

中華傳統體育休閒文化

中冊

新夏射擊紀錄

薛冰
編著

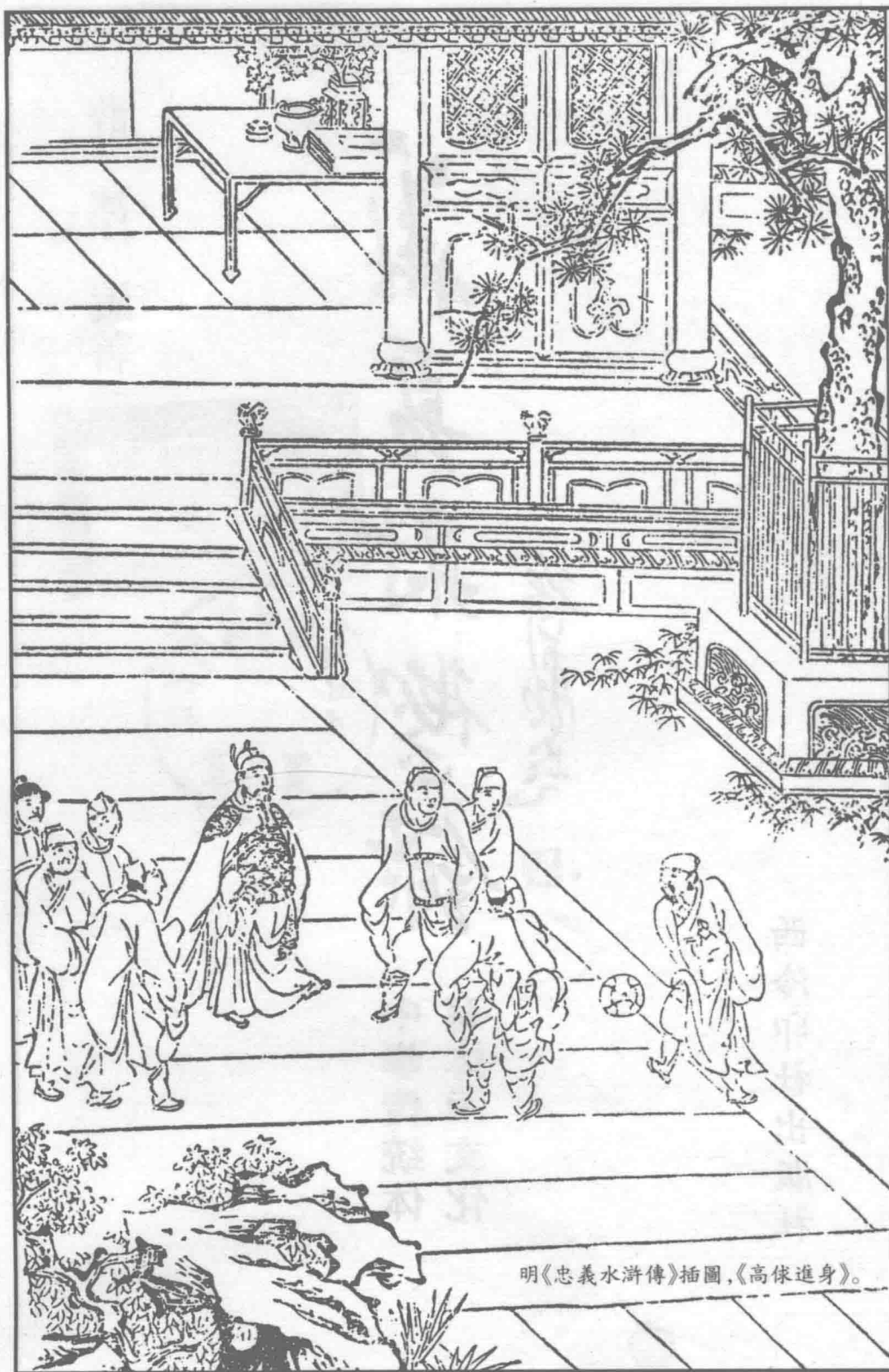
新夏射禦錄

徐勣題



中华传统体
育休闲文化

西泠印社出版社



明《忠義水滸傳》插圖，《高俅進身》。

第五章 蹴鞠

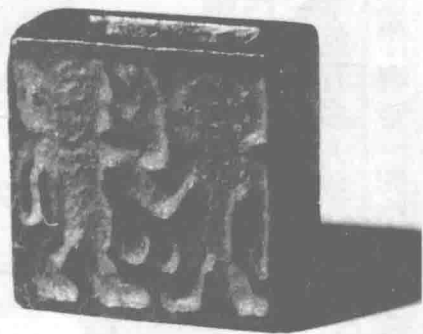
蹴鞠，也就是球類運動，傳說始於黃帝時代。一九六〇年代，中國考古工作者在雲南滄源縣發現三千四百年前的巖畫，就有多人玩球的場面。戰國年間已在齊、楚兩國流行。《戰國策·齊策》和《史記·蘇秦列傳》中，都記錄了齊國都城臨淄居民豐富多彩的文娛體育活動：『臨淄甚富而實，其民無不吹竽、鼓瑟、彈琴、擊築、鬥鷄、走狗、六博、蹋鞠者。』其中蹋鞠也就是蹴鞠。鞠是古代的皮球，『以革爲囊，實以毛髮』。晉人葛洪在《西京雜記》中，記載了劉邦之父劉太公酷愛蹴鞠的故事。出土的漢代畫像石、畫像磚上，不止一次出現女子蹴鞠的圖景，可見當時女子踢球也相當普遍。劉向《別錄》中有『寒食蹴鞠』之說，還說『今軍無事，得使蹴鞠』，『蹋鞠，兵勢也，所以練武士、知有材，皆因嬉戲而講陳之』，可見至晚在漢代，踢球已經成爲一種訓練兵士、發現特長的體育運動。所以《漢書·



東漢蹴鞠圖畫像石拓本；河南登封縣少室闕畫像石。

藝文志》著錄『《蹴鞠》二十五篇』，就列在『兵技巧』一類中，解釋說，『鞠以韋爲之，實以物，蹴蹋之以爲戲，陳力之事，故附于兵法焉』。漢代的蹴鞠運動相當興盛，桓寬《鹽鐵論》中說：『里有俗，黨有場，康莊馳逐，窮巷蹋鞠』，反映了它在民間的普及情況。