

# 毽球的体育文化价值探究

◎ 谢成超 黄山鹰

【摘要】毽球是集羽毛球、排球、足球等运动项目相关特点于一体的民俗体育活动，具有娱乐性、健身性与教育性等特质。毽球运动的推广对增强人民体质、提高人文素质、构建社会和谐具有积极作用，本文运用文献综述等方法分析毽球的丰富内涵。

【关键词】民俗文化；体育文化；人文价值。

【中图分类号】G122 【文献标识码】A 【文章编号】1008-0139(2011)04-0040-4

随着全球信息时代的来临，经济、体育、生活全球化趋势不断加剧，民族体育正受世界体育的冲击，保持民族体育的独特性和民族价值观念的完整及民族文化的传承，已成为当前重要任务。毽球作为历史发展的见证和民族文化的物质载体，积淀了丰富的民族文化内涵。对毽球文化价值研究，有助于推进我国民俗体育项目的传承与发展。

## 一、毽球的起源

毽球俗称踢毽子，是我国一项流传很广，有着悠久历史的民俗体育活动。在古都北京，踢毽子还有个富有诗意的名字——翔翎。有一种传说认为：“毽创自轩辕黄帝”，当时叫“毬”，不叫毽，是武士练习的一种器具。“毬”在中华大字典中解释为“皮毛丸”，显然“皮毛丸”与毽是两种不同的东西。又一传说认为：“创自岳武穆，用箭之翎，配以金石之质，抛足而戏，以释军闷。”但此种传说没有可靠的佐证，况且“箭”与“毽”也不相同。

据文物考证，踢毽子源于古时蹴鞠，与蹴鞠同宗、同源，是它的一个分支。蹴鞠起源于五千年前新石器时代的黄河流域，其原始形态为用脚在地面蹭蹴石子相撞击。西汉是比赛型蹴鞠和表演型蹴鞠成型之时，而六朝隋唐宋乃是蹴鞠盛行之年代。宋朝高承在《事物记原》一书中，对踢毽子有较详细的记载：“今时小儿以铅锡为钱，装以鸡羽，呼为毽子，三四成群走踢，有里外廉、拖抢、耸膝、突肚、佛顶珠等各色。”明、清时期，踢毽子进一步发展，关于踢毽子的记载也就更多了。明代进士、我国历史上有名的散文家刘侗在《帝京景物略》中写道：“杨柳儿青放空锤，杨柳儿死踢毽子。”<sup>[1]</sup>踢毽子已成为民谚的内容，而且发展到数人同踢的技巧运动。至清末，踢毽子已达到鼎盛时期，参加的人越来越多，不仅用来锻炼身体，作养生之道，而且将其与书画、下棋、放风筝、养花鸟、唱戏等相提并论，一些人以会踢毽子而自荣。然而考证古籍，还是无法得知毽子真正的起源时间与

〔作者简介〕谢成超，西南石油大学讲师，四川 成都 610500；

黄山鹰，成都体育学院研究生部硕士研究生，四川 成都 610041。

地点。

## 二、民俗文化与毽球

民俗文化是人类在不同的生态、文化环境和心理背景下衍生,并在独特的历史发展过程中积累、传递、演变成的文化。民俗文化是一个国家民族精神的重要载体,在传承、演变的过程中,形成了优良民俗特色:如春节祭灶、正月十五闹元宵、三月祭祖扫墓等等,同时创造了民间的生活形态和艺术品,各地庙会、花会、商贸节、书会、夜市等许多古代民俗民间节会至今不衰,大量民俗民间艺术品享誉中外。

### (一) 元宵节文化与毽球

元宵节,又称灯节,始创于东汉,起初结合佛、道两教祭祀活动进行。隋炀帝的《元夕于通衢建灯夜升南楼》中描写元宵节“法轮天上转,梵声天上来;灯树千光照,花焰七枝开。月影疑流水,春风含夜梅;燔动黄金地,钟发琉璃台。”<sup>[2]</sup>元宵节是民众特有的一种活动形式,每逢寺庙开放之日,善男信女进庙烧香礼佛,灯节期间上至达官贵人,下至平民百姓都来灯节游玩。灯节期间热闹非凡,唐朝大诗人卢照邻曾在《十五夜观灯》中这样描述元宵节燃灯的盛况,“接汉疑星落,依楼似月悬。”此外,还有形形色色的杂耍,如糖葫芦、琉璃喇叭、千千车(陀螺),节俗活动成了元宵节的一大看点,舞龙、舞狮、跑旱船、踩高跷、扭秧歌、踢毽子、扭秧歌等“百戏”内容。<sup>[3]</sup>清代广州正月十五有踢毽子会,清初文学家屈大均写的《广东新语·事语·广州时序》记载,每逢元宵节,“昼则踢五仙观,有大小。其踢大者市井人,踢小者豪贵子”。热闹的踢毽子活动,使元宵佳节锦上添花。

### (二) 杂技与毽球

杂技是中国最古老的艺术门类之一,已有相当悠久的历史,但其名称定义内容常混淆不清,从宫廷到民间都有不同的称谓,如蹬技、古彩戏法、耍坛、角抵、百戏、把式、把戏、杂耍、马戏等等。1954年,山东省沂南县北寨村出土的汉代《百戏图》中收录了“踢毽子”。踢毽子是我国民间的

