

Illustrated Book of Traditional Chinese Sport

上海出版传媒股份有限公司
上海教育出版社

上海交通大学基金会资助项目
孙麒麟 毛丽娟 李重申 著

中国古代体育图录



中国古代体育图录



图书在版编目(CIP)数据

中国古代体育图录 / 孙麒麟, 毛丽娟, 李重申著

— 兰州 : 甘肃教育出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5423-3242-4

I. ①中… II. ①孙… ②毛… ③李… III. ①古代体育—中国—图录 IV. ①G812.92-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第220156号

责任编辑 刘正东

封面题字 启功

英文翻译 张艳梅 武琼芳

藏书票创作 徐晋林



晋林设计工作室

书籍设计 徐晋林 电脑制作 张小乐

中国古代体育图录

孙麒麟 毛丽娟 李重申 著

甘肃教育出版社出版发行

(730030 兰州市读者大道568号)

www.gseph.com 0931-8773056

深圳市国际彩印有限公司

开本 889毫米×1194毫米 1/16 印张 35 字数 600千

2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

印数:1~1500

ISBN 978-7-5423-3242-4 定价:298.00元



中国古代体育是世界体育文化形态的重要组成部分,凝聚着特定的华夏民族文化特征和内容。而《中国古代体育图录》一书正是显现了中国体育文化的悠久历史和绚丽多彩。此书不仅透视出中国体育对世界体育发展曾做出的伟大贡献,而且具有推进人类文明进步的现实意义。

我认为,此书也充分展示了中国古代人民创造的身体文化,并阐述了体育是全世界人民共有的文化,也是人类共同享用和受益的载体。

我衷心祝贺此书的面世,确切地说,这是一本中国古代体育艺术审美的范本,是一本弥足珍贵的学术史籍文献,一定能让全世界人民更加了解和认识中国的传统文化及体育的发展历史。

国际体育运动史学会主席 安妮特·霍夫曼

Traditional Chinese sport is one of the key components of the world sport culture. Traditional Chinese sport embodies the cultural characteristics of Chinese nation. The coming book *Illustrated Book of Traditional Chinese Sport* reveals the long marvelous history of the traditional Chinese sport. This book not only shows its significant contributions to the development of sport in a world context, but also it will be a good illustration for promoting the progress of human civilization.

Personally, I think this book demonstrates the body culture in ancient China and elaborates that sport is a common legacy which benefits all the people in the world.

On behalf of the ISHPES (International Society for the History of Physical Education and Sport), I take this opportunity to extend the best wishes to the book. To be specific, this book is also a sample from the aesthetics perspective of traditional Chinese sport, which contributes to the knowledge of sport history in the world. I strongly believe that it will provide for much richer understanding of the development of the traditional culture and sport in China.

Prof. Annette R. Hofmann

ISHPES president

Annette R. Hofmann

September 23, 2014

前 言

在中华文明的长河中,体育文化只不过是一条小溪。但是,月印百川,这溪流照样以其特有的魅力映射着中华文明之光。数千年来,它灿烂辉煌的内容与形式被认为是最具中华民族特色的瑰宝之一。它又是属于全世界的,因为与世界各民族的文明史皆有交会。地球上各个文化圈的人都可以感性地接受它,尽管还不能够充分地理解它。如果充分理解,自然将会在更高的文化层面上去接受它。

体育无疑是人生的一种精神载体、心灵的一种寄托。任何一个民族的体育,显然都是这个民族的文化凝聚和精神的外化。或者说,体育本质上乃是这个民族灵魂的感性化的寄托与展示,也是探寻民族特征的一条伟大线索。而中国古代体育作为一个历经数千年生生不息的文化和教育形式,曾经是先民们感性生活的寄托与情感的沉醉之所。在其孕育、萌芽、生长、成熟过程中,体育吸纳了游戏、娱乐、竞技和养生等体育文化的因子,在本体、狩猎、礼乐、宗

