

病毒星球与体育活动的情绪调适功能

——基于科幻电影《我是传奇》叙事情境的深描

黄璐

(华北理工大学 体育部, 河北 唐山 063210)

摘要:一场突如其来的新型冠状病毒肺炎疫情,一定程度上改变了人们的思想观念,强化了人们对于体育活动基本功能的认识。以病毒主题科幻电影《我是传奇》创设的体育叙事场景为案例,引入画面凝视、叙事情境、隐喻分析等视角,结合影片特设的生存环境与个体情绪状态,讨论体育活动对个体情绪的调适功能。《我是传奇》中体育场景包括新闻播报、城市狩猎、居家健身、休闲娱乐等不同类型,呈现出多功能、结构化的叙事特征。在影片拟设的极化社会与生存环境中,基于体育活动的基本规律和日常生活的经验叙事,阐释了体育活动对个体情绪的积极改善作用。

关键词:新型冠状病毒肺炎疫情;科幻电影;体育活动;情绪调适

中图分类号: G80-05

文献标志码: A

文章编号: 1008-3596 (2020) 06-0022-07

2020年新年伊始,一场突如其来的新型冠状病毒肺炎疫情,打乱了人们的日常生活节奏,开启了居家模式。由于提升自身免疫力的现实需要,居家健身锻炼成为人们的必修课,这也强化了人们对于体育活动强身健体基本功能的认识。然而,在一个封闭的社会环境和居家环境中,体育活动能够带给人们怎样的心理改善和情绪调适,则很难合理评估。考虑致命病毒疫情的强大破坏性,科学家无法尝试大规模的社会实验,也就很难评估全球重大疫情对于个人与社会产生的深层影响,偏居一隅的体育学科更是有心无力。基于此,对于研究对象的科学假设与仿真推演成为推断未来可能性的重要途径,科幻电影基于自然发展规律和既定科学事实的推断,为人们展现了更接近事实的未来世界。《我是传奇》是一部

融入了病毒元素的“活死人”主题科幻电影。“活死人”主题电影是西方“丧尸”(Zombie)流行文化的重要表现形式,具有惊悚、恐怖、科幻、动作等电影类型化特征。在诸多的“病毒”或“丧尸”主题电影中,唯有《我是传奇》呈现了较为完整的体育活动叙事场景,展现了影片对于体育活动基本功能的独特思考。《我是传奇》为我们提供了一个极佳的案例,讨论在致命病毒疫情产生的极化社会与生存环境下,体育活动如何发挥个体情绪调适功能。

1 病毒星球与科幻电影的假设背景

致命病毒的变异与传播并非新鲜事,卡尔·齐默在《病毒星球》一书中认为,“病毒把DNA从一个物种搬到另一个物种,为生物演化提供了

收稿日期: 2020-06-12

基金项目: 河北省社会科学发展研究课题 (2019030403007)

作者简介: 黄璐 (1981—), 男, 江西宜春人, 教授, 硕士, 研究方向为体育社会学。

文本信息: 黄璐. 病毒星球与体育活动的情绪调适功能: 基于科幻电影《我是传奇》叙事情境的深描[J]. 河北体育学院学报, 2020, 34 (6): 22-28.

新的遗传材料。人类基因组的一部分来自感染了我们远古祖先的上千种病毒，甚至今天地球上的生命，都可能是40亿年前从病毒起源的。从遥远的水晶洞到我们人类身体内部，地球就是一颗“病毒星球”。^[1]从“病毒星球”的观念出发，病毒是生命进化的基础，扮演了基因快递员的重要角色。病毒不总是面目可憎，但埃博拉病毒、

SARS病毒和新冠病毒产生的破坏性影响，带给人们巨大的恐惧。经典科幻电影一般遵循科学主义和现实主义的原则，表现出一些共性或特殊个案的特点。本文遴选4部“叫好又叫座”的病毒主题科幻电影，对科幻假设背景进行比较分析（表1）。

