指导博士生时就显得力不从心。曾有些博士学位论文中出现的种种“硬伤”问题，不能不与此有关，这是有教训的。再加上浮躁之风被遍士林的社会风气影响，传统那种沉潜专注的治学风骨似已难觅。著名史学家陈寅恪先生当年曾云：“一时代之学术，必有其新材料与新问题。取用此材料，以研究问题；则为此时代之新潮流。治学之士，得预于此潮流者，谓之预流（借用佛教初果之名）。其未得预者，谓之未入流。”[10]作为民族传统体育学的博导们，毫无疑问理应成为我国民族传统体育学研究的预流者，牢牢把握民族传统体育学及相关理论的发展前沿，不断提高自身的人文素养，完善自己的知识结构，拓展自己的学术视野，从而完成薪火相传的学术使命。若沦为“未入流”，非仅个人之失，亦乃民族传统体育学高层人才培养之不幸也！可不慎乎？

2.3　进一步强化导师的责任心

研究生培养总体上是学校有关管理部门与导师的共同责任，但作为导师，应是研究生培养质量的第一责任人。导师对于研究生培养的责任心主要表现在 3 方面。

首先是招生责任关。招收高素质的生源，是确保博士生培养质量的第一关键。近年中不断爆出的某些导师在研究生招生上大搞满足私欲的“潜规则”，充分说明了招收研究生工作中存在的问题。就民族传统体育学而言，在过去几年的招生中，曾过分注重考生的考卷成绩而忽视了作为“软条件”的学术基础与学术积累。目前，有些博士生毕业后少有作为，无法体现作为博士的应有价值，实在令人扼腕。这一情况固然与个人努力有关，与具体社会环境有关，也很难讲与当初的招生毫无干系。竞技运动重选材，学术研究何尝不是如此！

其次是培养环节关。具体表现在导师对于研究生合理的课程设置、平时指导读书、创新能力培养，以及日常生活关心等方面。在研究生课程设置问题上，除了必要的公共学位课程外，应充分考虑培养对象的现有基础和学术兴趣，根据“扬长补短”的培养原则，注重研究生的非学位课程学习，以完善研究生的知识结构及学术训练。平时指导读书，是培养研究生的重要环节，但往往被忽视。培养期间导师对研究生的读书指导，并不同于一般意义上的书籍信息交流，而是要根据研究生的现有基础及发展方向有目的地进行指导，如要求研究生读这本书，应说明为什么要读这本书，以及读这本书的要点是什么，以不负“指导”之名。这就需要导师自己应认真读过这些书，才能对莘莘学子指示读书门径，并对其写的“读书报告”作出合乎事实的评价。反之，假如导师对于开出的书目仅知其名，而对内容根本茫然的话，那是难以起到指导作用的。研究生创新能力培养，是目前我国高等教育改革中的一个重要方向，也是民族传统体育学不断发展的基础所在。在某种意义上，研究生的培养就是创新人才的培养，尤其是博士研究生；因而，如何优化其课程建设，提高其科研能力，夯实其学术基础、把握其学科前沿等，是博导们培养博士生创新能力的主要内容。当然，研究生的创新能力培养不仅是导师个人之事，同时也要充分发挥导师组的集体作用。

再次是论文指导关。与硕士生一样，检查博士生学习情况及能否授予其博士学位的凝聚形式是学位论文。一篇学位论文的完成，首先须确定选题，而选题首先须经导师同意；然后就选题向导师组进行开题报告，接受导师组提问；接着是进入撰写阶段，研究生要时常向导师报告有关撰写情况，导师就此提出具体意见；再是导师对此论文进行把关，签署是否同意答辩的意见；最后是进行论文答辩。在这几个环节里，有对自己指导的研究生的把关，也有对他人研究生的把关。一般来说，导师们对于自己指导的研究生都会认真关注，但是，对于他人研究生的开题报告或论文评审，则可能另当别论了：有的一丝不苟，有话直说；有的则因种种人情关系而直接影响了评价的客观性，在传统“多一事不如少一事”的观念制约下，应有的责任心就缺失了；也有的导师对送审论文观点以个人之是非为是

