



布依族 苗族 传统体育

谢山 段永华 / 编著



贵州科技出版社

布依族、苗族传统体育

谢 山 段永华 编著

贵州科技出版社
贵 阳

图书在版编目(CIP)数据

布依族、苗族传统体育/谢山, 段永华编著. —贵阳:
贵州科技出版社, 2008.8
ISBN 978-7-80662-738-9

I. 布… II. ①谢…②段… III. ①布依族—民族形式体育—简介—黔西南布依族苗族自治州②苗族—民族形式体育—简介—黔西南布依族苗族自治州 IV. G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 133156 号

布依族、苗族传统体育
谢 山 段永华 编著

出 版	贵州科技出版社
发 行	
地 址	贵阳市中华北路 289 号
邮 编	550004
经 销	全国各地新华书店
印 刷	贵阳科海印务有限公司
开 本	850mm × 1168mm 1/32
字 数	310 千字
印 张	11.125
版 次	2008 年 8 月第 1 版
印 次	2008 年 8 月第 1 次印刷
印 数	1—1000
书 号	ISBN 978-7-80662-738-9/G · 154
定 价	25.00 元

序 言

由黔西南民族师范高等专科学校谢山、段永华同志编著的《布依族、苗族传统体育》一书即将问世,这是一部专题研究黔西南布依族、苗族传统体育的著作,值得庆贺。

民族传统体育是在中华民族中开展的,具有浓厚民族传统特色的各种体育活动的总称。布依族、苗族传统体育也就是在布依族、苗族中经常开展的具有特色的各种体育活动。认真地研究民族问题,尤其是研究黔西南的布依族、苗族传统体育问题,是一个极其重要的任务,而在此之前对其问题的研究在黔西南仍一直处于真空地带,因此,本书作者比较全面、系统地对黔西南的布依族、苗族传统体育从发展历程、体育的特征、形成的文化基础、功能与作用,以及发展状况和面临的主要问题等作了全面的调查和研究的基础上,编著了本书。书中展现了黔西南布依族、苗族丰富多彩的生活图景,既有对历史问题的把握,又有对其特点的综合评述,脉络分明,史料丰富,论述精当,语言畅通。

全书共分为上、下两篇阐述。上篇主要是理论部分。此部分从民族学、文化学、历史学、民俗学等多个视角,在对黔西南布依族、苗族传统体育进行客观的、较全面的、系统的分析研究的基础上,较详尽地阐述了黔西南布依族、苗族传统体育的起源与发展、民族传统体育的性质特征、民族传统体育形成的文化基础、民族传统体育的功能与作用、民族传统体育活动在黔西南的分布情况、发展状况与面临的主要问题、黔西南民族传统文化体育训练基地的建设与发展,以及黔西南民族传统体育进校园进课堂实施与对策等。

下篇主要是实践部分。黔西南布依族、苗族传统体育内容十分丰富,有百余种传统活动。为了适应学校民族体育的开发和突

出地方特色,主要选取一些较为普及的、易推广开展的部分项目写入书中。其中现在作为全国民运会竞技比赛项目有:武术、龙舟、打陀螺、抢花炮、射弩、踩高跷(高脚竞速)、蹴球、押加等8个;作为健身娱乐和表演的项目(活动)有:舞狮、舞龙、手拍鸡毛毽、丢糠包、跳芦笙、跳竹竿、跳绳、踢毽子、跳皮筋等10个。

为广泛搜集、整理黔西南布依族、苗族传统体育项目,为弘扬和发展民族文化,在国家全面实施《全民健身计划纲要》的活动中,作者将这些充满激情欢乐和富有传奇色彩的既表现粗犷彪悍,又显示温文尔雅、吉祥幸福,蕴含民族精神的布依族、苗族部分传统体育项目介绍给读者,还希望能为节日平添几分喜庆,给生活增添几分情趣,促进民族传统体育项目在各民族之间的广泛交流,使之更为成熟,拥有更多的参与者和能更好地走向世界作出贡献。

前言

中国传统体育与中国传统文化和艺术一样,随着人类自身的需求与发展,以及社会的需要与发展,产生形成发展于我国 56 个民族的肥壤沃土,植根于各族人民生活之中,具有浓郁的乡土气息和显著的民族特点。

