

武学

【第二辑】

WUXUE

——中国传统射箭专辑

马廉祯 主编



武學

【第二輯】

WUXUE

——中国传统射箭专辑

马廉祯 主编



SPM 南方出版传媒 广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

武学. 中国传统射箭专辑 / 马廉祯主编. —广州 : 广东人民出版社, 2016. 12

ISBN 978-7-218-11347-0

I. ①武… II. ①马… III. ①武术-中国-文集 ②中国式射箭-体育运动史-文集 IV. ①G852-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 260799 号

WUXUE——ZHONGGUO CHUANTONG SHEJIAN ZHUANJI

武学——中国传统射箭专辑

马廉祯 主编

版权所有 翻印必究

出版人: 肖风华

责任编辑: 王俊辉 黄良起 李 响

装帧设计: 汇 文

责任技编: 周 杰 易志华

出版发行: 广东人民出版社

地 址: 广州市大沙头四马路 10 号 (邮政编码: 510102)

电 话: (020) 83798714 (总编室)

传 真: (020) 83780199

网 址: <http://www.gdpph.com>

印 刷: 广州家联印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 22.25 字 数: 480 千

版 次: 2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 42.00 元

如发现印装质量问题影响阅读, 请与出版社 (020-83795749) 联系调换。

售书热线: (020) 83790604 83791487

编委会

顾问：释永信

学术指导：马明达 徐开才

主编：马廉禎

副主编：赵式庆 赵殿红 耿之矗

编委：马廉禎 赵式庆（香港） 赵殿红 耿之矗 叶德荣
刘康毅（台湾） 郑书民 黄元明（意大利） 蔡智忠
本多雄志（日本） 张国权 王志广 郭奕骏 张天昱
边 宇 刘志宇

参编单位：中国嵩山少林寺

甘肃省马氏通备武学学会

华南师范大学体育科学学院

香港中华国术总会

前言

当下，久违了的中国传统射箭正在蓬勃兴起，全国各地赛事不断，参加者越来越多，业余爱好者也大量涌现，已经引发许多外国传统射箭爱好者的关注和积极参与。目前中国传统体育的复兴在整体上还处在缓慢启动的状态中，射箭却能一马当先，大有箭靶林立、飞矢如蝗之势，真可谓“风景这边独好！”这是非常令人振奋的现象。为了配合这一来之不易的大好形势，我们决定《武学》的第二辑就以传统射箭为主要内容，名之为《中国传统射箭专辑》。

1959年，中国传统射箭被“欧洲弓”挤出射坛，从此顿转衰落，逐步变得销声匿迹。作为历史文化，偶尔会有人写点东西，特别是在考古学界，但专题研究的论文非常罕见，论文集至今未出现过。几十年过去了，这本《专辑》大概算得上是一个首创吧！需要强调说明的是，由于稿源不足，又仓促选编，本辑的内容难免有挂漏误失之处，为此，我们感到遗憾，也真诚希望读者能给予谅解。《武学》还会继续办下去，射箭也将仍然是主题之一，希望大家以发展的眼光关注和支持《武学》，更希望专家学者惠赐大作，以使《武学》走上一条兼容并蓄、博采众长之路。

射箭专辑的编定，带出来一个“武学”的界定问题，编辑部想在这里谈谈我们的认识，以就正于海内外博雅。

关于“武学”概念，辑刊的学术指导马明达教授已在《浅议“武学”》《论武学与武术文献学》等文章中有所阐述。近几年来，这个曾经曲高和寡的提法，逐渐为人们所接受，使用率越来越高。但“武学”概念的界定仍有研讨的余地，这与中国武术发展的现实需要有关系，也与中国民族体育复兴的社会实践和理论创新有关系。具体说，我们以为“武学”应该有狭义和广义两种解释，狭义的“武学”主要指武术体系而言，包括武术的练打主体以及与武术相关的各种延伸内容，这方面的问题，马明达教授在《论武学与武术文献学》一文里做了相当深入的论述，我们就不必再做冗述。广义的“武学”实际更贴近传统的武学，贴近民国时代张之江将军所倡导的国术体系，其内容则不限于现代所说的武术，还应包括与“武艺”或“技击之术”相关的射箭、摔跤、弹弓、踢毽、测力等。其中特别是射箭，包括步射、骑射等，自古以来就是中华武艺的核心，自然也是武学的主项。正如明代武学大