非，凡不入其法眼者就简单加以否定。殊不知“学问乃天下之公器”，学术研究只要符合“言之有理，持之有故”的原则就应该允许存在，对于观点的否定必须建立在对具体材料的逻辑论证基础上，而不能简单地以观点否定观点。在对待不同观点上，同样彰显出导师的学品与学养。

2.4 认真落实导师的遴选制度

如果说合格的导师是确保研究生培养质量的前提，那么严格的导师遴选则是导师质量的重要保证。国外著名大学在遴选导师方面都有非常严格的要求和近乎残酷的竞争，他们聘用导师的首要条件是导师的学术创造力和学术造诣。正是由于国外大学这种高度重视科研能力的遴选制度，才保证了他们的导师普遍具有较高的科研和教学水平，也有效保证了研究生的培养质量。

相比较下，我国许多高校虽然在导师选聘方面都出台了相关的规定，但有些规定本身并不合理，仍然是从资历、职称等方面考察导师，尤其是在目前盛行的所谓量化科研体制下，课题批准的等级、论文发表的刊物，远胜于研究内容本身。这种“只重衣冠不重人”的量化评价充塞着世俗力量，难以评价出导师们真正的科研能力和学术水平。本人建议，必须重新制订导师遴选标准，参考国外经验，将学术道德和学术水平作为导师遴选的最重要的条件；还有，应切实加强对博士生导师队伍的管理，必须打破导师终身制，将对导师的考核落到实处，对那些心有余而力不足的“博导”们，则由学位委员会取消其导师资格，停止招生，以免误人子弟而使学科蒙羞。

民族传统体育学最早的博士点授予单位是上海体育学院。近年来，有些学校随着一级体育博士点的设立，也纷纷开始招收起该学科(或与此有关的)的博士生，加上有些博导因年龄等问题而渐关师门——我国民族传统体育学的博导队伍建设进入到了一个新的调整期。在这个各有机缘、各显神通的年代里，我们依然怀着一份真诚，期望少一些滥竽充数之辈，但愿那些具有良好学术道德、扎实学术功底、开阔学术视野及高度学术责任心的新一代博导脱颖而出。

3 注意博士生的励志教育，培养博士生的兴趣能力

博士，乃人所敬仰的学界最高学位，也集中体现了被授予“博士学位”者的学识和学德的学人气象；然而，这种“学人气象”非一朝一夕所致，而是一个内外因合力作用下“润物细无声”的渐进过程，其中，个人的努力是关键。关于博士生的学习，一般注重的是申请博士学位的论文。本人以为，博士生期间的学习不仅是为了一篇博士学位论文，还应为以后的研究奠定基础。另外，一篇高质量的学位论文来自于多方面的原因，其中，博士生本人的学德、学识和学养无疑是关键，如果一位博士生在学德、学识和学养上有亏欠的话，那是无法写出一篇有创建的学术作品的，也无法在日后的学术之路上走远。为此，笔者提出以下5个方面建议。

3.1 立志学术，甘受淡泊

“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”是诸葛亮《戒子篇》的2句话。他对此的解释是：“夫学须静也，才须学也。非学无以广才，非静无以成学。”此话用到我们博士生的学习上同样具有现实意义。学术研究当有“为学须入地狱，登山直到高峰”(任继愈语)的理想和淡泊名利的准备，并且以此作为毕生的追求。中国古往今来的众多学者为我们树立了良好的典范。司马迁在《报任少卿书》中以“文王拘而演《周易》；仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》……诗三百篇，大抵贤圣发愤之所为作”激励自己，虽遭腐刑仍依旧“欲以究天地之际，通古今之变，成一家之言”。抗日战争时期，处于颠沛流离、炮火连天的西南联大教授们尽管陷于困境，但依然弦歌不绝、著述不辍，演绎了中国近代教育史上那段令人荡气回肠的绝代风流。另外，学术研究决不能“人情练达即文章”，或一味揣摩风气随人毁誉，或以一人之是非为是非，尤其不能以市侩式的权位、职称、声望之高下为是非，应该坚守学人“独立之精神，自由之思想”，张扬一种求真、求实的科学理性，这是今人做学问不可相离的一种风骨品藻。在这一点上，陈寅恪先生当年所说的“读书不肯为人忙”值得我们好好品味。

