崔乐泉 著

中国民族传统体育学

科学出版社

中国民族传统体育学

崔乐泉 著

科学出版社
北京

内 容 简 介

本书以科学的、实事求是的精神，通过对民族传统体育学科理论体系的分析，在对中国民族传统体育做出整体分类和发展历程进行梳理的同时，将民族传统体育发展的基础、民族传统体育的传承以及民族传统体育的未来，置于中国民族传统文化的广阔背景中进行分析，从学科体系角度对中国民族传统体育做出了全面研究。全书架构完整，内容新颖，主要内容包括导论、民族传统体育的分类与内容、民族传统体育的发展历程、民族传统体育与社会、民族传统体育的发展基础、民族传统体育的继承与发展以及民族传统体育的未来七大部分。在大量历史文献资料、考古学资料和民族学资料基础上，对上述内容进行了全面分析，注重突出历史性、科学性、客观性和创新性。书中配有150余幅珍贵图片，书末附有参考文献。

本书可供高中及大专以上的学生、教师以及科研人员参考和研究。

图书在版编目（CIP）数据

中国民族传统体育学 / 崔乐泉著. —北京：科学出版社，2018.11
ISBN 978-7-03-059694-9

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①崔… Ⅲ. ①民族形式体育－研究－中国 Ⅳ. ①G852.9

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第260249号

责任编辑：王琳玮 / 责任校对：邹慧卿
责任印制：肖 兴 / 封面设计：北京美光设计制版有限公司

科学出版社 出版
北京东黄城根北街16号
邮政编码：100717
http: //www.sciencep.com

中国科学院印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2018年11月第 一 版 开本：787 × 1092 1/16
2018年11月第一次印刷 印张：28
字数：670 000

定价：168.00 元

（如有印装质量问题，我社负责调换）

本书由洛阳师范学院河洛学者经费资助出版

前　言

民族传统体育是中华民族传统体育文化的重要组成部分。自中华民族诞生伊始，具有民族特点的传统体育形式，作为一种文化形态就已经在不同的民族生活中流行、传承着。但早期的体育形式由于具有很大的依附性，一直未能作为独立的文化形态展现在人们的日常生活之中。随着历史的发展，在不同共同体的民族的形成过程中，随着历史传统、族群争斗、民族习俗、民族艺术、民族宗教以及地理环境等因素的影响，以中华民族文化为根基的中国民族传统体育，逐渐发展为一个庞大的文化体系，并成为中华传统体育文化的重要组成部分。

中国民族传统体育，既是中华体育文化的组成形式，又是中华民族传统历史文化的重要内容。它是在充分地吸收了其他文化形态精华，并在周围文化环境孕育中最终形成的一种稳定的文化形态。作为一种民族性的传统体育文化，其与相关诸多文化形态的紧密联系，确定了它在民族文化体系中所体现出的传统文化的多面性。而文化多面性的表现，使民族传统体育在发展过程中，将自己民族的、传统的文化特征体现得更为显著。由其内部表征看，其独自的文化构成体系、独特的文化价值观念、特定的运动项目和行为特征、特殊的社会功效日益得到了充分的展现；而不同运动项目参与人员的大众性、民族文化的复合性、健身娱乐的实用性、历史发展的阶段性以及运动项目的地域性，则构成了民族传统体育鲜明的外部特征。因此，中国民族传统体育应该是由各民族创造的为获得增强体质的技能而进行的娱乐竞技和民俗教育的一种综合性文化形态，是各民族以身体运动为基本方式的一种动态过程的复合体，是民族发展过程中所形成的一种传统的文化生活方式，具有各民族独有的行为特征。

经过长期的发展，展现在世人面前的中国民族传统体育，无论是完整、独立的文化体系，还是运动形式的数量与种类，均是世界任何一个国家的民族传统体育所无法比拟的。它浓缩着大量极为重要的文化内容，所表达的文化信息的方法和程度更是常人难以想象的。随着世界体育文明进程的推进，中国民族传统体育正在逐渐融入人们的普通生活之中。在各个区域、各个角落乃至各个人群，不同形式的民族传统体育已经逐渐成为人类生活中的一大景观、成为人们须臾不可分离的一种生活方式，并成为各类学校教学、学界研究的主要对象之一。

