

中国新石器时代体育发展流变

——以中原地区为主线

秦双兰，马天龙

(河北大学 体育文化研究中心，河北 保定 071002)

摘要：运用文献资料法和实证分析法，以考古视角沿着中国古人类进化过程对新石器时期体育的发展流变进行实证探索。认为：新石器时代在继承与发展旧石器时代祭祀舞蹈、石球、射箭、儿童娱乐活动的同时，也创造性地开辟了集体舞蹈、武舞、弹弓、搏斗、球戏等活动内容；就狭义体育而言，武舞、讲武、田猎都是最原始的体育教育，即通过活动达到育化身体的目的；新石器时代的体育在农业生存模式的主线牵引下不断发展并分化：农业生存模式衍生出农耕节奏的集会娱乐体育；战争衍生出射箭等军事体育内容；规律性农闲促进了体育教化和讲武的产生发展。

关键词：新石器时代；体育；农耕文明；中原地区；舞蹈；石球；射箭；讲武

中图分类号：G80-054

文献标志码：A

文章编号：1008-3596 (2018) 03-0057-06

根据目前出土的文物信息，可以将体育起源追溯到旧石器中期。这一观点已经在笔者的《中国旧石器时代体育发端探索——以泥河湾遗址为案》一文中进行了阐释（见《河北体育学院学报》2017年第6期），该文以出土文物为实证，跟随人类进化步伐解析了旧石器时代人文体育发端的线索：祭祀舞蹈、抛掷技巧习练、儿童游戏^[1]。随着考古发掘不断深入发展，出土文物不断丰富，还会出现新的线索或丰富、或佐证、或校正这个观点，但不会颠覆它。

当历史跨进新石器时代，发生了翻天覆地的变化。相较几百万年前粗糙简单打制的旧石器，人类的工具制作技术在不到万年的新石器时代发展迅猛，从磨制石器起步，经陶、瓷创制迅速跨

入青铜时代。伴随新石器时代一起前进的体育活动又面临着怎样的变化？本文依旧从文物考古视域进行探索分析。

新石器时代遗址不像旧石器时代那样集中（如多在北方泥河湾遗址群），而是遍布全国各地。鉴于此，为便于直观梳理和展现新石器时代人类生活流变轨迹，本文选择以中原地区为纵线串缀、必要时补以同时期旁例的论证方法。中国幅员辽阔，新石器时代的进化因各地区地理环境、气候差异等因素体现出快慢差别，但总趋势是不变的，即进入农耕生存模式，耕作活动日益精细，围绕农耕不断创造丰富的物质生活资料。新石器时代的体育就是在这样的主线牵引下不断发展并分化的。

收稿日期：2017-12-04

基金项目：河北省社科基金“河北古代体育文物调查研究”（HB17TY002）

作者简介：秦双兰（1969—），女，河北成安人，教授，硕士，研究方向为体育史和体育文化。

文本信息：秦双兰，马天龙. 中国新石器时代体育发展流变——以中原地区为主线[J]. 河北体育学院学报，2018，32（3）：57-62.

1 新石器时期农业革命对人类生存和体育的影响

体育是伴随人类生存活动的文而化之产物,人类生存方式的改变对体育发展影响巨大。新石器时期的生存特征是进行农业革命,探讨体育发展须先了解以农业为主的生存模式的特色。

新石器时代考古学的中原地区基本指今日黄河流域中游的山西、陕西、河南、河北等地。距今约1.05—0.97万年的河北徐水县南庄头遗址,是目前发掘最早的新石器时代文化遗址。该遗址出土的遗物除石锤、石镞、骨镞等延续旧石器时期生产方式的器具外,重要的是在发掘的石磨盘、石磨棒上发现了黍类、小麦类等植物残留的淀粉粒,这说明距今1万年左右,农作物开始进入古人类食谱。

后续距今0.8—0.7万年的北福地遗址、磁山遗址都发现了农业痕迹。可以想象在距今0.8—0.7万年前的河北磁山,中国北方最早的家鸡(磁山遗址发现的家鸡,是目前世界上发现的最早的人工养殖鸡)开始啼鸣报晓。农业先于饲养业出现说明农业已经占据了经济生活的重要地位。因此考古专家们都把农业经济作为区别新石器、旧石器时期的一个重要特征。农业经济的重大意义并不仅在于对食物来源的改变,而是展现了人类从采集狩猎的掠夺型经济转换为农业生产的自给自足型经济,从被动采集食物到有意识主动生产食物,人类首次实现了通过改造大自然来满足自己的生存需求。

