



明杜董的《仕女图》(上海博物馆藏),描绘了仕女蹴鞠的情景海都记者 郭寿权图)

N 齐鲁晚报 北京晚报 羊城晚报

近日,在成都举行的第31届世界大学生夏季运动会的女子篮球金牌赛和排球金牌赛中,中国队均夺得冠军。

而女足世界杯正在举行,虽然中国队无缘小组出线,但也为全世界的观众献上了精彩比赛。我国自古以来,女子在体育运动中就不让须眉,特别是在各项球类运动中,都曾留下过她们拼搏的身影。



宋代“蹴鞠纹铜镜”里,男女同场踢球场景

蹴鞠 最养眼的运动 美人技艺不凡

现代足球诞生于1863年,只有160年的历史,但是它的雏形——“蹴鞠”,早于春秋战国时期就已经在我国流行了。《史记·苏秦列传》记载,战国时齐国临淄富裕殷实,这里的人们闲暇时“吹竽鼓瑟,弹琴击筑,斗鸡走狗,六博蹋鞠”,文体活动很丰富。其中,“蹋鞠”,即蹴鞠,就是原始的足球运动。

汉代,蹴鞠从民间走进了庙堂。《西京杂记》记载,刘邦当皇帝后,其父在长安未央宫里锦衣玉食却闷闷不乐,刘邦下旨仿照沛县老家的样子营建新城,并引入刘太公最喜欢的斗鸡、蹴鞠活动,老人家终于心满意足。而汉武帝东巡封禅泰山,以及霍去病在塞外征战时,也都不忘和属下们玩蹴鞠。

汉代还出现了研究蹴鞠运动的专著,叫《蹴鞠二十五篇》,这是我国及世界最早的体育专业书籍。班固的《汉书·艺文志》将该书列为兵书,称其用于军事训练。

汉代女子也参与到这项运动中,女子蹴鞠的形象广泛出现在画像石、画像砖中。与现代女子足球崇尚力量与速度不同,古代女子蹴鞠以表演为主,对从事蹴鞠女子的容貌、身段、技艺都有较高的要求,因此,女子蹴鞠在古代又称为“美人蹴鞠”。

唐代,喜欢蹴鞠的女性更多了。女子蹴鞠对抗性稍弱,但更讲究技巧和艺术,当时流行一种叫“白打”的玩法,比试的主要是球技,以踢高、踢出花样为能事,并不射门。女子的技艺也很高超,唐代康骈在《剧谈录》中说:在一个春雨初晴的日子,一位十七八岁的姑娘,站在道旁的槐树下。这时,军中一群少年正在旁边的场地蹴鞠,一不小心,球朝着姑娘飞过来。只见姑娘不慌不忙,轻松地接住飞过来的球,又高高地踢了回去。

为了吸引球迷,增加观赏性,古代还出现了男女球员同场踢球现象。中国国家博物馆收藏的一枚宋代“蹴鞠纹铜镜”,背面便是男女同场踢球的场景。

古代球迷对女子足球更为着迷。元杨维桢的《蹋鞠歌赠刘叔芳》中称:“蹋鞠复蹋鞠,佳人当好春……揭门缚彩观如堵,恰呼三三唤五五。”一场女子蹴鞠,人们三五成群赶来围观,形成了“观如堵”的场面。

明画家杜董绘有《仕女图》,描绘了仕女们在花园中玩蹴鞠的情景。

“打球”,又称“击鞠”“击球”,是一种马上的球类运动,类似于现在的马球。选手们骑在马上,手持顶端弯曲的“球杖”,击打地上的小球。“打球,本军中戏”,在冷兵器时代,它能锻炼骑兵的灵活性,在军队中很流行。后来因为趣味十足,逐渐在宫廷乃至民间传播开来。

唐人尚武,女子的骑艺也很了得。唐诗中有很多女子策马“打球”的诗句,张籍的“廊下御厨分冷食,殿前香骑逐飞球”,表现了宫女们在宫殿前的场地上骑马打球的场面。

北宋画家李公麟有《明皇击球图卷》,描绘了唐玄宗和杨贵妃“击球驰马”的场景,是

古代球场上女子也热血



北宋李公麟《明皇击球图卷》(局部)(辽宁省博物馆藏),描绘了唐玄宗和杨贵妃“击球驰马”的场景

马球 唐玄宗与杨贵妃组队 男女混合赛

比较完整的唐代“打球”比赛的实况图。画面中共有16人,都骑马持球杖;场地两端各有一座球门,约有2米高,每队守门的似乎有三人,其中两人守在门柱旁,一人立在球门前;剩下的十人分成两队,女队员五人,男队员五人,都紧盯地上的小球,意欲争抢。由于身体条件不同,现在的足球比赛分为女子组、男子组,但从这幅画看,在男女混合比赛中,唐代女子在比赛气势上丝毫不输男子。

