

· 中小学体育知识文库 ·

奇妙纷呈

——中外民族体育（下）

于学岭

远村 编著

宏 鉴

2/12

海南出版社

中小学生体育知识文库

《中小学体育知识文库》编委会编选

责任编辑：李秋云

※

海南出版社出版发行

(570105. 海口市滨海大道华信路2号)

全国新华书店经销

河北省保定市西城胶印厂印刷

1997年8月第1版 1997年8月第1次印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：141

字数：2914千字 印数：1.5万

ISBN 7-80617-733-7/G·367

定价：178.00(元)

目 录

斗智还斗勇

- 各国斗牛之比较…………… (1)

四两拨千斤

- 从太极拳谈各国武术…………… (13)

肌体的协调，身心的合谐

- 气功和瑜伽…………… (30)

仿天象地局，一子定乾坤

- 中外民间棋艺活动大观…………… (39)

旋转出多彩世界

- 从陀螺说到民族游戏…………… (73)

巧合非偶然，貌似神却异

- 各国相类似的传统体育活动…………… (91)

一龙生九子，性情各不同

- 千差万别的球类活动…………… (113)

千姿百态，见多不怪

- 各种奇特的民族体育活动观赏…………… (135)

文化的积淀，民族的盛会

——各种形式的民族体育运动会…………… (170)

斗智还斗勇 ——各国斗牛之比较

中国式斗牛

中国式斗牛之起源

中国式斗牛具有悠久的历史。关于其起源，有传说古时人们为了庆祝获得丰收，将象征丰收的牛作为求神、酬神的祭品。在祭祀活动中为了讨神喜欢，人与牛、牛与牛之间往往要表演各种各样的动作，这种讨神喜欢而表演的动作便是斗牛活动的起源。也有人认为，中国的斗牛起源于李冰斗蛟的传说：“李冰为蜀郡守，有蛟岁暴，漂垫相望，冰乃入水戮蛟。己为牛形，江神龙跃，冰不胜。及出，选卒之勇者数百，持强弓大箭，约曰：‘吾前者为牛，今江神必亦为牛矣，我以太白练自束以辨，汝当杀其无记者。’逐吼呼而入，须臾雷风大起，天地一色。稍定，有二牛斗于上。公练甚长白，武士乃齐射其神，遂毙。从此，蜀人不复为水所滴。……故春冬

设有斗牛之戏。”之外，还有认为斗牛起源于农耕之余，在放牛活动过程中，人们模仿牛与牛之间打架，而产生的人与牛之间的嬉戏，这就是中国式斗牛的起源。

关于中国式斗牛的起源，目前虽众说纷纭，各执一词，但可以肯定，作为一种社会现象的中国式斗牛，只有到人类智力发展到一定的水平，社会生产力的提高，人们的生活水平发展到一定阶段时，人们意识到其具有一定的娱乐或健身作用，人们有一定的空余时间去参与或观赏时，才有可能使这项体育娱乐活动产生出来。

中国式斗牛作为一种社会现象，它的产生和发展必然受到政治、经济、文化、民族习俗、宗教活动、地理环境、生产方式等来自社会和自然的诸种因素的影响和制约，它的产生也必然要经历一个漫长的历史时期。早在“食草木之实，鸟兽之肉”的上古时期，“人民少而禽兽众”。在那样的环境里，野兽成群出没，人类在和大自然斗争中与各种野生动物打交道的机率十分频繁，人们为了生存势必要和野兽进行搏斗。在中国云南沧源岩画中，就画有一些先民与兽正在追逐相斗的情景。这种源于求生的人与野兽之间的搏斗活动，随着社会的发展，人类生活水平的提高，以及各种社会文化现象的影响下，当人们意识到体育、娱乐活动有其自身的必要性时，也就逐渐产生了各种各样的作为体育、娱乐的斗兽活动。如斗虎、斗蛇、斗鸡等等。《尚书·舜典》与《益稷》中就记载了早在公元前二十世纪时，帝尧手下的一位名叫“夔”的掌管音乐的官，能奏起石制的乐器，指挥“百兽舞”。《战国策·齐策一》在描写齐国都城的繁华景象时载：“临淄之中七万户，……其富而实。其民无不吹竽鼓瑟、击筑弹琴、斗鸡走犬、六