家唐顺之（荆川）所言：“军器三十有六，而弓为称首；武艺一十有八，而弓为第一。”因此，舍弃射箭而言武学，乃是舍广义而取狭义，不是不可以，但终究与传统不符，于武学今后的发展亦不利。

早在1948年，近代通备武学体系的主要建构者马凤图先生（字建翊，1888—1973），就提出过他的武学观。当时在西北师范学院体育系兼任教职的他，曾在《文化与武化》一文中写道：

中国古代六艺，体育几占其半，可谓“体育即教育，教育即体育”也。故民族体格，雄武俊伟，冠于天下；活泼跃进，震铎千古。观其历代疆域之广袤，人口繁衍之众多，可为成功之明证。积数千年与外方民族及自然环境之观摩经验，研究创造，汇为博大精神式贯通之武术，形成理、法、式系统化之伟大“武学”，其内容包括战斗技能及运动法则，蔚为武美并臻之妙用，而成已成物之哲理在焉。考古之骑射技击，精巧武器，百艺千奇，或以健身，或以御侮，或以演礼，或以抒神，中华民族恃此直接锻炼，历史生命，赖以延续。^①

这其实就是一种“大武学”观，举凡古代武艺体系内的一切，“骑射技击，精巧武器，百艺千奇，或以健身，或以御侮，或以演礼，或以抒神”，统归之于“伟大武学”。照此观点，射箭毫无疑义在武学体系之中。所以，自今而后，我们将谨遵先贤遗教，努力扩大武学领域，将以《武学》作为民族传统体育或是国术研究成果的展示平台，争取在中华武学的继承与创新发上有所贡献，有所建树。

针对当前民间传统射箭活动中的某些民族主义情绪的露头，特别是极少数民粹主义倾向者的鼓噪和不良行径，有几句话需要强调一下。

中国传统射箭是历史上中华民族共同创造的文化遗产，不属于任何一个单独的民族，它是多民族在长时间里共同交流融会、继承创新的产物，是中华民族共同创造的文化财富。不同的区域和民族往往在射箭上各具特色，各有千秋。古代如此，今天如此，以后还会如此。这很正常，中国历史悠久而疆域辽阔，区域和族群的差别从来都有，但并没有严格的畛域疆界之分，相反，彼此间交流频繁，取长补短，更加促进了民族间的文化互惠与和谐共处。这一点特别表现在传统射箭的器具制作和技艺竞技等各个方面。我国封建时代的后期，经过了大清王朝两百多年的汇总与融合，最终完成了中国传统射箭的整合形式。这当然不是终点，但的确具有古典射艺的终结性意义。人们将它称为“清射”，实际上是中国传统射艺的主流形式，它包含清代以前许多朝代和民族的射艺因素，融会贯通才是它主要的特征，所以清射

^① 《回族文化》，1948年第一卷第2期。

并不等同于“满射”，不仅仅属于满族一个民族。

早在1953年，著名历史学家齐思和先生在《少数民族对祖国文化的伟大贡献》一文曾讲道：

从历史上看来，伟大的中国文化是各兄弟民族的祖先们共同创造的，各兄弟民族都有很重要的贡献，绝不是汉族所单独创造的。其实即是汉族本身，也是混合了许多大小民族而成的。范文澜在他的《中华民族的发展》一文中已经指出这个事实。从前大汉族主义的历史家，除了战争很少提到我们兄弟民族间的彼此关系，这种态度是极端错误的。因为我们兄弟民族间最重要的关系是文化交流，各种文化汇集混合，才形成了光辉无比的中国文化，这种过程应该是中国历史学家主要的课题之一。^①

在这篇名作中，齐思和先生还专门讲到胡服与骑射问题，由此延伸到骑兵的训练和马匹的豢养驾驭等多方面的问题，以生动的例证说明民族文化交流的广泛性和深刻的历史意义。今天我们研究中国传统射箭，首先应该立足于正确的历史观，努力提高认识水平，更加尊重多民族交流融合所形成的中国传统射箭遗产，珍惜民族团结对于民族复兴大业的重要意义。

