

钩沉

# 我国古代“运动会”上都有哪些项目

8月是全民健身月,随着西安市首届社区运动会的开展,市民们的运动热情也十分高涨。不知道大家有没有想过,古人是否也开过运动会呢?那时的运动会都有哪些项目?今天就来看看古人喜欢的体育运动项目吧!



《校射图》(局部)。



唐仕女打马球俑。



清《冰嬉图》(局部)。



陕北汉画像石中的蹴鞠图。



《朱瞻基行乐图》(局部) 投壶。



莫高窟290窟窟顶人字西坡上段摔跤或相扑。

### 蹴鞠

蹴鞠又称踏鞠、蹋鞠或蹴鞠等,是中国古代的一种足球运动。据史料记载,早在战国时期,民间就流行娱乐性的蹴鞠游戏,而从汉代开始又成为兵家练兵之法,宋代又出现了蹴鞠组织与蹴鞠艺人,清代开始流行冰上蹴鞠。2004年7月,国际足联宣布:中国古代蹴鞠就是足球的起源。

### 射礼

射箭为中国古代君子六艺之一。射礼又称礼射,西周时期以射箭比赛为重要的礼仪活动和教育手段,射礼按等级可分为四类:大射、宾射、燕射、乡射。射礼有详细的竞赛规则,有缜密的分工和专职人员,有名次和奖励等。

### 投壶

投壶亦称射壶,是由射礼演化而来的一种投掷性竞赛游戏。春秋时期,贵族士大夫模仿射礼的规则,将射箭变为掷箭,以酒壶代替箭靶,在宴会酒席上竞赛。投壶虽然是一种娱乐游戏,但始终伴随着一整套繁琐的礼节,没有完全割断同“礼仪”的联系。

### 马球

马球,又名击鞠、打毬等,发明始于汉代,兴盛于唐代。在东汉后期,曹植《名都篇》中就有“连骑击鞠壤,巧捷惟万端”的诗句来描写当时人打马球的情形。马球在古代曾作为练武“习战”的方法之一。天宝六年(公元747年),唐玄宗专门颁诏,将马球

作为军队训练的课目之一。至唐代后期,马球中娱乐的比重逐渐增大。宋元时期,有关马球的实物资料亦多有所见。至明清,马球运动仍较流行,但已从原来的竞赛项目变为击球表演的一种娱乐活动。

### 捶丸

捶丸,源于唐代的步打球。步打球由唐代马球演变而来,是将马球的打法规则与技术变为地面比赛的游戏,类似于现代的曲棍球。根据《丸经》记载,捶丸的玩法是在空旷地上画一球基,离球基七步至百步做一定数目的球窝,旁树彩旗,用棒从球基击球入窝,以用棒数少或得穴数多的一方为胜者。除了规则相似以外,捶丸的打法与高尔夫球也有高度的一致性。捶丸的击打方式分为侧旋球、内旋球、外旋球等。而且,除了站着击球,还有跪着击球等各种击球姿势。

### 角抵

角抵一词来源于“以角抵人”,是一种类似现在摔跤、相扑一类的两两较力的活动。商、西周时期被称为角力,是军队的训练课目之一。春秋战国时期,角力成为观赏性体育活动,汉时称蚩尤戏、角抵戏等。魏晋南北朝时,角抵发展为摔跤。唐代一般称角抵,宋代习惯称相扑,明代摔跤沿用唐代旧称角抵,清代称为跤子。角抵、相扑等双人赤身相搏的娱乐活动在咱们有着悠久的历史,因其观赏性极佳,流传到了很多地方。还有诸如马术、棋类运动、滑冰等项目。 □之也

### 胜迹



## 万里长城第一台

日前,陕西省第十七届运动会在榆林举行,其会徽是以榆林标志性建筑——镇北台为原型,简化的镇北台三道飞虹的笔触,代表着运动健儿形象和三秦儿女拼搏跨越的运动精神,引起人们关注。

镇北台位于榆林城北4公里的红山之上,是明代长城中气势最为宏大、最为磅礴的建筑之一。万里长城东有山海关,西有嘉峪关,中有镇北台,是中国长城“三大奇观”之一。其地势险要,依山而建,居高临下,控南北之咽喉,锁长城之要口,为古长城沿线现存最大的军事要塞,素有“万里长城第一台”之美誉。

镇北台为长城中一座雄伟的高台建筑。秦灭六国后,在榆林地区设置郡县,修筑长城,镇北台长城即为其中的一段。明初,延绥镇由绥德迁至榆林。明万历三十五年(1607年),延绥镇巡抚涂宗浚为加强边关,对长城原有墩台进行了扩建,历时一年零四个月建成,成为明代长城防御体系的重要组成部分,距今已有400多年历史。

镇北台略呈正方形,共有4层,逐层内收,外砌砖石,内夯黄土,高30余米,占地面积5056平方米。一层为基座,北长82米,南长76米,东、西各64米,外墙高10.5米,内墙高5.5米,东墙南侧设城门。二层高15.6米,台南设砖石踏步和券洞,拾级而上可直通三层,南墙上镶有“向明”二字石匾,北城墙有“镇北台”石匾。三层高4.1米,台东外砌砖石踏步,可直登四层。四层高4.4米,顶层为255平方米台面,四周墙体设有垛口,可向外瞭望。