在习武活动中，任何一位志在登堂入室的人都须有种异乎寻常的意志品质，“遇一切外魔挫辱淡然恬然，不介于意，任人之笑骂嘲激，而无动于心，神专志一”，当“外物相诱惑，或来疾疠灾害相侵扰，……必毅力与之抗衡，百折不回，一如平者”[11]。习武如此，做学问亦然。历史上那些学有所成的学者以学术为志业，耐住寂寞与清贫，恪守情操，在一代又一代的学术传承中铸就纯洁的灵魂和高尚的人格，理应成为今天民族传统体育学博士生们励志进取的榜样，在学习期间就立下远大志向，以“有一日未亡之身，即有一日未闻之道”的执着，去进行“路漫漫其修远兮”的上下求索。

3.2 遵守规范，贵在自律

学术活动是一个由多个方面组成的有序系统，遵守规范是保障这个系统稳定及推动学术发展的首要前提，学术规范一旦丧失，则必然带来学术共同体的无序，最终将断送学术研究自身的尊严和价值。学术规范是人们在长期的学术实践中所形成的一些基本规则。对此，尽管目前尚未有一个统一的意见，但像学术研究规范、学术评价规范和学术批评规范等，早为主流学界所肯定[12]。学术失范是近几年来中国学术界的共有现象，但在民族传统体育研究中表现得尤为充分，归纳起来大致有：1)概念释义和逻辑悖谬问题，2)各类常识性错误，3)文献引证和解读问题，4)抄袭剽窃问题，尤其是抄袭拼凑之风，已成为严重阻碍包括武术理论研究在内的整个民族传统体育学科发展的“败学”之症。加上缺乏思想的低水平重复、啼笑皆非的常识性错误、不符规范的理论陈述或“空空道人”式的疏阔之论，造成了五光十色貌似繁荣的“学术泡沫”，至今依然。

国内外一些著名大学极为重视对学生的学术规范教育，如美国的芝加哥大学，“每年都要对新生进行如何正确引用文献的培训”[13]；在哈佛大学，“各类论文，甚至课堂讨论均要求学生讲清楚哪些是自己的独到见解，哪些是引用别人的观点，一点也不能含糊。论文的注释必须合乎规范，……从本科阶段开始，一切作业和论文都要努力追求原创性，用二手资料东拼西凑是不允许的”[14]。另如北京大学，几年前也已将包括论文注释规范在内的“学术道德与科技论文写作”作为研究生的必修

课，反映出国内一流大学加强学生学术规范教育的动态，值得我们民族传统体育学博士点单位和导师们的认真思考；但是，外在的规范教育毕竟只是他律，正如中南财经政法大学教授吴汉东先生指出的那样："学术他律强调外在强制性，而学术自律则注重内在自治性……学术道德是学术自律的'源'。"[2]42 我国现行体制下的科研环境的确存在严重问题，但不能以此成为自己跨越学术底线的借口。在学术研究上，内心的道德圣殿一旦坍塌，拥有的纯洁就无从谈起。

3.3　勤于读书，善于积累

勤于读书，可谓是古今中外任何一位学人的治学基础。尤其对于准备从事有关民族传统体育人文社会学科的博士生来说，读书不仅是查阅资料的基本方法，也是了解把握相关信息的重要渠道，更是陶冶情志的不二法门，所谓"腹有诗书气自华"；但是，就本人看到的一些博士学位论文，有的学术视野与功底较好，而有的则读书有限，疏于积累。具体表现为一些人不是在长期的读书中来积累知识，以致其学问难以学有其源的水到渠成，而是采用急用先学、立竿见影的短平快方式。这种急功近利的做法不仅严重影响到论文的质量，也极大妨碍到本人后来的治学之路，而且极易滑向学术不端，尤其对于一些在本科、硕士研究生期间缺乏学术训练的博士生来说，这种情况更为明显。就历史研究而言，前人强调的"竭泽而渔"，某种意义上就是要求通过大量读书来掌握相关资料。试想：没有"为伊消得人憔悴"，哪来"蓦然回首，那人却在灯火阑珊处"的会心自得？因此，在学习中必须注意筑基固本，夯实自己的学术基础。眼下不少论著动辄历史文化，但假如连基本的典籍都懒得翻阅，则有何底气来高谈阔论？学海泛舟，需要的是十年磨一剑的锲而不舍精神，切忌朱熹所批评的那样："初则两三步做一步，甚则十数步作一步，又甚则千百步作一步，所以学之者皆癫狂。"[15] 须知：学术的山阴道上无捷径可走！

