

蹴鞠

宋兆麟◎著

中国古代的足球



始于1897

商务印书馆
The Commercial Press

蹴鞠

——中国古代的足球

宋兆麟 著



创于1897

商务印书馆
The Commercial Press

2017年·北京

图书在版编目(CIP)数据

蹴鞠：中国古代的足球 / 宋兆麟著. — 北京：商务印书馆，2017

ISBN 978-7-100-12662-5

I. ①蹴… II. ①宋… III. ①蹴鞠—介绍—中国
IV. ①G843.92

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第252410号

权利保留，侵权必究。

蹴 鞠
——中国古代的足球
宋兆麟 著

商 务 印 书 馆 出 版

(北京王府井大街36号 邮政编码 100710)

商 务 印 书 馆 出 版 发 行

北京骏驰印刷有限公司印刷

ISBN 978-7-100-12662-5

2017年2月第1版

开本 640×960 1/16

2017年2月北京第1次印刷

印张 7

定价：48.00元

前言

当你坐在家里看电视上的足球节目，或者到运动场观看足球比赛，大多情况下都很扫兴，心想：“中国队怎么了？是技不如人？还是水土不服？”一连串的问号涌上心间。事实上，足球在中国有极其悠久的历史，在古代它被称为“蹴鞠”，“蹴”就是用脚踢，“鞠”为皮球，是一种娱乐和军事训练项目。不少帝王都酷爱蹴鞠，在其中还出现过不少蹴鞠高手。遗憾的是，中国足球悠久的历史并不为人所知。本书将带读者重温中国足球。

1973年在湖南长沙马王堆三号汉墓中发现了不少帛书，帛书《十大经·正乱》讲述了黄帝发明蹴鞠的故事。《史记·苏秦列传》称，战国时代的齐国“临淄甚富而实，其民无不吹竽鼓瑟，弹琴击筑，斗鸡走狗，六博蹋鞠者”。之后历代文献都有不少蹴鞠记载。关于蹴鞠的文献多于实物，后者仅在个别书画、铜镜和瓷器上有所反映，但其他文物却极少有所反映。

最近三十年来，社会中出现了大量文物，有了藏宝于民的趋势，其中就有不少蹴鞠绘画：有纸画，有绢画，还有绣画。更令人欣慰的是，还发现了近千年前的鞠球，类型各不相同，这为古代蹴鞠研究提供了珍贵的物证。

本书除了重点介绍新近发现的上述珍贵文物外，还试图结合历史文献记



载，以及各民族的球戏资料，对我国蹴鞠的起源、发展和后来的演变，进行一个概括的说明。全书分六章：第一章是“史料中的蹴鞠”，主要结合史料阐述中国蹴鞠历史；第二章是“辽代蹴鞠绘画”，包括纸画、绢画、绣画，生动还原当时的蹴鞠活动；第三章是“蹴鞠游戏规则”，讲述鞠球、球场和游戏规则；第四章是“蹴鞠的发展”，讲述步打球和马球，二者的共同点是仍用手臂，都用球杖，其区别是一个徒步，一个骑马；第五章是“水域的蹴鞠”，即水球和冰球，这是陆地蹴鞠在北方水上的延伸；第六章是“其他球戏”，有古代的跳丸、抛球、木射、踏球，也有民间流行的踢石球、托高球，等等。本书虽以蹴鞠为名，实际上涉及传统球戏的方方面面。

读者在书中不仅能看到中国传统的各种球戏，也可看到中国对世界足球的重大贡献，它有助于提高中华民族的自信心。我们应该以史为镜，发扬优秀的历史文化遗产，把足球运动搞上去，力争使中国成为一个足球大国、强国，为人类足球运动做出新的贡献。

目 录

第一章 史料中的蹴鞠

- 一、蹴鞠的起源 1
- 二、古代蹴鞠运动 10

第二章 辽代蹴鞠绘画

- 一、蹴鞠画盒 23
- 二、胡人蹴鞠比赛纸画 34
- 三、互攻对门鞠球纸画 34
- 四、帐外踢鞠彩绘纸画 36
- 五、房前“白打”绢画 38
- 六、二人盘球绢画 40
- 七、辽王观看女子蹴鞠绣画 42