貴族官僚中流行『鷄鞠之會』，蹋鞠鬥鷄以爲樂事，甚至有在豪宅中自建蹴鞠場的。蹴鞠運動也深入宮苑，漢武帝、漢元帝、漢成帝都是踢球愛好者。設在長安宮苑內的『鞠城』，就是羽林軍開展蹴鞠運動並定期校閱的場地；『三輔離宮』的蹴鞠場地主要也是供軍士運動。《漢書·霍去病傳》記載，『其在塞外，卒乏糧，而不能自振，而去病尚穿域蹋鞠也』。可見其迷戀這項運動的程度。東漢李尤《鞠城銘》中記述了漢代的蹴鞠運動：

漢蹴鞠紋肖形印及拓本；現藏故宮博物院。



動：『圓鞠方牆，仿像陰陽；法月衡對，二六相當；建長立平，其例有常；不以親疏，不有阿私；端心平意，莫怨其非，鞠政由然，況乎執機。』其中對蹴鞠運動的球具、場地、隊長、裁判、比賽規則、裁判員和運動員的道德作風要求等，已都有了明確的規範。

魏晉至隋唐，蹴鞠運動的軍

事意義漸漸減退，而娛樂功能更爲明顯。唐人對皮球做了重大改進，發明了充氣球。徐堅《初學記》中說，蹴鞠之球，「古用毛糾結爲之。今用皮，以胞爲裏，噓氣，閉而蹴之」。所謂「胞」，就是動物的膀胱。充氣球具有一定的彈性，這就增加了踢球的技术要求和競技難度，然而也使蹴鞠的動作顯得輕鬆自如，舒放優美。同時唐人又改進場地，用球門替代「鞠室」。唐人仲無頗《氣球賦》中描寫蹴鞠運動，「交爭競逐，馳突喧闐」，「苟投足之有便，知入門而無必」，「或略地以丸走，乍凌空以月圓」，可見當時的蹴鞠，同現代足球已相當接近。唐代婦女也參加蹴鞠運動，但不用球門，稱爲「白打」。五代王建《宮詞》中「寒食內人長白打」，說的就是宮女踢球。唐人筆記中已載有婦女球藝高超的故事。