这个改造意义非凡,主动性意识一旦萌发就极大激发了人类的想象力,造就了许许多多从未有过的新变化。从主流层面来谈,首先,农业种植形成人类开始定居的村庄聚落文化模式,居住也从隐蔽式穴居到开放性群居。人类开始有意识主动防范兽类或同类攻击,防守意识自此深植于农耕民族的精神骨髓。在半坡等遗址发现的围绕聚落居住区的大壕沟即是明证,半坡的大壕沟防御森严,宽6—8米,深5—6米。从这里或许可以隐约感受到生存与体育的联系,那就是武术。农耕模式下的武术首要讲究的是防守而不是进攻,根源可能就在于此。其次,定居耕种生存模式让人类的生活节奏随着农作物的生长周期而逐渐规律起来,并逐步形成摸索规律寻找经验的认知模式。这就是中国传统文化“格物致知”的认

知模式原型。这种认知模式到现在还根深蒂固地影响着我们的思维习惯。它对体育的影响毋庸多言,青铜时代的排阵武舞,杨雄《法言》“断木为棋,枰革为鞠”的“法”喻,司马光论投壶的“可以治心,可以修身,可以为国,可以观人”等,无不说明经验性生存影响的深刻性。再则,驯化植物的栽种经验促进人类大量蓄养可驯化动物,以补充遇到天灾人祸时的粮食不足之需。驯化过程加深了对“育化”的理解,人类逐渐把自身也纳入驯化过程,身体教育由此产生。

农耕的这些主流优势导致“农业革命使获取更多的生活资料、养活更多的农民成为可能,从而使农民们不可阻挡地拓展到人烟稀少的狩猎区。这一事实解释了为什么农业革命一旦开始进行,食物采集团体便无法逃避灭亡的命运。也解释了为什么今天只有为数极少的食物采集团体能残存在因某种原因而无法开展农业活动的偏远地区。”^{[2]16}于是,农耕优势使中国各地都在新石器时代渐次进入农业社会,生存模式也固定下来。

生存模式一旦固定,剩下的就是围绕这一中心模式不断深入、细化的发展创造了。磁山出土的陶纺轮、骨梭、骨针等新器具,说明农业形态的人类衣食住行色彩开始丰富起来。同时期的河南裴李岗遗址除发掘石器、骨器、陶纺轮外,还发掘了陶猪头、羊头等艺术品;陕西老官台遗址发掘的陶器开始上彩,并有纹饰等。这些都说明距今1—0.7万年的新石器时代早期,人类陆续进入农业社会,开始创造各种品类的生活用品,并不断美化这些器物。也可以认为,最晚从此时起,衣食住行不再是个体生理行为,而逐渐上升成文化形态。

农业革命一旦开始,人类的发展方向便义无反顾地奔向创造的深入化。新石器中后期发展得更加丰富精彩,但也只是沿着农业耕作精细化、生活物品丰富化的方向继续前进。比如从新石器早期的素陶,到中期的彩陶、后期的瓷器,再到末期的青铜迁移化,只是创造不断被深入、被想象、被丰富的结果。

如此,便可以很好理解新石器时期后续的发展变化。到新石器中期,一个重要文化开始大面积影响中原地区,这就是距今约0.7—0.5万年的仰韶文化。仰韶文化的分布范围比较广,“到2000年为止,全国有统计的仰韶文化遗址共5213处,分布省份有陕西、甘肃、河南、山

西、河北、内蒙古、湖北、青海、宁夏9个省份,具体分布情况是:陕西省2040处、河南省1000处、山西省1000处、甘肃省1040处、河北省50处、内蒙古自治区50处、湖北省23处、宁夏回族自治区7处、青海省3处。”^[3]从这个统计可以看出,以中原为核心形成的农耕文化已经突破地域限制,开始以辐射状向周围扩展,呈现遍地开花的状态。

纵观仰韶遗址文物,用于农耕的斧、铲、凿、铤、锄等磨制石器反映出农耕过程已经细化;线坠、纺轮、骨针、骨锥等让人类穿上了舒适的衣服;鼎、罐、瓮、缸、碗、盆、钵、杯等生活器具使人类的生活更加便利。仰韶陶器上装饰的图案花纹丰富,制作精美。彩陶成为仰韶文化的独有特征,说明人类不但为自己创造着丰富的生活用品,而且在满足实用之余,开始追求精神享受——审美欣赏。