表1 致命病毒主题科幻电影的假设背景

片名信息	病毒来源	假设背景和影响
《我是传奇》 (I Am Legend, 2007)	病毒疗法 病毒变异	科学家使用麻疹病毒治疗癌症，病毒变异导致全球疫情扩散，病毒感染者成为活死人，极少部分人具有自然抗体。
《生化危机》 (Resident Evil, 2002)	生化武器 病毒泄露	蜂巢研究中心非法研发生化武器，一次意外事故导致T病毒泄露，数百名工作人员感染成为活死人，并导致全球扩散。
《十二猴子》 (12 Monkeys, 1995)	病毒实验 人为投放	具有反人类思想倾向的实验室科研助手，将致命病毒合成样本投放社会，造成疫情扩散传播，幸存者转向地下求生，时空穿越寻求病原。
《极度恐慌》 (Outbreak, 1995)	生物武器 病毒变异	因贩卖非洲野生白脸猴，导致非洲依波拉病毒在美国加州某小镇扩散，病毒变异致使官方提供的抗病毒药物失效。

第一，影片力求破除与时代精神不符的神秘主义陈旧观念，预设致命病毒是实验室的产物，在讴歌科学技术伟大成就的同时，虚构了科学实验和技术失控对人类文明产生的毁灭性后果。这一预设思维具有认识论和行为论的演进基础，《瘟疫与人》认为，“人类与微生物之间总体上能够维持某种均衡，但具体到不同时段和地区，这种均衡实在非常脆弱，几乎所有传染病模式的改变，均由人类自身的行为所引起。”^[2]影片《极度恐慌》虚构了因走私非洲野猴，导致致命性病毒在美国加州小镇爆发的故事背景，与现实中的SARS病原表现一致。《我是传奇》基于病毒疗法的假设背景在现实生活中也存在科学发展的原型，即德雷勒医生的噬菌体疗法——将活病毒当作药物治疗的手段，主要针对皮肤损伤和肠道感染的治疗。美国作家辛克莱·刘易斯(Sinclair Lewis)以德雷勒的惊人发现为原型，创作了畅销小说《阿罗史密斯》(Arrowsmith, 1925年)，1931年好莱坞将这部小说搬上了银幕^[1]。

第二，影片彰显了科幻电影一以贯之的批判主义传统，预设致命病毒是生化危机、实验失控、人为投放的结果，批判矛头指向人类的自大、技术的失控与人性的扭曲。影片《恐怖地带》援引诺贝尔奖得主约书亚·里德伯格的观点，“人类统治地球最大的威胁是病毒。”这一观点影射了人类“万物之灵”的自大观念，正是在人类自大情结下才产生行为异化。影片《十二猴子》再现了这一观念，虚构了科研人员不满现实

的反人类行为，导致实验室病毒泄露的公共安全危机。虽然目前尚无证据表明新冠病毒疫情是由病毒实验室人为投放或泄露事件产生，也没有充分证据表明贩卖野生动物蝙蝠是致病的源头，但技术失控的可能性依然值得重视。

第三，影片遵循现实主义的叙事原则，将创设的科幻情境融入社会规则、现实生活、行为逻辑中，借助写实主义叙事迸发的震撼力量，实现科幻作品预言未来世界的基本功能。《花冠病毒》一书运用现实主义手法，以细腻的心理分析，面对恐慌和毁灭时的心理困境，展现了绝境逢生情境下的人性光辉与成长，虚构了一个社会心理危机与人性救赎的故事^[3]。视觉文化时代足以铸造科幻电影现实主义叙事的坚实基础，影像传播具有的独特渲染力和画面感，为解释科幻世界中的现实逻辑提供了技术支撑。在全球致命性病毒疫情扩散的环境下，各色人等在利益诱惑面前的合理反应，在恐惧情绪面前的行动逻辑，在灾难困境和社会危机面前的人生抉择，为人类未来描绘了一个科学理性的仿像世界。

第四，科幻电影具有艺术创作的基本特征，一方面是社会流行观念的集中反映，一方面是创作者独特思想的影像呈现。经典科幻电影一般是建立在科学主义、现实主义、批判主义等理论框架上，成为时代观念的引领者和叙事风格的变革者。体育活动与病毒疫情之间总是具有某种隐秘的联系，“体育活动增强免疫力”只是一种表层的认识，在致命病毒面前免疫力并不起决定性作

用。《大流感：最致命瘟疫的史诗》一书作者约翰·M·巴里担任足球教练的经历，或许能够启发人们在历史民族志叙事研究中寻找体育活动与致命性病毒疫情影响关联的蛛丝马迹。在1918年大流感这一人类历史上最大的病毒疫情中得出的学界共识和社会经验是，唯有疫情的真相，才能打破社会的恐惧^[4]。影片《我是传奇》独树一帜地融入体育活动叙事，指向对体育活动的情绪调适功能的独特思考，为体育活动与病毒疫情之间的隐秘联系建立了假说、仿像与逻辑，体育活动恰恰是治疗负面情绪的一剂良药，具有无创伤、无副作用、暂时安抚、持续缓解之身心修复功效。