纵观人类体育发展史,任何体育项目都是从生产劳动与生活中产生的。经过玩耍、游戏形成一定的规则;经过商议、约定成为一种民间的表演与竞赛活动;经过挖掘、整理,规范其竞赛方法与规则,发展成为一种体育项目,世代传袭下来。丰富多彩的中国民族传统体育项目拥有众多的爱好者与参与者,从一个非常重要的侧面,反映出炎黄子孙积极进取、富于竞争的精神和修身养性、追求美感的情趣,成为中华民族灿烂历史文化的组成部分。

黔西南布依族、苗族传统体育文化是中华民族灿烂历史文化的重要组成部分。历史悠久、具有鲜明的民族特征的黔西南布依族、苗族传统体育文化,不仅在历史上养育了黔西南各世居的少数民族,维护了各少数民族自身的团结和统一,促进了各少数民族的进步与发展,而且在今天逐步走向现代化的进程中,依然具有十分重要的文化价值,仍然是促进黔西南各少数民族进步与发展,促进社会、经济、文化不断发展的重要资源。改革开放以来,我国加快了由农业社会向工业社会转型的步伐,黔西南的社会结构、科技水平、生产方式、经济与文化生活等正发生着巨大变化。这些变化必然使从过去走来的布依族、苗族传统体育文化面临着如何更好地继承与创新,如何有效地发展等问题。本书旨在通过对黔西南布依族、苗族传统体育文化调查、挖掘、整理和研究,形成黔西南布依族、苗族传统体育文化的重要数据库,并为民族传统体育进入学

校,作为教学的一项重要资源,宏扬与传承优秀的民族文化作一点贡献。

借此,谨向关心和给予大力支持的黔西南布依族苗族自治州民族宗教事务局,黔西南布依族苗族自治州体育局,安龙县民族宗教事务局、文体广电局、档案馆,贞丰县民族宗教事务局、文体广电局,兴仁县民族宗教事务局、文体广电局,普安县民族宗教事务局、文体广电局,望谟县民族宗教事务局,贵州省体育局,贵州省民族宗教事务局,贵州省教育厅以及黔西南民族师范高等专科学校的校领导和广大师生等,表示衷心的感谢。

编著者

2008年5月

目 录

第一篇 黔西南布依族、苗族传统体育文化总论

第一章 绪论	(3)
第二章 布依族、苗族传统体育的发展历程	(11)
第三章 布依族、苗族传统体育的特征	(22)
第四章 布依族、苗族传统体育形成的文化基础	(29)
第五章 布依族、苗族传统体育文化的功能与作用	(36)
第六章 布依族、苗族传统体育项目及其分布情况	(44)
第七章 布依族、苗族传统体育的发展现状与面临 的主要问题	(47)
第八章 黔西南民族传统体育训练基地的建设与发展	(62)
第九章 黔西南民族传统体育进学校进课堂实施与对策	(78)

第二篇 黔西南布依族、苗族主要传统体育项目(活动)简介

第十章 武术(布依族)	(107)
第一节 布依族、苗族武术概述	(107)
第二节 布依族、苗族武术文化探讨	(113)
第三节 全国武术之乡——安龙武术发展展望	(122)
第四节 黔西南布依族武术主要技法分析	(126)
第十一章 打陀螺(布依族)	(155)

第十二章	抢花炮(布依族)	(163)
第十三章	射弩(苗族)	(176)
第十四章	高脚竞速(踩高跷)(布依族)	(189)
第十五章	龙舟(布依族)	(197)
第十六章	蹴球	(212)
第十七章	押加	(224)
第十八章	毽球	(231)
第十九章	舞狮(布依族)	(237)
第二十章	舞龙(布依族)	(251)
第二十一章	手拍鸡毛毽(布依族、苗族)	(267)
第二十二章	抛绣球(布依族、苗族)	(274)
第二十三章	丢糠包(布依族)	(278)
第二十四章	跳芦笙(苗族)	(284)
第二十五章	跳竹竿(苗族)	(293)
第二十六章	跳绳(布依族、苗族)	(301)
第二十七章	踢毽子(布依族、苗族)	(315)
第二十八章	跳皮筋(布依族)	(326)
第二十九章	拔河	(330)

附录

一、全国少数民族传统体育运动会介绍	(333)
二、贵州省第五、六届少数民族传统体育运动会简介	(340)
三、黔西南参加贵州省历届少数民族传统体育运动会简介	(341)
参考文献	(343)