博踦踦者。临淄之涂，车毂击，人肩摩，连衽成帷，举袂成幕，挥汗如雨。”斗牛活动就同各种斗兽活动的产生和发展一样，伴随着各种体育、娱乐活动而得到其自身的产生与发展。

从出土的文物来看，战国时期已出现了人与牛斗的活动，现存的战国铜壶纹饰中还刻画了一些单人或双人持刀斗牛的图案。战国之后，人与牛斗的中国式斗牛风气经久不衰。在出土文物和文献记载中也屡见不鲜。如，汉朝南阳画像石中有不少有关斗牛的画像；〔唐〕高彦休《唐阙史》卷下、〔唐〕张鷟《朝野僉载》卷四、〔宋〕吴自牧《梦粱录》等古代文献中均有斗牛的记载。

古今中国式斗牛之形式

关于中国式斗牛的形式，从中国出土文物提供的线索看，战国时期的斗牛主要是单人或双人的手持刀与牛进行较量。汉代，一方面继承了战国时期斗牛的风俗与习惯，一人斗一牛，两人斗一牛的形式同于战国时期的斗牛活动。资料显示，大力士赤上身，单手将牛的后肢提起，牛两前肢着地，侧首卷尾挣扎，另一力士扬掌握剑于牛前，作逼视状。另一方面又在继承的基础上创造了一人既斗牛又斗另外兽和带假面具来斗牛等一些新的方式。譬如，南阳汉代画像石中的象人举手跨步，勇斗一披毛独角，曲颈疾首猛抵的犀牛；象人赤裸上体，作下蹲状，力斗一牛，牛惊恐回视，狂奔而逃；以及一人刚斗败一兽后，又迎斗奋力角抵的怒牛的这种既斗牛又斗其它兽的斗牛活动等。

这种人与牛斗的中国式斗牛活动，数千年来虽随着社会的政治、经济、文化、宗教和人民生活方式、生产形式及民

族习俗的变化和发展，在活动形式、活动规模等方面也产生了相应的变化和发展。但数千年后的今日，在中华大地上流传着、盛行着的斗牛活动，仍然是古代斗牛活动的延续，是在继承古代斗牛活动基础上而发展起来的一项具有民族特色的体育娱乐活动。目前在所开展的中国式斗牛的形式，除给牛身披红戴花，梳妆打扮外，斗牛者只穿民族或运动服装，而不戴假面具，一人斗一牛。斗牛时，斗牛者先走到牛的前面，用双手分别抓住牛的两角为预备势，也有的在抓住牛角后用头顶住牛的天灵盖等为预备势，接着斗牛者做一些假动作和牛玩耍一阵，这主要是激发观众的兴趣和寻找进攻的机会，然后斗牛者开始与牛较劲，用劲硬把牛头向一侧拧，再用一手握住牛角，另一手握下颌，继续向一侧拧，直至牛失去重心摔倒在地上；也有的用劲将牛首拧向一侧后，再用脚别住牛腿把牛翻倒在地。这种主要依靠斗牛者的力量和技巧把牛摔倒在地的中国式斗牛在不少地区也称其为犏牛。它在中国的甘肃、宁夏、河北、浙江、广西、云南等回族、壮族及汉族居住的一些省份较为流行。

中国式斗牛与西班牙斗牛之比较

提起西班牙，人们就会联想到西班牙人的斗牛，可见斗牛在西班牙之盛行。那么，中国式斗牛与西班牙斗牛又有何联系与区别呢？我们就斗牛的历史、形式、场地、观众以及斗牛者等问题的异同作简单比较。