2 《我是传奇》中体育活动场景的结构化叙事

“病毒”这个概念源自罗马帝国，当时的意

表2 《我是传奇》中体育活动叙事场景和意义传达

场景	呈现内容	布景、主题与人物	意义传达
场景1 新闻播报	布景：影片序幕，新闻播报，语音呈现。 人物：播报员 主题：美国职业棒球联盟赛季冠军预测，纽约队、芝加哥队抑或赛季黑马洛杉矶队夺冠。		体育新闻是重要的报道内容，影射体育运动的社会地位。
场景2 城市狩猎	布景：影片开篇，城市街道，狩猎活动。 人物：奈维尔、萨姆（奈维尔的爱犬） 主题：在荒芜与死寂的城市末日环境中找乐子，猎捕野生动物打发时间。		致命病毒疫情摧毁了社会秩序，人类文明让位于原始自然。
场景3 居家健身	布景：家中健身房，力量与体能训练。 人物：奈维尔、萨姆 主题：进行引体向上、跑步等晨练活动，保持充沛体力。		居家健身，情绪调适，提升体能和免疫力。
场景4 休闲娱乐	布景：港口，航母，战斗机，高尔夫球练习。 人物：奈维尔、萨姆 主题：在战斗机机翼上进行高尔夫球挥杆练习，释放不良情绪。		提升运动技能，体育活动是生活中的重要部分。

在“场景1”中，新闻播报的表现形式一般用于影片背景介绍、解释说明等陈述功能，使有必要交代的叙事内容，融入影像整体布局和连贯叙事中。影片以两则新闻播报拉开序幕，第一则是体育新闻，第二则是医学新闻，开门见山地交代了故事背景，明确了体育运动的社会功能和医疗保健的现实功效。体育运动已经深深融入人们的日常生活，由此引出奈维尔后续一系列从事体育锻炼的行为，为影片引入体育活动场景的结构化叙事做了铺垫。

在“场景2”中，狩猎活动并非严格意义上的体育活动，属于大体育观和泛娱乐活动范畴，

思是蛇的毒液和人的精液，被赋予了“毁灭”和“创造”两层意思^[1]。“病毒”主题电影引入病毒概念的双重涵义，例如《生化危机》系列电影中的T病毒能够修复人体组织与细胞，使人具备超能力，也会突变成“活死人”，在“天使”与“魔鬼”之间仅隔着一罐病毒样本。《我是传奇》引申并虚构了麻疹病毒疗法，病毒变异使接受治疗的病人表现出狂犬病的早期症状，进而拉开了主人公奈维尔逆境求生的序幕。奈维尔是一名具有自然抗体的军医博士，在丧尸统治的黑暗世界中，怀揣着挽救人类社会的梦想。积极面对日常生活，体育活动促使人们更积极、更阳光地对待生活，成为影片宏大叙事的重要元素。影片对体育活动场景叙事进行了整体布局，呈现出体育活动的多功能、分层推进、结构化叙事特征（表2）。

城市狩猎场景是科幻电影虚构的产物，具有个体情绪释放与反讽两层涵义。在个体情绪表达方面，叔本华有言，“痛苦和无聊是人生的最后两种成分”^[5]，影片虚构的极端生存环境，解释了人生在何种条件下处于痛苦和无聊的状态，在“一个人生活在世界上”的假设情境中，奈维尔聊以自慰的日常生活是影片精耕细作的叙事重心，诠释了古罗马帝国的世俗信条，狩猎、洗澡、找乐子——这就是人生。在反讽叙事方面，引入城市狩猎这一虚构场景，让不夜城纽约成为野生动物的栖息地，隐喻人类文明让位于原始自然，呈现了影片的科学主义批判和反讽叙事