第三章 蹴鞠游戏规则

- 一、鞠球 45



二、球场和球门	52
---------------	----

三、游戏规则	55
--------------	----

第四章 蹴鞠的发展

一、步打球	57
-------------	----

二、打马球	70
-------------	----

第五章 水域的蹴鞠

一、水球	87
------------	----

二、冰球	88
------------	----

第六章 其他球戏

一、跳丸	95
------------	----

二、抛球	96
------------	----

三、踢石球	98
-------------	----

四、十五柱球	100
--------------	-----

五、踏球	101
------------	-----

六、托高球	103
-------------	-----

后 记	105
-----------	-----

第一章

史料中的蹴鞠

在中国浩如烟海的古籍中，有很多关于蹴鞠的记载。从中可以看出，蹴鞠在中国起源很早，有一个发展过程。在古代中国，蹴鞠是一种古老的体育活

动，兼有娱乐、军事训练性质，老少皆宜、流行广泛。

一、蹴鞠的起源

蹴鞠又名“踢鞠”、“蹙鞠”，“蹴”就是用脚踢，“鞠”是皮球，是用脚踢球的游戏和体育活动。

与其他文化娱乐一样，蹴鞠也来源于生产劳动。远在史前时代，人类就利用球类工具从事生产劳动，获取生活资料。如在山西许家窑旧石器文化遗址，出土大量野马。野马肉是当时人的重要食物，那么它是怎么被猎取的？

该遗址曾出土大量石球，据专家研究，这些野马是被石球打中的，而石球是用飞石索抛出的，野马被石球击中或被绊马索擒住。到了新石器时代，石球、陶球仍然是重要猎具。由此可见，石球、陶球曾是原始社会的生产工具。古老的游戏，往往源于生产工具，或者略加一些改进而已。人们玩石球、陶球，既是模仿谋生方式，又是为了更好地为谋生做准备。我们还可举一个例子，在赫哲族中有一种叉草球游戏，方法是编一个草球，令其在地上滚动，然后人们拿捕鱼工具鱼叉去叉草球，叉中为胜，未叉中为负。这个例子表明，人类许多玩具来源于对生产的模拟。

那么，蹴鞠是怎么兴起的呢？
汉代刘向《别录》说：“蹴鞠者，
传言黄帝所作……”

1973年在长沙马王堆遗址发现不少帛书，其中帛书《十大经·正乱》就记载了黄帝发明蹴鞠的传说。该书记载，当时黄帝与蚩尤两部落发生战争，最后黄帝打败了蚩尤，把蚩尤杀了，为了泄愤，将蚩尤的胃取出来，充足气，把其当球



黄帝像

踢，也就发明了蹴鞠。



黄帝战蚩尤画像石

这是一个神话传说，未必可信，但足球发明很早应该是不争的事实。在商代仍沿用蹴鞠。甲骨文有一个卜辞，称：“庚寅卜，贞：乎品舞，从雨。”“品”就是蹴鞠，“品舞”即为蹴鞠舞。意思是庚寅那天，商王进行占卜，人们以两足踢球祈雨，事后就下雨了。

春秋战国时期，中国许多地方都喜欢蹴鞠，其中以山东临淄最为驰名。《史记·苏秦列传》称：齐国“临淄甚富而实，其民无不吹竽鼓瑟，弹琴击筑，斗鸡走狗，六博蹋鞠者”。此外蹴鞠有一定季节性，多在清明节前后，故有“寒

食蹴鞠”之谚。

汉代蹴鞠有较大发展。汉高祖刘邦就喜欢蹴鞠，汉武帝、汉元帝、汉成帝也都酷爱蹴鞠，参与蹴鞠活动，并在宫苑内修有蹴鞠城。桓宽《盐铁论》称：

“贵人之家，蹋鞠斗鸡。”汉武帝在上林苑平乐馆就修有球场，汉成帝还沉迷于蹴鞠。《盐铁论·国病》曰：“康庄驰逐，穷巷蹋鞠。”在时人眼中，痴迷蹴鞠，已成为国家弊端。更有痴迷者为蹴鞠而丧命，比如安陵有一个公乘项，有病在身，知名医学家淳于意劝他休养吃药，他不听，还是玩蹴鞠，最后病情加剧而亡。