教、宴饮等文化的哺育下,形成了形态独具、广泛包容的体育样式。其影响所及,往往使得人们整个身心都浸润其中而乐此不疲。体育,既关乎人类的物质文化,也关乎人类的精神文化。它还与中国传统文化的诸多方面都有着密切的关联,例如一定社会的宗教礼仪、政治制度、经济条件、生活情趣、民族风尚,等等。可以说,正是在这诸多的关联中,体育凸显出自身的文化属性和精神品格。体育的本体、体育的根在于身体,在于人类这个有感性、有意识的身体。追寻中国古代体育的本体,正是对体育的一种正本清源、一种文化寻根,也就是对于体育的“本质”“本源”以及其“存在”的价值和意义进行具体的论证。以往单一的体育产生于劳动之说,不仅掩盖了中国体育生成发展的重要事实,而且造成了中国体育理论与实践之间的龃龉,带来体育本体的巨大遮蔽与模糊。应该说,体育源于图腾、巫术、娱乐、竞技等中介环节,并与人类的物质生产活动互相交织、融合在一起,形成原始

体育发生的合力,亦关涉人类的心理活动、生命意志的意欲活动。它从物质生产实践和本能的游戏升华到有组织、有规则,而非功利性的竞技运动,不仅无须观众,更无须得到他人的认可,只需满足自身的愉悦和给日常生活带来快乐的体验,并以此为生活和生命创造价值。由此,中国古代体育从本体到形态,从意象到样式,从人类生命的一种存在方式到游戏、娱乐、竞技和养生过程,无疑都体现出人文理性和传统文化的智慧。它包括忘忧清乐的精神情怀、阴阳相生的生成之道、天人合一的理想之境、岁时节令的娱神娱人风俗、迎神赛社的竞技角逐,等等。它彰显了鲜明的民族、民间、民俗特色,既深受儒家文化的浸染,又表现出对佛、道境界的追求。它还创造了丰富的体育人生哲理,如精、气、神三位一体的生命观,“阴阳和谐”的健康机理,“节阴阳,调则柔”的练功法则,“以和为贵”的竞搏之争,“内静外动”的养生之道,等等。这说明,中国古代不仅有体育运动,而且还有丰富的体育人文精神。

体育作为一个能够集中展示身体的领域,链接了人类历史的过去与现在,人的生物性与自然性。正如古人所云:“树有根,水有源。”树再高也不会告别根本,水再长也不会告别源头。不告别根本,才有千姿百态的树木和青翠欲滴的枝叶;不告别源头,才会有奔腾不息的江河。流不离源,历史把人与体育的生生之源始终紧密地联系在一起。

中国体育的源流有如江湖大海,滥

觞虽微,而涵容力极强,随着时空的延展,流经之地,必汇聚众流,以成浩荡之势。中国体育长河的众流之源:一是歌舞,一是游戏,一是娱乐,一是竞技。各个源头汇聚综合成中国体育文化,这里体育既是一种文化的镜像,也是一种文化的修辞。而源头既与射猎、角抵、百戏、鞠戏、水嬉、歌舞等有关,又汲取百艺竞陈、迎神赛社、岁时节令等民俗文化元素,在这种同源分流的诸种文化元素的影响下,加之体育自身吸附了本体观念、礼乐文化、宗教信仰、意象理论,或者说,与特殊的文化符号相结合,成为特定的民族、地域或时代的文化精神的象征,从而构成了体育产生与发展的动力。

沉默多时的中国古代体育史,决不因某些人对它的忽视而羞于显示出自己有过的辉煌存在。如果用历史学的眼光审视古代体育文化序列,你便会从中清晰地看到一条以游戏、娱乐、竞技为特征的特定的人类生命线索。今天,我们从中国传统文化的背景中来审视体育,就更不应该忽视体育所体现的一种“古代”的精神品格。这里,“古代”确乎是相对于“现代”而言的。“古代”正是在“现代”的历史文化语境中得以显现;“现代”也正是基于一种历史的演进而表现出对于“古代”的超越。如果说,一种文明代表着一种体育文化模式,那么这种体育文化模式的形成就必然有其足以称之为“古代”的积累与遗存。尤其是那些古代的体育文化,它的形态、价值及其发展程度,并不是以其他文化为

