

看古人玩转“奥运”

最近巴黎奥运会如火如荼
心中的体育之魂
也不自觉地燃烧起来
游泳、跳水、射箭、足球……
其实这些体育项目
早就被中国古代的“运动健儿”们
玩得明明白白
他们的体育活动
甚至比奥运会更丰富

现代快报/现代+记者 宋经纬 张然



明 佚名《朱瞻基行乐图》(局部) 故宫博物院藏

水秋千

中国跳水“梦之队”一直是奥运赛场上的关注点。中国队这么强,实在是因为这项运动咱老祖宗已经玩了上千年了。

古代跳水也叫“扎猛子”,主打一个原生态,主要流行于民间。宋代,出现了一种叫做“水秋千”的跳水活动,由跳水与荡秋千相结合而成,它要求运动员技艺高超,有耐力有勇气。

其实,我们在奥运会上看到的花样跳水体育项目并不是西方人的发明,此项运动早在宋朝就出现了,而且“花样”更多!

“水秋千”玩的就是一边跳水一边荡秋千,在彩船船头竖两根很高的竹竿,竿间挂上秋千,这时鼓乐响起,人荡到高处便一个跟斗跳入水中,这可是真“花样跳水”啊!

咱们老祖宗的水上运动还多着呢,这赛龙舟和如今的赛艇也很相似。赛龙舟起源于战国时期,据说是为了纪念爱国诗人屈原而诞生。

唐代名相张九龄曾写实记录过南京玄武湖上的一场精彩龙舟赛,“凫鹭喧风管,荷菱斗龙舟。七子陪诗赋,千人和棹讴……”一首《经江宁览旧迹至玄武湖》,展现出盛唐诗歌阔大润泽的境界。

胡旋舞

今年的奥运会项目中除了传统的体操,还加入了霹雳舞。

在唐朝,歌舞盛极一时。其中“健舞”中的“胡旋舞”“柘枝舞”,动作矫捷、刚健、激昂,当时人们那“动次打次”的技能可不比现在在差。

电影《长安三万里》中,李白为表演“柘枝舞”的女子伴奏,那潇洒恣意的画面给很多观众都留下了深刻的印象。

柘枝舞流行于唐宋时期,多为女子独舞,伴奏以鼓为主,舞姿变化丰富,既刚健明快,又婀娜俏丽。快速复杂的踏舞,使佩带的金铃发出清脆的响声。

看花样滑冰选手旋转跳跃不停歇,文脉君又想起了唐代流行的胡旋舞。顾名思义,这种舞来源于西域,主打一个旋转,在唐李寿墓、韦贵妃墓、李勣墓中,都可以看到壁画上的“乐舞图”。要说起中国古代男子花滑选手,那就不得不提安禄山了,别看他是个大胖子,但《旧唐书》中记载,他跳起胡旋舞来,“疾如风焉”。

射礼

今年混合团体10米气步枪金牌赛中,黄雨婷、盛李豪为中国代表团取得“开门红”。射箭比赛中,中国队也沉着对战,状态良好。

中国自古以来就有射击的传统。古代教育有六种科目,包括礼、乐、射、御、书、数。“射”是古代六艺之一,可见其重要性。在古代,要想当学霸,不会射箭可不行。

《论语》中写道:君子无所争,必也射乎。意思是说,君子没有什么可与别人争的事情,如果有的话,那就是射箭比赛了。

中国人有多爱射箭?汉代时,军队中就有秋射比试,专门考箭法,每人有12次机会,射中6次及以上的还会得到赏赐。唐宋时期,每年三月三、九月九会在射宫举行两次射礼。

什么是射礼?这就带有独特的华夏特色了。当儒家思想遇上竞技体育,射箭就具有了礼乐教化的功能。射礼讲究“发而不中,反求诸己”,要求射者立德正己,礼乐相和,重视自我反省。《江苏文库·研究编》之《江苏绘画史》中有不少射礼的记载。

马球

“俯身仰击复傍击,难于古人左右射。”1000多年前,唐朝都城长安,动感时髦的马球运动风靡一时。这项骑马与击球相结合的体育运动,又称马上曲棍球,直到今天也深受人们喜爱。

据考证,马球发源自古代的波斯,所以又叫“波罗球”,汉代通过西域传入中国,唐代特别兴盛。马球的尺寸有手掌那么大,是将有韧性的木料里面挖空,外边彩绘花纹。三尺左右的球杖,端头形如半月。

唐代诗人蔡孚在《打毬篇》中形象地描绘出马球和球杖,“宝杖雕文七宝球”“初月飞来画杖头”。

唐代留存至今的打球女俑,宫女双目凝神注视,纵马驰骋,侧身俯击的雄健姿态。唐太宗李世民等许多帝王都是“曲棍球”高手。



彩绘陶打马球女俑 唐(公元618年-907年)
中国国家博物馆藏

蹴鞠

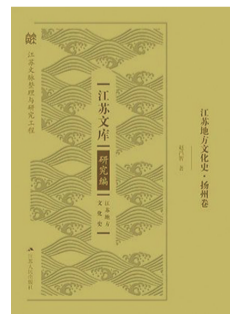
作为“世界第一运动”,足球起源于中国。2000多年前的春秋战国时期,齐国境内(现山东省淄博市)就开始流行蹴鞠活动。“蹴”是用脚踢,“鞠”指球。可以说,蹴鞠就是足球运动的最早“形态”。

从汉代开始,蹴鞠成为兵家练兵之法。西汉将军霍去病远征在外,他命士兵踢球,以提高部队的军事素质。汉代还出现了一部体育专著《蹴鞠二十五篇》。《江苏文库·研究编》之《江苏地方文化史·扬州卷》中也记录了不少蹴鞠的故事。

隋唐以后,蹴鞠逐渐演变为娱乐性质的游戏,宋代出现了蹴鞠组织与蹴鞠艺人,清代开始流行冰上蹴鞠。可以说,上至皇室下至百姓,都非常喜爱这项运动。古代人蹴鞠和现代人踢足球有什么不同?看看《宋太祖蹴鞠图》就知道了。

武将世家出身的宋太祖赵匡胤是个标准准的“球迷”。他最擅长的就是“白打”,即以踢出的花样动作来判断输赢的玩法,和现在的“花式足球”很像。踢球时,踢球人用头、肩、背、腹、膝、足等部位接触球,并且可使“球终日不坠”。图中拥挤拥挤的一群人,是宋太祖的重臣和弟弟赵光义,隔着画卷,都能感受到那种运动带来的轻松融洽氛围。

1910年6月5日(清宣统二年四月二十八日),第一次全国性博览会南洋劝业会在南京举办,在这次博览会中,一场别开生面的全国性足球比赛火热举行。队员们身穿布球衣,在球场上挥汗如雨,场边欢呼和呐喊声不断,留下了弥足珍贵的时代记忆。



《江苏文库·研究编》之《江苏地方文化史·扬州卷》

无论是休闲娱乐
还是比赛竞技
从古至今
顽强的运动精神一直激励着人们
超越自我
勇往直前



江苏文脉



扫码关注
江苏文脉公众号