第一篇

黔西南布依族、苗族传统体育文化总论

第一章

绪 论



历史造就了文化,文化反映了历史。一个有着悠久历史的民族,必然孕育着深厚的文化底蕴。中华民族以其上下五千年的文明史闻名于世,创造了独特的中华文化。

不同国家、民族、地区的文化,由于形成与发展的自然环境、社会条件和历史传统的不同,因而具有显著的民族性和区域性特点。民族文化是该民族长期的共同生活的产物,是维系该民族的纽带,在世代相传中继承和发展,同时具有稳定性、历史延续性和时代特征。体育是一种文化现象,民族传统体育是民族传统文化的重要组成部分,它伴随着文明的进步而发展。民族体育是对具有民族特色的体育活动的总称。民族传统体育,一般是指本民族创造的历史沿袭的体育。民族体育是人类社会生活的组成部分。中国的少数民族有近千项民族民间传统体育运动项目,其数量之多和形式之丰富堪称世界之最。布依族、苗族传统体育是中国民族传统体育的组成部分,是这个民族大家庭的一员。历史悠久、具有鲜明的民族特征的黔西南布依族、苗族传统体育文化,不仅在历史上养育了黔西南各世居的少数民族,维护了各少数民族自身的团结和统一,促进了各少数民族的进步与发展,而且在今天逐步走向现代化的进程中,依然具有十分重要的文化价值,仍然是促进黔西南各少数民族进步与发展,促进社会、经济、文化不断发展的重要资源。

改革开放以来,我国社会加快了由农业社会向工业社会转型的步伐,黔西南的社会结构、科技水平、生产方式、经济与文化生活等正发生着巨大变化。这些变化必然使从过去走来的布依族、苗族传统体育文化面临着如何更好地继承与创新,如何有效地发展等问题。然而,黔西南布依族、苗族由于长期缺乏系统的、卓有成效的体育文化研究,出现了研究范围窄、规模小、较为分散的现象。使黔西南原本绚丽多彩的民族体育未能有序地进入学校,或融入全民健身活动中去,也难以走上竞技体坛。加之在广大的农村和少数民族聚居地区,受现代化生活方式和经济大潮的冲击,民族体育处于弃旧而未迎新的相对真空时期,挽救和发展黔西南民族体育更是当务之急。中国的民族体育文化的传承与发展尚需遵循体育初级阶段的必由之路即进入学校。中华民族有古老的文明史,其传统体育有深厚的文化积淀,这一笔宝贵的文化财富必须由教育系统来发扬光大。民族体育进入学校,成为现代学校教育的组成部分,这标志着古老的民族传统体育已成为人类社会一个自成体系的独立分支。

黔西南地处祖国大西南和滇桂黔三省区结合部,是以布依族、苗族为主体的少数民族集居地。南北盘江流域及其汇合后的红水河以北,是古老的布依族的发祥地,勤劳勇敢的布依族人民,在数千年的漫长岁月里,创造了独具魅力的璀璨文化,是大西南的开拓者之一,与云贵高原的山水和谐共生,与其他民族和睦共处。布依族有着精彩的创世神话和民间传说,解释了天地万物的来源和人间万象的生产,以及风俗习惯、人物故事、生产生活,其中包含了丰富的道德教训和生活经验,展示了布依族人想象能力和认知智慧,如《兄妹成亲》《甩糠包的来历》《查白场》等。布依族的歌谣更是极其丰富,唱歌已经是布依族人民生活的一个部分,生产劳作、婚丧嫁娶无不有歌。黔西南是布依族民间舞蹈的海洋,如《刷把舞》《糠包舞》《狮子舞》《龙灯舞》《转场舞》《板凳舞》等,这些舞蹈大