尺度所能衡量的,而必然表现出其自身独特的“古代”的精神特质,而且在当今世界理所当然地拥有它自己的位置。因此,进一步认识中国古代体育的源流,更深刻地揭示体育在人类文明生活中既不可缺少又为人类一切其他活动不能取代的功能和价值,并以历久弥新的中国优秀体育文化去影响世界,从而实现既是体育强国又是体育大国之梦!

历史文化,贵乎溯源。源头无误,流派可稽。由于体育的渊源和形成,是体育史不能逃避的问题。而图腾崇拜、祭祀仪式和神话,都是人类生命的一种需要。从体育史的角度来看,这个以图腾、仪式、神话为人类文化标志的时代,正是一个史前体育的时代。我国先秦至明清这个时期,随着城市的形成和繁荣,文化和经济的发展,体育在历史态势中历经不断地嬗变,逐步迈向成熟,形成了形式多样的绰约风姿、精神与物质统一的品格,步入了文化自觉的境地。由于中国体育历经漫长数千年的文明史,渊邃浩瀚,是长远的研究对象,有取之不尽的研究题材。尤其是近几十年来,随着现代科学的发展,文物考古发掘收获越来越丰富。出土的古文字材料,如甲骨文、简牍、简帛等为研究体育史提供了重要的新材料、新成果。考古发现的石窟与墓葬壁画、砖画等也为研究体育史提供了大量形象真实的图像,还有大量古籍文献,著录了非常丰富的体育史料,足供学者继续探索阐发。但是,古文献不是唯一的史料源泉,特别是时代愈古,流传至今的文献愈少,有些难免

经后人修改,不能全面反映当时体育文化面貌。而图像学的成果,对这些缺憾是必要的补充。因此,考古发掘的实物、古文字的考释、文献的记述、图像的展现,在体育史的研究中互相印证,彼此补充,从而丰富人们对古代体育文化的认识,了解古人怎样看待体育,体育在他们的思想和生活里占据什么样的地位。

但是,当体育在中国传统文化的土壤中悄悄萌生的时候,人们或许并未注意它的来历,也不关心它的去向。只有当它成了气候,以其光彩夺目的风姿摇曳于中华文化体育园林中的时候,才有人怀着好奇的心理,想问一问它从哪里来。也便有人寻踪觅迹,凭着自己的观察力和想象力,各自发表自己的见解。这种现代探索大约始自20世纪的30年代,前辈时贤罗香玉、向达、阴法鲁、郝更生、唐豪等对体育文化的认知,使体育史研究跻身学术之林,并从此开启“中国体育史”研究之门。如今,根据考古学的成果深入探讨中国古代体育的条件已经成熟。经过不懈的努力,重新展现中国古代灿烂辉煌的体育,这不仅在学术上有非常重要的价值,而且对于社会主义精神文明建设和实现体育强国的梦想也有重大的意义。

多年来,我们不辞辛劳,查阅了大量文献史料,并从考古发现的岩画、石球、陶球、彩陶、青铜器、甲骨文、秦简、汉简、墓葬画像砖、石刻、石窟壁画、墓葬壁画、帛绢画、雕塑等遗物和遗迹中寻觅古代体育的踪影,并对各种与体育