面对这一庞大的人类文化形态，如何从理论角度对其进行研究并指导于人类的体育实践，是学界关心的重大课题。近年来，这些涉及民族传统体育的产生、发展与演进，民族传统体育研究方法与体系的构建，民族传统体育的实践与社会发展以及民族传统体育不同运动形式的特点与传承等的研究成果，主要体现在不同类型的课题、学

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

校教材、学术专著和众多的学术论文之中，并且已经成为我们研究中国民族传统体育最主要的理论基础。另外，随着我们国家对民族传统文化的重视，众多民族形式的传统体育活动得到了广泛而多样化的发展。无论是由民族传统体育非物质文化遗产角度进行的挖掘、整理和传承，还是由体育活动竞技与表演角度进行的传播和推广，其工作成就奠定了我们研究中华民族传统体育的实践基础。

基于上述理论研究和实践工作，本书通过对民族传统体育学科理论体系的分析，在对中国民族传统体育做出整体分类和发展历程进行梳理的同时，将民族传统体育与社会、民族传统体育的发展基础、民族传统体育的继承与发展以及民族传统体育的未来，置于中国民族传统文化的广阔背景中进行分析，从学科体系角度对中国民族传统体育做出了全面研究。在本书中，既有对民族传统体育相关联的民族、体育、民族体育、民族传统体育、民间体育与民俗体育的概念性界定，又有对民族传统体育基本特征、功能与价值、研究对象和任务的阐述；既有对民族传统体育学方法论的分析，又有民族传统体育学与相关学科的关系探讨；既有对民族传统体育分类与内容的把握，又有民族传统体育发展历程的梳理；既有民族传统体育与生态环境、民族文化、宗教、民族民俗、民族心理和民族性格关系的探讨，亦有民族传统体育与民族政策、民族经济、民族教育、民族传统体育运动会以及全民健身运动关系的分析；既有从继承与发展角度探讨民族传统体育传承方式、民族传统体育资源开发与利用，更有从发展趋势方面研究民族传统体育发展的战略目标及生存空间。上述诸方面，基本上涵盖了中国民族传统体育传承与发展以及理论体系的不同侧面，同时也是本书构建中国民族传统体育学学科体系的主体。

鉴于我们国家民族组成的多样性，中国民族传统体育学作为一门学科体系，更应该体现出中国民族传统体育多样性的特质，这也是中国民族传统体育学迥异于其他学科的最大特点。经过中华人民共和国成立以来长时期的发展，作为一种民族文化形态，民族传统体育的张力已经远远超出其最初的祭神娱鬼、强身健体、娱人身心的范畴。其传统内涵的演化，标志着日益发展的社会已经赋予它展现民族精神、弘扬传统文化、倡导新的道德观念、推动民族地区物质文明建设和精神文明建设等崭新的社会职责。这既是我们构建民族传统体育学学科体系的立足点，更是我们传承、发展和推广民族传统体育的基础。

民族传统体育是中华民族这条长河中不断掀起朵朵浪花的文化密码，各民族体育文化的激情永远川流不息地在这条长河中流淌着、奔腾着。本书完稿之际，也标志着我对这一时间长河中的文化密码做出了初步的解读。回首既往，希望本书的撰写能为我国的民族传统体育学科建设铺就一砖之力；展望未来，冀愿本书的付梓能为我们的民族传统体育学研究引出精美之玉。

目　录

第一章　导论……（1）
第一节　民族和民族传统体育……（1）
一、民族……（1）
二、体育……（4）
三、民族体育……（13）
四、民族传统体育……（15）
五、民间体育与民俗体育……（27）
第二节　民族传统体育的基本特征……（34）
一、民族性……（34）
二、独特性……（36）
三、象征性……（37）
四、活态性……（39）
五、流变性……（39）
六、传承性……（40）
七、地域性……（41）
八、综合性……（42）
第三节　民族传统体育的功能与价值……（43）
一、民族传统体育的功能……（43）
二、民族传统体育的价值系统……（48）
第四节　民族传统体育学的研究对象和任务……（53）
一、民族传统体育学的提出及其学科构建……（53）
二、民族传统体育学的研究对象和领域……（58）
三、民族传统体育学的任务与民族传统体育研究的意义……（60）
第五节　民族传统体育学的方法论……（64）
一、民族传统体育学的方法论原则……（64）
二、民族传统体育学的具体研究方法……（67）
第六节　民族传统体育学与相关学科的关系……（71）
一、与人类学的关系……（71）
二、与民俗学的关系……（72）
三、与社会学的关系……（73）
四、与历史学的关系……（75）

