

敦煌壁画与文献中的体育运动

□ 陈晓红 孙玮希



莫高窟第61窟壁画“举铁排”

举重

历史上常用来形容人力大无比的典故,以“力拔山兮气盖世”与“鲁智深倒拔垂杨柳”为人所耳熟能详。举重是一项古老的竞力型体育运动。古代举重的形式五花八门。在商周时期,鼎是神秘而华美的礼器,多以青铜铸就。到了秦汉时期,沉甸甸的鼎逐渐成为举重的主要器物了。此外,当时社会上还流行另一种被称作“翘关”的举重项目。“翘关”是指人力举起开关城门用的又大又重的门栓。据文献记载,唐朝时期已将“翘关”列为武举的必有考试项目。

除了举鼎、举门栓之外,在敦煌壁画中还有举大象、举大钟等形象。在莫高窟第61窟壁画中有一举钟场景:画面上两位男子,左边身着白衣的男子轻松地单手就将一个巨大的黑钟高高举起;而右边身着黑衣的男子身体后倾,正在拼尽全力拖拽同样的一只黑钟。莫高窟第61窟壁画中,还有一“举铁排”的场景:画面上一位身材健硕的男子,站立于一匹疾驰向前的红色骏马背上,左手高举着一块厚重铁排,正在进行举重表演。唐朝诗人卢纶在他的《塞下曲》一诗中写道:“林暗草惊风,将军夜引弓。平明寻白羽,没在石棱中。”诗句描写了一位能将箭镞射进石头、臂力超群的将军。想来敦煌壁画中所呈现的这些大力士们,或许也都拥有如卢纶诗中那位将军这样的本事吧。

马球

马球是唐朝十分流行的一项体育运动。顾名思义,这是在马上举行的球类运动,也被称作“打马球”“击鞠”“击球”“打球”等。比赛时,参与者需要骑在马上用杆将球打入球门。这项运动不仅训练参与者的体能,同时也培养参与者的骑术、球技和心理素质以及团队合作精神。据文献记载,唐代社会从上至下都对马球运动十分热爱。《旧唐书》中记载,唐德宗李适特别喜爱此项运动:“寒食节,上与诸将击鞠于内殿”;《新唐书》也记载,唐穆宗李恒也对此项运动情有独钟:“长庆元年……二月……辛卯,击鞠于麟德殿。”而关于马球比赛场景,在唐朝时的敦煌竟也有十分详尽的描述。在编号为P.2544和编号为S.2049的敦煌文献中写道:“时仲春,草木新,口初雨后路无尘,林间往往临花马,楼上时时见美人。相映同情共言语,闲闷结伴游球场,传中手执白玉鞭,都史乘骑紫骝马。青一队,红一队,鞞背玲珑得人爱。”在一个雨后初晴的仲春之日,人们相约一起去看马球比赛。到了球场上看到手拿白玉鞭的传中,乘着紫骝马的都史努力地在赛场上奔跑!原来那是红队与青队两支马球队正激烈地比赛呢。

在莫高窟壁画中有一幅“执球杖的供奉官图”。画面上是两位头戴翘翅檐帽、一身短褐、手执球杖的男子。左边的男子左手托着马球杖;右边的男子右手托着马球杖。两个人侧身对峙,虎目圆睁,似乎正在激烈地争论着某一进球是否符合。在榆林窟第15窟壁画中有一幅“击球童子图”:画面上是一位胖乎乎的童子正趴在一朵巨大的莲花上学着打马球。童子的左手拿球,右手执杖,眼神好奇而迷茫,天真的童趣通过绿色的莲蓬、长长的莲枝被烘托得温馨而唯美。尤为称奇的是在敦煌遗书《祭驴文》中还有这样的记载:“教汝托生之处……莫生军将家,打球力须强……”意思是说,我那可怜的死去的毛驴啊,我告诉你若再投胎为毛驴的话,千万不要去军人和将军那里啊,因为你会被他们用来打球啊!可见,古时在敦煌打马球有多盛行,还有以驴代马来打马球的。