①斗牛的历史

西班牙斗牛，最早可追溯到古埃及王朝或古代罗马。传说是摩洛哥人入侵西班牙时，把斗牛活动带进安达鲁西亚的，然

后从安达鲁西亚地区推广到整个西班牙。中世纪主要是贵族参加，十七世纪后逐渐平民化，此后产生了专业斗牛和斗牛学校，大小城镇渐渐出现了斗牛竞技场，斗牛活动日趋兴盛，直至今日成了西班牙的国术，成为西班牙民族的共同爱好，在人民生活中，越来越占有重要地位，也成为吸引外国游客的一种方式。中国式斗牛，可上溯到原始社会，出土的战国时代的文物上留有斗牛的画面，汉代斗牛活动已较盛，当今主要在回、壮等民族居住地区流行，列入少数民族运动会的比赛项目。

从历史看，西班牙斗牛是外来的，而中国式斗牛是中国自己的产物，两国的斗牛有着悠久的历史。

②斗牛用的牛

西班牙的牛是纯种的非洲种牛改良而成的，记性甚佳，通过几次披肩后就能知晓这一切，它与普通牛相比较有如狼、狗之别，极为凶猛。牛的体重和年龄有相应的要求，一般以4—5岁重500公斤的成年牛（正式斗牛士用的牛）和2—3岁，重250公斤的犊牛（斗小牛者用的牛）；有专门的养牛机构和交易斗牛用牛的场所。中国式斗牛一般用水牛或黄牛，它和用作农耕的普通牛没有多大的差别，相比之下牛的性格也就显得温和了，对牛的体重没有具体的要求，在一般性的表演中都是根据斗牛者的能力选择适当重量的牛。中国式斗牛的牛是在用作农业生产的耕牛中挑选出来的，赛后仍下地耕种，没有专门的场所和机构来养斗牛所用的牛。

在两国选择牛时，都尽可能挑选一些健壮的，年龄轻一些的，肢体完整的，牛毛色彩鲜艳的牛作为斗牛之用牛。

③斗牛者

在西班牙有专业从事斗牛活动的斗牛士，斗牛士可分为斗小牛士（斗犊牛者）和斗牛士（斗成年牛者）两类。一般有志于斗牛活动并有十足的杀牛实力者可被登记为斗小牛者，当上斗小牛士后，经过长期的严格训练达到一定的要求时，再举行授剑仪式成为一名正式的职业斗牛士，作为斗牛士必须具有刺牛和杀死牛的能力。中国的斗牛者都是业余的、非专业的、没有具体的级别区分，要成为斗牛者也不象西班牙要经过专门的仪式，但要成为斗牛者，必须具备摔牛的技能。

在两国，斗牛者除了斗牛的方式不同而各自必须具备其独特的斗牛技能外，作为斗牛者必须具有一定的勇气，强健的体魄，敏捷的思维，快速的反应和对牛性格的了解和熟悉以及经一段时间的科学训练等方面的要求是相同的。

④斗牛的形式

西班牙的斗牛在专供斗牛用的竞技场内进行。这种竞技场内有斗牛场、观众席以及供斗牛士用的小教堂、医疗室、牛圈等。斗牛士的进场仪式非常华丽，进场时伴随着音乐，每个斗牛士后面跟有3个助手和两名以矛刺牛手，还有拖牛尸的3头装饰过的马及数名清扫夫。进场仪式后，斗牛士们退场，此后先是以矛刺牛手出场，接着是投枪刺牛手把顶端带有尖刀的饰棒刺进牛颈。上述这些动作一般情况下是助手们做的，但有的斗牛士自己来完成这些动作。再就是进入杀牛的场面了，助手们退出，斗牛士拿着剑和红披肩，用红披肩来闪避攻击的牛，用剑来刺杀牛。斗牛的结果是斗牛士将牛刺死。这种斗牛危险性大，一不小心往往会死于牛的足下。