五、与考古学的关系……（76）
六、与语言学的关系……（77）
七、与宗教学的关系……（78）
八、与地理学的关系……（79）
九、与旅游学的关系……（80）
一〇、与经济学的关系……（81）
第七节　民族传统体育研究的历史与现状……（82）
一、近代对民族传统体育的研究……（82）
二、当代对民族传统体育的研究与现状……（85）
第二章　民族传统体育的分类与内容……（92）
第一节　民族传统体育的分布……（92）
一、我国民族的识别与民族聚居特点……（92）
二、民族传统体育的分布特点……（96）
第二节　民族传统体育的分类及其内容……（123）
一、民族传统体育分类的原则……（124）
二、民族传统体育的分类方法及其分类……（125）
第三节　民族传统体育的主要内容……（127）
一、汉民族传统体育的主要内容……（127）
二、少数民族传统体育的主要内容……（129）
第三章　民族传统体育的发展历程……（136）
第一节　民族传统体育的发生……（136）
一、原始形态的体育……（136）
二、夏商西周时期的传统体育……（140）
三、春秋战国时期的传统体育……（146）
第二节　古代民族传统体育的形成与演进……（156）
一、秦汉三国时期的民族传统体育……（156）
二、两晋南北朝时期的民族传统体育……（171）
第三节　古代民族传统体育的繁荣与完善……（184）
一、隋唐五代时期的民族传统体育……（184）
二、宋辽金元时期的民族传统体育……（201）
三、明清时期的民族传统体育……（224）
第四节　近代民族传统体育的继承与发展……（250）
一、民族传统体育的继承……（250）
二、传统与现代碰撞中的民族传统体育……（256）
第五节　当代民族传统体育的发展……（262）
一、民族传统体育的挖掘与整理……（262）

二、民族传统体育的曲折发展……（265）
三、民族传统体育的普及与提高……（269）
第四章　民族传统体育与社会……（272）
第一节　生态环境与民族传统体育……（272）
一、我国民族地区的生态环境……（272）
二、生态环境特点和民族传统体育的关系……（275）
第二节　民族文化与民族传统体育……（295）
一、文化与民族文化……（295）
二、民族传统体育是民族文化的表现形式……（298）
三、民族文化艺术对民族传统体育的影响……（301）
第三节　宗教与民族传统体育……（309）
一、原始宗教与民族传统体育……（309）
二、道教与民族传统体育……（312）
三、佛教与民族传统体育……（314）
四、伊斯兰教与民族传统体育……（317）
第四节　民族民俗与民族传统体育……（319）
一、民族民俗的传承与民族传统体育……（319）
二、体育民俗和民族传统体育……（321）
第五节　民族心理与民族传统体育……（323）
一、民族自尊与民族传统体育……（323）
二、民族交往与民族传统体育……（326）
三、民族情感与民族传统体育……（329）
四、民族性格与民族传统体育……（332）
第五章　民族传统体育的发展基础……（335）
第一节　民族政策与民族传统体育……（335）
一、民族问题和民族政策……（335）
二、民族政策是民族传统体育发展的保障……（337）
三、发展民族传统体育的政策与措施……（339）
第二节　民族经济与民族传统体育……（341）
一、各民族地区经济发展的不平衡性……（341）
二、经济是民族传统体育发展的基础……（343）
三、民族传统体育可以促进民族地区经济的发展……（345）
第三节　民族教育与民族传统体育……（349）
一、民族教育的现状及发展……（349）
二、民族传统体育与民族教育密不可分……（351）
三、民族地区体育师资的培养与途径……（353）