自2014年以来，甘肃省天水市已举办了两届以“李广杯”命名的中国传统射箭国际邀请赛，成绩斐然，在国内外引起了很大的反响。天水古称秦州，是以“世世受射”和“猿臂善射”而闻名的飞将军李广的家乡，民风朴实，强劲尚武，传统射箭崛起于天水，可谓渊源有自，事出有因。“李广杯”射箭比赛的成功举办，是由对陇右历史文化和人文传统有着深刻了解和深厚感情的马明达教授首先提出来的，提议得到天水市委王锐书记的欣然赞许，也得到各级领导与社会人士的热情支持。特别是负有具体操办之责的秦州区委和区政府，在人力财力等多方面积极筹措，精心运作，从各方面保证了比赛的顺利进行。需要以感激之情指出的是，“李广杯”从起步伊始，就得到我国射艺泰斗徐开才、李淑兰夫妇及其团队的慷慨支持，徐、李二老多次亲莅天水，传授技艺，讲解规则，筹划格局，主持赛事。他们倾尽心力于中华射艺的复兴事业，在天水人心目中留下了老一代体育家高大谦和的美好形象，这将作为天水体育文化史上的一段佳话而永存史册。

为了总结经验以继续开拓进取，2016年4月初，天水市体育局和秦城区举办了“天水‘一带一路’战略与中国民族传统体育文化创新研讨会”，这是一次规模不大但主题鲜明、意义深远的学术会议，受到海内射箭爱好者的广泛关注。中新社4月

^① 齐思和：《中国史探研》，河北教育出版社2000年版，第489页。

12日对研讨会作了专题报道：

研讨会上，暨南大学教授、中国射箭协会传统弓分会副主席马明达做了题为“试论中国民族体育体系的当代复兴”的主旨发言，从中国民族体育的历史演变、体育事业现状及重要性等方面做了独到的阐释；强调在继承传统的基础上大胆创新，在深度了解传统的基础上进行创新性发展；分析了在汉代飞将李广故里天水，开创、实践中国传统体育复兴的“天水模式”的重要性和可行性。兰州理工大学教授李重申做了题为“弓箭与传统文化”的主旨发言，深入分析了体育教师应具备的教学素养，以及体育文化缺失现象，就“一带一路”战略如何实施、如何弘扬体育的传统文化、中国民族传统体育文化如何创新等方面进行了深入的探索和思考。中国射箭协会传统弓分会荣誉主席徐开才做了题为“中国传统射箭的当代复兴”的讲座，就传统弓的起源、标准，以及制作材料必须天然等做了重点阐述，并现场分享传统弓在比赛运用中的使用技巧、经验等，让大家在深刻了解传统弓基础知识的同时，加深对传统弓运用的理解。会上展示了西北民族大学体育学院教授刘可精心收集的不同地区的箭镞，并对箭镞的发展、分类、制作工艺等做了详细讲解。协商讨论了2016“天水·秦州国际传统射箭锦标赛”相关事宜，对其内容、规则等进行研讨，与以往不同的是，今年射箭比赛将加入短兵对抗赛等内容。

《武学》第二辑的内容，一部分即取自此次会议和以往一些同类会议的成果，我们希望能从一个侧面看到当代中华射学的部分研究成果。

“李广杯”的比赛方兴未艾，“天水模式”也是民族体育界闻而欣悦的大事，但天下事总有顺与不顺，前景如何，非所知也，我们只能尽力为之而已。司马迁在《史记·李将军列传》之末的赞语中说：“谚曰：桃李不言，下自成蹊。此言虽小，可以谕大也。”在第三届“李广杯”传统射箭比赛前夕诵读至此，不能不感慨系之。《武学》全体编辑同仁遥祝大赛圆满成功！