一项体育游戏,被人们誉为“生命的蝴蝶”。<sup>[4]</sup>在古代,它是所谓“杂伎”、“杂戏”、“博戏”、“百戏”的一种。毽子,在古籍里又写作鞦子、蹀。清人翟灏《通俗编》卷31“鞦子”条引《吴氏字汇补》记载:“鞦,抛足之戏具也。”吴盛达教授则把杂技分为:舞龙、舞狮、高跷阵、布马阵、跳鼓阵、斗牛阵、宋江阵、跳绳、踢毽子等等。可见,踢毽已成为人们喜闻乐见的民俗体育活动。

## 三、毽球的体育文化价值

### (一) 毽球的教育价值

溯源于漫长的原始社会,由于受当时语言不发达状况的限制,人类生产生活技能的传授,主要以肢体活动作为教育的内容,人们在肢体活动的进程中履行对下一代人社会活动、生活技能的传授与教育。在进行生活技能传授的同时也进行教育活动的渗透,古老的毽子游戏发展到今天的毽球运动,是一代代传授的技术动作不断翻新的结果,通过毽球的传授,以培养下一代良好的思想品质和心理素质。因此借毽球运动的审美价值、健身作用进行教育活动,有利于弘扬民族体育文化,增强民族自豪感和责任感。

### (二) 毽球的健身价值

毽球对参与者有较高的健身价值。踢毽球时,它要求心到、眼到、脚到,精力高度集中,准确、敏捷、完美地完成动作,要求眼睛始终注视毽球的变化,将信息及时反馈给中枢神经系统,做出正确判断,准确的完成合理的动作。通过不同的动作,使上下肢的关节、肌肉、韧带都得到很大的锻炼,有助于提高人的灵敏、协调、柔韧等身体素质。

从运动健身角度分析,踢毽子与其它运动相比,其独到之处在于,它对调节人的眼、脑、神经系统和四肢的支配能力有着特殊的功能。踢毽球的技术动作需要四肢通力配合,是一项全身运动。它主要以下肢做盘、磕、拐、蹦、落等动作来完成,通过抬腿、跳跃、屈体、转身等运动使脚、腿、腰、颈、眼等身体各部分得到锻炼,其中最显著的区别在于它的动作可以让人体的关节得到横

向摆动,带动了身体最为迟钝的部位,从而大大提高了各个关节的柔韧性和身体的灵活性,使血液很快运行到四肢末梢,人的呼吸和血液循环加快,改善心脏的供血功能,有利于血液回流,改善胃肠器官的蠕动,缓解器官的病理性痉挛,增强了肺的通气功能及氧与二氧化碳的代谢功能,加速新陈代谢的进程,从而起到增加体质,提高人体免疫能力。

### (三) 毽球的表演价值

学者刘峻襄认为:“作为人类游戏与超越的本性产生的杂技艺术,杂、险、奇、谐是传统审美的核心。”<sup>[5]</sup>唐代释道宣《高僧传》记载:“沙门慧光年立十二,在天街井栏上,反踢蹠,一连五百,众人喧竞异而观之。佛陀因见怪曰:此小儿世戏有工。”<sup>[6]</sup>蹠就是毽子,反踢就是用脚外侧踢,也叫“拐”,反踢五百下,可见脚上功夫。正是杂技中“奇”的展现。在杂技表演的过程中,奇、变、巧是表演的重点。清人潘荣陛《帝京岁时纪胜》记述北京民间踢毽子:“都门有专艺踢毽子者,手舞足蹈,不少停息,若首若面,若背若胸,团转相击,随其高下,动合机宜,不致坠落,亦博戏中之绝技矣。”《通俗编》“踢毽”条说:“今京市为此戏最工,顶额口鼻,肩背腹膺,皆可代足,一人能兼应数敌,自弄,则毽子终日绕身不堕。”正是杂技核心“巧”的绝活。杂技表演动作变化无常,层出不穷。阮葵生《茶余客话》“踢毽”条说:“其中套数家门,凡百十种。”<sup>[7]</sup>据说清朝光绪年间,承德有一个百岁老进士,能踢出喜鹊登枝、金龙探爪、狮子滚绣球等一百零八种花式。在变化多端的表演过程中,将力度、幅度、速度、力量完美和糅合在动态的表演过程中,完成各种高难、优美的动作,对表演者来说趣味盎然,对身体和精神的双重锻炼,对于观者是一种赏心悦目,健康休闲、调节身心的娱乐方式。

### (四) 毽球的竞赛休闲娱乐文化价值

对民族传统体育的研究发现,多是消遣目的,少有与古希腊类似的竞技成分<sup>[8]</sup>,大众体育核心是健身,但其方式与竞赛密切相关,“健身竞赛”