第四节　民族传统体育运动会与民族传统体育 ……（356）
一、全国少数民族传统体育运动会……（356）
二、民族传统体育运动会推动了民族传统体育的发展……（365）
第五节　全民健身运动与民族传统体育 ……（367）
一、民族传统体育在全民健身中的作用……（368）
二、民族传统体育在全民健身中的普及与推广……（369）
三、在全民健身活动中推进民族传统体育的发展……（373）
第六章　民族传统体育的继承与发展 ……（375）
第一节　创新民族传统体育的传承方式……（375）
一、当代民族传统体育的传承与发展……（375）
二、建立民族传统体育发展的市场经济机制……（383）
三、促进民族传统体育的交流与传播……（387）
第二节　民族传统体育资源的开发与利用……（394）
一、民族传统体育资源的界定及其类型……（395）
二、民族传统体育资源开发与利用的社会条件……（400）
三、民族传统体育资源开发与利用的原则……（402）
四、民族传统体育资源开发与利用的对策……（404）
第七章　民族传统体育的未来 ……（408）
第一节　我国民族传统体育发展的战略目标……（408）
一、用现代科学理念对民族传统体育进行适宜的改造……（408）
二、推进民族传统体育，走融入现代市场体系之路……（409）
三、重构民族传统体育科学理论技术体系……（410）
四、走民族传统体育可持续发展之路……（410）
五、打造中国特色休闲体育的民族基础……（410）
六、熔铸以爱国主义为核心的民族精神……（411）
七、打造维护我国民族文化生态的典范……（411）
八、增加民族凝聚力，为促进各民族团结奠定基础……（412）
第二节　全球化背景下民族传统体育的生存空间 ……（412）
一、全球化语境下民族传统体育的尴尬境遇……（413）
二、全球化视角下民族传统体育生存力的选择……（415）
第三节　民族传统体育未来发展的意义 ……（417）
一、民族传统体育在保护与传承基础上的转型……（418）
二、民族传统体育的发展趋势及其意义……（419）

参考书目 ……（423）
后记 ……（436）

第一章　导　　论

中国自古以来即是多民族共存和发展的国家。中国历史上的各民族生息、繁衍，在历史舞台上扮演了不同的角色，最终形成了今天中华民族多元一体的格局。这一格局的形成不仅体现在既往的民族纷争与融合之中，更以不同的文化形态影响、融聚着各个民族的社会生活与历史进程。其中，由各个民族在长期实践中创造和发展起来的、反映各民族社会文化生活状态的传统体育文化，就以其民族性、独特性、象征性、活态性、流变性、传承性、地域性和综合性的特征，成为中华民族传统文化的重要组成部分。

第一节　民族和民族传统体育

在人类历史上，民族的存在是文化产生的基础，正是有了民族的发展与进步，才有了多样性民族文化的出现。而作为民族文化重要组成部分的民族传统体育，其发展与变迁是与民族的发展和进步相伴而行的。正是由于民族的多种成分、多种信仰、多种文化习俗等的存在，才有了丰富多彩、形式各异的民族传统体育形式，也才有了民族传统体育文化所蕴含的对各民族的发展产生重要影响的社会文化价值。

一、民　　族

民族传统体育学作为一门学问，其研究的基础就是民族。

民族，在人类文化研究中是一个非常特殊的概念，它有着广义和狭义之分。广义的“民族”是希腊文 šθros（ethnos）一词的中译名，其意是指民族共同体。以往民族学研究者所说的原始民族、蒙昧民族、野蛮民族、狩猎民族、前资本主义民族、资本主义民族、古代民族以及现代民族等，都包括在这一广义的“民族”概念之内。

相对于广义的“民族”，英文中的 nation 和俄文中的 нация，自然是一种狭义的“民族”概念，有的学者亦将其译作现代民族。最初这一概念的内涵是指资本主义上升时代的民族，在社会主义制度代替资本主义制度后，又出现了新型的民族，所以这一概念所表述的民族应包括资产阶级民族和社会主义民族两个部分。需要指出的是，过去学术界对“民族”一词的使用十分混乱，1913 年，斯大林在其《马克思主义和民族问题》一书中对“民族”这一概念提出了科学定义后，对“民族”概念的认识遂逐步统一起来。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

1913年，斯大林在全面研究了民族问题后，发表了《马克思主义和民族问题》这一著名论著，他根据马克思和恩格斯关于民族问题的理论，完整系统地为民族下了定义："民族是人们在历史上形成的一个有共同语言、共同地域、共同经济生活以及表现在共同文化上的共同心理素质的稳定的共同体。……必须着重指出，把上述任何一个特征单独拿来作为民族的定义都是不够的。不仅如此，这些特征只要缺少一个，民族就不成其为民族。"[1]

1929年，斯大林在《民族问题和列宁主义》一文中又稍有改变地重申了这个定义："民族是人们在历史上形成的有共同语言、共同地域、共同经济生活以及表现于共同的民族文化特点上的共同心理素质这四个基本特征的稳定的共同体。"[2]这两个说法，原则上没有什么差别。