做学问需要"板凳坐得十年冷，文章不写半句空"的精神境界，同时也需要善于积累。做好读书笔记和资料卡片，是学术研究中的基础工作。对此，徐特立老人那句"不动笔墨不看书"是相当有现实意义的。读书笔记就是对自己所读文献书籍萌发的心得、想法或感受记录下来，它能帮助读书者捕捉当时稍纵即逝的思想火花。这样的读书笔记积而久之，一个新的观点或一个自己的思想体系，也由此氤氲生成，如元末陶宗仪的《辍耕录》和清代赵欧北的《廿二史札记》等，无一不是长年读书"积久遂多"所成。相对于记录个人读书心得和感受的读书笔记而言，资料卡片是对他人文本的摘录，更体现为资料的原始性。在汗牛充栋的文献典籍里查阅出有用的史料，是一个披沙淘金的艰苦过程，所以，在这个过程中勤于建立资料卡片和做好资料的整理归类，显得尤为重要。

3.4　培养兴趣，提高能力

1960 年 6 月 18 日，胡适先生在一次给台湾成功大学的毕业典礼演讲中开列了三味药方，即"问题丹""兴趣散"和"信心汤"。其中第 1 味"问题丹"是说一位有志于研究的学生，总得带一两个麻烦而有趣味的问题在身边作伴，有了时时挑战的问题，"就会继续有知识上的长进了"；第 2 味"兴趣散"是说一个人进入社会，总得多发展一点专门职业以外的兴趣，以使其生活更快乐、更有意思；第 3 味"信心汤"是说但凡做事要有信心，坚信"努力不会白费"[16]。胡适的三味药方是他风雨一生的经验之谈，对于我们做学问也不无启迪：服用第 1 味"问题丹"，可使我们研究具有"问题意识"而不流于空泛；第 2 味的"兴趣散"，不妨将其理解成学术兴趣，即养成研究、探索学术的兴趣和习惯，尽早摆脱在学术领域上摇摆不定的被动局面，以使跋涉崎岖山道的人生之路不再枯窘单调；服用第 3 味"信心汤"，可以使研究者增强内心定力，努力克服学术成长中的难关，最终取得"正果"。在 3 味药方里，"兴趣散"无疑是最主要的；因为只能有了兴趣，才会产生精神依托，才会自觉去关注问题，自觉持之以恒地将研究引向深入，最终曲径通幽地登堂入室。

博士研究生不同于硕士研究生的地方之一，就是进一步强调专业兴趣，注重个人能力的培养。可以说，能力培养是事关博士生培养中的关键，也是提高博士生培养质量的重要体现。有关博士生能力培养表现在多个方面，如研究能力培养，社交能力培养、写作能力培养，以及自学能力培养和创新能力培养等。笔者认为，后 2 个的自学能力与创新能力应是其中最主要的。发挥主观能动性，强调自我学习是博士生教育的显著特点，本人学术基础的积累、研究能力的增强、文本知识的汲取以及问题意识的凝聚等，都需本人的自我学习与自我提高，而且自学习惯的养成对于走出校门的新一代研究者有着更为深远的意义。关于提高研究生的创新能力，是近些年从国家到地方都将其作为实施科教兴国战略和人才强国战略的重要举措。2005 年，教育部颁布了《关于实施研究生教育创新计划加强研究生创新能力培养进一步提高培养质量的若干意见》。在该文件中，特别提到了关于"加强博士生科研创新能力培养"。创新能力的培养是研究生培养阶段的主要任务之一，也是研究生培养质量的主要特征；为此，许多高校纷纷为提高研究生的创新能力寻求对策，如外部环境、课程设置等，这对于我们提高民族传统体育学博士生的创新能力有很好的借鉴意义，但从根本上说，学术创新主要体现为研究者在平时相关学识的积累基础上，依据材料和遵循规范提出的思想、观点，切忌天马行空的"无根游谈"。