新石器晚期的龙山文化的出土文物也符合耕作精细化和生活丰富化的发展方向。距今约0.46—0.4万年的龙山文化出土了更多种类的农耕用具,生活器具也更加丰富多彩:龙山文化陶鬲的三足中空制作,大大缩短了炊煮时间;蛋壳黑陶让人眼前一亮;铜锥、铜条等铜冶制品证明人类努力地探索着更优质的材料;而古城遗址直接把人类拽入文明的门槛。这些都反映出人类创造的意图:生活不只是为了生存,而是不断追求让自己活得更美好。龙山遗址发现的古城址,龙山陶器上出现的象形文字,龙山玉钺、玉斧、玉璧、玉琮、玉环、玉璜等玉器系列,龙山墓葬出现的陪葬品贫富分化等等,说明从龙山文化时期人类已经开始抬腿迈向文明的门槛^①。龙山时代的铜石并用开启了夏商周灿烂的青铜文明时代。

农业革命开启了人类由适应自然到改造自然的转变历程,并由此推动人类向创造的丰富化、审美化发展。体育活动作为伴随人类生活不可或缺的肢体文化,也顺应这一潮流不断派生走向项目多样化、视觉审美化和技术精湛化。

2 新石器时代体育的发展流变

2.1 传承发展

2.1.1 舞蹈的传承发展及流变

起源于旧石器中期的巫祀舞蹈活动,由于其祭祀的神秘性和权力的神圣性,使舞蹈多被膜拜、被欣赏,但绝不可以模仿,以规避神灵的惩罚。

因此,旧石器时代的舞蹈多为权力表演或号令性行为。根据对现存原始部落的观察,或许有集体共舞,但无关乎祭祀,更多是猎获后欢乐情绪的表达式,且不像祭祀一样有规律性。

进入新石器时期,农耕收获具有了可预见和可期待的特征,生存对于人类而言逐渐轻松、可控。祭祀的传承依然庄严、神圣,但不再让人感到神秘和恐惧,从出土的舞蹈面具即可管窥一二。新石器早期北福地遗址出土的陶面具表情不再严肃可怖,而是轻松的常态表情,甚至带着点呆萌(图1)。北福地陶面具跟真人脸大小相仿,面具四周都有四个钻孔,说明带面具舞蹈已经演化为人类的一种经常性行为。“特意开辟一块空地,头戴各种人物、动物形面具,载歌载舞,驱鬼祈福,祭祀天地。”^[4]体现出祭祀传承于人类心理上根深蒂固的地位。

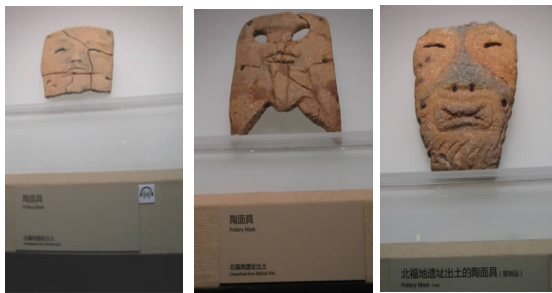


图1 易县北福地出土的陶面具

新石器中期半坡、姜寨等聚落“中间为一块广场,所有房屋都围绕广场形成一个圆圈”^[5]的典型建设结构,不禁让人深入思考中心广场的作用和重要性。姜寨聚落不仅所有房屋都围绕广场形成圆圈,而且所有门户都面向中央广场开放,可见中心广场的重要。由此,“结合民族学材料考察,中心广场当是举行盛大集会或祭祀活动的场所。”^[6]祭祀活动多为舞蹈已毋庸探讨,但农业生存模式下的盛大聚会会有什么内容?丰收庆祝肯定有,在休闲的冬季习练防卫技能也非常可能,与农耕相关的其他活动,比如隆重的迎春传统,也会逐渐加入到盛大活动中。直到现在,廊坊胜芳一带的武术会、小车会、舞狮会等,还有举办“齐会”活动的传统,“齐会”的目的就是通知大家:冬闲了,赶紧抄家伙练习,为庆祝新春准备表演节目。丰收庆祝是欢乐的,迎春集会雀跃的,防卫习练是悠闲的,农耕社会的集体活动逐渐被舞蹈化。新石器时期多地出土的舞蹈