这里，斯大林不仅简明扼要地把一个民族作为独特的共同体所必须具备的最基本也是最重要的特征全部表述出来了，而且精辟地论述了民族定义四个基本特征之间的相互关系。

首先，民族是历史上形成的一个稳定的人类共同体。这是历史唯物主义的基本立场。就是说，民族不是人类一开始就有的，也不是一朝一夕形成的，而是人们在长期生产、生活的历史中逐渐形成的稳定的共同体，是一定历史时期的产物。

其次，不是任何历史上形成的稳定的共同体都是民族，如作为共同体的国家与民族就不一样，国家不一定要有一个共同的语言，而民族则非要有共同语言不可。斯大林认为，语言确实是人们社会联系的交际工具，没有一个共同的语言，就不可能形成一个民族共有的经济和文化生活，也不可能形成共同的民族心理素质，所以没有这些共同点，当然也不能称其为民族。

再次，除了共同的语言和共同地域，要成为民族，还需要有内部的经济联系把本民族中各部分结合于一个整体之内。

最后，作为一个民族，还必须有表现在民族文化特点上的共同心理素质。各民族之所以不同，不仅是因为他们生活条件的不同，而且在于表现在他们民族文化特点上的精神形态的不同。正因为不同民族的历代生存条件的不同，才形成了各自特征的心理素质，而这种心理素质对形成不同的民族起了相当大的作用。

斯大林认为，民族的上述四个特征是一个完整的定义，把四个特征中的任何一个单独拿来作为民族定义都是不够的，而且这四个特征只要缺少一个，民族也就不成其为民族。因此，只有一切特征都具备了的时候，才能够说得上是民族。

斯大林的"民族"定义提出后，得到了世界各国马克思主义者的公认。我国早在20世纪30年代后期就有人把它翻译成汉文，为中国共产党人所接受和运用。尤其是在中华人民共和国成立之后，更是被作为制定民族政策和进行民族识别工作的理论依据，

---

[1]〔苏〕斯大林．斯大林全集：第二卷［M］．北京：人民出版社，1953：294，295.

[2]〔苏〕斯大林．斯大林全集：第十一卷［M］．北京：人民出版社，1955：289.

同时也是进行民族研究工作的基本理论依据。特别是经过20世纪50年代关于汉民族形成问题的大讨论以后，斯大林的“民族”定义便成了我国学术界所熟悉的原则。

实际上，对民族这一社会特有现象的研究，早在20世纪之初，中国就已有学者涉足其中了，而首先试图界定民族含义者便有梁启超、孙中山等。梁启超在1899年[1]、1922年[2]不仅率先将“民族”一词引入中国思想界，而且是近代中国赋予“民族”一词比较科学意义的第一人。1924年，孙中山在《三民主义》一文中说：“我们研究许多不同的人种，所以能结合成种种相同民族的道理，自然不能不归功于血统、生活、语言、宗教和风俗习惯这五种力。”孙中山的解释，因其处于革命领袖的地位，一直为中华人民共和国成立前出版的各种著作所援引或作为理论根据，直至1947年版的《辞源》“民族”条释义仍然沿用。

上述这些民族定义，尽管都有一定的道理，但仔细分析，又都存在不科学的成分。

首先，他们都把“血统”作为民族的基本要素，有的还作为最主要的因素，这是值得商榷的。民族不是血缘组织，相反，它正是血缘组织瓦解之后的产物，因而“血统”是不能作为民族的基本要素之一来确定的。其次，他们又都把宗教作为民族定义的基本内容，这也带有一定的偶然性。宗教在某些民族中确实是一个很重要的特征，但是，信同一宗教的不一定是一个民族。同样，一个民族也不一定只信一种宗教。例如，我国少数民族中，朝鲜族、白族、布朗族、鄂温克族、拉祜族、傈僳族、苗族、纳西族、怒族等都是信仰数种宗教的民族，不能因为他们没有信仰一个共同的宗教就否定他们是同一民族。再次，把共同体质特征作为民族的基本要素之一也是有问题的，因为在许多民族中，一个民族往往有几种不同的种族成分，如拉美地区的许多民族就是例证。因此，他们的民族定义，都称不上科学的民族定义[3]。

民族是人类社会发展到一定阶段的历史现象，有着它本身的特殊规律。因此，对这个特殊的社会历史现象如果不用历史唯物主义的观点去分析，是绝不可能找到它的特殊规律的。在这一点上，斯大林给“民族”所下的定义和提出的民族四要素是科学的，是符合历史唯物主义观点的。