中国式斗牛没有专业的竞技场，一般都是临时搭棚或借

田径场等运动场地来开展活动，斗牛的进场仪式相对简单，有牛人同时进场或分先后进场，进场时有时也伴有音乐。斗牛时没有助手，以双手抓拿牛角或抓拿牛角后再用头顶住牛的天灵盖，然后用力将牛向一侧摔倒。斗牛的结果是斗牛者凭自己的力量和技巧将牛摔倒在地上，牛的生命没有结束。这种斗牛安全性大，斗牛者若摔不倒牛的话也不至于被牛所顶或踏死。

中国式斗牛和西班牙斗牛的形式，都是人与牛之间的角斗，都是在一定的场地内，按各自相应的规则和要求开展此项活动。

⑤观众及其它

在西班牙，每年从3月开始到11月止，每个星期都要进行斗牛活动，平时遇庆祝活动也要进行斗牛，斗牛的季节长。而在中国一般每逢年节和一些节庆活动等要举办表演或竞赛性的斗牛活动，斗牛活动的季节短。

斗牛活动家喻户晓的西班牙，已拥有一批斗牛迷，经常观赏和研究斗牛活动，不少观众对斗牛的观赏能力达到了一个较高的层次，对斗牛士所表演的斗牛技艺要求较高，如斗牛士虽然将牛刺死，但动作不利索，不美观仍得不到观众的称赞。在中国斗牛迷很少见，不少人对斗牛活动不是很熟悉，大部分观众对斗牛只是作为一种消遣，随意观赏，对斗牛士表演时只要能将牛摔倒在地上便能得到满足。

西班牙斗牛

在西班牙斗牛这一有着悠久历史和深受全民族喜爱的竞技项目充满了勇敢献身精神及其神话传奇色彩，光荣而又悲壮。1984年10月，西班牙著名斗牛士帕吉里以自己的血肉之躯，谱写了一曲斗牛史上最悲壮的哀歌，使整个西班牙都为之流泪。

那天，帕吉里的对手是一头重达700多公斤的黑色蛮牛，它肩胛处，赫然而见烫出的编号：9，这意味着它是一头凶猛善斗、犄角尖利的优良公牛（在西班牙，只有最杰出的斗牛才能有编号）。帕吉里将斗篷解开，用红黑两面引诱着黑牛。蛮牛被激怒了，它径直向着帕吉里冲去，帕吉里轻轻一闪，按照斗牛规则，他现在应该将牛引向立在一旁的策骑斗士了。他做着动作，挑逗着这条发怒的公牛。这头狡猾诡诈的蛮牛，扫了一眼立在场中的其他几位斗士，认准了这个手扯红布、紧握长剑的人是自己的主要对手，便不顾一切地又向帕吉里冲去。这是斗牛场中罕见的蛮牛执迷现象。它在帕吉里犹豫躲闪的瞬间，用它的右角穿透横飘在眼前的斗篷，将帕吉里从地上挑起。尖尖的角刺穿了紧身甲衣，深深地扎进了帕吉里大腿上方的腹股沟处。蛮牛疯狂地在场内转着圈子，并不断地狠摇牛头。帕吉里的鲜血从伤口涌出，顺着牛角流下，迷住了牛的眼睛。尽管帕吉里疼痛难忍，但他还没有失去知觉，他在天旋地转中终于抓住了牛的左角，拼足全身最后的力气，随着蛮牛最后一次摇动，帕吉里被重重地摔在地上，其助手

一拥而上，将他救了出去。这惊心动魄的场面，仅仅延续了18秒钟，上万名观众瞠目结舌，哑然无声。

帕吉里很快就被送到当地的一家医院。另一名预备斗牛士被邀请出场了，他手执帕吉里遗下的长剑，跃步跳到黑牛前面，在观众的要求下，他举剑将牛刺死，并割下它的双耳。“把牛耳送给帕吉里！”观众们呼喊着。当牛耳送到帕吉里身旁时，他已经在弥留之际了。帕吉里强忍疼痛，睁开双眼，看了一下牛耳，喃喃叹道：“那真是一头好牛啊！”这是帕吉里生前的最后一句话。第二天，西班牙所有的报纸、电台、电视都报道了帕吉里的死讯，全国沉浸在悲痛之中。整个西班牙190个“健将”级斗牛士，帕吉里的座次在最前端。西班牙人哽咽地唱着《死去的斗牛士之歌》为他哀悼。