还要特别一提的是，本辑编竣之际，筹备已久的“甘肃马氏通备武学学会”经甘肃省民政厅社会团体管理局正式批准，也将于2016年8月28日在兰州宣告成立，本辑主编马廉赓教授将作为学会法人，参选首任会长之职。这标志着“马氏通备”这门影响日益深广的传统武术学派终于有了统一的管理与传播机构，有了自己的学术基地。为此，我们真诚地向甘肃省民政厅和甘肃省体育局的大力支持表示感谢之忧！同时也感谢所有积极参与建会和热情关注建会工作的所有的通备爱好者，以及社会各界的朋友们。有着深厚文化渊源和传统积淀的马氏通备武学体系，自20世纪20年代辗转移植陇右大地以来，主要经由马氏家族几代人的不懈努力，无论在什么样的境遇之下，都坚守自己的学术本位和价值观，摆脱俗浅，追求高尚，不断推出

学术成果，以宏扬中华武学“与道同符，君子比德”的精神为己任，努力为中华民族的伟大复兴倾尽自己的绵薄之力。本辑特此将学会成立的消息公布于此，与广大武术爱好者们共享快乐！

本辑之得以顺利编成和出版，要感谢天水市秦城区区长何东先生的积极推动，在他的引荐下，天水回族民营企业家穆文祥先生提供了赞助，《武学》编委会对文祥先生的慷慨支持敬表诚挚的谢意！

目 录

试论中国民族体育体系的重新建构 / 马明达	1
我与中国传统射箭复兴的20年 / 徐开才	20
漫谈中国古代的弓箭文明与中国射学的建构 / 马明达	
——2014年青海河湟国际民间射箭邀请赛讲话稿	50
中华射学与古代射书 / 马明达	62
中国古代的“射师” / 马明达	122
古代中国射箭对日本的影响 / 马明达	127
宋朝的玉津园宴射 / 马明达	133
清代的武举制度 / 马明达	141
论中国传统射箭的文化内涵与人文精神 / 蔡智忠	151
当代中国射箭研究综述 / 马廉祯	
——以部分期刊和书籍为主	159
追寻失落了的中华“射学” / 马廉祯	
——读谢肃方《中国射学》有感	172
浅论日本弓道 / 马廉祯	
——读邓·杜普罗斯培洛《弓道》有感	178
中国传统射箭当代复兴的文化反思 / 边宇 冯进勇	185
满汉文化交流视野中的清代弓箭角色解读 / 耿之鑫	198
对清帝围猎活动的探讨 / 耿之鑫	218