民族应是一个历史范畴，是指人们在历史上形成的共同体，有它发生、发展和消亡的过程。虽然在各个不同社会发展阶段的共同体中，其规模、表现形式和具体内容有着巨大的差别，但它们都具有最一般的共同特征，即是一个有共同语言、共同地域、共同生活方式（即有共同的经济、社会和文化生活等的具体形式）和共同的民族意识、民族情感的人们共同体。而共同的民族意识、民族情感则是最主要的特征，缺此便不称其为民族了[4]。

---

[1] 1899年梁启超在《东籍月旦》一文中，在介绍日本史著作中多次出现“东方民族”“支那民族”“民族之变迁”“民族之立国大原”等新名词。详见梁启超《饮冰室合集》文集之四，第90、94、100页。

[2] 梁启超. 中国历史上民族之研究［A］. 饮冰室合集：专集之四十二［C］. 北京：中华书局，1989：1.

[3] 林耀华，金天明，陈克进. 民族学通论（修订本）［M］. 北京：中央民族大学出版社，1997：101，102.

[4] 杨堃. 民族学概论［M］. 北京：中国社会科学出版社，1984：189.

由人类社会发展的历史来看，各民族形成的时间各不相同。例如，我国人数最多的汉民族究竟形成于何时？对此就有不同意见。其实，从中国历史演化的轨迹来分析，早在16世纪的明代后期，在江南地区的经济中已有资本主义的萌芽，到了清代前期，资本主义更有了一定程度的发展。但我国资本主义的发展一直不很充分，因之现代的汉民族究竟何时形成，还值得探讨。如果用斯大林的四要素的尺子严格度量，那么我国的现代民族的形成过程，是随着我国进入近代才开始的。

社会主义制度时期的民族是在社会主义制度取代资本主义制度以后形成的崭新的民族。而社会主义制度时期的民族也是其在发展史上最能健康充分地展示自己的黄金时节。不过，在社会主义取得胜利的多民族国家内，在相当长的一段时间，还存在一些发展不很充分的部族以至氏族、部落的残余。毫无疑问，他们可以在先进的政权帮助下，走非资本主义的发展道路，越过部族甚至资产阶级民族的阶段，而飞跃进入社会主义民族的行列。这已为苏联和中华人民共和国成立以来的历史所证实。而当代中国的各个民族多已进入了社会主义的发展阶段，各民族之间的关系是社会主义民族间的平等团结、互助合作、共同繁荣的关系。

总之，虽然历史上的中外研究者对民族的定义代表了不同社会发展时代的民族，但作为一种共同体，处于不同社会形态的民族，应有着自己特定的表现特征。为此，对民族来说，应做出这样的分类：处于原始时代的民族共同体是为“原始民族”，处于奴隶制时代和封建制时代的民族共同体是“古代民族”（其中包括古代各少数民族），而处于资本主义制度时期的和社会主义制度时期的民族共同体，则为“现代民族”（包括各少数民族）。这种分类法，既符合民族构成的特点，又适合于对民族诸种文化形态的研究，并已经为国内许多民族学家赞同[1]。

二、体　　育

体育，作为人类社会所特有的文化现象，是以身体练习为基本方法，以增强体质，提高运动技术水平，丰富文化生活为目的的一种社会活动，它有着自己产生与发展的历史轨迹。

（一）体育的产生与发展

体育作为一种人类社会进程中形成的文化形态，其历史已经非常悠久了。它萌芽于原始社会，是在人类为解决与外部自然的关系而进行的一些早期活动中逐渐形成的。

人类最基本的需要是生存的需要。这就首先要求人类通过生产实践活动来解决人与

[1] 林耀华，金天明，陈克进．民族学通论（修订本）[M]．北京：中央民族大学出版社，1997：107.

