

云南民族大学
学术文库

云南彝族 传统体育文化

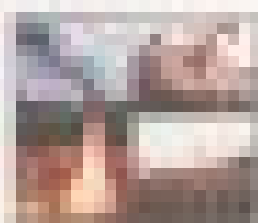
◎ 朱国权 著



四川大学出版社

传统体育文化

中国体育史话



中国体育史话

云南民族大学学术文库

云南彝族传统 体育文化

朱国权 著

四川大学出版社
2007年·成都

责任编辑:曾春宁
责任校对:张振刚
封面设计:原谋设计工作室
责任印制:杨丽贤

图书在版编目(CIP)数据

云南彝族传统体育文化 / 朱国权著. — 成都: 四川大学出版社, 2007.4

(云南民族大学学术文库)

ISBN 978-7-5614-3664-6

I. 云… II. 朱… III. 彝族-民族形式体育-研究-云南省 IV. G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 042557 号

书名 云南彝族传统体育文化

著 者	朱国权
出 版	四川大学出版社
地 址	成都市一环路南一段 24 号 (610065)
发 行	四川大学出版社
书 号	ISBN 978-7-5614-3664-6/G·845
印 刷	郫县犀浦印刷厂
成品尺寸	148 mm×210 mm
印 张	6.5
字 数	160 千字
版 次	2007 年 4 月第 1 版
印 次	2007 年 4 月第 1 次印刷
定 价	22.00 元

版权所有◆侵权必究

◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。电 话:85408408/85401670/85408023 邮政编码:610065

◆本社图书如有印装质量问题,请寄回出版社调换。

◆网址:www.scupress.com.cn



序

张建华

彝族是一个勤劳智慧、勇敢坚强、历史悠久、文化灿烂、酷爱和平自由、富有革命斗争传统的民族。在漫长的历史发展过程中，彝族人民与我国其他民族人民友好相处，共同生产、共同生活，共同创造了中华民族的物质文明和精神文明。

彝族传统体育文化，源远流长，绚丽多姿，独具一格，深受彝族人民乃至与彝族杂居的兄弟民族的喜爱。它是彝族灿烂文化的一个重要组成部分；是以物质文明为基础的，精神生产不断发展的优秀成果和智慧的结晶；也是流淌在彝族人民心灵之中，体现着本民族文化心理素质的重要特征。

朱国权同志编著的《云南彝族传统体育文化》，吸收了我国历史学、民族学、考古学、人类学、彝学关于彝族传统体育、社会形态和生产生活方式的一些研究成果，以其丰富、翔实的实地调查资料，结合自身长期的高校教学实践和参加体育活动的感悟，付出辛勤劳作，在理论与实践统一的原则指导下，对云南彝族传统体育文化进行了有益的探索和研究，揭示了它的深邃的文化内涵及其传承发展，确属难能可贵。

本书第一章至第七章揭示了彝族传统体育文化产生、传承、发展的历史过程，即从低级到高级，从简单到复杂，从单一性向综合性、复合性演进的历史过程；说明彝族传统体育不仅是彝族生产劳动、军事活动、音乐舞蹈、服饰、礼仪、祭祀、娱乐、竞

技、社交等文化现象的载体，而且是彝族意识、性格、审美、心理素质、伦理道德、宗教信仰等深层次文化的形象表达。

第八章至第十章介绍了彝族丰富多彩、寓教于乐、特点鲜明，具有浓厚地域特色和宗教色彩的传统体育项目及其文化内涵。

这本专著还收录了云南省体育局群体处、云南省国民体质监测中心出版的《云南部分少数民族儿童青少年（学生）体质监测统计数据》，中国人类学会编著的《中国八个民族体质调查报告》中彝族、白族、傣族男女性体质特征测量数据。这些珍贵的数据资料，既体现当年体育学、人类学的研究机构及其学者的远见卓识，又为本专著增添了色彩，可视为这本专著的必读参考文献。