宋太宗将马球从体育运动上升到了皇家仪式。他曾让有关部门制定详细的仪式规程,《宋史》记载,当时宫廷举办的马球比赛

步打球 古代的曲棍球 还有打球乐队

马球,既要备马还需要较大的场地,是一项不折不扣的贵族运动。它的危险性也很高,唐穆宗曾与内官在皇宫打马球,其中一人被不明物体击中,突然坠马,穆宗受了惊吓,头晕目眩,卧床三日不起。

唐代时,不需要骑马的简化版“步打球”流行开来,比赛成本和对抗程度下降,吸引了更多女性参与到这项运动中。“步打球”和现代的曲棍球类似,比赛时也使用一端弯曲的球杖击球。唐代诗人王建有“殿前铺设两边楼,寒食官人步打球”的诗句,写的是在寒食节,宫殿前搭建起两座球门,宫女分成两队,举行步打球比赛。这样的比赛,观众多为皇帝和王公大臣。

唐代女性除了亲自上场,也经常观看比赛。女诗人鱼玄机观看步打球比赛后,写下了《打毬作》:“坚圆净滑一星流,月杖争敲未拟休。无滞碍时从拨弄,有遮拦处任钩留。不辞宛转长随手,却恐相将不到头。毕竟入门应始了,愿君争取最前筹。”这首诗对步打球的比赛过程、技战术动作等描述得比较具体。“坚圆净滑”是指比赛用球质地坚硬,这样才能经受“月杖(球杖)”的轮番敲击;比赛时,地面平整的地方,可以从容拨弄,在“有遮拦处”,可以用球杆的前端将球钩起来“运球”;双方争相进攻,都想第一个把小球打入门,以取得“最前筹”。

宋代还有女子“打球乐队”,身着华丽的衣服,系银质的衣带,手持球杖,翩翩起舞,用舞蹈的形式表现步打球运动。

捶丸 简化版的高尔夫

如果你觉得蹴鞠、马球、步打球的对抗性太强,古代还有不少休闲的球类运动可供选择,“捶丸”就是其中一种。和步打球类似,它也使用球杖击打小球,但不设球门对攻,只在场地中央挖几个小洞,比赛各方轮流击球,先入洞者胜,可以称为简化版的“高尔夫”。

明代杜董的《仕女图》中,除了女子蹴鞠,还有“捶丸”的场面。画中,四位女子正在比赛,她们紧张地盯着小球,看它会不会滚到阴影处的洞中。除了这四位“正式队员”,旁边还有一位手举球杆的侍女,稍远处还有一个怀抱罐子的女子,她们似乎是比赛的服务人员,一个负责提供备用球杆,另一个负责供应比赛用的“丸”。



明杜董的《仕女图》(局部)里,女子“捶丸”的场景

抛球 “灌篮”高手们 投球“风流眼”

古代还有类似篮球的“抛球”。唐诗中有专门的“抛球乐”词牌,相关的诗句很多,如刘禹锡的“五彩绣团团,登君玳瑁筵”,皇甫松的“红拨一声飘,轻球坠越绡”,徐铉的“歌舞送飞球,金觥碧玉筹”。从中大致可以推断抛球用的是五彩绣球,但具体的玩法已不可考了。幸好在朝鲜的《高丽史·乐志》中有关于“抛球乐”的记载,为我们还原了抛球的规则:女子十二人,分成左右两队,每队六人。队员们边歌边舞,依次走到球门前,将球投向球门,不中继续投掷,如果球进,则全队拜谢,并换另一队的队员接续,直到十二名队员都投中。根据朝鲜《进饌仪轨》中的“抛球乐舞图”,队员要将彩球投入球网中间的孔——“风流眼”中,和篮球的投篮有相似之处。

此外,宋代还有“水球”,女子站在水边,将球抛向水中,以落点的远近决定输赢。不过,这种运动规则简单,趣味性不强,只能作为偶尔的消遣。

可见,我国女子球类运动历史悠久,基础深厚。有这样的优秀传统,相信我们的女运动员们一定能取得更多好成绩。