

我国少数民族传统体育的价值探析

◆李肖萌

(桂林师范高等专科学校 体育教学部 541001)

摘要:少数民族传统体育文化蕴含着丰富的民族历史、民族信仰、民族情感等方面的内涵,既有明显的锻炼身体的价值,又可满足人们的文化心理需求,它仍是我国广大少数民族地区一种理想的健康娱乐手段。

关键词:少数民族;传统体育;价值

少数民族传统体育是各民族世代相传的文化遗产,一方面是各民族历史文化的有机组成部分,倾注着各民族的创造智慧与深厚情感,对维系和加强民族联系具有重要作用;另一面作为现代体育文化的重要资源,以其特有的群众性、简易性、趣味性、社区性、盛会性等特点,在丰富国民生活、推进全民健身、增强国民体质、促进民族团结、增进民族交流、培植地方产业、维护社会稳定等方面有其特殊功能,对于我国的社会主义精神文明和物质文明建设有着重要的现实意义。

一、大众健身价值

我国少数民族传统体育项目繁多,运动形式千姿百态,主要是以身体活动的方式进行的,有的对抗性较突出,有的侧重趣味性。如在广西壮族、侗族和仫佬族等少数民族中流行的抢花炮运动,其技术由各种各样的跑、跳、抢截、传递、掩护、灵敏、集体配合等技术动作组成,它要求队员在训练和比赛中跑得快、跳得高、抢截积极、突破能力强、掩护配合等,因此能促进速度、力量、耐力灵敏、柔韧等身体素质的全面发展;能提高人体各感官功能,提高广泛分配和集中注意力的能力。蒙古族、朝鲜族、彝族摔跤不仅是身体整体力量和技巧的较量,而且能锻炼心肺功能。

二、群众性强,大众参与价值

少数民族体育是各民族长期生活实践的结晶,而且,这些活动大都安排在一年四季的各个重大节日和纪念日期间举行。由于民族宗教、祖先崇拜等长期形成的历史习俗,许多少数民族传统体育活动成了他们不可须臾离开的生活、生产的一部分,有的活动甚至视为他们生命的一部分。如壮族的“投绣球”,每逢春节、三月三、中秋节传统节日举行的歌圩中,壮族青年们相邀会集村边、地头、河时,他们分成男女双方,互相引吭呼唤“鸣嘛”声,以表达亲切的问候,双方对歌抛球。因此,许多民族在这些重大传统节日期间举行的少数民族传统体育活动,参加者历来十分踊跃,无论男女老少都积极参与,特别是在民族聚居地举行的活动,几乎达到全民参与的广度。如蒙古族的“那达慕”大会、云南和四川彝族的“火把节”、白族的“三月街”、壮族的“三月三”、傣族的“泼水节”等重大节庆活动期间,吸引了数以万计的人参加。那壮观的场面、热烈的气氛,无拘无束地尽情歌舞、尽情欢乐,实在是令人惊叹。

三、优美的活动形式,极具审美价值

少数民族传统体育有大量的美:有展示民族风采的矫健、灵敏和优雅的运动美;有显示各民族性格的剽悍、坚毅和婉柔的美;还有能透视出各民族文化的神秘美、惊险美、谐趣美等等。例如黎族的传统体育项目“卡咯”,即跳竹竿,跳竹竿是由八名击竿者分成四人一排,相向蹲在枕竿的外沿,两人相对两手各握一竿,在音乐锣鼓的伴奏下,相对的两人依次做跪、蹲、站,按着节拍、鼓点,不断将手中的两根竹竿一分一合,有节奏地雀跃其间,跳竿者稍不注意,就会被夹到脚,所以要求动作矫健敏捷利落、反应灵活、优美舒展,体现了鲜明的运动美。蒙古、哈萨克、白、纳西等族的赛马,蒙古族、朝鲜族、彝族的摔跤,壮族的“投绣球”等显示了这些民族性格剽悍、坚毅、婉柔的美。还有纳西以练武为主、文体结合的“东巴跳”,以其扑朔迷离的宗教色彩,给人以神秘美。