主题。

在“场景3”中，奈维尔居家进行力量与体能训练，这是区别于户外休闲范畴的严格体育活动，在弱肉强食的原始自然生存环境中保持较高的体适能水平，是抵御自然风险和保持充沛精力的必备选项。人类需要强健的四肢是原始自然秩序的象征，而在后现代社会中，人类普遍尊崇的智力活动和虚拟社会的到来，抑制了人类身体的原始诉求，以科技驱动为核心的智力活动成为安身立命之本，智力活动优先于足量的体力活动。奈维尔和萨姆完成足量的体力活动，与致命病毒催生的丧尸世界形成鲜明对照。

在“场景4”的高尔夫球运动场景，影片借摄像机环形拍摄营造的末日景象，与奈维尔从容且日益精进的高尔夫挥杆动作融为一体，融入港口、航母、战斗机等现实世界中被严格管控的地点，借助对不同社会活动认知的冲突与割裂效应，形成反讽意义上的画面恶趣感，既指向社会秩序的瓦解，同时隐喻奈维尔“挥杆”开启新世界的可能。

从影片创设的4个体育活动场景来看，环环相扣，分层推进，形成了结构化的功能叙事，每一个独立的体育活动叙事单元都具有明确的意义所指，体育新闻播报突出了体育运动的社会地位，城市狩猎活动折射了病毒疫情的空前危机，居家锻炼行为彰显了人类身体的原始本能，休闲娱乐活动表达了人类对恢复正常生活的美好预期。走出功能论的宏大叙事，经典科幻电影之所以让人铭记，在于影像叙事层面的不断雕琢，高超的叙事演绎能够将观者牢牢吸引，进而完成对观者内心世界的营造和占有。对影像叙事层面的深描，有助于理解个体意义上体育活动的情绪调适功能。

3 个体意义上体育活动的情绪调适功能——置于《我是传奇》叙事情境中考察

基于生命伦理学视角，身体既是生理性的身体，也是精神性的身体，人是身心交织的“具身自我”^[6]。奈维尔具有康复的生理性身体，这一生理性身体具有抵御病毒空气传播的独特抗体，在丧尸撕裂的暗黑世界和“一个人生活在世界上”的故事背景中，奈维尔无疑受到精神上的极大折磨，其一是恐惧心理，这是每个人面对未知

疫情的正常心理反应；其二是孤独心理，这是长期孤身生活或居家封闭可能产生的心理问题。

3.1 恐惧心理的调适

奈维尔的恐惧心理主要来自两个方面，从一般意义上，恐惧心理源自未知事物，奈维尔对陌生的病毒世界及未知影响产生了恐惧。影片叙事力求建构惊悚风格，在奈维尔外出寻找日用品、狩猎、进入房屋等叙事情境中，力求呈现高度紧张的防御心理状态，由此衬托并刻画奈维尔长期相伴的恐惧情绪。从个体层面上，恐惧心理来自个体遭遇的可怕经历，奈维尔对病毒疫情影响下的人和事，对自己亲人的不幸遭遇，有着深刻的回忆和无助感，进而萌生了恐惧心理。影片引入后现代碎片化的叙事风格，采取插叙的表现手法，以奈维尔梦魇的形式完成了对过去时的讲述，由此营造并建构了奈维尔源于痛苦记忆的恐惧情绪。

致命病毒的破坏力能够对个体传导恐惧的意识。以现实中的埃博拉病毒为例，“危险病毒在宿主体内增殖时，病毒粒子会渗透进入身体从大脑到皮肤的每一个部分，极度扩增到最高峰，一滴眼药水大小的患者血液内就有数以亿计的病毒粒子，占领宿主躯体的生物体正企图将宿主转化成它本身。”^[7]奈维尔每天在神经紧绷的恐惧氛围中度过，疫情扩散摧毁了健全的社会体系，催生了这种极化的生存环境，引发和加剧了个体恐惧和社会恐慌，个体必须寻找情绪发泄的对象。奈维尔主动选择城市狩猎活动，一方面出于找乐子的动机，一方面出于克服恐惧的目的，即主动适应极化的社会与生存环境，在恐惧氛围中锤炼自我。“醉翁之意不在酒”，奈维尔在狩猎活动中一无所获，却力求接近这种恐惧氛围，融入极化环境，在太阳即将落下那一刻，奈维尔如释重负，完成了基于克服恐惧心理目的的日常训练科目。奈维尔无所不在的恐惧情绪、临近崩溃的心理与全片塑造的惊悚风格高度一致。