彝族分布在滇、川、黔、桂四省（区），居住分散，历史、地理条件不同，彝族社会的经济、政治的发展不平衡，必然形成各居住地区彝族传统体育文化的差异性。

在众多的彝学著述中，这本专著是迄今为止比较集中、比较系统地研究彝族传统体育文化的学术著作。

这本专著，结构合理、逻辑层次清楚、资料翔实、特点鲜明、史论结合，散发着浓郁的山野乡土气息，具有一定的学术价值和社会价值，可供研究彝族和其他兄弟民族传统体育文化时参考，亦可供后来之学者勘误补缺。

由于受到主客观条件的限制，这本专著所引用的文献资料和实地调查资料，主要涉及云南各地彝族，而对其他省（区）彝族涉及甚少。我期盼这本专著能起到抛砖引玉的社会效应，通过各省（区）、各兄弟民族的彝学研究者的共同努力，在不久的将来，能够有比较全面地涵盖四省（区）彝族体育文化研究专著问世。

2006年6月1日
于昆明



目录

MULU

序

第一章 绪论 / 3

第二章 彝族生产生活与体育的相互作用 / 23

第三章 彝族民俗时令产生与体育的关系 / 30

第四章 彝族兵器的种类、制作使用与
体育的关系 / 39

第五章 彝族祭祀文化孕育体育的雏形 / 54

第六章 彝族民俗铸塑体育文化 / 67

第七章 彝族娱乐方式与体育的关系 / 75

第八章 彝族民间体育项目及文化内涵 / 82

第九章 彝族游戏体育项目及文化内涵 / 106

第十章 彝族竞技体育 / 115

附 录

云南部分少数民族儿童青少年(学生)

体质监测统计数据 / 142

中国人类学会编:《中国八个民族体质调查报告》中,
彝族、白族、傣族男女性体质特征测量 / 174

后 记 / 195

主要参考文献 / 198

引 言

三弦响,脚板痒。
一个歌手唱歌,能给全寨带来欢乐。
山歌本是古人留,留在世上解忧愁。
跳舞要跳三跺脚,跳起黄灰做得药。
一旦起舞,忧愁全忘,情动于中,其乐无穷。

——彝族谚语



第一章 绪 论

体育这种社会现象，从它产生的时候起，便伴随着人类社会的发展而不断向前发展。根据彝族的民间传说和一些彝族典籍记载，彝族社会曾经过一个漫长的原始社会发展阶段。在原始社会时期，生产力极为低下，体力劳动与脑力劳动的分工尚未开始，微薄的产品只够大家平均食用，没有多余的产品可供剥削，还不具备设立专门机构来推行体育教育的条件。因此，这时期的体育作为社会化的活动，是和生产实践活动、宗教活动混同进行的。族长、老人、巫师（毕摩的前身）在社会活动、宗教活动中传授本民族的传统文化，包括历史、宗教、伦理道德、风俗礼仪等。彝族先民首先训练一些生产和生活的基本技能，诸如射箭、狩猎、采集、纺织等方面的技能，从而使氏族、部落成员获得赖以生存的社会生活诸方面的体育技能。

彝族传统体育历史悠久，源远流长，绚丽多姿，独具一格，深受彝族人民喜爱。它与劳动生产、宗教祭祀、民族传统节日紧密结合，又是纪念英雄人物、传达爱情、喜庆丰收的重要方式。它不仅有着高度的技巧性、对抗性，而且多伴以歌、载以舞，既增强体质，又益身心，是彝族人民在不同的历史发展进程中，为追求生存和生产的需要，在战斗和劳动中创造出来的智慧的结晶，是彝族灿烂文化的一个重要的组成部分。