蹴鞠在宋代更爲盛行。皇家內苑、顯貴府第中常行蹴鞠之戲。元代畫家錢選畫過《宋太宗蹴鞠圖》，表現宋太宗趙光義和太祖趙匡胤、宰相趙普一起踢球的情景。名臣文彥博「幼與群兒擊球，球蹴入柱穴中。公以水灌之，球即浮出」，被傳爲神童佳話。最典型的是宋徽宗愛踢球，兩個宰相李邦彥和高俅都是此中高手。《水滸傳》中高俅以踢球而得寵的情節寫得活靈活現。民間也出現了蹴鞠組織「圓



唐玉梳背雕塑蹴鞠童子；現藏日本大和文華館。



元錢選畫《蹴鞠圖》卷；現藏上海博物館。

社』，也叫『齊雲社』，或許可以算時代最早的單項運動協會了。宋代的蹴鞠圖案銅鏡，表現的正是家中男女同在庭院中踢球娛樂的場面。宋代孟元老《東京夢華錄》中記載了為皇帝表演的球賽場面：『左右軍築球，殿前旋立球門，約高三丈許，雜彩結絡，留門一尺許。左軍球頭蘇述，長脚幘頭，紅錦襖，餘皆卷脚幘頭，亦紅錦襖，十餘人。右軍球頭孟宣，並十餘人，皆青錦衣。樂部哨笛杖鼓斷送。左軍先以球團轉衆，小築數遭；有一對次球頭，小築數下，待其端正，即供球與球頭，打大賺過球門。右軍承得球，復團轉衆，小築數遭；次球頭亦依前供球與球頭。以大賺打過，或有即便復過者勝。勝者賜以銀杯錦彩，拜舞謝恩，以

賜錦共披而拜也。不勝者球頭吃鞭。』除了球頭和次球頭，據說球員中還有蹺頭、正挾、頭挾、左竿網、右竿網和散立等名目。兩隊球門穿不同顏色的同樣服裝。球

門有用一個的，也有用兩個的。球頭踢球射門架上的球門，射中得分，不中則換對方踢射，這樣反復交替，以得分多的一方為勝。元代的文學作品中，不乏反映蹴鞠運動的作品。楊廉夫有《蹋鞠篇》二首：『江南女兒花娟娟，五花綉出葵花圓，蹋花上下雙文鴛。雙文鴛，玉連鎖，髻斜斜，馬初墮。』金鞭齊停馬上郎，落花旋風掃球場，綉輪擲過東家牆。東家牆，噪雙燕，平頭奴，搖便面。』前一首寫少女踢球、髮髻斜墮的情態，後一首寫女性隔牆觀球的故事。關漢卿還寫過兩支散曲