弓箭视角下的努尔哈赤战争战法研探 / 耿之矗 228

满洲骑射传统源流探讨 / 耿之矗 234

清代弓箭匠的设置及管理 / 耿之矗 240

清前期士兵射箭训练制度研探 / 耿之矗 246

清代“索伦射箭”小考 / 赵式庆 252

中国传统射箭的恢复与发展 / 张天昱

——徐开才先生访谈录 260

管窥韩国传统弓发展与其竞技射箭崛起的关联 / 元万中 289

从文化回归的视角看中国传统射箭运动的复兴 / 余丽容 罗川

——读徐开才《射艺》有感 297

当下中国传统射箭运动器材发展现状调查 / 李培金 304

当代中国传统射箭社团化发展研究 / 毛旺 冯进勇 罗川 314

浅论热身运动对预防传统射箭运动损伤的意义 / 冯进勇 罗川 326

浅议动力定型在传统射箭规范训练中的应用及其价值 / 洪奎 332

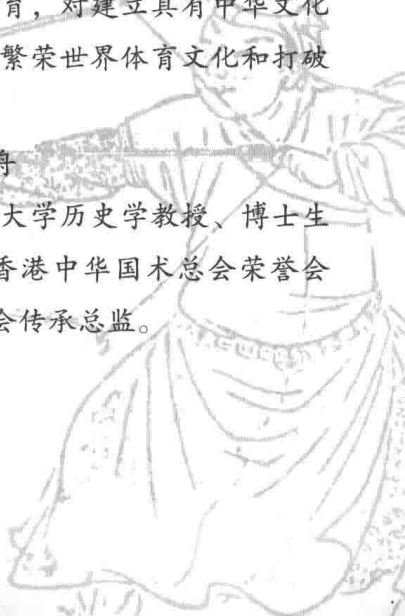
试论中国民族体育体系的重新建构

马明达

摘 要：中国自古以来是多民族的国家，以汉族为主体的各民族共同创造了古老绚烂的中华文化，也包括创造了中国的民族体育。中国民族体育是有别于西方体育和其他国家体育的中国本土体育，是一个内容博大而结构复杂的文化体系，它源远流长，多姿多彩，蕴藏着丰富的文化信息和人文精神。但是由于近百多年来，中国经历了艰难的现代化历程，中国民族体育也走过了一条曲折的道路。由于外患频仍，国事多艰，政治和其他因素的干扰等原因，中国民族体育在近代化转型中的许多问题没有得到很好的解决，以至在社会实践中，不断出现草率处理和指导偏颇的现象，还出现了相当严重的浅薄化倾向。时至今日，中国民族体育的体系化问题没有得到很好的解决。因此，还应该做深入的理论探研和思考，在实践中进行大幅度调整，以改革为动力，重新建构中国民族体育的理论和技术体系。笔者以为这是当前中国体育面临的一项重要工作，是一个向全世界展现中国体育文化的重要途径，也是推进中华民族复兴事业的一个组成部分。总之，中国需要有自己的本土体育运动会，需要民族体育的系统化。这对保护甚至抢救中国民族体育，对建立具有中华文化特色的中国体育体系而言，具有深远意义；对繁荣世界体育文化和打破奥运一统天下的局面，有积极意义。

关键词：中国民族体育 国术 武术 射箭 摔跤 龙舟

作者简介：马明达，1943年生，回族。河北沧州人。暨南大学历史学教授、博士生导师。中国射箭协会传统弓委员会副主席、香港中华国术总会荣誉会长、少林寺武学指导、甘肃省马氏通备武学学会传承总监。





一、引论

中国自古以来就是一个多民族国家，以汉族为主体的各兄弟民族共同创造了古老绚烂的中华文化，也包括创造了中国的民族传统体育。

中国民族体育是一个内容博大而结构复杂的文化体系，它源远流长，多姿多彩，蕴藏着丰富的文化信息和人文精神。在古代，由于复杂的历史原因，特别是多民族的冲突与交融，这一体系总是在不断的变化中重新组建和重新融合，从而形成若干个不同的发展时期，每个时期都有其鲜明的特点。就具体的项目而言，有些保持着相对稳定的形式，可以说是流传千载而一脉相承，虽然也有变化，但基本结构不变；有一些则时起时落，兴衰无定，内容和形式有很大变化，以至出现了某种变异；有些则在兴盛一时后便悄然消失了，以至于今天我们只能从文献记载和考古资料中探索它的形态，所知自然很有限。

儒学的创建者孔子，是文武兼修的倡导者，本人擅长驾车和射箭，并且以这两种技能作为学生必修的六门课程中的内容。^①他所推行的礼乐文明中，含有丰富的身体文化内容，有许多与体育竞赛有关的礼仪，其形式犹如一场运动会。然而自汉魏以后，身体运动越来越不被儒家们所重视，运动技巧被视为末技，是君子所不屑一顾的“小术”。后来，这种情况愈演愈烈，宋、元以后的大多数儒家和儒学出身的官员们，总是反对一切形式的民间竞赛活动，理学家们更是主张“一动不如一静”，视青少年的体育运动为不务正业的行为，是不良习好。社会性的歧视，加上官员们的干扰和禁止，就连曾经被宋朝皇家高度重视的龙舟竞渡也屡遭禁止，更不要说争跤、手搏、打棒、踢球一类激烈的个人对抗性运动了。崇尚文治偏离了原来的定位，逐渐演化成了重文轻武的文化偏颇。缺少官方和士绅支持，民间体育在大多数情况下处于自生自灭的状态，往往只能依托节庆活动以求展现，生存空间很小。

相比较而言，少数民族的情况要好一些，他们的许多运动方式是在游牧渔猎活动中发展起来的，世代相传，稳定发展。个人行为也不大受封建礼教的束缚，骑马、射箭、摔跤、较力是生活、生产与战争所必需的技能，也是最重要的娱乐活动。所以少数民族对中国民族体育的发展起了非常重要的作用，特别是每当某个少数民族入主中原时期，激烈的文化碰撞最终转化为你中有我、我中有你的“华夷混

