

破译甘肃出土简牍中的体育符号

李小惠¹ 刘景刚²

(1. 兰州理工大学 丝绸之路文化研究所, 甘肃 兰州 730050 ;

2. 大连工业大学, 辽宁 大连 116034)

内容摘要 对甘肃出土的简牍系统地查阅和整理,在此基础上对简牍中的体育符号所表达的象征意义与先民创造的体育活动的特征做了深入具体的分析和探讨。将汉简这一新材料与旧文献相印证,尽量寻求新材料所能提供的各种与体育相关的可能性解释,为研究我国西北边陲汉代社会的体育、养生、娱乐等提供新的信息和思路。

关键词 简牍;体育;养生

中图分类号 K877.5 **文献标识码** A **文章编号** 1000-4106(2012)03-0038-06

Deciphering the Sport Marks on the Bamboo and Wooden Slips Unearthed from Gansu

LI Xiaohui¹ LIU Jinggang²

(1. Institute of Silk Road Literature and Culture, Lanzhou University of Technology, Lanzhou, Gansu 730050;

2. Dalian Polytechnic University, Dalian, Liaoning 116034)

Abstract : On the basis of a systematic investigation and sorting- out of the bamboo and wooden slips unearthed from Gansu, this paper analyzes and discusses the symbolic meaning of sport marks on the slips as well as the characteristics of the sport games created in ancient times. Combining the newly found bamboo and wooden slips with other documents, it aims to explore all possible interpretations of ancient sports and provide new information and clues for studying the sports, health preservation, and entertainment in the northwestern regions of the Han dynasty.

Keywords : Bamboo and wooden slips; Sports; Health preservation

简牍——中国古代文字的一种载体,其中有许多是古人亲笔抄写的文书档案,殷商至魏晋间曾被广泛应用,隋唐之后才逐渐绝迹。自20世纪初,我国先后发掘出战国楚简、秦简、汉简、魏晋简达数

万枚。尤其是在西北的古丝绸之路之上,由于特殊的

东汉许慎《说文解字》:“简,从竹,间声。”“牍,书版也,从片。”(中华书局,1963年版。)

收稿日期 2011-01-28

作者简介 李小惠(1968—),女,甘肃省平凉市人,硕士生导师,兰州理工大学丝绸之路文化研究所副教授;

刘景刚(1955—),男,辽宁省大连市人,大连工业大学体育部副教授。

气候环境,许多简牍一直保存到今天,如天水秦简、武威汉简、居延汉简、敦煌汉简等。这些简牍包含的内容十分丰富,反映了中国古代文化的各个方面,不仅能与传世古籍相印证,其中许多内容更可补史载所缺,极其珍贵。本文主要对考古出土的简牍中承载的文明世界进行全面的考察,理出其随时间所发生的变化,并进一步将其放到历史发展的脉络中讨论其意义,从而达到了解一个时代的特殊精神品质和对“竞走”、“秋射”、“御车”、“养生”、“博戏”、“娱乐”等与早期体育有关的记载进行论证分析,为体育史学开拓出一个新的研究平台。

居延位于甘肃省北部额济纳河流域,自古以来是从蒙古高原进入河西走廊的交通要道,也是汉王朝与匈奴激烈争夺之地,至今在居延一带仍然保留着大量的城障烽塞遗址。在干燥的自然条件下,这里得以保存下许多汉代的竹木简牍。

居延汉简自1930年被发现后,出土汉简1万余枚,称之为旧简,1972年至1976年又挖掘出2万余枚,称为新简^[1]。居延汉简内容极为广泛,可分为政治、经济、军事、科技、法律、哲学、宗教、民族、医学、体育等多个方面。本文主要对简牍所记述汉代边塞生活中的精神特质和体育活动进行考释,它不仅可为人们研究体育史提供珍贵的资料,而且还可了解汉代体育所具有的历史文化价值。

一 秦简和汉简中的体育养生、娱乐与保健

1986年3月,位于丝绸之路东段的甘肃天水市党川乡放马滩发现了古墓群,共有古墓100多座,面积达11000余平方米。其中一号秦墓出土竹简460枚,简长23至27.5cm,设三道编绳,留天地,简文都以古隶体书写于竹黄面,每简约20至40字,内容主要为两部分:一是《日书》甲、乙种,二是纪年文书。