外部自然的关系。在原始社会，由于生产力极其低下，生产工具极其简陋和贫乏，人类还不能依靠改进和发明新的工具来获取必要的各种物质生活资料，而主要是依赖自身肉体的力量求得生存。在人类改造自然的早期活动中，为了获取生活资料和抵御来自外部的侵袭，就要求活动者应有能够攀缘采摘的灵巧的手、善于投射的有力的臂膀、急速奔跑的腿和在蛮荒的原野上持续活动的耐力、勇于搏斗的精神和剽悍强健的体魄。在漫长的求生活动过程中，增强自身的各种生存技能和提高体能这一客观的要求开始被人类所认识。为了增强人自身改造自然的能力，更有效地解决人与外部自然的关系和获取必需的生活资料，人类开始有意无意地将长期在生活实践中所形成的各种生存技能、求生手段、活动方式等，从实际改造自然的过程中分离出来，作为既实用又能有效地增强自身技能、强健体魄的基本手段反复习练，并且用这些习练活动来训练后代。这种原始朴素的习练活动可以说是人类体育活动的萌芽形式，它为以后体育活动的专门化奠定了基础。由此我们可以看到，体育活动的产生是在人类为了解决与外部自然关系需要的基础上发展起来的，它和人类改造自然的活动（生产劳动实践）有着直接的渊源关系。

体育活动的产生不仅与人类改造自然的活动有关，而且和人类为解决与外部自然的关系而产生的一些辅助性活动有关。

从原始社会的各种仪式化的活动中，我们可以看到那个时代人类的全部生活内容。例如，从《吕氏春秋·古乐》所记载的远古先民的“葛天氏之乐”中，我们可以窥见当时人的生活情形：祭祖宗、开荒、耕地、播种、收获、储藏、祭天地等。古希腊关于竞技的传说中，也同样包括了古希腊人诸多的生活内容：狩猎、航海、与猛兽的搏斗、与神灵的交流等[1]。因此，我们认为原始社会的仪式化活动中孕育着体育的主要成因。除此之外，人类早期的一些军事活动，以及在有限的闲暇时间自发形成的一些朴素的嬉戏、游玩活动，也是体育活动最初的来源之一。并且，这些仪式化的活动和游戏可以说是真正意义上的体育活动的直接来源。这是因为，在“生存”还是人类基本的，或者可以说是全部需要的时代，一切与求生存无关的活动很难有容身之地，只有借助于旨在实现与神秘力量之间互渗交流的原始宗教仪式，那些不能带来直接功利价值的身体活动才可能被保留、传承和发展。在仪式化的宗教活动和舞蹈中，功利的目的事实上被放到了第二位，并且日益被通过实现与自然力量（后来是自然神，直至人格神）的交流互渗而获得某种能力或结果的这种目的所淹没、所取代。这正是原始人越是在狩猎或战争中遇到困难时或在发生大灾害时，越要狂热地举行相应的、事实上是无助于实现直接功利目的的种种仪式活动的原因。一旦仪式化活动的非功利性目的得到确认，它就标志着和求生存无关的身体活动与求生存的劳动或军事活动在时间、空间和过程诸方面开始分离。当这种分离开始后，非生存需要的身体活动就必然按自己的逻辑向前发展，即从互渗交流向着娱神、娱人、娱己的方向发展。随着人类认识和改造世界能力的提高，上述活动最终分化出了舞

[1] 崔乐泉．图说古代奥林匹克运动会［M］．西安：世界图书出版西安公司，2008：102-180.

蹈、杂技、戏剧、宗教、体育等不同的文化形态。从体育这部分活动来看，它虽然最终完全脱去了那层神秘的外衣，但却始终保留着宝贵的内核——促使人的某种能力的发展。

人类最初的活动是围绕人与外部自然的关系来进行的，为了解决最基本的生存需要，人类有了改造自然的活动以及与自然相沟通交流的辅助性活动，而这些活动就包含着体育的萌芽。随着社会的进步，人类不仅逐渐认识到改造人类自身以增强各种能力和提高各种素质的必要性和重要性，而且认识到早期的一些实践活动和其他人类的活动中所包含的改造人体的意义。于是，人类便开始自觉地把这些活动作为改造人类自身的最基本的形式、方法和手段，并使之从原来的宗教形式中逐渐分离出来。正是在这一过程中，人类最初的体育活动开始形成了。

随着人类社会生产力和早期体育活动本身的发展，到了奴隶制社会时期，体育活动开始以一种相对完整的、专门的、独立的形态出现。此时，体育活动在形式、内容、规模和社会化组织程度，以及人们对体育的认识上都有了长足的发展。其典型的代表，便是古希腊体育的发展。