一、彝族人口分布

彝族人口约 776 万，主要分布在云南、四川、贵州、广西等省（区），以云南昆明、楚雄、红河，四川凉山，贵州黔西等地区最为集中。彝族分布的地区是我国西南部高原与东南沿海丘陵之间的山岳地带，高山与深谷构成了十分复杂的地形和气候条件。这里有海拔 3 000 至 3 500 米以上的高寒山区；1 000 至 2 500 米的山区与半山区，如哀牢山、无量山一带；也有 1 000 米以下的丘陵山地和河谷，如金沙江、元江谷地。彝族绝大部分分布在山区，部分分布在高寒山区，居住在平坝和河谷地带的则属少数。彝族分布地区的海拔差距，直接影响当地的气候。由于气候的变化多端，所以流传有“十里不同天”的谚语。这也是各地彝族经济生活各具特点的主要原因。

彝族地区有着极其丰富的自然资源。流经川、滇的金沙江及其支流奔腾于滇东北、滇北彝族地区，蕴藏着巨大的水力资源。彝族地区不仅盛产煤、铁，也是我国有色金属的主产地之一。

“彝”是各地彝族统一使用的族称。由于方言、地区不同，彝族还有许多不同的自称和他称。四川大、小凉山，贵州西部，云南昭通、武定、禄劝、弥勒、石屏一带的彝族自称“诺苏”（或在自称之后加“濮”，“苏”、“濮”都是彝语“人”或“族”的意思）、“纳苏”或“聂苏”。“诺”、“纳”、“聂”是方言音读的差异。这部分彝族约占彝族总人口的 1/2。云南哀牢山、无量山及开远、文山、马关一带的彝族自称“密撒（濮）”、“腊苏（濮）”、“罗罗（濮）”、“濮拉泼”或“尼濮”等，石林、弥勒、双柏、易门一带的彝族被称为“撒尼”、“阿细”。此外，彝族还有“山苏”、“撒摩都”、“密岔”、“子君”等称谓。新中国成立以后，经过民族识别，按照广大彝族人民的共同意愿，以鼎彝之



“彝”作为彝族的统一的民族名称。

二、彝族传统体育的产生

（一）体育源于人类的生产劳动

据人类学、民族学的考古研究表明，彝族是最早生活在滇、川两省的土著民族。早期的滇、川陆地山高水险，茂密的热带森林中栖息着各种凶猛的野兽，险恶而奇异的自然环境使人类的生活条件极为严酷。当时，人类的思维极为简单，使用的工具也十分简陋，人们主要靠自身的活动来防身和获取食物。不同的生产方式决定着众多不同的生活方式，大自然和社会形态选择与培育了不同民族并形成了不同的生产生活技能。原始社会经济活动中的攀爬、奔跑、跳跃、投掷、射击等等就是人类同大自然斗争中的活动方式，是生产劳动的基本技能。彝族体育活动，就是在这样的自然和社会背景下逐渐萌芽并最终形成的。人类社会发展的需要，是体育产生的前提条件；原始人类在经济活动中的体育活动，则是体育产生的母体。

（二）体育产生于古代战争

随着社会经济的发展，彝族各部落之间时常发生争夺财富和牲畜的战斗，这使崇尚武功成为当时的社会时尚。彝族性情强悍，腰刀、长枪从不离身，他们耕山捕猎，自称“虎族”。对虎的图腾崇拜，在彝族中营造出一种练就强健体魄的文化氛围，使彝族人民在男吹老虎笙、女跳歌舞的重大节庆时，充分体现了彝族传统体育的精神价值。元代李京《云南志略》载：罗罗，左右佩双刀，喜斗好杀，多养义士，遇战斗视死如归。时至新中国成立前夕，彝族大小凉山村寨，仍然有冤家械斗的情况，土司之

间、头人之间，乃至家亲之间，一旦发生纠葛，动辄武力相向。每打一次冤家，双方都要动员成百上千乃至万人参加，以刀、枪、棒、箭为武器，面对面厮杀。战争需要强身和练兵，两军相遇强者胜，武器手段越低级，身体素质和技巧越重要。彝族的马术、摔跤、射箭、武术等最初都是用于训练武士，带有明显的军事性质，随着历史的发展，才逐渐演变成为今天群众喜闻乐见的彝族传统体育活动。漫长的战争岁月，既练就出彝族精湛的武艺，又培养出彝族人民骁勇强悍的民族心理素质。在彝族社会，人们以家支庞大、族员兴盛、武功精湛为荣耀。