镇北台粗犷大气,古朴庄重,巍峨壮观,站在如此宏伟的建筑面前,不由得让人精神焕发,浮想联翩。遥想当年,塞北大漠,狼烟四起,铁马金戈,奔腾如虎,无数将士用热血捍卫了边关的安宁。抚摸着这里的城砖,再看着墩台上的基石,确实有一种沧桑之感。镇北台作为古代一座军事设施,在相当长的一段时间里发挥了有效的防御作用,虽经历数百年风霜雨雪,但仍完整地屹立于红山之上,以其雄浑奇特的造型、深沉凝重的风貌向世人展示着无穷魅力。

## 五味什字史话



源茂盛达三江”。藻露堂中药店(在这条街北侧的东头)距今已有近400年的历史。这个店的创始人名宋林元,湖北省荆县人,于明朝天启二年(1622年)来五味什字设堂治病,研制了专治妇科病的“培坤丸”,疗效较好,在妇女患者中有很高的信誉。到清康熙、乾隆年间,宋氏资金发展到10万两白银。到民国初年,“培坤丸”已誉满海内,南洋诸国药商汇款邮购。据《大唐新语》《唐两新记》记载:每年农历正月十五日的晚上,长安城里都要放大花灯。五味什字的灯市是唐代以来长安城最有名、规模最大的灯市。相传,汉代的长安城已有元宵张灯风俗。元宵节,唐代称上元节。上元节为唐代长安之盛节,最主要的活动为观灯。平素长安城宵禁甚严,上元节前后三天,金吾不禁,所有市民可自由出入街巷,通宵达旦观赏花灯。游人如云,摩肩接踵,甚至有足不履地、撮足而行者。玄宗时,为杨妃曾建一百五十尺高之灯楼,辉煌壮观,韩国夫人则置八尺高之百枝灯树,竖立高山,光明夺目,百里皆见。玄宗还曾于上元夜率群臣在兴安宫设宴观灯,作长夜之饮。张说写诗道:“花尊楼前雨露新,长安城里太平人。龙衔火树千灯焰,鸡踏莲花万树春。”

五味什字为东西横街,东起西安南院门,西至五星街,长290米。元《长安志图》将今南广济街称为药市街。明清两代直至民国初年,这里药业汇集,清《西安府图》将南广济南部称为五味什字。

史载,五味什字在原唐长安皇城正寺、御史台处,唐末以皇城筑为新城后渐形为居民街巷。元代时这里因药店密集,故十字口与今南广济街统称药市街。明清时期亦因这里药店集中,遂以中药之甘、辛、酸、苦、咸五味而称五味什字。明天启二年(1622年)所建著名药店藻露堂即设于此。

相传明、清两代至民国初年,五味什字药业汇集,生意兴隆,曾有万年堂、树仁堂、复元成等多家中药店,尤以藻露堂、敬元堂(在大街桥梓口另设有“西敬元堂”)和敬信堂等历史悠久,最负盛名。各大药店销售种类丰富的中草药、丸散及珍贵药材,都挂着“货真价实”“童叟无欺”“遵古炮制”的招牌,若干年内一直是“生意兴隆通四海,财源茂盛达三江”。

唐玄宗先天二年(713年),曾在安福门外布设彩灯万盏,最高的灯轮达二十丈,选长安、万年两县少女千余人,于灯下踏歌三昼夜。玄宗和容率嫔妃宫女登安福门楼观赏,欢乐至极。中宗时,也曾数次于上元节同皇后微服出行,至坊里观灯。由于上元夜禁卫松弛,有不少宫女不堪幽禁生活而趁机逃走。上元节夜,长安城民间已有食汤丸(又称粉果,即今之元宵)的习俗。今之元宵节食元宵、观花灯,即由此沿而来。 □草青

### 秦味

## 西府麻花

在西府孩子们的记忆中,麻花是个挺稀罕的零嘴儿。旧时,只要大人们外出赶集,带回来慰藉小孩子的食物,大多是麻花,其主要原因便是好带。但是,为何西府流行此食,而东府少见,就不知其缘由了。

可以说,在缺乏油水的年代,麻花是不可多得的味觉改善。以前的小孩子吃麻花,不是大口饕餐,而是用手将麻花拆成小小的节段,那样,不仅可以拉长味觉满足的时间,也可以欣赏用面粉搓成的“花儿”。人们对于稀欠之物,总是格外怜惜。

以我生活的经验来看,以前的小孩大多喜欢观看食物的制作,这不仅是味觉酸性的等待,也是手艺欣赏的契机。在制食者的指尖上,面团会魔幻般变形,从臃肿的剂子到翻飞的白面绳,然后在熟练地搓捻下,不断合股,成为形似麻绳的样子。这不仅是塑形的过程,也是面粉逐渐被激发,从而更加增进韧度的环节。面粉在人们的指尖上绽放,“麻花”的名称即由此而来。