陶盆、陶罐也是舞蹈逐渐盛行的侧证。可以说,舞蹈随着农耕庆祝内容的增多而不断发展起来。

另外,农耕作物生长的整齐性、农耕收获的规律性让人类的审美欣赏开始关注整齐、统一、律动、节奏,并体现在舞蹈动作中。青海大通县上孙家寨出土的距今5 000多年的集体舞陶盆(图2),其内饰人物的装饰统一、动作整齐,肢体动作充满韵律节奏性,无不诉说着农业社会的规律性对人类肢体活动审美欣赏的育化结果。舞蹈开启了其发展的滥觞时代。



图2 上孙家寨出土的集体舞陶盆

2.1.2 石球、射箭的传承发展及流变

起源于旧石器中期的石球抛掷技巧训练,在新石器时期传承的同时也开始进行分化。首先,石球抛掷的实效性使石球在新石器初期得到普遍应用。旧石器时期,石球主要出土在山西、陕西、河北、内蒙、甘肃等北方地区,到了新石器时期大江南北的诸多遗址中都有发现。但在新石器初期石镞、弓箭比石球普及得还快,新石器遗址基本上都有发现。就攻击准确性和操控便利性而言,弓箭明显优于石球,整个新石器时代石球和弓箭的发展此消彼长。结果是,石球逐渐削弱了攻击性工具的功能,分化出娱乐功能。在西安半坡遗址一个三四岁小孩墓穴中发现的三个石球,说明石球已演化为儿童玩具。另外,石球也逐渐变小,逐渐分化出儿童弹弓项目(图3)。

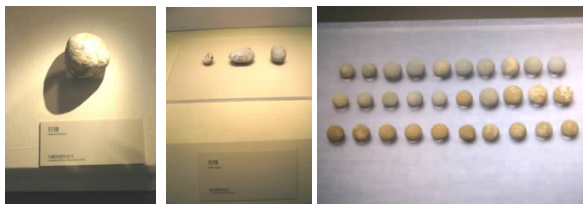


图3 马圈沟遗址石球、磁山遗址石球、
流传到春秋时期的泥弹丸

“人类的保守性,总是偏向于传统的习惯。”^[7]人类心理上的传承依赖使石球不再作为生存狩猎工具,逐渐分化创新成为娱乐器具。也许是射箭的迁移影响,小小弹丸打飞禽的有效性促使泥弹丸大量生产,但弹弓应属娱乐性活动。因为就打猎而言射击大型动物还是首选弓箭,弓的弹射远度是弹弓远不能及的。

弓箭在新石器时期得到长足发展,并非完全因为狩猎效用高。因为新石器时期农业逐渐占据经济首位,狩猎成为补充。随着农业耕作逐渐精细化,收获逐渐增多,粮食成为财富象征,很多新石器遗址都发掘出了粮食窖藏。掠夺和保卫财富的战争拉开序幕。史前三皇五帝时期,也即新石器晚期的“炎黄之战”“黄帝与蚩尤之战”等大型战争,均有抢占农耕地盘、抢占粮食的嫌疑。云南元谋大墩子遗址墓葬人骨带有石镞,山西绛县墓葬头骨、鼻骨中箭,江苏邳县大墩子墓股骨箭伤痕迹等等,均说明箭已经成为新石器时期颇具杀伤威力的工具,以致形成后续青铜时代“弧矢之利,以威天下”的共识。“弓箭是所有工具中最先进的代表性武器,由于日益频繁的战争,各个遗址箭镞大量增加。”^[8]“射”逐渐成为人类身体活动的主流内容。

2.1.3 儿童娱乐活动的传承发展及流变

因为体育娱乐活动的特殊性导致“体育活动过去之后,除了一些器械之外,不留下什么。”^[9]而器械材质除石质之外不容易保存,也阻碍了对其进一步探索。纵览新石器时期各地出土的文物,可以确证的第一儿童娱乐活动是石球,西安半坡遗址小孩瓮棺出土的石球应是孩子生前喜欢之物,球戏应是孩子们较喜欢的娱乐项目。虽然具体玩法已不得窥见,但无非就是手抛脚踢。所以石球的抛、掷、蹴当为主要活动方式。手的抛掷是人类肢体随意活动的延伸,而脚蹴石球需要满足以下条件:一是平整的场所,便于球的滚动;二是脚穿鞋子,保护脚的安全。新石器遗址陶纺轮、编织物等文物的出土,表明当时人类已经穿上了鞋子,蹴球很可能已成为一项主要的儿童娱乐活动。也许还有其他的丰富的娱乐项目和方式,但由于实证材料的欠乏,无从揭示真相。