（三）体育与风俗、宗教、信仰密切相关

据史籍记载，彝族体育与本民族的风俗习惯和原始宗教有密切的联系。例如，居住在云南弥勒西山、宜良、昆明附近和文山、砚山、邱北、禄劝等地的彝族有“抢烧鸡”的习俗，每年举行一次，这可谓是一项长跑的锻炼。届时，把全村最大、最肥的烧鸡挑出3~5只，选出各家跑得最快的若干青年去抢鸡，获得鸡者被视为赛跑冠军。再如，昆明西山区谷律一带的彝族，有逢农历正月十五日荡秋千敬献星神的习俗。石屏、建水一带的彝族在“祭龙”的过程中，有让男孩扮演豺狼虎豹而追逐的活动。事先由“龙头”用占卜的方式挑选出三个活蹦乱跳、脚勤手快的男孩，让他们扮演豺狼虎豹。三个男孩各执一只水瓢：一个端着猪耳朵，一个端着猪尾巴，一个端着猪脾脏。三人先一起围绕“龙树”转三圈。之后，在场的人一起大声吆喝“打豺狼虎豹”，随即向三个男孩扔去松球、石块之类。三个男孩知道要挨打，便直往密林深处跑去，驱赶的人要待看不到三个男孩的踪影时，才停止驱赶。这可谓是一场精彩的群众性赛跑活动。农历六月二十四、二十五为彝族隆重的节日“火把节”。万历《云南通志》谓：六月二十五日，束松明为火炬，照田苗，以火色占农。隆庆



《楚雄县志》载：六月二十四，燃火炬照室及田间，每田水口每莽地处各磔一鸡以祈求丰收，男女青年环绕火炬载歌载舞。滇南彝族还要举行名为“摔跤节”的祭祀体育活动。这是为消灾而举行的仪式，因而又称为“太平盛会”。摔跤前要请毕摩烧香祷告，驱鬼祈神，人们要围着“挂红”跳敬神的舞蹈，然后全体村民祈祷神灵后开始摔跤。石林县（原路南县）内的彝族村还流行着女子摔跤的习俗，这是祈雨的手段。每遇天旱，少女们便赤脚赤膊在烈日下开展摔跤，“以阴气冲天”，祈求上苍下雨。

彝族以虎为图腾，至今仍保留着正月十五祭虎的习俗。在祭虎仪式中，人们要跳祭虎的图腾舞——“虎舞”。在锣鼓声中，人们装扮成老虎，模仿老虎的动作，翩翩起舞。巍山县彝族也流传着“跳猫猫”（实为虎舞）的习俗。舞蹈中人们还不断地喊“罗哩，罗哩”（意为“虎啊，虎啊”），呼喊声蕴含着人们对本族图腾物“虎”的崇拜与歌颂。因此，彝族的虎舞比其他拟兽舞更有特殊的含义。

（四）体育为满足人们的精神生活和娱乐活动而产生

体育运动蕴含着丰富的竞技性、游戏性、艺术性等。人们在劳动之余通过体育活动，可使精神饱满，体力充沛，情绪愉快；体育活动能尽情地展现自己的体形美、体能运动美，以满足心理上的各种欲望，丰富人们的社会文化生活。

彝族所居住的地区大都是交通不发达的山区，他们生活在闭塞的环境中，与外族、外界的接触甚少。在此缓慢发展的、自然纯朴的生态环境中，人们在生活、劳动中，需要文化娱乐活动来满足人们生存、享受和发展的基本需要，彝族传统体育活动正是为适应人类社会这种身心需要的心理趋向而产生的。这样，彝族传统体育活动逐渐成为人们在闭锁的自然与生活环境中主要的休闲娱乐方式，来调节人们心理感情以及使身体适应大自然的各种