指人们自愿参加的,以强身健体、休闲娱乐和社交为主要目的,以有益于身心健康发展的身体活动为主要内容,根据要求而进行的个人或集体的体力、技艺、智力和心理品质的相互比赛<sup>[9]</sup>。毽球正是一种典型“健身竞赛”,同时是大众化休闲娱乐活动。<sup>[10]</sup>它把竞赛与取胜作为一个过程,而把强身健体、休闲娱乐和社交作为主要目的。明代的散文学家刘侗在《帝京景物略》中写道:“杨柳儿青放空锤,杨柳儿死踢毽子。”毽球注重人人参与性和比赛过程的娱乐性、健身性,比赛结果的多重性,对技术要求不高,它所表现出的竞争性建立在公平的基础上,有相对宽松的规则和评判标准,以督促参赛者去创新和承受,相互尊重 and 了解,激起人团队协作意识,使人的主观精神通过体育竞赛强化。

### (五) 毽球的人文内涵与和谐体育文化价值

随着经济全球一体化,人们的传统体育思想发生了根本性的变化,“以人为本,健康第一”的思想,使运动价值从政治需要转向人类自身根本需要,从社会的强制性功利需求逐步转向个体健康幸福生活的主动需求。“以人为本”的根本目的是为了人的生存、幸福和发展,这种伦理价值取向是构建和谐社会体育伦理价值的基石<sup>[11]</sup>。这种主流文化价值正是和谐社会建设中积极倡导的,其核心问题就是要解决人体自身的和谐。毽球运动恰恰蕴藏了“人文和谐”的哲学内涵,使练习者懂得用自己的爱好方式及踢法来超越法则的束缚,娱乐身心,缓解压力,在心理境界提升过程中,正确审视自己的优缺点,扬长避短,树立正确的人生观和价值观,获得促进生命的和谐发展的积极意识和健康行为,同时也提高了人与人之间关系的认识水平,增进人际感情的交流。在建设和谐社会的进程中,“和谐社会,以人为本”的理念与“以人为本,健康第一”的体育思想,在指导人的发展过程中,有殊途同归之效。这种多元价值观逐步形成和谐社会所倡导的“和谐文化”指引人们的运动意识、运动动机及审美情趣熔铸到和谐社会建设中来,通过各种表现形式和传播渠道使



人的思想和行为在潜移默化中反馈到生活、工作中去,能推动整个社会向前发展。<sup>[12]</sup>因此,毽球运动不仅仅是一种大众健身运动,更是一种和谐文化,在其民族文化和个体需求的融合过程中,形成鲜明特色的和谐体育文化,促进社会人文和谐发展。

#### 四、毽球文化的现状

##### (一) 家族传承困难

由于现代体育的冲击,与众多非物质文化遗产一样,毽球的表演和制作技法在家族传承中面临着家族衰亡与新生代兴趣发散的困惑,给这一民俗精粹的传承和发展带来了不确定性。同时相关部门没有引起重视,使得民间毽球的制作技艺缺乏必要的引导与支持。

##### (二) 研究成果奇缺

在国家公布的非物质文化遗产保护名录中,与其他非物质文化遗产的研究相比,毽球这一文

化遗产,当前尚无一部研究著述面世,相关研究的文章也较少,使得这一传统文化没有得到保护和研究。

##### (三) 毽球商品濒亡

毽球曾经在街头、集市、庙会随处可见,如今购买毽球已是一件难事。其背后折射出是传统毽球制造业的消亡,其必然导致毽球制作工艺的失传。体育全球化的今天,毽球的传承面临着严峻的形势。

毽球是我国民族传统文化中的瑰宝之一,是中华文化的重要组成部分。在经济、文化、体育全球化的潮流下,西方体育日益盛行,压缩了民族民俗体育的发展空间。应积极对毽球文化资源进行挖掘、整理,开展毽球运动发展的理论研究。加强宣传引导,拓展毽球民俗体育的发展空间,促进毽球民俗体育运动与现代全民健身运动相结合,使毽球在中国民族传统体育文化的沃土中得到传承和发展壮大。

#### 【参考文献】

- [1] (明)刘侗,于奕正.帝京景物略[M].北京:北京古籍出版社,2004.
- [2] 刘荫柏.中国古代杂技[M].北京:商务印书馆,1996.
- [3] 张登峰.空竹的体育文化价值[J].体育文化导刊,2008,(11)
- [4] 赵炳南,姜喜平.我国民族传统体育的人文价值[J].体育文化导刊,2007,(7).
- [5] [7] 刘峻骧,杨爱伦.中国杂技史[M].北京:文化艺术出版社,1998.
- [6] 陈波,冯红梅.民族传统体育文化价值分析[J].体育文化导刊,2008,(10).
- [8] 胡小明.民族体育[M].桂林:广西师范大学出版社,2005.159.
- [9] 刘亚娟.和谐社区健身竞赛理念探析[J].武汉体育学院学报,2007,(11).
- [10] 李平,熊飞.和谐社会视角下体育伦理价值构建的理论分析[J].体育与科学,2005,(5).
- [11] 张登峰.空竹的体育文化价值[J].体育文化导刊,2008,(11).
- [12] 宋卫.论中华民族传统体育文化的现状及其走向[J].广州体育学院学报,2006,(4).

(责任编辑 翟 琨)