2.2 创新发展

2.2.1 农业生存模式衍生出农耕节奏的集会娱乐体育

新石器时代初期,由于农业生产工具的简

陋,收获极其不易,所以需要大家集体合作互帮互助。“麦熟一晌”的农业谚语说明小麦成熟后必须快速收割,否则籽粒脱落掉到地上无法捡拾。虽然新石器时代小麦还没有来到黄河流域,但本地作物黍、粟等也都需要及时收获,因此集体劳作是生活所需。这种集体生存需求使同一聚落的人有着共同的参与意识、共同的心理需求、共同的休闲时间、共同的社会关系、共同的生存关注,由此产生共同的集体活动成为历史发展的必然。北福地村落的共用空地、半坡聚落的公共大房子等都说明集体活动的必然性和必要性。

根据农业生产特点可以推测出,最欢乐的时间应该是农作物收获后的庆祝聚会。生存有望的踏实感让人们欢歌跃舞尽情表达喜悦情愫,丰收集会的娱乐活动逐渐形成新的传统。人们开始在集会上大显身手,极尽所能娱己娱众。丰收的前提是“不误农时”,耕种、收获的春秋两季自然成为重中之重,这就发展成为后世春社、秋社社戏的前身。集会最初的功能不是娱乐,而是神圣祭祀,祈祷神灵保佑好的收成。如红山文化遗址中距今约5500年的大型祭坛、女神庙,表明人类运用自己的智慧首先要满足的是生存和安全的需求——祈求上苍赋予食物,祈求神灵庇佑安全。随着农业化和畜牧业的不断深入发展,与不可掌控的未知相比,人们发现遵循自然规律种植就可以收获果实和肉类,不用再祈求神灵指引与保佑,这使祭祀内容的转化成为必然。农耕社会的祈求相较而言要轻松得多,祭祀完毕也不再需要直接出发捕获猎物,这就造成祭祀活动越来越仪式化,更多的是满足集会娱乐的精神需求。

2.2.2 战争衍生出射箭等军事体育内容

旧石器时期,人类的生存方式是团体式流浪,可以说人类是追着食物移动。采摘和狩猎的收获不易储存,因此各团体之间各守地盘,相安无事,即使发生冲突争斗,也无非抢占好的地盘,把原住民赶跑,原住民再去流浪,寻找新的地盘生存。但“随着农业革命的到来,所有这一切都起了很大变化……由于此时可以争夺的东西太多了,战争变得越来越频繁,也越来越具有毁灭性。”^{[2]44}于是人类在随时准备进行战斗中发展了射箭、近身格斗等各种军事体育活动。

最初的武器就是生活工具。石刀、石斧、石镰、石镞这些人类运用娴熟的生产工具在械斗中被派上了用场。洛阳王湾遗址的残缺肢骨、邯郸

涧沟遗址的遗骨、郊县三里河遗址的遗骨都有砍斫痕迹,以及上文提到的有箭镞遗痕的肢骨等,均说明人类首先使用的武器就是常用的生产工具。但长期战争造成劳动力的损减为生产带来了负面影响,这时武舞登了上历史舞台。武舞一为习练排兵布阵,随时备战;二能震慑敌人不敢轻易冒犯。且农业形态下,可以利用整个冬季农闲时间储备武力。《山海经》中刑天“执干戚以舞”,讲的就是武舞训练。冷兵器时期两军对垒,个体的战斗力尤为重要,两两相搏强者生,后世的“手搏”“角抵”“相扑”都是这时期拳打脚踢的传承延续。

2.2.3 规律性农闲促进体育教化和讲武的产生发展

春耕、夏耘、秋收、冬藏的农业生产规律年复一年的循环重复,让人类有时间反思经验进行总结并教授给下一代。农业种植更倾向于经验传授,农时不能耽误,错过播种季节就不会有收获。因此新石器时代的中国古人类更靠智力而不是蛮力让自己适应环境,并逐渐形成崇尚智力的社会意识。这一点在后世的生活淋漓尽致地展现出来,如“乃修教三年,执干戚舞,有苗乃服”“干戚之舞,足以解平城之围”等等,均是首倡智力威吓而非械斗^[10]。“修教三年”更是体现了耐心持久的教化。