变化。彝族人民的跳乐就具有典型的娱乐特征。人们常说：“三弦响，脚板痒”；“一个歌手唱歌，能给全寨带来欢乐”；“跳舞跳到太阳落，跳起的黄灰做得药”；“山歌本是古人留，留在世上解忧愁”。在彝族的传统体育运动、歌舞活动中，人们享受着体育运动的欢乐，经常起舞，忧愁皆忘；运动情趣，其乐无穷。

在历史的长河中，有无数可歌可泣的英雄人物，他们或为拯救危亡，或为抵御天灾人祸、外族侵略，或为追求幸福与光明，而谱写了一曲曲感人心魄的壮丽凯歌。他们是彝族人民世代崇敬的英雄，也是彝族的骄傲和自豪。彝族人民为了表达对这些英雄人物由衷的敬仰热爱，往往自发地创造出某些活动以表达纪念之情。如彝族支系阿佤人的“跳月”，就是人们为祭奠祖先“阿娥”和“阿者”而创造出的体育运动的形式。

原始彝族体育形态的产生基本上属于自然体育的形态，是彝族祖先尚处于社会发展低级阶段的产物。它与彝族先民原始思维方式相适应，因而它成为一种独立的文化形态。它作为彝族先民初期智能和体能开发的表现形式与历史时代的彝族先民活动，与生产、宗教、战争、教育等紧密交织在一起。彝族先民的劳动、战争和宗教活动都是集体智慧的象征，反映劳动、生活方式的原始彝族体育活动也是集体性的、大规模的。它既是劳动、生产、狩猎技能的训练，丰收的喜庆，又是军事演练和宗教仪式。彝族先民用自己非凡的智慧，描绘出一幅幅波澜壮阔的历史画卷，创造了悠久灿烂的彝族文化，当然也创造了彝族人民喜闻乐见，具有丰富内涵的彝族体育文化。

三、彝族传统体育文化特征

人类文化的产生、发展、演化、积累、传播都是在一定的时间和空间系统中进行的。人类文化演进在纵的方向上发展，是以



时间系列的变量为标志的,如石器文化、青铜器文化、铁器文化等。人类文化另一发展系统是以地理范围为特征的区域性文化,如我国古代仰韶文化、龙山文化等等。彝族体育作为彝族文化中的一部分,也是在彝族社会在特定的历史条件和地理环境中产生形成的,并在历史的发展、科学的进步、社会环境的变迁、外来文化的传播等条件作用下,不断演变和发展,呈现出一定的历史轨迹。少数民族传统体育是偏于感性和感官满足的一种初级层次的文化现象,包括日常生活、文化活动,为人民提供了现实的、基本的文化选择、文化需要和文化活动。它通过大众传媒、大众教育、闲暇娱乐等方式散布在不同行业、不同地域的文化群体中,并形成了较为舒缓轻松的文化氛围。它吸附、牵引着巨大数量的群体,形成了社会文化的主流。彝族传统体育活动,因历史悠久,源远流长,深受本民族人民的喜爱。这些纷繁复杂、千姿百态的彝族民族传统体育活动,产生于彝族的社会生存空间,体现着彝族人民的生产和生活方式、行为模式和文化心理结构,形成了自身的如下文化特征。

(一) 娱乐健身

生命的产生与终止,引起了人类对生命存在的哲学思考;对生命和身体运动的研究,导致人们对体育价值的理解并形成了特有的卫生保健和体育活动方式,这亦称健身保健,如古代的导引养身功、吐纳术以及五禽戏、易筋经、八段锦、形意拳和太极拳等。这些都是通过身体姿势调节、呼吸锻炼、身心松弛、意念的集中和运用,以增强人体各部分机能,启迪人体内在潜力,达到防治疾病、延年益寿的目的。因此,体育之所以从人类的生产劳动中分离出来,成为人们日常生活中专门从事并着力发展的集技能、体能、健身为一体的运动,其原因就在于体育的最基本功能——健其体、治其志。彝族传统体育项目繁多,运动形式各不相