相关的图像进行全面搜罗,将图像作为史料进入体育史研究的视野,解释由图像材料流露出的时代体育语境,让我们能更加生动地去想象中国体育的过去。我们以对体育敏锐的感受力和精细的分析思辨力来确定图像本身的意义。深挖形成这些图像的民族精神和心理特征,然后把这种从历史的长河中涌现出来的凝固的、静止的体育文物,通过视觉图像的符号去破译其隐含的文化内质和象征意义。也就是说,我们在图像和话语的相互关系中探讨中国古代体育形成和发展的主体因素和生态环境,了解图像在历史情境中的含义,追索其内在的理路,并借此对体育史文化之于中国体育学术之意义进行省思,期望不仅拓展体育史学、体育人类学、体育社会学、身体运动学诸领域之疆界,亦有助于推进中国与世界体育学术史的研究。

我们所撰著的《中国古代体育图录》,即在持守上述理念之前提下,首先对所存在的问题逐一做探讨和研究,以为准备工作。而其中最根本且主要之问题,诚如以上所云,莫过于体育的渊源,它的孕育、萌芽、生成、成熟,又如何流播与发展的过程。我们需要对古代体育所含藏的种种道理和功能,做深入的研究,做彼此关联的探讨,才能完全认识和充分了解。其次,由于影响体育发展的因素实在太多太复杂,如果只执一端,只是“就体育论体育”,则必不能知“体育”,好比坐井观天、盲人摸象。因此,必须具备宽广的学术视野和扎实的

跨学科功底,可以说非博学者难以从事。由此,我们进行了较长一段时间的读书,广泛涉猎考古学、人类学、社会学、美学等知识,对于新理论和新史料,孜孜以求,试图做整体思考和探究,以兼收并蓄的学科视野,去建构《中国古代体育图录》的撰写框架。同时,把图像作为另一种文本性证据使用,解释由图像材料所蕴含的古代体育文化。既可以从中看出体育发展的纵剖面,也可以看出其横断面,更可以看出其整体的运作与发展。因而,在体例上,主要着眼于一种新的理论体系的建构,同时也十分注重一些具体的文本分析,以求言之有据,且言之成理。

本书是上海交通大学基金会资助项目。书名由已故国学大师启功先生于本世纪初题写。中华书局柴剑虹先生曾多次审阅和修改书稿,付出了不少心血。读者出版传媒股份有限公司甘肃教育出版社王光辉社长、徐晋林先生、刘正东编辑为本书的具体出版付出了辛勤的劳动。敦煌研究院张艳梅、武琼芳女士在书稿的图注翻译方面给予了帮助。林春为本书图片的拍摄和整理费尽了心血。在此一并表示诚挚的谢意!

《中国古代体育图录》实为我们对于中国体育史研究与撰著的理念和构想的一种实践,作为运用图文互证方法的一种尝试,既有成熟研究的思考,也不乏浅尝辄止的论说,同时用图像为体育史研究提供文献中缺佚的新材料。上述想法,聊作本书前言,尚祈读者不吝指正。

目 录

Contents

第一篇 史前体育的发生

Chapter 1 Occurrence of Prehistoric Sports

一、原始人的“竞”与“技” 004

Primitive People's "competition" and "skill"

二、原始体育的特征 005

The Characteristic of Primitive Sports

三、原始体育的文化遗产 005

The Cultural Heritage of Primitive Sports

第二篇 中国古代的休闲娱乐与游戏

Chapter 2 Leisure Entertainments and Games in Ancient China

一、古代游戏概述 043

The Summary of Ancient Games

二、踏青、踏歌、登高、拔河、垂钓、游宴、投壶、弄丸、绳伎 045

Spring Outing, Beat Time to a Song with the Feet, Ascend a Height, Tug-of-War, Fishing, Banquet, Throwing, Playing with Throwing Balls, Rope Skipping

三、斗鸡、斗鸭、斗鹅、斗虫、斗兽、舞狮、舞龙、舞马、舞象与舞犀 076

Cockfighting, Duck-fighting, Goose-fighting, Cricket-fighting, Beast-fighting, Lion Dance, Dragon Dance, Horse Dance, Elephant Dance, Rhinoceros Dance