步打球

唐朝诗人王建在《宫词》一诗中写道:“殿前铺设两边楼,寒食官人步打球。”在寒食节,皇官两侧临时搭建了长廊,人们纷纷来看官人们进行的步打球比赛。步打球又被称作是“步打”,是一种徒步以球杆击球的运动,类似于今天的曲棍球。这项运动是从马球演变而来,只不过是地面上完成而已。从敦煌文献的记载中看,唐宋时期的步打球在妇女与儿童之间十分盛行,有一个原因是与当时更为流行的打马球相比,步打球更适合妇女儿童。在编号为P.3821和编号为S.2947的敦煌文献中写道:“一十香风绕藕花,弟兄如玉父娘夸。平明趁伴争球子,直到黄昏不忆家。”全诗的意思是说一个深得父母宠爱的男孩子,天刚一亮就与小伙伴们去玩步打球,一直到黄昏时分都不肯回家。此诗中的争球子,就有观点表示是步打球。在宋代《过庭录》中还记载着一个关于步打球的故事:北宋初年政治家、文学家范仲淹很看重一个名为滕甫的年轻人,有意栽培,只是滕甫彼时却沉迷于步打球。一次,他正与伙伴们尽情地玩着步打球,恰被范仲淹撞见,范公大怒,命令手下人用铁锤把正在踢的球给击碎。手下人一锤下去,球反弹而起,正中手下人的额头。一直在旁拱手行礼的滕甫脱口赞叹。对此,范公一时也很无奈。原来,在防止年轻人痴迷打步球上,就连范仲淹也有点力不从心呢。

倒立

早在古代的“百戏”中就有重在表现形体技巧的倒立运动,最常见的方式是以双手抓地而立,双脚朝上,双手与头部朝下,达成一时间的身体平衡状态。在历史上倒立这项运动拥有许多不同的名字。在汉代时期倒立被称作“倒植”;在东晋时期倒立被称作“逆行”;在唐代时期倒立被称作“擲倒”;在明代时期倒立被称作“竖

我国古代有着较为丰富的体育项目。据文献记载,早在秦汉时期,就有所谓的“乐舞百戏”,主要有筋斗、倒立、柔术、戏车、戴竿与绳技等项目。这些体育项目对技巧的要求较高。到唐代之后,我国古代体育主要项目有拳术、武术、骑术、滑雪、马球、赛马、举重、相扑与摔跤等。诗人陆游于垂暮之年回忆往事,在诗作《晚春感事》中写道:“少年骑马入咸阳,鹤似身轻蝶似狂。蹴鞠场边万人看,秋千旗下一春忙。”特别提到在咸阳城观看蹴鞠比赛的盛况,诗中的“蹴鞠”就是我国古代一项历史悠久的体育运动。敦煌文献作为中华文化的瑰宝,亦留存了诸多古代体育运动的生动记录。



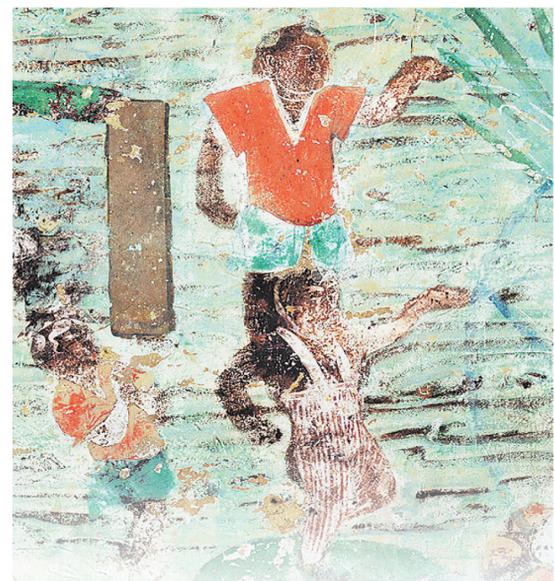
莫高窟壁画 执球杖



榆林窟第15窟壁画 击球童子



莫高窟第249窟壁画 倒立力士



莫高窟第220窟壁画 童子嬉戏叠罗汉



莫高窟第61窟壁画 举钟

蜻蜓”。现如今,倒立也被叫作“拿大顶”。

在敦煌壁画中有较多的表现倒立画面的内容。在莫高窟第79窟壁画中有一幅“倒立童子图”:画面上的童子双手撑地、头部上扬、挺胸收腹、屈腿倒立。尤为令人难忘的是他四肢的肌肉,丰腴结实的手脚。在莫高窟第251窟壁画中有一幅“药叉倒立图”:画面上绘有数十位正在手舞足蹈的药叉,其中一位身着浅色衣裤的药叉双手撑地、头部上扬、挺胸收腹、屈腿倒立。在莫高窟第249窟壁画中也有一幅“倒立力士图”:画面上位高鼻深目的力士双手撑地、挺胸塌腰、屈腿眼前,正在尽力地保持着倒立的状态。