《日书》是古代择日书的通名,《汉书·艺文志》有记载。《日书》的内容广泛而复杂,包括政治、经济、文化、宗教、养生、舞蹈、体育等方面。通过对放马滩出土的《日书》甲、乙种第6篇中“禹须臾步”这一象征符号进行破译,可进而了解古代天水放马滩地区有关传统养生和体育之内容、形式、特征和价值。

甘肃天水放马滩秦简《禹须臾行》所记出行巫术要求三行禹步:“择日出邑门,禹步三,向北斗,质

画地……”据有关史书记载,所谓“禹”,即禹书;所谓“须臾”乃阴阳吉凶之法。具体而言,就是出远门者必须择日而行。先在地上画北斗,然后按禹步之法规定的程序占卜吉凶日,再择日出行^[2]。另外,居延、敦煌悬泉和武威磨咀子出土的汉简中,也有《日书》“禹须臾行”的内容。此前,1976年在湖北省云梦县睡虎地出土的秦代简牍《日书》已经提到禹步,这是目前所知有关禹步的最早记载。

古代巫术和汉代所形成的道家方术都明显受到五行学说的影响。放马滩秦简《日书》乙种,有关《禁忌》的条目中有《五行书》,共6枚,主要讲阴阳五行互生的次序。道教形成后,禹步又被纳入道教方术体系。道士也把禹步视为作法施术的基本步法,并对禹步步法以阴阳五行的学理作了比较系统的总结和整理。东晋道教理论家葛洪指出:“凡作天下百术,皆宜知禹步。”这充分说明禹步的重要性。葛洪在《抱朴子·仙药》和《登涉第十七》中分别介绍过两种禹步。第一种是:先出左脚,次出右脚迈在左脚前方,再将右脚并靠于左脚,这算第一步,继之出右脚,再出左脚迈在右脚前,然后出左脚与右脚并拢,这算第二步,第三步出脚方法同第一步。“如此三步,当满二丈一尺,后有九迹。”因为每一步包括三小步即三跬(古代称举足一次为跬),三步加在一起留下九个脚印。晋代二丈一尺相当于现代5米。三个禹步的距离约长5米,步幅不算太大。第二种禹步与前一种步法有所不同:“正立,右足在前,左足在后。次复前右足,以左足从右足并是一步也,次复前右足次前左足,以右足从左足并是二步也,次复前右足,以左足从右足并是三步也。”以上介绍的两种禹步,都包括三大步法,其所规定的出脚、并步等也都是世代相传的方法。

对于禹步,孙思邈在《千金翼方》卷29《禁经上·掌诀法第五》中曾作了较详细的记载:“凡禹步法,移步左右脚,前后不同。凡欲作法,必先取三光气,又禹步,然后作法验矣。三光者,日、月、星,禹步者,或三步、七步、九步不定。若欲受三光气者,极晴明月日,向日两脚并立,先所愿事随意多少小咒之,然后取禹步三步也。所欲步时,先举头看日光,剩开口吸取日光明,即闭口塞气至三步始得放气也。三步者,从立处两过移两脚始成一步。三步即是六过移步也。向日光禹步时,左脚先移,右脚后移。若向月、星二光禹步时,并右脚先移,左脚在后也,但步数不同耳。若向星禹步时,须满九步也。九步者,向日中

三步,更足六步耳。三三步合九步也。星者,即是北斗七星也……”^[3]可见,禹步实质上是一种将吐纳与导引相结合的养生法。

“步罡踏斗”实际上可视为一种武术。这或许是运用禹步进行养生治病时自然产生的动作,久而久之形成了套路。武术八卦拳的步法特点和表现方法就是绕圆走转,步若蹬泥。形意拳、太极拳都以阴阳五行为基础,参照三才、四象、六合、八卦之理,又杂合洛书、河图,把拳理与天象、地理、人事融合一起,从而构建拳理^[4]。还有健身方术《导引》,它以各种形式的躯体活动为主,促使呼吸运动加强,增进血液循环,从而达到锻炼肌体、舒筋活血,健身益寿等作用。