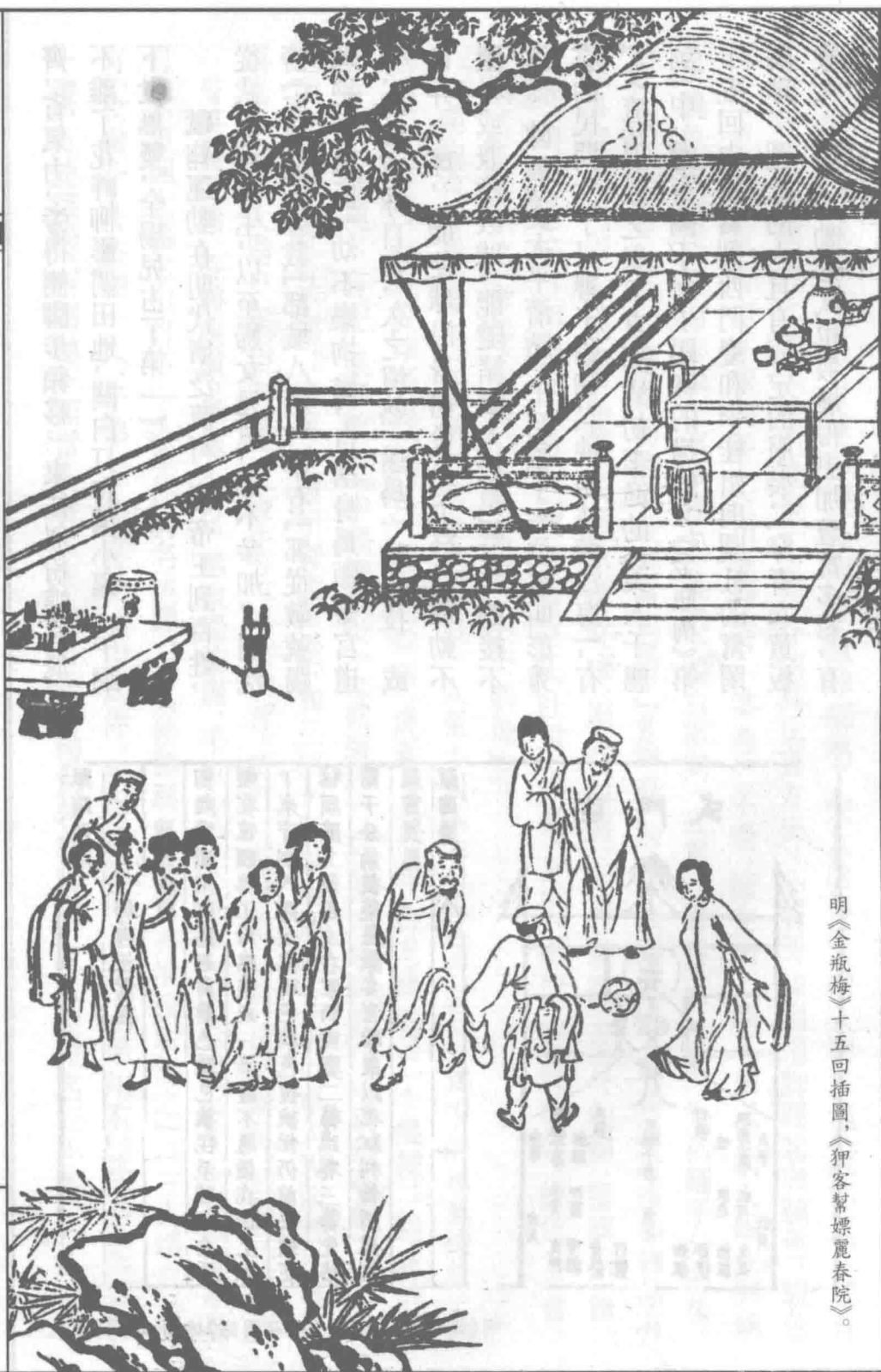


宋人畫《蹴鞠圖》；現藏美國克利夫蘭藝術館。



明杜堇畫《仕女圖》卷局部；現藏上海博物館。

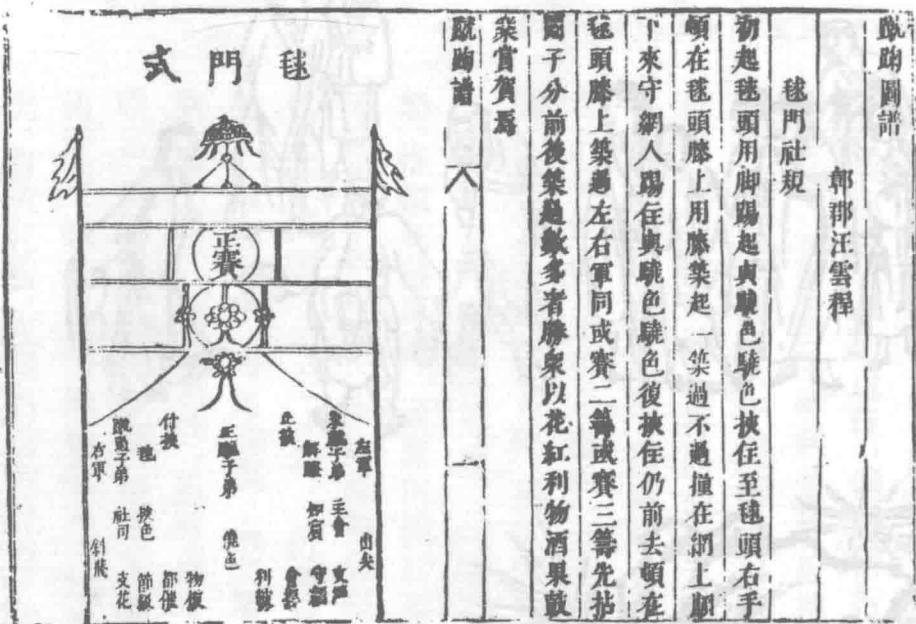
《女校尉》，專寫女子踢球的情景：『換步那踪，趨前退後，側脚傍行，垂肩鞞袖。若說過論掾頭，賺答板摟，人來的掩，出去的兜，子要論道兒着人，不要無拽樣順紐。打的個桶子賺特順，暗足窩妝腰不揪。拐回頭，不要那看的每側面，子弟每凝眸，非是我胡謔。上下泛前後左右瞅，過從的圓就，三鮑敲失落，五花氣從頭。』散悶消愁，惟蹴鞠最風流。演習得踢打溫柔，施逞得解數滑溜，引脚躡龍斬眼，擔槍拐鳳搖頭。一左一右，折疊鶻勝游。』蹴鞠場中，鳴珂巷裏，南北馳名，寰中可意。夾縫堪誇，胞聲盡喜，那喚活，煞整齊。款側金蓮，微那玉體，唐裙輕蕩，綉帶斜飄，舞袖低垂。』甚旖旎，解數兒希，左盤右折煞曾習。甚整