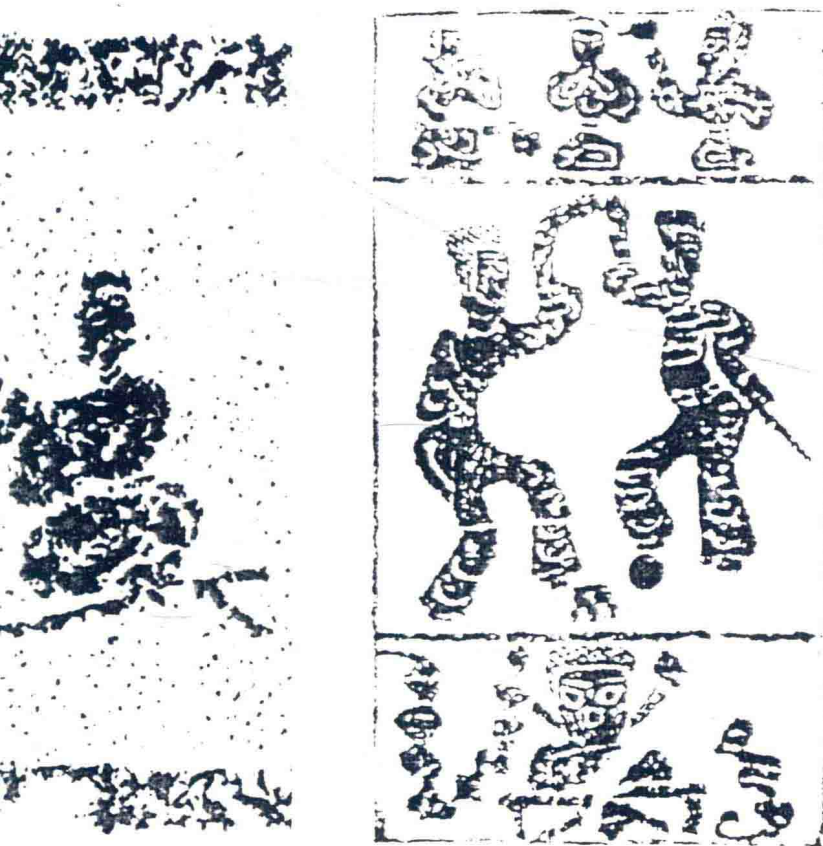
在汉代蹴鞠之所以受重视，不仅在于其适合游戏，它还是军事练



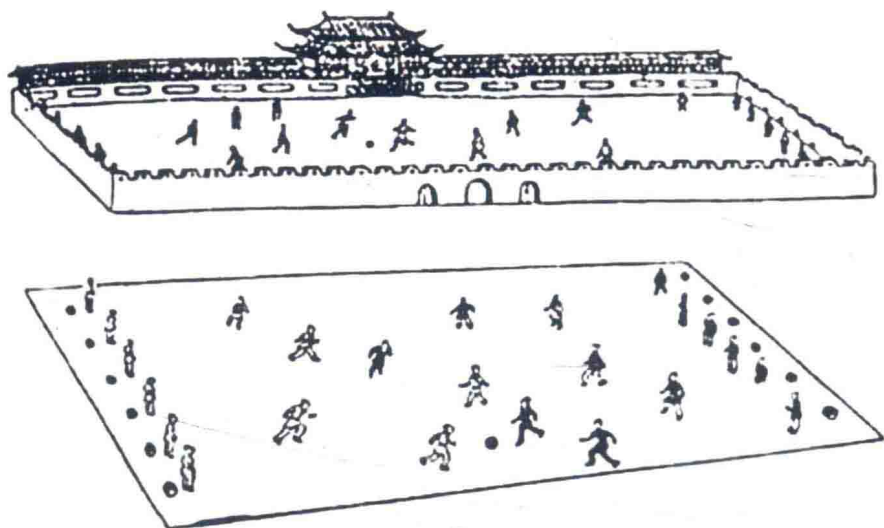
汉代蹴鞠图画像石，河南登封出土

武内容。汉代刘向《别录》曰：“蹴鞠，兵势也，所以练武士，知有才也。”