总之,禹步不仅对巫术有广泛的影响,而且对后世的医术、养生术、武术、太极、相扑、摔跤等也产生了深远的影响。

近年在甘肃天水放马滩一号秦墓出土的秦简中,有八枚载有一篇《还魂记》^{[5][6]},讲述了司命之神原在帝左右,仪礼天地执行主宰人间生命的权力,可见司命信仰流行后,个人生命的终极来源从原先的祖神转到天帝,充分反映出战国时期人们的生命观念和西周时期已大有不同。放马滩秦简《日书》乙种中,有一篇《占病崇除》,编号为350、192。武汉大学简帛研究中心陈伟教授认为,占病的方法“会不会如同跳房子的游戏那样,是一种投掷的选择。因为,在战国、秦汉时,有一些游戏,选择使用投掷进行的,如投壶、投石、投钩……但当时这些投掷式游戏的盛行,可以看作类似占断生成的背景”^[7]。又北京大学李零先生的《中国最早的“升官图”》一文中,提出孔家坡汉简《日书》的“天牢图”实际上是一种博局游戏的骰子选格,此种棋局颇似塞棋,还有一种与塞棋相似的九子棋,直到现在仍很流行,它还有许多衍变的棋类,如直棋、连棋、顶棋、三连星棋、丁字棋、花窗棋和五重棋。最近李零先生在北京大学藏汉简数术文献中整理出《日书》中的“六博”一篇。并有朱笔自题“六博”二字。篇首为“博局图”,内容有六博占法、博道名称、占辞形式和占卜事项等^[8-9]。此类博戏一直在西北地区广泛流行至今。

武威、敦煌、居延等地区出土的汉简中也遗存有与养生、医事、休假、养老等有关记载。如:汉代的甘肃地区,屯戍吏卒根据守卫边塞的需要,必须具备强壮的体质和良好的身体健康状况。因此,吏卒常年都要进行射御骑驰战阵练习。居延出土的汉简

中有大量关于吏卒进行弓射和马技等训练的内容,旨在不断增强吏卒的体质,提高力量、速度、耐力等身体素质,从而提高军队的战斗力。这在“秋射”简中所提到的边郡考核制度中有详实的记载。

居延汉简中还可以看到,汉代自中央到地方的各级官署重视吏卒的身体健康和生活质量,在各级屯戍组织中都设有专门的医疗机构、医药储备和治疗各种疾患的药方。

□ 皆材置员医吏□ E. P. T52: 578

□ 为故第州六燧长司马章所伤病医
宋昌治饮药…… 103. 47

守御器簿……药盛囊三 506. 1

告吏谨以文理迂士卒病致医药加恩
仁恕务以爱利省约为首毋行暴欧击

E. P. F22: 246

汉简中根据屯戍制度的规定,各级屯戍组织每月都要向上级官府呈报吏卒发病和治愈率情况,并建立了府医、官医巡回的医疗制度。这不仅充分反映了汉代统治者对西北边郡屯戍吏卒的医疗及身心健康十分关注,而且也体现出汉代的医疗管理已达到了较高的水平。

1959年甘肃武威磨嘴子18号汉墓出土了“王杖十简”26枚,1981年9月,甘肃武威县文物委员会又征集到出土于磨咀子汉墓的“王杖诏书令”简26枚。如“王杖诏书令”册第一:

制诏 御史年七十以上人所尊敬也
非首杀伤人毋告劾也毋所坐年八十以上
生日久乎

第二十一:

制诏 御史年七十以上杖王杖比六百石入官府不趋吏民有敢欧辱者逆不道
简文说明凡年过七十以上者,是人们尊敬的对象。年七十以上杖王杖者,与六百石官吏同等待待,出入官府不必倾身小步快走。

“王杖十简”、“王杖诏书令”册,反映了汉代在西北边郡地区已确定了老年的标准问题,并实行了一些精神上、物质上的优待,社会形成了敬老养老的风俗,成为中国古代文化传统的组成部分。这不仅意味着汉代统治者为解决老人问题所做的努力,而且也为今天的老龄化社会,政府决策部门如何进一步制定敬老养老的政策提供了借鉴。