^① 《论语·子罕第九》：“达巷党人曰：‘大哉孔子！博学而无所成名。’子闻之，谓门弟子曰：‘吾何执？执御乎？执射乎？吾执御矣。’”又，汉郑玄等《礼记注疏》卷62《射义》：“孔子射于矍相之圃，盖观者如堵墙。”

一”。此时，民族体育总是会显得丰富多彩起来，这成为中国体育史上一个显著特点。但汉族毕竟在人口上占有绝对优势，在汉族社会里，重文轻武乃至歧武的社会价值观，影响到体育文化的总结与升华，影响到技术与理论的体系化发展。所以，中国古代的体育运动虽然五花八门，但除了射箭和武术，其他都缺少总结性著作，在浩如烟海的中国文献典籍之中，属于体育的寥寥无几，这是令人困惑的现象。作为历史学者，特别是汉文文献学学者，我对此有深刻的印象，时常为之喟然兴叹。

值得庆幸的是，在经历了数千年之久的起落消长，特别是经过近代以来西方体育的猛烈冲击和政府对于民族体育的淡漠，中国仍然保存下来一些古老的运动项目，有些至今青春犹存，在大众体育活动中占有重要位置。此外，还有许多健体娱乐项目，包括在传统基础上不断滋生出来的新兴项目，也在民间流传着，有的从一隅之地走向全国，成为大众喜爱的项目。特别在体育设施相对落后的地方，这类活动使许多人在轻松喜庆的活动中得到身心锻炼，享受到健康的幸福和竞技的欢乐，同时还会得到一种涵泳在传统文化中的愉悦，这是中国人所崇尚的。

中国民族体育显示了中国人在体育科学上的智慧和创造力，蕴涵着中国人特有的体育人文精神和价值观。例如，竞赛活动中的“揖让”精神，^①攻防技巧中刚柔相济的理念，以及身心双益的健康观和对平衡和谐的追求等。对于正在高速发展的当代中国而言，这些传统价值观有它继续存在并发挥作用的现实价值，这是中国民族体育至今仍能保持旺盛生命力的重要原因。

近一百多年来，中国经历了艰难的现代化历程，中国民族体育也走过了一条曲折的道路。

晚清以来，在西洋体育强势传入的背景下，中国人的前辈们为构建自己的体育体系而做了许多探索和试验，道路弯曲，挫折不少，但毕竟取得了一定成绩，积累了某些经验。然而，由于外患频仍，国事多艰，政治和其他因素的干扰等，许多问题没有得到很好的解决，以至在社会实践中，不断出现草率处置和指导偏颇的现象，还出现了相当严重的浅薄化倾向。“竞技武术”的产生，及其借助官方扶持所经历的盛极而衰的道路，就是一个显著的例证。可以这样说，在接受西方体育文化，应对西方体育的挑战和积极学习西方竞技体育模式，并试图与国际体育接轨的道路上，中国人是相当主动的，为此付出了巨大的热情和努力，学到不少自己原本所没有的东西。但是，必须得承认，我们始终没有在如何摆好土、洋体育之间的关系上作深刻思考，社会上相当普遍地出现了重洋轻土、重外轻内的趋向，在得鱼忘筌的心态下丢掉了一些东西，造成某些难以挽回的损失。在民族体育的总体评估、

① 前揭《礼记注疏》卷62《射义》：“子曰：‘君子无所争，必也射乎！揖让而升，下而饮，其争也君子。’”



继承与创新发展上，没有进行深入的探讨，学科建设流于浅表，更没有形成多学科交叉整合的学术队伍和完善的理论系统。政府指导下的实践活动，缺乏长远规划，指导思想缺乏连贯性。因此，几十年过去了，或冷冷清清，或热热闹闹，本质上其实并无太多区别，无非是一大堆不古不今、不土不洋的庞杂而无序的东西，始终只能给主流体育当配角，并没有形成一个独立的民族体育领域和体系。