在西班牙，牛是神，斗牛者亦是神。那尖尖的牛角，不是作为祭品、奖品而献给胜利者，就是将斗牛士送进地狱。一次次那生灵的鲜血和英雄的热血同洒一地。

过去，斗牛是男人的专利。现在，西班牙又有了不让须眉的女斗牛士——体态苗条、芳龄20的克里斯蒂娜·桑切斯。桑切斯是马德里斗牛学校的一位高材生，她已经被牛顶伤过两次，第一次在大腿上，伤口长达20厘米，但三星期后她又回到了斗牛场，第二次牛角戳到她腹部害得她在床上躺了一个月。在距马德里40公里的巴尔德莫里略，桑切斯与一名骑马斗牛士及一头体型适中的3岁小公牛完成了她的首次斗牛表演，从而拉开了她斗牛生涯的序幕。

要想成为一名合格的斗牛士，首先要和小公牛斗，这个阶段要花几年时间，然后才能成为一名敢与强壮、完全成熟的公牛角斗的羽翼全丰的斗牛士，而通过这一阶段的女孩寥

寥无几。桑切斯做为目前唯一的女性斗牛士，使得人们对她刮目相看。她经常锻炼身体，以增加体力。起初人们对女人出现在斗牛场感到厌恶、不适，然而桑切斯的出色表演赢得了观众，甚至连饱经风霜的老手们也很欣赏。

葡萄牙斗牛

葡萄牙斗牛，斗牛士分为三种：一种是骑斗士，属于职业斗牛士，其收入往往不亚于足球运动员；一种是引逗士，在公牛上场时，引逗士拿着红布引逗，尽力消耗公牛体力，为骑斗士当“马前卒”，收入低微；一种是步斗士，属于不收报酬的业余爱好者，他们在斗牛的最后阶段赤手空拳把牛制服。

葡萄牙的斗牛与西班牙的斗牛，在其“程式”上不尽相同：西班牙斗牛主要是骑斗士表演，骑斗士要一直把牛“斗”到奄奄待毙，跌倒在地为止；葡萄牙斗牛则增加了步斗士的表演，骑斗士把公牛的体力消耗一阵之后，步斗士跃入场内，徒手使牛“臣服”。相比之下，葡萄牙斗牛更富有惊险性，也更能显示人的机智和勇敢。

葡萄牙首都里斯本以北 80 公里处的桑塔林，是一座人口不到 5 万的小城，却以第一流的斗牛场和第一流的斗牛表演闻名四海，特别是步斗士的非凡表演，更给人留下难以磨灭的印象。

斗牛表演，一般在下午 4 时举行，引逗士用手中的红布挑起公牛的愤怒，公牛在连续扑空之后，牛性大发，开始乱扑乱撞起来。经过一阵以逸待劳的引逗，引逗士退场，骑斗

士出场。骑斗士在与公牛的周旋中，抓住时机，将一只只带倒钩的短剑深深刺入公牛的肩胛。经过反复较量，公牛屡战屡败，肩胛上已有6支“箭头”，血流不止。眼看公牛的体力消耗得差不多了，骑斗士遂在热烈的喝彩声中退场，7名步斗士随之从棚板后面跃入场内。其中一人双手叉腰，昂首阔步地走向公牛，并不断地喊道：“来呀！来呀！你这蠢货！”此时，疲惫不堪的公牛再次聚起力量，以它七八百斤重的躯体朝对手猛扑过去。面对发了狂的公牛，这位步斗士停下脚步，纹丝不动地站着。就在牛冲到跟前的一瞬间，只见他飞快迎上去，将胸腹贴在两只锋利的牛角之间，同时伸出双臂，抱住牛的脖子。公牛昂起头来，把他猛地举到空中，左摆右甩，试图把他甩掉。这位步斗士紧紧抱住牛脖子，与此同时，后面的6名步斗士扑了上去，七手八脚将牛抱住。在7个人的压迫之下，牛动弹不得，只好停止了抵抗。一人趁势揪住牛尾巴，其他人迅速离开。揪牛尾巴的人拽着牛原地转几圈，牛已无力再作任何反抗，这场搏斗就宣告结束了。