二 汉简中的射

秋射,史书称“都试”,汉简多称秋射。汉代西北边郡地区每年举行秋射比赛,自武帝太初以后形成制度,每年秋季举行一次射箭比赛,故名秋射。太守亲躬其事,各都尉具体负责。比赛之前,太守府先将时间、地点、规则、奖励等要求(与现代体育竞赛规程相似),以府书形式下达到各塞、部、亭、燧,令其做好准备,届时参加比赛。如:

功令第卅五候长士吏皆试射射去墀
礲弩力如发弩发十二矢中礲矢六为程过
六矢赐劳十五日 45·23
三七候燧六石具弩一燧长常贤试射
伤二樛 E. P. T53: 138
右以令秋射二千石赐劳名籍及令
267·11

据居延汉简对秋射规则的记载,比赛均用具弩,计算弩的射距与力量的单位叫石,分1、3、4、5、6、7、8、10等8级,以6石弩为标准,射程以步计算,弩射的距离为120步,所用的矢,分为短矢、长矢,分别记成绩。参赛者每人射12箭,中6箭为及格,超过6箭予以奖励。汉简记载:“功令第三十五候长、士吏、燧长皆试射,射去墀礲。”“功令第三十五候长、士吏皆试射,射去墀礲,弩力如发,弩发十二矢,中礲矢六为程,过六矢,赐劳十五日。”所谓“墀礲”,就是射箭的靶子,以红、白色丝织品相间缝制而成,悬挂在木板上,然后将板立于虬上。秋射比赛中,除弩射之外,还有弓射、瞭望、信号辨别、刀剑骑技等项目。

秋射比赛的规则较为完整,除上述各规定外,还规定赛前由令丞检查盛弩的袋子和“服”、“篮”(盛矢的袋子)是否符合规定的要求。汉简中“兰”与“兰冠”的简文有30余枚。如“戍卒魏郡清渊乘车里董市利 四石具弩彘矢五十 弩虬一 兰冠一”(E. P. T52: 5)兰是盛矢器,状如木桶,每器约放矢五十。兰与兰冠是汉代的重要军事器械。如果兰与兰冠不符合规定要求,必须扣分。比赛中,如发现“射不如制”、是否中程、“蔽贤”等问题,皆可申诉,候官要上报下查,搞清真相。如果查清,还可以重新试射,即校射,以新成绩为准。凡在秋射中被提出异议的人,各级官吏必须上报,详列这些人的职务、年龄、姓名、理由等,以“秋射爱书”正式呈报都尉府,

由都尉府调查核实后,决定是否取消其成绩。参加秋射比赛获胜者,即“署功劳”或“赐劳”,予以物质奖励,赐以钱帛,并作为升迁的重要依据。这完全是一种严格意义上的体育竞赛,它不仅制定了在比赛前的试射、裁判和仲裁等制度,而且还要求参赛者形体和心志正直,注重体魄和心性的统一和谐,充分表现出秋射已注入了诸多的人文内涵。

三 汉简中的御

从殷商到秦汉,战车不仅是重要的兵器和战争工具,也是军事作战的主要方式。而驾驭战车的技能称之为御车,被列入当时军事训练和教育之中,并与礼、乐之教融合,成为学校“六艺”教育的主要内容之一,以培养文武兼备的优秀战士。因此,人类对车的驾驭,应是体育的滥觞。尤其是御车之技,包含了一定的体育教育思想和体育技术,具有显著的体育竞技特征,是我国体育史乃至世界体育史的重要组成部分。

居延出土的汉简中,对车进行了分类,既有车战中的车、田猎中的车,还有交通运动的车,不同的车有着不同的御技。御主要是指在战争、狩猎、典礼以及竞技等重大场合驾驭马车。战车的御技难度最大,它不仅要体现出车的速度和平稳,还要能灵活地变换各种方向及控制速度。汉简所载如下:

敦煌效谷宜王里琼阳,年廿八 轺车一乘,马一匹 闰月丙午南入。

《合校》505·12

居延计掾卫丰 子男居延平里卫良,年十三 轺车一乘,马一匹 十二月戊子北出。

《合校》505·13

入方相一乘,驳牡马一匹,齿八岁子 颖

《合校》43·9

传马十二匹 传车二乘 《合校》212·6
大车、轺车各一,有盖。 《散》605

汉简中还对车进行编号,并把御车者称为车夫。还有睡虎地秦墓竹简、连云港尹湾汉墓出土的简牍以及北京大学藏西汉竹简中均对轻车、兵车、征车、鼓车、连弩车、冲车、武刚强弩车、战车等的特征、功能、御技进行了记载,这都与《汉书》、《诗经》、《左传》、《史记》、《论语》等文献中有关车的记载相互印证,更有利于研究者对御车的认识。

四 汉简中的走与跑

我国古代的奔、走、驱、疾行等,都属于跑。这是在军事和田猎活动中必须具备的能力,“百夫荷罕旗以先驱”,是指周代时每遇出征,皆由军中士卒扛着旗子跑在队伍前面开路。“身执戈为吴王洗马”,是指一些手握兵器的士兵,做吴王的马前卒。春秋时期,著名的军事家孙武在协助吴王治军时,常向吴王阖闾建议,要他注意训练士兵们的奔走能力。另一名魏国军事家吴起,十分重视对士兵进行武装竞走的训练,并采用测验的方法,提高士兵负重快速行军的能力,对于其中成绩达到优等的,奖励田宅,免服现役。这种测验要求全副武装,带弩、箭、剑等武器,备足3天口粮。每天疾走50公里,早晨出发,中午必须到达终点。另外,古代军事训练的传达命令送信的邮递也培养出大量的“神行太保”。如邮递分为三等,有步递、马递、急脚递,尤其急脚递速度最快。

居延汉简对士卒步行传递文书活动的记载,就反映了汉代边塞军事活动中的一项重要轻足善走的士卒能力。

居延都尉系统通过步行传达的方法有“以亭行”、“以次行”(次行同义)等。这几种方式传递的文书一般距离较近,并多以人步行投送。如:

- (1)甲渠候官行者走。(21·4A)
- (2)甲渠障候以亭行。(33·28)
- (3)城南候长王治所,以亭行。
(81·20)
- (4)广田以次传,行至望远。
(273·29A)

上述简文都是戍卒短距离步行传递文书的情况。据史籍记载,汉代“十里一亭”,即一系列烽燧,每间隔一定距离则置一兼职传邮之烽燧,挑选“行者”竞相往来投递文书。秦代时,“近县令轻足行其书,远县令邮行之”(睡虎地秦墓竹简《秦律十八种·田律》),汉因秦制。“轻足”即快速走路之人。《说文》释“行”：“人之步、趋也，步，行也；趋，走也，二者一徐一疾，皆谓行。”另释“走”：“趋也，疾行曰走。”可见，居延汉简中“亭行”、“次行”都是挑选善于快速行走或慢跑之卒竞相往来投递文书，并且做出严格的行前要求和详细的行后记录，还有明显的体育竞技性质的考核标准。

居延都尉系统行书的主要路线是：居延收降——当曲——不侵——天远……城北——武贤……临木——城籰北……州井南界——广地北界……乘他莫当——驛北——沙头——驛马——不今……(其中实线为两地有直接往来,虚线为可能还要经过其他地方)北书起点为临木——收降为42.5公里,南书起点为当曲,终点为城籰北,其中当曲——城籰北为40公里。

在确定行书地点间的里程后,又规定了步行完这些距离所需要用的时间,并且记录了行书者实际步行的时间,这样,可以对此作出比较、考核和评价。前者在简文中用“当行”表示,意即事先作出的规定、标准,如:“二十五里,檄当行二时五分”;“府支降虏,百五十九里,当行一时六分”;其他如“界中八十里,定行十时,留迟二时”,则“当行”应为八时,等。后者用“定行”表示,意即实际花费的时间。定者,成也,事后的结果。《汉书·王莽传》:“定会者四十二万人,余在道不绝”就是已经会集了42万人。又如居延汉简“定行十一时□”、“定行三时”、“定行五时”、“书定行九时”、“书定行十时”、“定行□时□分”等都实际行走所用的时间。