若论麻花在关中地区之普遍,已今不如昔,它并非一个家常的食物,而是更多依赖庙会集市而存在。90年代之前的关中,庙会集市接连不断,制作麻花的手艺人则各处赶集,为百姓带去平日不多见的美味。在西府人的心里,麻花的味道总是与熙熙攘攘的人群、耀眼的阳光、蓝天白云以及铿锵豪迈的秦腔相关联。

可如今,庙会集市少了,麻花自然也就少了。好在麻花制作简单,在如今西府地区的县城小镇,都还可以看到制作麻花的小摊贩。一个不大的案板,小桌支起,用来揉搓麻花,还有自制的火炉,小鼓风机吹着,平底锅盛着菜籽油,金黄的麻花在高温中绽放,那是孩子们迫不及待的欢心和喜悦。



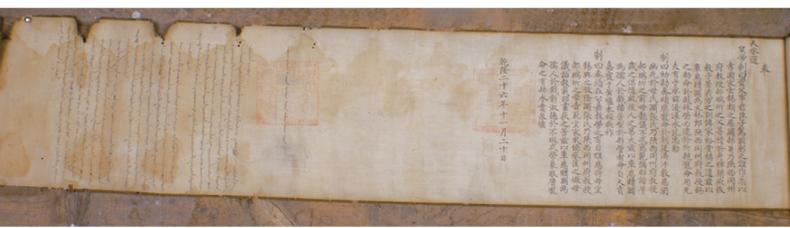
制作麻花的主要原料是面粉,而其工艺的独特之处在于先将面粉与菜籽油相合,然后用手搓匀,油与面粉的比例很关键,油若多了,后面揉搓拉伸的环节则不好操作,待不断揉搓而使面粉油渗透后,再加水揉成面团,制作麻花的面团不可太硬,以利于后面的搓形,面团揉好后,刷油盖湿布阴置,醒面约20分钟。接下来,将醒好的面团拿出再次揉匀,制成二十多公分的面剂子,盖湿布再放10分钟。经过再次醒放的面剂子,更加柔软韧劲,这时,就到了真正搓麻花的时候了。面剂子扯开,用双手按揉搓打,面剂子很快成为均匀的细长条,然后双手一边不断按揉,一边将两端抻,这时的圆柱形面条,已经有了螺旋状的纹理,经过几次拉扯,面绳已有近一米长,这时,面绳被迅速双折回绕,然后用手摁在案板上按揉,然后再反复扯抻,使之复长,然后再次双股合绕,这时,麻花的雏形已经出来了,最后还需一个微妙的动作,即将麻花用双手捏住,在一起播,使之紧凑,这样做,是为了在油锅里煎炸的时候,麻花能够吃上劲儿。

小时候,我没少看庙会上那些搓麻花的巧手,真是有些眼花缭乱。也正是通过手艺的技巧和力道,麻花除了油炸所激发的面粉相合的香味,还增添了劲韧的口感和富于韵律的形态。炸麻花的油温很重要,通常在油烧至两成热时入入麻花生坯,约炸八九分钟左右,并不断用筷子翻弄,使其颜色金黄,待面坯炸透,便可捞出。西府麻花的吃法,通常有脆麻花和软麻花两种,脆麻花炸得久,面粉里的水分便去得多,故而干脆爽口。软麻花油炸的时间短,颜色金黄,口感柔软,更受年轻人的喜欢。

在西府人的习惯里,麻花可以干吃,也可濡在羊肉泡、大肉泡、豆花泡和油茶里来吃,还有一种锅巴炒肉,也常以麻花为伴侣,再加香菜佐味。还有如麻辣香锅、串串香和火锅等,也常离不开麻花的身影。麻花对于西府人,就像月牙饼之于东府人,是已成惯性的味觉依赖。相较于天津大麻花而言,关中地区的麻花要小很多,大者不过一尺,小的十公分余,最粗者也要以方便入口为宜。西府地区的麻花以“香、酥、脆、鲜”而闻名关中。油炸的大麻花不好运输,多为当地人享用,但在关中各地的超市,均有一种袋装的小麻花,十分酥脆可口,作为零食,甚是可口。 □张西昌

### 鉴藏

## 乾隆圣旨



年代:清代  
收藏单位:延安市宜川县博物馆  
乾隆圣旨,长285厘米,宽30.5厘米。圣旨用汉文和满文两种文字书写,其中,汉文行款从右至左,满文行款从左至右,两种文字均由两端向中间延伸,合于中幅。正文部分为白色锦缎,用宣纸做

的底衬,开头和结尾有黄色锦缎。圣旨正文中,汉文用楷书书写,内容为对陕西省同州府教授都鹏圻父母的封赠,赠其父都文林郎,其母为孺人,满汉两文最后有年号落款“乾隆二十六年十一月二十日”,并加盖有满汉两语的“救命之宝”朱文方印。 □宋延龙