明《金瓶梅》十五回插圖，《狎客幫嫖麗春院》。

齊，省氣力，旁得側脚步頻移。來往似粉蝶兒飛。不離了花畔柳影閑田地，關白打官場小踢。午網下世無雙，全場兒占了第一。

蹴鞠運動在明代廣泛流行，從帝王到百姓，從武士到儒生，以至婦女兒童，無不參加。明沈榜《宛署雜記》載『都城八絕』，中有『郭從敬號踢球絕』，郭氏『幼不樂拘檢，自捨身為顯靈宮道士，時以踢球自娛，久之慣熟，遂為一時絕技。或自弄一球，能使球沿身前後上下終日飛動不墮；或兼應數球，能隨諸敵人緩急輕重，應接不謬』。陳繼儒《太平清話》中記載了一位名叫彭秀雲的民間女子，善于踢鞠，『挾是技游江海』，有『女流清芬』之譽。直到清初李漁的《美人千態詞》中，還有關於女子踢鞠的描繪。《金瓶梅》第十五回中就寫到西門慶和李桂姐與圓社的幫閑踢球，圓社的人且有固定的服裝，『穿青衣黃板鞭』。其時運動形式也發展得更加豐富多彩，有



明《說郭》卷一〇一《蹴鞠圖譜》插圖，《球門式》。

設球門的『蹴球』，也有不設球門的『踢鞠』。蹴球繼承了宋人的傳統，明人陶宗儀《說郛》中，載有汪雲程《蹴鞠圖譜》，其中『球門社規』一節，介紹其比賽方法：『初起，球頭用脚踢起與驍色，驍色挾住，至球頭右手，頓在球頭膝上，用膝築起，一築過。不過，撞在網上顛下來，守網人踢住與驍色，驍色復挾住，仍前去頓在球頭膝上，築過。左右軍同。或賽二籌，或賽三籌。先拈鬮子分前後。築過數多者勝。衆以花紅利物酒果鼓樂賞賀焉。』並繪有『球門式』圖。用于比賽的設施和物品有『職事旗、球門彩、紅綠絹、插戴花、插戴旗、紅纓、銅鈴、銀盤、銀盞、香案、果盒、利物、排旗、引旗、幌索、網子傘』等；相關的人員有『都部署校正、社司、知賓、正挾、副挾、解蹬、球頭、挾色、主會、守網、節級、驍色、會幹、都催、左軍、右軍、出尖、斜飛』等。

踢鞠有各種『場戶』和『解數』，參加者自一人至十人不等，也各有名目，其中的專業球員，仍稱爲『校尉』；充氣皮球稱爲『健色』，有『六錠銀、虎掌、人月圓、古老錢』等二十幾種；踢球的技法有八十幾種；有『下截解數』、『中截解數』、『上截解數』，合稱『三截解數』；『成套解數』自一套直到十一套，各各不同；還有多種用脚的口訣，和三四十個專用術語。其中以單人表演者技藝最爲高妙，『一人場戶』的說明是『直身正立，不許拗背。或打三截解數，或打成套解數，或打活解數，一身俱是蹴鞠，旋轉縱橫，無施不可。雖擅場校尉，千百中一人耳』。『二人場戶』中，『每人兩踢名打二，曳開大踢名白打；一人單使脚名挑踢，一人使雜踢名厮弄。亦惟校尉能之』。『三人場戶』中有『校尉一人，茶頭一人，子弟一人，立站，須用均停，校尉過論與子弟，子弟用右賺與茶頭，須轉一遭，方使雜踢，所謂拋下須當右者是也。又有順行轉動名小官場，三人定位名三不顧，一人當頭