从上述分析可以看出,居延都尉系统的“行书”这一具有竞走性质的活动中,行者的“当行”速度规定为每小时5公里,每分为0.5公里。如从“夜昏时”到“夜食七分”正好为一时七分,行8.5公里路,每时为5公里。“定行”速度原则上要求与“当行”速度一致,即每时为5公里。

对行书参与者成绩的最后裁决、评判,如果“定行”时间与“当行”时间符合,则评判为“中程”,意即合乎标准。如:“□时,中程”、“□十七里,中程”。

如果“定行”时间大于“当行”时间,则评定为“不中程”,或者上“举书”予以追究和惩罚。

汉代边塞居延都尉系统的这种军事活动,使士兵具备了良好的耐力和速度素质。《唐六典》卷5:“天下诸军有健儿”,是指长征健儿。敦煌遗书P.3018《敦煌县差科簿》登记有“豆卢军健儿”,敦煌研究院藏《敦煌郡行客王修智卖胡奴市券公验》有“保人健儿”。敦煌文献所提的“长征健儿”即指善行军的士兵。

五 汉简《相利善剑刀》

1979年居延出土的简牍中还有关于相刀的书

简,如鉴别刀剑优劣的专著《相利善剑刀》(T40:202—207),很有可能就是汉代《相宝剑刀》的部分抄本。简中阐述了区分善剑、弊剑及花纹的标准,涉及剑的形态、纹饰、成分、制作技术、发展史以及剑法等。它不仅使人们了解汉以前相剑法之概况,而且也研究古代冶炼锻铸技术的发展和成就、考察剑器与武术器械等问题,提供了珍贵的资料。

除《相利善剑刀》书简之外,汉简中还载有兵器、骑士、相马等。如,兵器有铁铠、弓箭、弩、刀、盾、剑、枪、鋌、铜镞、石辟门、疾犁等。

居延汉简有关骑士的简约26枚。骑士在汉代被视为受过专门训练、具有特殊作战能力的军事人才,是守卫边陲的主要兵种,必须具备优异的身体素质和军事作战能力。与骑士相关的在汉简也记载了驿马、运输物资的马、作战的军马等及其管理、饲养、训练等。

六 结 语

对甘肃出土的大量汉简进行分析研究,也将会激励体育史学者把它作为体育史研究和解释的议题,并与汉代历史、宗教、社会、经济、文化等研究相呼应,使其在中国体育史上的意义得以显现。

古代体育史研究中有关游戏、竞技与娱乐的文献记述不少,但难得其详。甘肃汉简却为我们保留下了较为详细的记载,这无疑是十分珍贵的原始记录。它首先从汉代的军事活动和地理环境帮助我们

找出体育类型,再从社会结构、军事体制、生活习惯、民族的融合迁徙来了解体育文化的传承特征,以使人们多元地认识我国汉代体育精神的历史文化价值和体育的发展历程,以阐明体育史是“各种传统不断迂回,不断改变的历史”。甘肃汉简在这种历史中既回顾过去又导向未来,同时,甘肃汉简也为体育史研究提供了新材料,拓宽了体育史研究的视野,使我们能够以更开放的心态来把握和探究体育与社会发展的流脉,更准确地诠释体育的历史。

参考文献:

- [1] 大庭修. 汉简研究[M]. 南宁: 广西师范大学出版社, 2001: 4.
- [2] 王震亚. 甘肃秦汉简牍[M]. 兰州: 甘肃教育出版社, 1999: 12.
- [3] 刘松来. 养生与中国文化[M]. 南昌: 江西高校出版社, 1994: 4-7.
- [4] 郑勤, 田云清. 神奇的武术[M]. 南宁: 广西人民出版社, 1991: 11.
- [5] 何双全. 天水放马滩秦简综述[J]. 文物, 1989(2).
- [6] 李学勤. 放马滩简中的志怪故事[J]. 文物, 1990(4).
- [7] 陈伟. 放马滩秦简日书《占病祟除》与投掷式选择[J]. 文物, 2011(5): 85-88.
- [8] 陈侃理. 北大汉简数术类《六博》、《荆决》等篇略述[J]. 文物, 2011(6): 86.
- [9] 李零. 中国最早的“升官图”——说孔家坡汉简《日书》的《居官图》及相关材料[J]. 文物, 2011(5): 68-79.