影片引入体育活动场景叙事远不止“克服恐惧”这一表层涵义，而是由“适应”“克服”向“调适”“强大”的价值演化。影片巧妙地运用插叙手法，在现实与回忆的转换中建构了剧情发展的流畅感和完整性，演绎了奈维尔克服恐惧、逐渐成熟乃至内心强大的成长过程。在突如其来的病毒疫情面前，奈维尔将爱犬萨姆改造成猎犬，通过城市狩猎场景的设计与隐喻表达，建构了人

类进化论的超现实空间。奈维尔与萨姆相依为命，为寻求病毒解药，挽救人类于危难之际，从消极对待到磨砺人生，选择积极面对现实生活，从城市狩猎、晨练活动到高尔夫球练习，无不证明奈维尔的坚定信念和乐观态度。通过萨姆的成长这一镜像，进一步升华了人类超越自然束缚的精神力量，指明了体育活动的情绪调适功能。

影片建基于现实生活之上的虚构成分和超现实画面，有力呈现了科幻主题和人物的真实性^[8]。李力研定义为“文明进步=奴役扩大”的马尔库塞现象，即智慧的烦恼、激情的丧失、科技的异化、精神病的发作，体育运动的历史意义在于“人的自然化”，在于捡回业已苍痍的动物力度，扶正被理性大厦压倒的感性生命^[9]。影片以科幻电影特有的想象张力，诠释了科技异化的结果，导致个体精神病发作的事实，并在奈维尔努力克服恐惧情绪的过程中完成演绎与救赎。刘欣然认为体育运动是人类文明状态中延缓身体退化的历史努力和哲学反抗^[10]。毋庸讳言，人类置身于现代性和城市化的快节奏生活中，精神状态持续恶化已是不争的事实，恐惧、孤独、患得患失等负面情绪如影随形，体育活动的情绪调适功能得以突显。基于“场景 2”的镜像深描，奈维尔在争夺猎物之际与狮子对视的神情，流露出奈维尔的情绪压抑和自卑状态，与隐喻力量和灵性的“森林之王”狮子相比，这种自卑感和无力感恰恰来自人类身体的某种功能性缺陷。按照李力研的说法，动物世界时刻都在展现自己的力量与灵性，体育活动是人类力量缺陷的原罪意识和补偿性心理的付诸行动^[11]。从这层意义来看，奈维尔从事足够强度的体适能训练，是为自然环境下的身体出场与炫技做足准备，一方面意在改善科技异化产生的物理性身体退化，一方面意在调适极化环境催生的神经质式的恐惧心理。

3.2 孤独感的自我治疗

经典科幻电影中不乏“一个人、一个世界”的剧情设计，《2001：太空漫游》（2001: A Space Odyssey）、《月球》（Moon）等太空科幻电影，将个体孤寂感融入太空瑰丽壮阔的宏大叙事中，对极化环境下的个体情绪反应刻画得惟妙惟肖，俨然是“真实的谎言”。在“一个人、一个世界”的虚构情境中，影片大部分情节由一个人完成，这为人物孤独心理的刻画创造了便利的条件^[12]。奈维尔每天要做的一项工作是寻找幸

存者，在码头“喊话”成为必要的生活流程。“我是奈维尔，我是住在纽约市的幸存者，我现在对 AM 的所有频率广播，我会在每天中午太阳最高的正午时分，在南街的码头等待，如果你听到的话，任何人听到的话，我可以提供食物，我可以提供住宿，我可以提供安全，如果有人听到的话，任何人，拜托。你不是孤独的。”奈维尔语无伦次的表达显露出极度渴望和期盼的情绪，内心的孤独感一览无余。“我是奈维尔——你不是孤独的。”当传达期盼情绪的广播再度响起时，奈维尔正在游泳池钓鱼，读图时代的隐喻功能扮演了意义生成的角色，体育运动已经演化为一种基于生活本身的社会隐喻^[13]。曾经繁华的街区成了“草”的天堂，游泳池成了“鱼”的家园，人类顽强的生命力在自然界面前不值一提，这是一个极大的讽刺。人类看起来最浪漫的事，莫过于无聊后的异想天开，最后演化为无所事事之沦落与颓废。影片演绎了叔本华关于人生在无聊中痛苦的现实主义面向，将病毒变异造成的灾难性后果，对孤独的个体产生的无聊之痛苦状态表达得淋漓尽致。