明《說郭》卷一〇一《蹴鞠圖譜》插圖，《一人場戶》、《二人場戶》、《三人場戶》。

一人場戶



蹴鞠譜

三

直身正立不許拘背或打三截解數或打或查解數或打活解數一身俱足蹴鞠旋轉縱橫無施不可舉粒場校尉千百中一人耳

二人場戶



蹴鞠譜

四

每人兩踢名打二隻開大踢名白打一人單使脚名挑踢一人使雜踢名厮弄亦惟校尉能之

三人場戶



蹴鞠譜

五

校尉一人茶頭一人子弟一人立站須用均停校尉過論與子弟用右膝與茶頭須轉一遭方使雜踢所謂拋下須當右者是也又有順行轉動名小官場三人定位名三不顧一人當頭名出尖自古及今間能或易其他如四人場戶名下火五人場戶名小出尖六人場戶名大出尖七人場戶名落花流水八人場戶名涼傘兒九人場戶名踢花心十人場戶名全場似是巧立名色錯亂喧鬧為不經茲並削去不使消諸譜焉

蹴鞠圖



三才圖會

人事十卷

吳

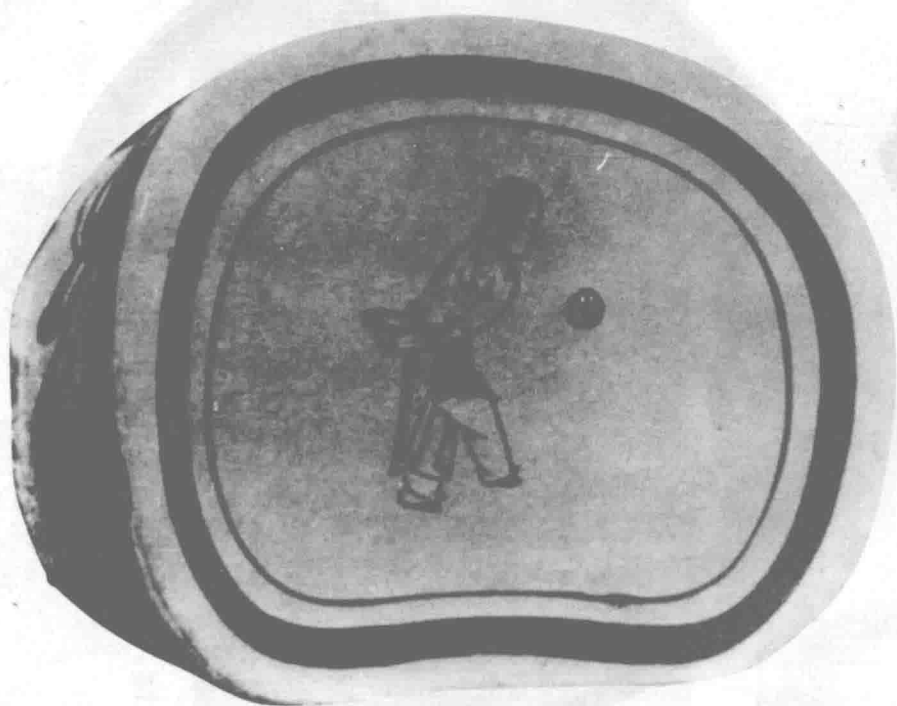
劉向別錄曰蹴鞠者傳言黃帝造或曰起戰國時踢鞠兵勢也所以練武事知有材皆因嬉戲而講陳之博物志曰黃帝所作也

明《三才圖會·人事》十卷插圖，《蹴鞠圖》。

名出尖。自古及今，罔能或易」。這三種是最常用的規範踢法，譜中均配有圖畫。李桂姐與兩個圓社踢的就是三人場戶。『其他如四人場戶名下火，五人場戶名小出尖，六人場戶名大出尖，七人場戶名落花流水，八人場戶名涼傘兒，九人場戶名踢花心，十人場戶名全場，俱是巧立名色，錯亂喧闐，頗為不經』，所以編者祇保留了名目，將具體踢法和原配圖畫都刪去了。到了清代，由於滿人習俗重騎射、溜冰而輕踢球，蹴鞠漸漸成了婦女兒童的娛樂活動。當時禁衛軍中雖將踢球與溜冰結合，發明了『冰上蹴鞠』，作為訓練內容之一，也祇是千古餘韻了。清代中葉以後，隨着西方足球運動的傳入，傳統的蹴鞠運動也就完全退出了運動場。



北宋蹴鞠圖磁州窯瓷枕；河北邢臺出土。



宋蹴鞠圖陶枕；現藏故宮博物院。



宋蹴鞠圖銅鏡；現藏湖南省博物館。