都与布依民族体育一脉相存。

布依族居住的显著特点是依山傍水聚族而居,多选择溪河两岸、坝子旁边,大部分地区位于温带,气候温和,年平均温度为 $16\sim 18^{\circ}\text{C}$ 。雨量充沛,年降雨量在 $1\,000\sim 1\,400$ 毫米之间。苗岭山脉横贯其间,山脉、丘陵间颁布着大小河谷和坝子。主要河流,在南部有南盘江、红水河、北盘江,北部有三岔河、打邦河、招摇撞水河,西部有黄泥河,东部有曹渡河和都柳江。民居为干栏式建筑。《北史·南僚传》说:布依族先民僚人“依树积木,以居其上,名曰干栏”。是从远古在大树上“巢居”的形式发展而来,以高脚、底层透空不居人为特征。这种居室距离地面有一定的高度,利于防潮防虫蛇,适应南方气候炎热、雨量充沛的自然环境,多为竹、木结构,底层空敞,人居其上,畜养其下,安全便捷,竹木为墙,又通风凉爽。一种古老的建筑传统,同样也是一个顽强生存习俗,它不但浸润着先民们的文化心理,同样包含了一代又一代后人们继承精神。今天,干栏建筑在南北盘江两岸和山区,仍然是主要的民居形式,吊脚楼、石板房、半边楼、半木半石结构的房子,都是干栏建筑因地制宜的演变。在布依族居住的地区,土地肥沃,粮食作物主要是水稻、包谷、小麦、豆类、薯类,还盛产甘蔗、香蕉、芭蕉、黄果、橘子、橄榄等。

布依族没有自己的文化,但有自己的语言。布依语属于汉藏语系壮侗语族壮傣语支,和壮语、傣语、侗语、水语、黎语、仂佬语、毛南语等有着同语族的亲属关系,特别是和同语的壮语北部方言关系更为密切,在语音、语汇、语法3个方面都有很多共同特点。

布依语自身没有严格的方言差别,语汇和语法结构在不同地域都有很大的一致性,语音也较整齐对应,有同一的规律,因此,布依语不划分方言区,而是以土语区来相区别。根据语音的差异和部分词汇的不同,划分为第一土语区、第二土语区、第三土语区,即黔南土语区、黔中土语区、黔西土语区。

在黔西南境内,属于第一土语区的有安龙、贞丰、兴义、册亨、望谟;没有第二土语区;属第三土语区的有普安、晴隆全部和兴仁、望谟的小部分地区。

布依族先民的社会发展,同各民族一样,经历了一个漫长的远古社会。1957年冬,考古工作者在布依族地区的兴义顶效区猫猫洞里,发掘打制石器一千多件,以及大量的属于新人阶段的人类化石。由此可见,早在旧石器时代晚期或新石器时代初期,即大约一万年前,布依族先民们已经居住在这里,并使用粗制的石器工具进行集体的生产劳动。共同的劳动和生活创造了布依族古老而灿烂的民族文化。

黔西南的布依族风俗习惯较为突出,其主要有:奇特的婚俗、别具情韵的“浪哨”、味浓香醇的美酒、味美多样的饮食、古朴的房舍、精制的工艺、绮丽的服饰、欢乐的节日、丧葬与敬神等等。布依族与汉、苗、侗、回、彝、壮等民族相互为邻,是一个既聚居又与其他民族交错居住的民族。

苗族具有五千多年悠久的历史。古代时,苗族的家园在长江中下游和黄河中下游地区,属于农耕民族,以勤劳勇敢而著称。如五千多年前,苗族就掌握了比较先进的农垦和农耕技术,种粟、种棉、种麻、种桑,还掌握了蚕的喂养,利用丝织,绣织各种各样的服饰图案,传承至今的苗族纳绣、苗族服饰源远流长,首屈一指,色彩久艳不衰,几千年来,得到了国内外的一致公认。又如五千年前,苗族的渔业、狩猎,其影响在我国有关史书中也曾有记载,还有苗族的铜鼓、芦笙、习俗、歌舞等浓郁的多姿多彩的民族文化,也是独树一帜,成为中华民族的历史源流之一。

历史上,曾发生了黄帝与炎帝两部落联盟共同对付苗族的战争即逐鹿之战。战争失败,使得苗族先民们拖儿带女、翻山越岭、西迁逃命,受尽了人间的各种苦难。在迁徙途中,后有穷兵黩武的追杀,前有千山万水的阻拦,正如苗族迁徙旅途歌中所描述的“路