汉大将霍去病在行军之余，往往以蹴鞠为乐。



汉代画像石《舞乐》，河南南阳
方城县东关出土



汉代宫苑蹴鞠图及训练军队蹴鞠竞赛图，《中国古代体育史》

当时有球场，呈方形。李尤《鞠城铭》云：“圆鞠方墙，仿象阴阳。”
球场称“鞠城”。在汉长安城就有鞠城。在鞠场上有地穴贮球，《汉书·霍

去病传》颜注称“穿地作鞠室”，《汉书·外戚传》颜注又称“窟室”。从辽代绘画看，当时球门有两种：一种为地上挂网，可能来源于“鞠室”；另一种在地上设高栏，其上置球网。蹴鞠有两种玩法：一种是集体的，一种是个人的玩耍，称“滚弄”。河南南阳画像石上的蹴鞠就属后者。1979年敦煌马圈湾烽燧遗址出土一件蹴鞠球，以麻线、白绢条搓成绳，捆在一团丝织物球上，直径6厘米。《汉书·艺文志》的注则称：“鞠以革为之，实以毛，蹴蹋而戏也。”

最近在鄂尔多斯铜件中，笔者发现十多件汉代青铜踢鞠人俑，主要有三种类型：

後漢李尤鞠城銘曰負鞠方牆倣象陰陽法月衡對二

六相當建長立平其例有常不以親疎不有阿私端心

欽定四庫全書

藝文類聚

平意莫怨其非鞠政由然況乎執機

汉代李尤《鞠城铭》，《艺文类聚》

踢右腿铜俑

该俑高 4.1 厘米，宽 2.5 厘米。光头，面向左，穿斜领短袍，立左足，举左臂，右脚作踢鞠状，脚抬起。这类铜俑共有两件，表面已呈黑漆色。

甩右臂奔跑铜俑

该俑亦黑漆古色，高 4.1 厘米，宽 2.1 厘米。光头，穿斜领短袍。两足作奔跑状，左腿在后，右腿在前，右上臂向后甩，左上臂摆于胸前。此类俑有两件。

抬右腿铜俑

该俑质地同上，也为黑漆古色，高 4.1 厘米，宽 2.8 厘米。光头，穿斜领短袍，左腿直立，右腿抬起，似以膝盖踢球状。此类俑仅见一件。

据收藏者说，原来共十多样，似乎两队，每队六七人。又说原有一铜球，如小纽扣大小，可惜已丢失。尽管如此，这些蹴鞠铜俑对考证汉代蹴鞠已流行提供了珍贵的物证。



汉代鄂尔多斯铜人，作者藏

三国时期，魏国曹操酷爱蹴鞠，其子曹植作了一篇《名都篇》，就是对蹴鞠的讴歌，对后世颇有影响。

二、古代蹴鞠运动

唐代是我国古代蹴鞠最兴盛的时代，唐诗中蹴鞠屡见不鲜。

蹴球尘不起，泼火雨新晴。

——白居易《洛桥寒食日作十韵》

永日迢迢无一事，隔街闻蹴气球声。

——韦庄《丙辰年鄜州遇寒食城外醉吟五首》

蹴鞠屡过飞鸟上，秋千竞出垂杨里。

——王维《寒食城东即事》

十年蹴鞠将雏远，万里秋千习俗同。

——杜甫《清明》二首

彩绳拂花去，轻球度阁来。

——韦应物《寒食》

彩索平时墙婉婉，轻球落处花寥梢。

——温庭筠《寒食日作》

云间影过秋千女，地上声喧蹴鞠儿。

——曹松《钟陵寒食日与同年裴颜李先辈、郑校书郊外闲游》