由现代性产生的个体不良情绪，是诱发社会冲突的源头，顾拜旦创办现代奥运会的初衷，更多地是考虑“治疗”现代化的弊病，弥合社会的分裂和冲突^[14]。奈维尔不断地尝试各类体育活动，以期消解孤独感的情绪影响。在“场景 3”中，奈维尔在引体向上练习中展示了健硕的肌肉，彰显西方传统强健观念，健身场景再次承担了社会隐喻的言说功能。在末世氛围和恶劣的生存环境中，坚持不懈地进行健身锻炼，是保持充裕体能储备的现实需要，也是抵御孤独感的积极态度与行动。主人公在打发属于“一个人”的意识空间中的孤寂感，器械训练、慢跑等运动形式，具有重复、耗时、枯燥等练习特点，是消磨时间的一种极佳方式。影片引入健身运动的场景设计，意在展示焕发生命力的健身世界。作为人类最好的朋友，爱犬萨姆也需保持良好的体能状态，才能与奈维尔进退于危难之际。萨姆悠闲地奔跑在跑步机上的画面，为末世中紧绷的神经，释放出一丝闲暇与惬意，在大汗淋漓之后，美好的一天拉开了序幕，这是体育活动带来的情绪调适功效。

从体育（sport）的起源来看，其与玩耍、消遣有关。早期没有“体育”一词，在很长一段

时间，人们把体育看成玩和不务正业的消磨时光，用运动来打发时间^[15]。在疫情环境下，体育运动褪去了组织化、商业化、文化性的价值依附，回归了无聊中消遣的本真状态。奈维尔在完成一天的必要工作之余，在战斗机机翼上打起了高尔夫球，振臂挥杆的过程隐喻了摆脱无聊状态和孤独感的不懈努力，以及回归正常生活的美好期待。奈维尔击球后大吼“小心球！”场景落至航空母舰上——雄壮有力的人类科技杰作，却沦为人类轻狂自大的彰示物，奈维尔的大吼是痛彻心扉后的彷徨与呐喊，也是对现代性的警示与批判。身体不仅是所有知觉和行动的根本来源，还是我们自身的表现力之核心^[16]，这是人的主体性存在的意义和依据，也是人作为“游戏者”精神层面的自我表达与深描。

关于“游戏者”的精神状态，源于“画家作画，诗人写诗”这一自我表达的需要，源于无功利的乐趣追求^[17]。奈维尔从事高尔夫球练习处于随心所欲的无功利状态，在时间的无情冲刷下，奈维尔的挥杆技术逐步提高，在无聊时光中精进技能，与太空科幻电影《月球》中克隆人山姆的乒乓球运动叙事有异曲同工之处。这一镜像叙事意义也存在现实生活中的原型，枯燥乏味的马拉松运动具有代表性，村上春树如是说，“必须不间断地、物理性地运动身体，有时甚至穷尽体力，来排除身体内部负荷的孤绝感……跑步无疑大有魅力，可以让自己有效地燃烧，哪怕是一丁点儿，这便是跑步一事的本质，也是活着一事的隐喻。”^[18]主动寻求重复性的运动练习（或严格训练），以享受身体磨难带来的心理变化，其中不乏对恐惧情绪、孤独感等负面情绪的排除效应，是一个秉持积极生活态度的人能够预见的行动选择，同时应验了马拉松运动的箴言：“痛楚难以避免，磨难可以选择”。质言之，在无聊、孤独、机械式重复的动作练习中享受乐趣、平复情绪、增进技能、磨练意志。

无疑，体育活动是消解孤独感的一剂良方。诚然，奈维尔在爱犬萨姆感染病毒离世之后，陷入了恐惧和孤独的双重折磨中，情绪开始失控，心理防线决堤，乃至自暴自弃，选择在与丧尸的决战中悲壮谢幕。从中应当看到，体育活动在情绪调适方面的有效性和局限性，无法成为个体情绪治愈的充分必要条件。由此可见，夸大体育活动的实际功效是不负责任的态度，也有违体育活

动的基本规律，业界不能为了拔高体育的学科地位，将体育功能论的触角伸向各个领域，将体育活动美化为一种全能的良医良药。最典型的是学校体育课蜕变为健康课程，体育课程内涵的无限扩大无疑增添了脸面的光彩，却以背负青少年体质健康持续滑坡的骂名为代价，成为社会批判的靶点，得不偿失。