农业生产形态下,一种经验一旦被证明有效,便会被持续模仿并迁移到其他领域。这也是教化产生的根本原因之一。比如田猎可以有效增强军队的实战能力,那么田猎就会被正式地固定下来;比如干戚舞可以壮大军威,那么讲武就会规律性地进行。“讲武之礼,罢为角抵”,修习内容可能会随着社会发展而革新、改变,但修习活动本身是不变的。直到近代,这种传承痕迹依然明显:“冬令农事已毕,各村延请技师练习拳棒刀枪艺术。”^[11]讲武、教化是农业社会人们生存、自保的最主要的身体活动内容。

3 结语

新石器时代于中国古人类而言意义深远,因为新石器时代的农业生产型经济变革导致了国家的诞生,导致了政治、军事、文化、艺术、文字、建筑领域的分化独立发展。于体育而言,新石器时代在继承旧石器时代祭祀舞蹈、石球、射箭、儿童娱乐发展的同时,也创造性地开辟了集体舞

蹈、武舞、弹弓、搏斗、球戏等活动内容。农业生存的规律性同化了体育审美的艺术表现形式,农业生存的张弛性导致休闲娱乐内容不断丰富。就狭义体育而言,武舞、讲武、田猎都是最原始的体育教育,即通过活动达到育化身体的目的。总言之,新石器时代成为体育发展的滥觞时期。

注释:

- ① 斯塔夫里阿诺斯语:“人类学家指出了将文明与新石器时代的部落文化区别开来的文明的一些特征。这些特征包括:城市中心、由制度确立的国家的政治权利、纳贡或税收、文字、社会分为阶级或等级、巨大的建筑物、各种专门的艺术和科学,等等。”

参考文献:

- [1] 秦双兰,程冬艳,赵禹.中国旧石器时代体育发端探索——以泥河湾遗址为案[J].河北体育学院学报,2017,31(6):18
- [2] 斯塔夫里阿诺斯.全球通史——从史前史到21世纪[M].吴象婴,梁赤民,董书慧,等译.北京:北京大

学出版社,2014.

- [3] 中华民族的早期融合——华夏民族和文化是怎样形成的?[EB/OL].(2012-03-03)[2017-12-10].
<http://www.dajunzk.com/dierke.htm>.
- [4] 河北古代文物展[E].河北博物院,2016-02-24.
- [5] 姜寨遗址[EB/OL].(2015-11-17)[2017-12-26].
<https://baike.baidu.com/item/姜寨遗址/3023484?fr=aladdin>.
- [6] 新石器时代居住方式总结[EB/OL].(2012-03-01)[2017-12-20].
<https://wenku.baidu.com/view/218bb5abdd3383c4bb4cd2ea.html>.
- [7] 钱存训.书于竹帛:中国古代的文字记录[M].上海:上海世纪出版集团,2006:139.
- [8] 何德亮.中国史前战争初论[J].史前研究,2004(00):195.
- [9] 赵逵夫.体育古文[M].上海:华东师范大学出版社,2014:1.
- [10] 段丽梅.商代干戚舞研究[J].河北体育学院学报,2013,27(3):89.
- [11] 姜楹荣.广宗县志[M].台湾:成文出版社,1933:128.

The Evolution of Sports in China's Neolithic Age

——Taking Central Plains as the Main Line

QIN Shuang-lan, MA Tian-long

(Research Center of Sports Culture, Hebei University, Baoding 071002, China)

Abstract: By Methods of literature review and empirical analysis, an archaeological perspective is taken to empirically explore the evolution of Neolithic sports along the evolutionary process of ancient humans in China. It is believed that while the Neolithic Age inherited and developed the Paleolithic ritual dance, stone ball, archery, and children's entertainment activities, it also creatively opened up activities such as group dances, Wushu dances, slingshots, wrestling, and ball games; In terms of narrow defined sports, Wushu dances, Wushu teaching, field hunting were the most primitive sport education, which could achieve the objective of educating physiques through activities; the sports of the Neolithic Age continued to develop and differentiate under the traction of the agricultural survival mode; the agricultural survival mode derived out collective entertaining sports with farm rhythm, while wars led to military sports such as archery; regular agricultural leisure promoted the development of sports education and Wushu teaching.

Key words: neolithic age; sports; farming civilization; central plains; dance; stone ball; archery; Wushu teaching