总之，在“举国体制”之下，中国的竞技体育成绩卓著，举世刮目相看。相比之下，民族体育的状况无法让人满意，处境让人忧虑。我觉得在世界上，至今中国民族体育不能呈现给大家一个完整的确定的形象，显现不出我们这个古老的文明在体育文化上的特质，中国民族体育没有得到应有的世界地位和声誉，很少能吸引研究者的注意。在这一点上我们落后于日本，甚至也落后于韩国。中国最有代表性的民族体育项目，如摔跤、射箭、龙舟、武术等，迄今都未能成为奥运项目，有的在國內连全运会项目也不是，自己都不当回事，无怪乎人家视之藐然。在神圣的奥运殿堂里，至今没有中国项目，这虽然不是我们所必须追求的目标，但不能不是一个缺憾。因为有同为东方国家的日本和韩国的样子摆在那里，左顾右盼，唯我独无，究竟不是滋味，尽管我们一向很大度，没有人谈论这些事，大众媒体置之漠然——就是说明。但是，我是比较看重这件事的，在我的感情世界里，这比足球冲不出亚洲更令人沮丧，更令人百思不得其解！

坦诚而言，时至今日，中国民族体育体系建设，还没有得到很好的解决，总体上还处在一种支离破碎、散落无序的状态中，本质上意味着它还没有真正完成自身的现代化转型。因此，应大大加强理论上的探研和思考，实践上需要进行大幅度调整，坚持以改革为动力，重新建构中国民族体育的理论和技术体系。我以为这是当前中国体育工作中一个不容继续忽视的工作，是丰富世界体育文化的需要，也是推进中华民族文化复兴的一个组成部分。

二、中国民族体育的传统结构

所谓“中国民族体育”，就是指有别于西方体育和其他国家体育的中国人自己的本土体育。20世纪前半叶（1911—1949年），相对于大规模进入中国的西洋体育，有人将中国的本土体育称为“土体育”。^①

我们说中国本土体育是一个“内容博大而结构复杂的文化体系”，这主要因为它是在多元文化交流融合的历史长河中发展而来的。在所有的交流活动中，最重

^① 张之江等：《土体育与洋体育》，《中外体育文献选集》，台湾国际体育研究社1969年版。参见崔乐泉《中国近代体育史话》，第49页；《西方近代体育影响下的传统体育》，中华书局1998年版。

要的是民族文化的交流,此外还有区域文化和中外文化的交流。交流的形式多种多样,包括有时候是以战争的形式。几千年来,多元文化交流融合的成果,如同百川归海一样,最终汇集到了主要由汉民族建构的中华文化的大海之中,沉积成为中华文化的主体。所以汉民族的文化,特别是体育文化,表面上似乎是单一民族的产物,其实是有着鲜明的多民族汇合融通的痕迹,这在诸如马球、射箭、摔跤这些古典项目上看得一清二楚,历史脉络清晰可寻。

民族交流比较好理解,说到中外交流,似乎是比较陌生,研究者们很少有人谈到。其实早在西方体育传入中国以前,中国的体育文化中就有外来因素,就蕴藏着中外交流的成果,这是无可争辩的事实。尽管中国曾长期实行闭关锁国的政策,但这并不意味着多形式多途径的中外文化交流曾被彻底阻断。以被许多人视为“国粹”的武术为例,在它的发展过程中,曾受到来自南亚次大陆、西亚和中亚的影响,具体说,受到过佛教文化和伊斯兰教文化的影响。明代是武术开始大规模民间化、流派化,并自主地走向体育化道路的时代。这时,无论是军旅武艺还是民间武艺,都曾吸收了来自日本的刀法,还有来自埃及的刀法等。^①西方体育传入中国后,拉动了中外体育文化交流的热潮,表面上看,似乎是一边倒式的“交流”,只有进而没有出。实际情况并非如此。一方面,数量上与日俱增的华侨华人,把中国民族体育带出国门,在世界各地的华人社区安家落户,使当地的原住民有机会看到中国人是怎样“玩”体育的。久之,武术、舞龙、舞狮、龙舟、踩高跷等,成了华人文化的标志,当地居民不但乐于观赏,渐渐地也有人参与其中,亲身感受一下中华文化的内涵和情趣。另一方面,西洋体育也有个本土化的问题,由此便衍生出了许多洋体育的“次生形态”,或是土洋结合的项目。举例说,我的出生地甘肃省,是一个相对偏僻的省份,但有图片资料显示,至少在清代末年的1906年左右,那个省西部的凉州(今武威市)就有了足球队。^②但这并不代表足球已经普及,实际上一直到20世纪四五十年代,那里的小学里还盛行着一种叫“毛蛋”的实心小足球,球是用羊毛毛线缠绕而成的,比正式的足球小得多,学生们和班级之间经常玩毛蛋比赛,场地比较小,规则基本上是足球的,裁判用语甚至是英语。在中国,特别是内地省区,毛蛋一类的民间体育项目还有不少,我们很难给它定性,它其实是西洋体育项目因地制宜、因陋就简的形态。