古希腊的体育和古希腊神话一样在今天仍具有它的魅力，在古希腊开始举行的奥林匹克竞技赛会是人类文化史和体育史上一座令人仰慕的丰碑。然而，只要从当时希腊人所处的特定的社会历史条件去研究，我们就会发现，希腊人既不是天生喜爱体育，也不是希腊人具有得天独厚的体育禀赋，而是希腊人当时所处的社会环境、经济状况、政治地位，使他们对体育产生了强烈的需要，并为满足这种需要提供了可能。可以说是城邦经济文化的繁荣和城邦之间的复杂竞争，促进了古希腊体育的发展和繁荣。以斯巴达为例，他们生活在被他们征服的充满仇恨的异族、土著人的土地上，为了统治4倍于己的自由民和20倍于己的希洛族奴隶，维护城邦的政治经济秩序，斯巴达只得实行军事化，并高度重视体育运动，把体育作为培养训练英勇善战的合格士兵的最重要的途径。在斯巴达，每个儿童都属于国家，被元老视为孱弱畸形的新生儿无一例外地被弃于荒野，而对合格者则从小进行严格的运动训练，直至他们成为正式的士兵。斯巴达还对妇女进行身体和军事训练，使她们能为培育优秀的后代、防御敌人的入侵和保卫城邦服务。由于当时城邦之间作战主要以肉搏为主，这种“作战的方式需要个人与肉体发挥极大的作用，所以，第一流的公民，连统治者在内，非成为出色的运动家不可”[1]。

如果说，在斯巴达，体育主要是为军事服务和以军事训练项目为主要内容，那么，在民主制的雅典，体育则超越了专一的军事目的，而成为一种目的更广泛的培养人的教育手段。雅典是古代文明高度发达的民主制国家，他们重视文化教育，追求人的身心和谐发展，并且把德、智、体、美的统一作为最高的“善”。因此，他们不仅把体育用于军事，而且用于培养道德高尚、充满智慧、体形优美健壮的雅典公民，使之能与其国家的文明相吻合。

---

[1]〔法〕丹纳，傅雷译．艺术哲学［M］．北京：人民文学出版社，1986：314.

古希腊体育的发达还通过古代奥林匹克竞技赛会表现出来。为祭祀主神宙斯而举行的古代奥林匹克竞技赛会是古希腊最盛大的民族和宗教庆典。举行竞技赛会的阿尔提斯神域早在公元前10世纪时，就已经是埃利斯地方的祭礼竞技中心。一个世纪后，它又成了整个希腊最著名的宗教活动和竞技中心。奥林匹克竞技赛会集中表现了古希腊体育的基本面貌和水平，有记载的奥林匹克竞技赛会从公元前776年开始举行，以后每4年一届，称为一个奥林匹亚德，赛会期间实行神圣休战。根据考古发掘和文献记载，奥林匹克竞技赛会最初的比赛项目是跑步，以后陆续增加了摔跤、拳击、赛车和赛马等项目。另外，还有一些非正式比赛的项目。随着竞技赛会的兴起，许多新的运动基地、场所设施也陆续修建起来，并且开始出现职业竞技运动人才。

荷马时代的祭祀竞技不仅培育了奥林匹克竞技赛会，而且产生了许多地方性或全希腊的赛会，其中影响较大的有祭祀太阳神阿波罗的皮托竞技赛会、祭祀海神波塞冬的伊斯特摩竞技赛会、纪念英雄赫拉克利斯的尼米亚竞技赛会、全雅典竞技赛会和赫拉竞技赛会等。

古希腊体育和奥林匹克竞技赛会是人类古代体育发展的最高峰，它不仅为人类留下了宝贵的文化遗产，还对世界体育发展有着非常深远的影响。同人类最初的体育活动相比，古希腊体育已经发展得较为完整、成熟（图一）。

图一 公元前530年古希腊瓷瓶上描绘的裁判与角力比赛图案（选自《图说古代奥林匹克运动会》）

作为古代竞技体育发展的最高峰，古希腊体育不仅是人类文化中一枝绽开的奇葩，而且为人类体育以后的发展提供了极有价值的内容和模式，这也是为什么奥林匹克竞技赛会虽停息了1000多年，但在近代又得以重新复兴的一个主要原因。

在古代体育的发展中，尽管古希腊体育具有显赫的影响和典型的意义，但同时也应看到，世界其他国家和民族地区的体育也都以自己的方式发展着，并且为整个人类体育的发展输送着养料。源远流长的中国古代体育，同样也在世界体育史上占有独特的位置。

早在夏商周时期，我国就形成了以体育为主的武士教育；春秋战国及至秦汉时期，又形成了中国古代体育的主要价值规范、主要内容和基本形式；两晋到隋唐时期，当

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com