漫漫,天茫茫,何年苦难尽,何处是栖息”。几千年来,苗族先民们从东到西,从北到南,从黄河长江到洞庭湖畔的荆楚,又从荆楚到大西南的崇山峻岭,辗转大半个中国,为求生存而留下了千古足迹。这就是当今苗族人为何分散在全国各地许多地方乃至国外的缘故。居住在黔西南的苗族,仅是苗族西迁的一部分。频繁的迁徙使原来的苗族统一体分散后隔离,地理条件发生变化,形成诸多支系。迄今为止,苗族依据居住地域不同带来的语言、服饰、习俗等文化差异分为4个方言,既黔东方言(亦称黑苗)、川黔滇次方言(亦称大花苗、小花苗、歪梳苗、短裙苗)、滇东北次方言(亦称红苗、白苗、青苗)、湘西方言(亦称喇叭苗)。居住在黔西南的苗族是从明朝开始,陆陆续续地从湖南、四川、云南、黔东南等地迁来的。由于迁来的地方不同,迁来的支系不同,迁来居住的地域环境不尽相同,构成了黔西南苗族丰富多彩的生活图景。至今,居住在黔西南的苗族有三大方言语(除滇东北次言语),其主要分布于贞丰、晴隆、兴义、兴仁、普安等8个县市。

外迁来的苗族最先多在人迹罕至的深山丛林开垦荒地,或狩猎为主,后渐渐有人移入坝区,向当地土著或汉族地主租种土地。为争取生存,苗族同胞曾与险恶的自然环境及社会豪强恶势力进行过不屈不挠的斗争。同时,苗族同胞也与各族人民和睦相处,共同劳动,互相学习,为开发黔西南作出了重要贡献。

苗族人风情、风俗、习俗较多,其主要表现在:

1. 民居:如“九柱六瓜”和“七柱六瓜”建筑,和建房时大门朝东禁朝西的习惯等。

2. 服饰:苗族服饰,艳丽多彩。由于方言的不同,服饰也有所不同。以黔东方言的服饰来说,黔东方言的女性服饰,一直保留着楚国时期鲜明艳丽的色彩。女性从古到今一直留长发,盘头时以一块半月形木梳别入后头顶作围坯,将长发向后盘绕于木梳下沿,形成圆形顶平状,再用两块绣花三角帕作后围,将其定型围固,接

着从头后部围一块钉有 V 字形银泡的三角形围帕,最后用一张宽大的三角形外沿有吊须的黛紫色围帕,折叠三层交叉于前额上沿,打结于后头部。这样,便形成顶平后尾角下斜上翘的形状。头帕原留吊须从前额自然整齐地身后延伸。女性上衣是用 4 块双面绣花精制布料和一花边布料相缝接而成,背部是一块较宽大的长方形精制绣品,图案精美,其色深蓝秀颖;左右胳膊处各一块 15 厘米的精制绣料,图案协调对称。领部至胸部是几条犹如山脉、河流图案的绣条延伸到右下腋,胸前还特别加一块约 15 厘米宽的四方形女儿红绣料,其中或绣一朵桃花或绣一只蝴蝶或绣一只凤凰,将其点缀得艳丽夺目。绣制成的整件衣服形成前长后短的女性和服:女性上衣所绣的图案中,有日月星辰、山川河流、家禽鸟兽、树林花草、白云浪花等,一件女性上衣,从开绣到缝制好,大约需要花费一年左右的时间。女性下装,全是黑色带皱纹的长裙,一条长裙约需 5 米棉质青黑布,前后还配制有织花围片。女性脚下穿的是绣花布鞋,颜色均为黑色。黔东方言的女性,特别是未婚女性,如盘头好、穿上服装裙子、再戴上 5 只项圈和耳环、插片、银链、手镯等,显得大度气派,雍容华贵。

黔东方言的男性服饰,头包黑色围帕,长约 4 米左右,头帕两端留有 16.7 厘米线须。男性上装是黑色或深蓝色,上配有对襟布纽扣,分长衣和短衣两种款式,另外,男性还配肩夹。下装是黑色或深蓝色筒裤。男性脚穿草鞋、麻草鞋、布鞋或皮鞋、胶鞋等。

黔东方言服饰系列中,颇具特色的还有儿童背带及瓦房形的童帽、漏顶形的童帽、狗尾形的童帽等。

3. 节日:苗族的节日丰富多彩,喜气浓郁。主要节日有春节、正月十四、二月二、三月三、四月八、五月端午、六月六、七月十四、八月十五、九月九。

4. 婚俗:黔西南苗族,一直沿袭男女自由恋爱,同宗不婚配的古风俗。婚俗要数黔东方言的苗族婚俗奇特,从古到今,都是先结