四、百兽率舞、冲狭燕濯、逆行连倒、夸父逐日、距跃曲踊、矩游为乐、百戏竞技、鱼龙曼延、泼胡乞寒、迎神赛社 103

Animals Dance, Archery, Tumbling, Quafoo Chasing after the Sun, Jump, Floating Wine Cups along Winding Water, Competitive Acrobatics, Acrobatics, Magic, Water-sprinkling and Racing, Welcome the God

第三篇 益智游戏

Chapter 3 Puzzle Games

一、六博、樗蒲、弹棋、骰子、双陆、握槊、长行、波罗塞戏 109

Six-throwing-chopstick Board Game, Chupu, Tan Chess, Dice Game, Two Chess Games, Prasaka

二、蹙融、叶子戏、麻将、围棋、象棋 130

Curong (a Chess Game), Yezi Game (a Card Game), MahJong, Weiqi, Chinese Chess

第四篇 中国古代的竞技体育

Chapter 4 Competitive Sports in Ancient China

一、射术、礼射、弩射、御术、击壤、投掷、竞走、跑步、跳跃 153

Archery, Ritual Archery, Crossbow Archery, Equestrianism, Throwing, Walking Race, Running, Jumping

二、百戏、竞渡、弄潮、游泳、跳水、冰嬉、举重 216

Acrobatics, Boat Race, Playing with the Tide, Swimming, Dive, Ice-sports, Weight Lifting

三、蹴鞠、马球、步打、捶丸、木射、角抵、马伎 254

Kickball, Polo, Hockey, Thump Pill, Mushe (a Ball Game), Ancient Wrestling, Circus

第五篇 中国民族、民间、民俗中的武术

Chapter 5 Martial Arts among Ethnic Chinese, Common People and Their Folk Customs

一、中国武术源流考 299

Martial Arts in Ancient China

二、中国武术的流派 301

Schools of Chinese Martial Arts

三、中国武术的拳种 304

Different Boxing Types of Chinese Martial Arts

四、十八般兵器之刀、枪、剑、棍 312

Eighteen Weapons – Knife, Spear, Sword, Stick

第六篇 中国传统运动养生术

Chapter 6 Traditional Chinese Health Preservation through Exercise

一、中国传统运动养生的源流 335

The Origins of Traditional Chinese Health Preservation through Exercise

二、传统运动养生的原理和特征 344

Principle and Characteristics of Traditional Chinese Health Preservation through Exercise

第七篇 中国古代妇女体育

Chapter 7 Women's Sports in Ancient China

一、妇女体育的形成与发展 359

The Formation and Development of Women's Sports

二、形式多样的妇女体育 360

Various Forms of Women's Sports

第八篇 中国古代儿童体育

Chapter 8 Children's Sports in Ancient China

一、儿童游戏的特征 427

The Characteristics of Children's Games

二、儿童游戏的形态 428

The Forms of Children's Games

三、儿童综合性游戏 470

Comprehensive Children's Games

结论 503

Conclusion

后记 505

Postscript

图版目录(英汉对照) 507

List of Plates

参考文献 540

References



Illustrated Book of Traditional Chinese Sport

第一篇

史前体育的发生

史前是人类心智和认知成长的时期。他们筚路蓝缕,对各式各样的事物不断探索、不断认识,并不断沉积下来、固化起来,萌发世人类的“人文”精神。炎帝、黄帝、蚩尤时代是华夏文明的源头。论述中国文化,从文明源头开始,这符合历史事实。而中国史前体育也发端于炎帝、黄帝、蚩尤时代,他们通过在生存中与自然环境、气候条件、飞禽走兽的斗争以及人与人之间为了争夺猎物而采取的种种搏斗行动,经过长期积累,形成了一种本能的行为,并通过模仿、玩耍、游戏来学习生存的技能。