3.5　加强交流，把握前沿

交流是社会发展的动力，学术研究更需要彼此之间的交流。民族传统体育研究的多学科性，决定了它必须关注相邻的学术信息，与其他学科建立广泛有序的学术交流，以便于把握整体研究的最新动态。记得近代著名学者王国维所说的做学问三重境界的第一重就是"昨夜西风凋碧树，独自上高楼"，其中的"独自上高楼"其实就是指对于学术前沿的把握。作为一名有志于民族传统体育研究的博士生来说，其学术交流基本分为 3 个方面：1)与民族传统体育学界内部的交流，2)与体育理论界的交流，3)与其他相关学界的交流。就目前情况来看，第 1 种交流基本能做到，第 2 种交流就显现问题，而第 3 种与其他主流学界的交流还相当有限，这种现状应尽快改变。在知识更新非常迅速的当今世界，尤其像民族传统体育学这类高度分化、综合的学科，更需要研究者除扎实的专业知识外，还必须时常

了解相关学术信息。做学问如放弃了对专业理论领域前沿的把握及缺乏对邻近学科研究动态的了解，则不免信息滞后而与学术发生隔膜，结果只能猎取一些时髦话语来炫人耳目，或遽下评断放言空疏，或人云亦云重复他人之言。顺便指出的是，对于其他学术成果的借鉴和吸收，切忌囫囵吞枣地简单移植，而应该经过自身的理论消化。

理论研究的交流是相互的。20年前笔者曾以武术为例提出：武术研究一方面应关注相关学科的发展，及时吸取其最新成果以丰富自己，另一方面还应该将自己的学术研究突破武术界这个圈子，让成果在更大的社会范围内发挥其学术价值，实现其学术价值的最大社会化[17]，从而共同推动学术事业的不断发展。近些年中，民族传统体育学的新一代博士和博士生积极介入主流学界已显端倪，这是个很好的学术走向。

4 结束语

包括武术在内的民族传统体育历史悠久，内容博大。它的研究成果，不但对建构我国当代体育科学具有重要意义，同时也对研究我国的历史文化提供了一个难得的人文景观。应该看到，近几年来我们民族传统体育学研究较前有了较大进展，但整体水平尚不尽如人意，如文献体系、学术规范、研究水平及学术影响等，都亟待提高，所以，对于的博士生培养应该具备这种时代使命感和学术作为。正像胡适1932年在一篇《赠与今年的大学毕业生》一文中所说的那样："撑起自己的肩膀来挑他们自己的担子"，在新的历史条件下，为中华民族的学术事业谱写出新的篇章，成为中华民族传统体育精神家园的自觉守望者！

参考文献：

[1] 列宁.列宁全集：第2卷[M].北京：人民出版社，1972.
[2] 张保生.学术规范与学风建设论坛[M].北京：高等教育出版社，2005.
[3] 徐才.徐才武术文集[M].北京：人民体育出版社，1995.
[4] 周伟良.一个不可忽视的学术领域[J].体育文化导刊，2004(5)：18-22.
[5] 杨祥全.中华人民共和国武术史[M].台北：台湾逸文武术文化有限公司，2009：289-291.
[6] 李力研.野蛮的文明[M].北京：中国社会出版社，1998.
[7] 黄宗羲.黄宗羲全集：第10册[M].杭州：浙江古籍出版社，2005.
[8] 日知录集释：卷19[M].长沙：岳麓书社出版社，1994.
[9] 郑科，傅征然，王卓，等.葛坚教授谈"导师在研究生培养中的重要作用"[EB/OL].[2010-12-20].www.trhos.com/bslt3/36.htm.
[10] 陈寅恪.金明馆丛稿二编[M].北京：三联书店，2001.
[11] 无谷，姚远.少林寺资料集续编[M].北京：书目文献出版社，1984.
[12] 杨玉圣.学术批评丛稿[M].沈阳：辽宁大学出版社，1998：38.
[13] 杨玉圣，张保生.学术规范读本[M].北京：高等教育出版社，2004：285.
[14] 牛大勇.哈佛大学历史教育调查报告[J].学术界，2000(2)：233-251.
[15] 黎靖德.朱子语类：卷124[M].北京：中华书局，1994.
[16] 陈越.世界名校开学毕业典礼演讲精选[M].北京：中国长安出版社，2008.
[17] 周伟良.武术科学研究[M].北京：北京体育大学出版社，1993.