4 结语

新冠肺炎疫情在一定程度上改变了人们的思想观念，笔者尝试以一种更有哲学味、想象力、开放式的讨论，基于科幻电影《我是传奇》体育叙事场景和镜头画面的凝视，在病毒星球所拟设的生存环境与个体情绪状态中，来阐释体育活动的情绪调适功能。如果我们的思考止步于聊以自慰的替代物，何以要哲学的沉沦与诘问。仰望星空，注重疫情后的思考与行动，一个民族才有未来。体育活动是消解恐惧情绪和孤独感的一剂良方，犹如隧道尽头的亮光，将点亮人类的日常生活和精神灯塔。

参考文献：

- [1] 卡尔·齐默. 病毒星球[M]. 刘旸,译. 桂林:广西师范大学出版社,2019:1-9.
- [2] 威廉·麦克尼尔. 瘟疫与人[M]. 余新忠,毕会成,译. 北京:中信出版社,2018:1-10.
- [3] 毕淑敏. 花冠病毒[M]. 长沙:湖南文艺出版社,2012:1-7.
- [4] 约翰·M·巴里. 大流感:最致命瘟疫的史诗[M]. 钟扬,赵佳媛,刘念,译. 上海:上海科技教育出版社,2018:1-9.
- [5] 叔本华. 作为意志和表象的世界[M]. 石冲白,译. 北京:商务印书馆,1982:427.
- [6] 程新宇. 论生命伦理学中身体理论的重构[J]. 华中科技大学学报(社会科学版),2019,33(6):1.
- [7] 理查德·普雷斯顿. 血疫:埃博拉的故事[M]. 姚向辉,译. 上海:上海译文出版社,2016:1-13.
- [8] 滕明堂. 电影《我是传奇》中虚构与真实的解析[J]. 电影文学,2014(21):114.
- [9] 李力研. 体育的哲学宣言：“人的自然化”[J]. 天津体育学院学报,1994(1):27.
- [10] 刘欣然,陈安顺. 自然与人为:体育在“人化的自然”中的哲学反思[J]. 西安体育学院学报,2016,33(1):64.
- [11] 李力研. 康德的“补丁”:人类困境与体育运动作用[J]. 天津体育学院学报,2005(6):15.

- [12] 张冰.感悟孤独下的逃避与突围:评电影《我是传奇》中的人物心理刻画[J].电影文学,2008(7):99.
- [13] SEAN C. Sport and film[M]. New York: Routledge,2013:1.
- [14] LEV K. The governance of sport[J]. Sport, Ethics and Philosophy,2017,11(1): 119-131.
- [15] 缪佳.纵览人类历史 追溯体育本意:《运动通史》作者 Wolfgang Behringer 教授学术访谈录[J].体育学研究,2019,2(1):81.
- [16] 赵歌.作为“身体化”审美活动的体育健身的文化哲学研究:基于莫里斯·梅洛-庞蒂和理查德·舒斯特曼身体思想[J].体育科学,2019,39(1):85.
- [17] 王水泉.赫伊津哈游戏论与体育学的关系及要点:《人:游戏者》专题研讨会综述[J].体育与科学,2019,40(2):1.
- [18] 村上春树.当我谈跑步时,我谈些什么[M].施小炜,译.海口:南海出版公司,2010:24,91.

Virus Planet and the Emotional Adjustment Function of Sports Activities

——Narrative Analysis Based on the Science Fiction Film *I Am Legend*

HUANG Lu

(Department of Physical Education, North China University of Science and Technology, Tangshan 063210, China)

Abstract: A sudden outbreak of COVID-19 has changed people's ideology to a certain extent, and has strengthened people's understanding of the basic functions of sports activities. Taking the sports narrative scene created by the virus theme science fiction film *I Am Legend* as a case, this paper introduces the perspectives of picture gaze, narrative situation and metaphor analysis, and discusses the adjustment function of sports activities on individual emotions by combining the special living environment and individual emotional state of the film. The sports scenes in *I Am Legend* include different types of news broadcast, city hunting, home fitness, leisure and entertainment, showing multi-functional and structured narrative features. In the polarized society and living environment proposed by the film, based on the basic rules of sports activities and the experience narration of daily life, this paper explains the positive effect of sports activities on individual emotions.

Key words: COVID-19; science fiction film; sports activities; emotional adjustment