史前是人类心智和认知成长的时期,他们筚路蓝缕,对各种各样的事物不断探索、不断认识,并不断沉积下来、固化起来,萌发出人类的“人文”精神,炎帝、黄帝、蚩尤时代是华夏文明的源头。论述中国文化,从文明源头开始,这符合历史事实。而中国史前体育也发端于炎帝、黄帝、蚩尤时代,他们通过在生存中与自然环境、气候条件、飞禽走兽的斗争以及人与人之间为了争夺猎物而采取的种种搏打行动,经过长期积累,形成了一种本能的行为,并通过模仿、玩耍、游戏来学习生存的技能。通过战争逐步形成双方应遵守的严格秩序;通过岁时节庆来愉悦身心;通过养生来面对生、老、病、死。由于战争带有一定的竞技性,也更接近游戏的特征,玩耍、游戏、竞技、娱乐、养生也更是人类和谐、亲近相处的关键,它贯穿人的一生,是生活的重要组成部分,并得到社会的承认。

追溯体育的起源,应该运用发生学的视角从最初的元素里去寻找,而不能

以现代体育的概念作为框范。原始人类的体育创造并不具备体育的自觉,而是出于宗教信仰的目的。原始人类为了维护生命的存在,通过长期的共同采集和狩猎活动,逐渐产生了共有的万物有灵的神秘感应,在这种蒙昧思维对于灵的理解和影响下,导致了交感巫术信仰的诞生,时间在距今五六万年以前的旧石器时代晚期。据近代人类学家考察表明,原始人常常通过模仿狩猎与战争的行为,来求取狩猎和战争的胜利,其模仿过程贯穿着行为模拟和带有强烈节奏的仪式歌舞表演。例如,在我国许多地区先后发现的旧石器至青铜器时代的岩画中,有着大量生动的围猎、射猎、格斗、战争模拟和舞蹈、竞技等表演。青海省大通县孙有寨和青海省同德县宗口遗址出土了新石器时代的多人连臂舞蹈纹彩陶盆,甘肃省临夏回族自治州马家窑文化遗址出土了舞蹈纹彩陶盆、狩猎四耳罐等。

随着祭祀巫术和图腾崇拜的日益频繁,社会需要一些专门从事和组织巫

术、图腾活动的人。这时,被视为人神之间的使者,垄断了通神降神活动的专职巫觋便应运而生,女的称巫,男的称觋。每当巫觋在主持祭祀或图腾崇拜时,他们装扮成神,且歌且舞,娱神也娱人。由于年代久远,巫觋活动的情况也失之尘埃,很难为今人所了解。但在华夏文化所留存的一些古籍文献中,却透出原始祈神扮饰的影子,尽管它们见于记载的时代过晚,例如屈原《九歌》中的拟神表演。《尚书》《吕氏春秋》均载:“帝曰:‘夔,命汝典乐。’夔曰:‘于,予击石拊石,百兽率舞。’”这是尧舜时期图腾礼仪中的歌舞表演。今天在一些上古岩画、陶器、铜鼓上看到的鸟兽扮饰,伴随着有节奏的人体动作形象,都是原始图腾祭祀活动的反映。

中国原始体育的状貌早已在历史长河中湮没无存。但在典籍文献、岩画、陶器和青铜器中,我们还是不难窥见原始体育的身影。原始人在集体采集和狩猎等劳动中,出于身心需要引发的本能的随意性的身体活动,即身体运动变化(手舞足蹈、搏斗和跑、跳、投、攀爬、滚翻等);原始体育中图腾崇拜的信息;钩稽图腾歌舞中的体育因子。这些多元因素,为人类原始体育的发生提供了契机。这也说明,原始人以身体运动方式进行非功利性活动,以此为生活和生命价值。它存在于原始人的神圣祭祀和图腾崇拜及世俗生活之中,融合游戏、娱乐、竞技、舞蹈、杂技等各种身体活动的因素,故又可称之为原始体育。