由于步斗士并不将牛杀死，所以这种葡萄牙式的斗牛被称之为“文明的斗牛”。

智利围牛

同样是斗牛，在智利则既不是把牛杀死，又不把牛刺伤，而是把牛围起来。

围牛就是骑马把牛围起来，这是牧民都要掌握的技术，作为竞技活动的围牛，就是起源于牧民的生产实践。围牛在一

个圆形的木围栏里进行，围栏开两个门，一个进牛，一个出牛。围栏内的两侧各有一块长 10 米的挡板、专供围牛用。参加围牛的骑手两人为一组，因为一对骑手才能把牛围住。参加比赛的骑手数目无明文规定，视具体情况而定，每头牛只准围三次。以木栏正上方的裁判台为标准，先在左挡板上围，然后右挡板，最后再左挡板。围牛的时间没有限制，但只要是在挡板前做了围牛的动作就算一圈。围牛比赛，根据马匹的前肢挤住牛的部位计算分数。挤住牛的后脑部没有分数；挤住牛的肩胛部得 2 分；挤住牛的中部得 3 分；挤住牛的后股得 4 分；挤住牛的后腿扣 1 分；如果没有在挡板上将牛挤住，反而让它跑掉，扣 2 分。最后根据围两头牛（共 6 次）的积分决定胜负。

为了取得好成绩，骑手们必须选择好坐骑。一匹能围住牛的好马，必须善于领会主人的战略意图，或进或退，指到哪儿就围到哪儿。还要会横跑，在比赛中，两匹马要一前一后，后面的马赶牛，前面的马横向顶住牛犊，逼着牛向挡板方向跑。当然参赛的马还要跑得快，能紧逼牛犊不放。骑手们的穿着打扮也很讲究，一般都是头戴白色小草帽，身披毛织斗篷，脚穿黑色马靴。比赛时，只见骏马奔驰，斗篷翻飞，有声有势，威风凛凛。

要把牛准确地围在挡板上是不容易的。牛被逼赶时，往往“牛性”大发，狂奔乱窜，骑手们策马咬住牛犊，逼着它顺着围栏的墙壁奔跑。当牛跑在挡板距离之内时，前面的骑手赶上前去，用马的前肢把牛紧紧顶在挡板上，使它动弹不得；后面的骑手要紧守牛的后方，防止它突然回头逃脱。这时，民族乐队所演奏的乐曲往往是激越的进行曲，象阵阵军号催动着骑手们勇往直前，夺取胜利。

四两拨千斤 ——从太极拳谈各国武术

本世纪七十年代初的一个夜晚改变了美国纽约长岛的两名家庭妇女乔伊·埃登和贝蒂·森的生活，那天晚上，她俩被自己的丈夫硬拖去看一场武术表演。埃登夫人不耐烦地催促他丈夫回家去吃晚饭，但当一组年老的太极拳拳师出场表演时，她与森夫人都坐直了身子，一下子被演出吸引住了。她们看见一伙会武术的小伙子正向那些老年人冲过去，心里想：“这些可怜的老人，多残酷啊！”但是她们看到太极拳师们身手灵巧，发功将对手制服了。20年后，埃登夫人和森夫人自己也成为太极拳专家和教练。

太极拳这项中国式意会锻炼运动正日渐受到健美爱好者的青睐。太极拳动作优美，它是从一种高超的武艺演变为大众化的治病强身的体育运动的，其自卫功能已降为次要地位。事实上，太极拳师不像其他武师一样使用腰带等辅助物。埃登夫人说：“太极拳是一种自我竞赛，它是一种无形拳击的优美形式。任何身体状况的人都能练太极拳并受益无穷。”练太极拳能消除紧张，增强灵活性和平衡与协调能力，还能提高