以流传至今的中国本土体育项目而言,尽管名目繁多,结构复杂,但我以为大致可以分成两大部分:一部分是一批因历史久远而为中国许多民族所共同创造共同

① 马明达:《历史上中、日、朝剑刀武艺交流考》《米昔刀小考》,均载《说剑丛稿》,兰州大学出版社2000年版。

② 马明达:《宋代的玉津园宴射》,载《西北民族研究》2006年第2期,第13页。



拥有的项目；另一部分是某些地区和某些民族所有的项目。前者是全国性的和全民族性的，后者则是局部的，或是小型的。

数千年来，在多民族的交流、冲突和融合过程中，中国形成了一些全国范围内流行的大项目。这些项目从萌生到最终定型，经历了漫长的历史过程，吸收和融汇了许多民族的智慧，从而具有多民族共生文化的特点。在古代中国，许多民族之间，特别是汉族与少数民族政权之间，往往借助这些共同的体育活动来交往和寻求彼此的认同感，实际上浓化民族大家庭的向心力。这方面的例证非常丰富，特别是射箭。^①

参与创造和发展这些项目的民族，有的早已在历史的长河中消失了，大多数则融入了浩瀚的汉族群体之中；有的至今仍然生活在中国的多民族大家庭里，保持着相对独立的民族品格和文化特质。随着历史的演变，中国多民族共同创造的体育项目中，有些在历史的某一个时期悄然消失了，这当然是非常可惜的事情。而完整的保存到现代的，数量并不是不很多，但它们根底深厚，文化蕴含丰富，而且有着突出的体育特性。我们不难看到，这类项目，以摔跤、射箭和龙舟为例，无论在运动员选材、训练和竞赛规则的制定与掌握上，再到娱情大众和社会教化的功能上，都显示出早在西洋体育大规模传入中国以前，中国本土的这些项目已经独立地发展成为与西方体育十分接近的项目，可以直接走出国门，被世界所接受。

中国现存的民族体育项目中，有哪些属于多民族共同创造的项目呢？我以为主要有四个大项目，还有若干个比较小的项目。

我所谓四个大项目，是指武术、射箭、摔跤、龙舟。

需要指出，中国历史上曾经有过丰富的球类运动——包括蹴鞠、马毬、捶丸等，也曾经流传了数千年之久。以蹴鞠而言，宋元时代曾有过相当广泛的社会基础，发展得相当成熟，今天我们仍然可以从相关文献中窥测到它的操作细节。可惜在明初曾遭到严禁，后来虽稍有恢复，但已变成庭院里的休闲活动，直至完全消失。如果蹴鞠——中国式的足球运动还存在，那就应该是“五大项”。另外，小小的毽子，在中国的大地上，无分南北，到处都能见到踢毽子的男女老幼，近些年来更是有增无减。毽子有古老的历史，又有很好的群众基础，既可以独玩，又可以群乐，还有一定的竞技性。只可惜没有良好的社团组织，至今基本上还处在民间自存状态。

再就是一些传播区域比较小、受众面也相对较小的项目。但必须指出，此类项目中的大多数，仍然是中国多民族所共有的，也都具有悠久的历史渊源，比如马术、拔河、举重、弹弓、杠子、冰嬉、秋千、跳绳等都属于此类。1982年，国家正

^① 马明达：《宋代的玉津园宴射》，载《西北民族研究》2006年第2期，第13页。