四、文化传承的价值

少数民族传统体育是各民族经历了几千年的发生、发展后形成的融文化和体育运动为一体的优秀文化遗产,它从不同的侧面和角度在一定程度上反映了某一特定时期的某一个民族的历史、

政治、文化、宗教、经济、风俗习惯以及心理状态等方面的内容,属于各民族传统文化的一个非常重要的组成部分。如景颇族的祭祀舞蹈“目瑙”,它的舞蹈就清楚地记载了这个民族的迁徙路径及历史传说。还有傈僳族的农历三月,都有过“刀杆节”的习俗。在节日的第一夜,是“下火海”,傍晚来临,傈僳族人围着熊熊的篝火载歌载舞。当火烧得最旺时,几个傈僳族小伙子在做了简单的宗教仪式后,开始“下火海”的活动,一个一个地往火海里跳、翻、爬、滚、打然后再从火海中出来,有的甚至用火炭“烧脸”、“擦身”把火海搞得火星四起,令观众瞠目结舌,而表演者却安然无恙。紧接着是第二天的“上刀山”,即将36把锋利的钢刀绑在竖好的木杆上,爬杆者双手握住刀刃,赤脚斜踩在锋利的刀口上,逐级而登,当其登到顶端时,还做一些花样表演,令人叹为观止。这一活动不仅把傈僳族人民机智、勇敢、知难而进的优良品质表现出来,将其民族的“上刀山、下火海”的神话变成现实,而且向世人展示了傈僳族的民族精神,对族人进行相关的道德教育。

五、历史悠久,具有较高的科学考察价值

每一个文化集团和民族都有自己独特的历史,通过每个民族的文化特点来研究每个民族、通过对现代某一民族的文化形成过程的考察,以建立现代人类群体行为与遗存的关系,然后用这种“关系”来分析考察所发现的遗存,尝试恢复过去人类群体的行为。例如对壮族“龙舟文化”的研究,我们不但要研究壮族龙舟的历史传说,而且更要进一步地考察古代越人在新石器时代、有了生产工具、有锻石铸,才能制出独木舟、越人才能“水行而出,以船为车以楫为马”。由于壮族把动物、河流、山岳作为图腾崇拜,于是就有了鸟装饰的舟船祭祀、祭河等仪式。而在祭祀中人们为了祈求图腾神的欢心和赐福,便发生了争作第一到达神身边的竞争,就有了划舟竞渡。

六、前人的丰富生活经验,对后人的教育价值

在人类社会,当最早的文字、宗教、艺术、风俗未形成之前原始的教育内容就是向后代传授一些简单的生产、生活技能及自卫能力,那么,像古代的狩猎、捕鱼、攀爬、涉水或与野兽搏斗乃至简单工具的制造和使用,都包含着体育的成分。例如生活在黑龙江流域的赫哲族,捕鱼是主要的劳动生产之一。在长期的劳动生产中,赫哲族人民积累了丰富的捕鱼经验,他们对各种鱼的习性十分熟悉,可以根据鱼在水中游动的波纹鉴别鱼的种类,然后用渔叉刺去,往往百发百中。

在全面建设小康社会的历史进程中,我们要大力宣传少数民族传统体育对人、对社会发展的重要意义。特别是在我国这样一个多民族的发展中国家里,宣传少数民族传统体育的价值,使人们形成对少数民族传统体育的正确观念,使全社会都自觉地重视少数民族传统体育,积极地参加少数民族传统体育运动,增进民族团结,促进我国少数民族传统体育事业的进一步健康发展,任重而道远。

参考文献:

- [1] 韦晓康.民族传统体育教材[M].北京:民族出版社,2002.
- [2] 云南社会发展研究中心.少数民族体育文化论[M].昆明:云南民族出版社,1995.

作者简介:李肖萌(1965—),男,汉族,湖南永州市人,广西桂林师范高等专科学校,体育教学部副教授,主要从事高校体育的教学和研究。