叠罗汉

宋朝诗人刘克庄在《石竺山二十咏》一诗中写道:“不似阿罗汉,神通无处寻”;又在《应真二首》一诗中写道:“教醒阿罗汉,飞空无处寻。”意思是说罗汉身姿曼妙,来去无踪。叠罗汉运动是由两人以上层层叠加成的多种多样的人体动作造型,具有较强的表演性与观赏性。叠罗汉表演在唐宋时期十分盛行。在敦煌壁画中就有许多关于这项运动的呈现。在莫高窟第220窟壁画中有一幅“童子叠罗汉图”:画面上共有三位童子,两位正在叠罗汉,一位在拍手叫好。位于叠罗汉下面的童子穿着时髦条纹图案的“背带裤”,他正屈膝吃力地站立在草绿色的巨大荷叶上;位于叠罗汉上面的童子,着红色背心、绿色短裤,自信地站立在同伴的肩膀上;两位童子动作整齐划一,都是抬着左手,手腕向上,右拳握于腰间,头向左转。第三位童子穿着红色背心、绿色短裤,站于他们身后仰身拍手,叫好连连。在此壁画中,还有一幅“童子倒立叠罗汉图”:画面上还是三位童子,两位正在叠罗汉,叠罗汉的童子装束造型与前述相差不多,只是位于下面的童子身体略向左边倾斜,似乎有点不堪重负。而第三位站于他们身后的童子正在表演倒立的动作。

值得一提的是,在莫高窟第361窟壁画中有一幅“童子倒立叠罗汉图”:画面上共有六位童子,各自呈现出不同的运动状态。最左边的童子呈倒立状,他直立伸向空中的双腿前后分布,煞是调皮。左边的第二位童子双手前伸,往前行进,似乎要伸手承接物品。中间是叠罗汉的两位童子:位于叠罗汉上面的童子是典型的杂技“转盘”动作:只见他右腿单腿直立于同伴肚子上,双手高悬,每只手中各举着一个盘子,伸向前方的左腿上同样也举着一个盘子。位于叠罗汉下面的童子呈现出“倒立折腰”的姿态:双臂倒立支撑,腰部向后弯折,背部与地面平行,双腿自然下垂,身体形成“拱桥”状,动作兼具杂技的惊险性与软功的柔韧性。右边的两位童子,前面的一位右手高举,右腿前倾,左手放在胸前,左腿微屈,是典型的“马步架掌”招式。最右边一位童子身体倒立,右手撑地,左手悬空,右腿高举,左腿伸在右跨边。这种单臂平衡姿势在敦煌壁画中尚不多见。

滑沙

古人在端午节有焚香沐浴的习俗。北宋文学家苏轼在《浣溪沙·端午》一词中写道:“轻汗微微透碧纨,明朝端午浴芳兰。”意思是说端午时节天气较热,人们大都会在这一天沐浴。敦煌处在较为干燥的河西走廊,随处沐浴的条件想来是不容易实现的,但是唐宋时期的敦煌人有自己因地制宜的浪漫与快乐。

敦煌的鸣沙山月牙泉,拥有敦煌八景之一的“沙岭晴鸣”景观。在敦煌文献《敦煌录》中这样写道:“端午日,城中士女,皆跻高峰,一齐蹙下,其沙声吼如雷,至晓看之,峭崿如旧,古号鸣沙,神沙而祠焉。”这里的“峭崿”是高峰之意。意思是说在端午节日,敦煌城中的男男女女一起涌向鸣沙山前,他们登上高高的沙丘,随着一声令下,众人一起顺沙滑下,那震天的鸣沙之声若炸雷一般。等到第二天天亮人们惊奇地发现鸣沙山已经恢复原状,令人称奇。这项娱乐也是唐宋时期端午节敦煌人最重要的习俗之一。如今,来到鸣沙山月牙泉景区的游客,有不少人愿意体验滑沙这项娱乐活动。(本版图片除署名外,均为资料图)



莫高窟第361窟壁画 倒立、叠罗汉



敦煌莫高窟 冯乐凯

荟萃