总之,原始体育发生的根本动因在

于原始人类的物质生产实践,但体育作为一种复杂的精神创造活动又不能与劳动本身画等号,不应忽视由物质生产活动到体育活动之间的中介环节,如原始宗教以及包含其中的图腾、巫术等宗教崇拜和仪式活动中感情、模仿、游戏、娱乐、竞技和养生的需要。体育发生的中介环节与原始人类的物质生产活动互相交织、融合在一起,形成了原始体育发生的合力,共同影响和促进原始体育的产生与发展。但仅仅以物质生产活动到体育活动之间的中介环节来解释体育发生的根源是不够的,应以一种包含着原始体育发生的深层心理根源和外观的形式表现的复合图式,来揭示体育发生的某些原因和必然规律,从而发现体育的发生与生命意志活动有关。例如,狩猎是原始人最早的体育形式之一。狩猎的特点在于运用身体的力量和动作来表现一种生命活动。而这种生命活动是原始人根据生存需要,将身体的耐力、速度、力量加以协调配合,表现出跑、跳、投、搏等形式,于是原始体育便产生了。狩猎这种由人的身体来与野兽竞搏,充分体现了原始人旺盛的生命力。因此,体育不仅是原始人生命意志的外观形式,而且它本身就构成了生命活动有机的重要部分。

一、原始人的“竞”与“技”

要追溯体育竞技的历史渊源,必须把眼光透视到远古时代,这是因为“竞”

与“技”的起源问题必定与原始人的生存、劳动、游戏和娱乐密切相关。可以说,竞技的历史与人类的历史一样悠久,它应该是人类文化体系的重要组成部分。

原始人的生存环境极其恶劣,面对各种凶恶的野兽和各种对人类造成严重威胁的自然灾祸,为了获取衣食住行的狩猎活动,为了抵抗强悍民族的侵害进行的征战等,原始人学会了走、跑、跳、投、攀、登、爬、越、翻、滚、跌、扑及游泳、搏斗技能,从而大大增强了原始人的体能、体力和体质,提高了原始人的速度、力量、耐力、跳跃、柔韧等身体素质,展现了原始人最基本的“竞”与“技”的能力。

竞技只是原始人在自身肢体运动中感受生命的真实。所以,原始的“竞”与“技”是在人类生存发展的目标刺激下,身体素质最直接、最强烈、最充分的表现。其实,原始人创造的体育并不是激烈的竞争,而是以游戏、娱乐、休闲和养生等形式出现,它虽无“竞技”之名,却有“竞技”之实。原始人在生产劳动之后的闲暇时间里,创造了摔跤、跳越、奔跑、投掷、赛马、骑射、踢球、叠罗汉、弄丸、攀登等竞技形式,并作为一种社会文化现象不断传承、变化和发展,最终演绎成现代意义的竞技体育。纵观对“竞”与“技”的解释,可以得知,竞技源自游戏,是从游戏中衍生出来的具有体育性质和内涵的身体与文化活动。

二、原始体育的特征

原始体育是一项具有生产、生活和游戏特征的身体运动,是以其本身运动或与他人竞争为形式的体力、耐力等活动。不仅是人类自主地在特定时空内进行的非功利性的竞争类游戏,而且也是人类的一种实践活动,并表现出宗教性、世俗性、娱乐性、公平性、智慧性、审美性和以数字量化的争胜赢等特征。

三、原始体育的文化遗产

中国是世界上著名的文明古国之一,地上地下保存的文化遗产极为丰富。在这些丰富的实物资料中,原始体育的遗产更是弥足珍贵。

原始体育的下限,可以定在夏代之前,即距今 4000 年前。这表明原始体育有其特定的内涵,即指文字出现之前的史前体育。这是因为在公元前 2000 余年,我国已步入历史时期,这已被考古发现所证实。体育是人类社会发展到一定阶段的产物,它起源于劳动生产与生活,而且,不同种类的体育有着不同的渊源。因此,体育的起源是多元的,这除了在大量文化遗存中得到印证之外,另从生物演化的角度看,人类的玩耍、游戏、娱乐、竞技、养生的历史甚至比人类的历史更长。因为不仅人