

宋代女子体育行为特征研究

袁旭洋 余蓉辉

(湖南科技大学 湖南 湘潭 411100)

【摘要】女子体育作为朝代当中的重要组成部分备受人们的关注。宋代作为唐代繁荣昌盛的延续,在历史中有着非常独特的文化思想,当时的女子体育也会受到相应的影响。本文将剖析原因,了解宋代女子体育的所体现的特点。

前言

我国古代妇女文化具有多重属性,作为妇女文化中的衍生物,女子体育文化也具有多重文化特点。在我国古代的众多场合当中,女子都处于从属地位。在古代非战争时期,文学往往被推崇到更高的地位,这时候的体育劳动等活动便被轻视,尤其是女子的从属地位让女子体育发展在当时那种社会背景下具有相对特殊的文化特点^[1]。在宋朝确立统治期间,经历了漫长的藩镇割据和五代十国的混乱局面,政治终于获得了一个相对稳定的发展阶段,经济上有一定的提升,文化上更是儒学为主,有所发展。女子体育的发展在宋代这个没有兵戈之争的朝代有着不可泯灭的存在。它会受到多方面的影响产生出很多特点。

一、道德规范下女子体育的封闭性特点

女子体育的封闭性与我们国家一直以来的道德思想有着不小的联系。中国古代女子长期受到“大门不出二门不迈”和“男主外女主内”等封建礼教熏陶束缚,使得古代女子体育活动的场地大多是室内、宫廷内苑或是自家小院,并以家庭为单位^[2]。在这样一个相对封闭的环境当中,宋代女子的体育活动也受到了一样的影响,被封闭在那一墙之内。北宋诗人苏轼曾用“笑渐不闻声渐消,多情却被无情恼”反映出外面的人无法知晓高墙之内女子的体育活动,在高墙大院外的人更是无法知晓是女子活动之中暗含的悲伤之情,从而展现出女子体育的活动受到了限制。而“墙里秋千墙外道,墙外行人,墙里佳人笑”;内人稀见水鞦韆,争攀珠帘帐殿前”的诗句当中更是清晰地形容“墙里”“殿前”论述了宋代女子进行体育活动时地点被约束的现状。因此,宋代女子体育在这样一种相对封闭的环境之下,缺乏相应媒介与外界相接触,无法进行交流与传播,也就自然地展现出封闭性的特点。

二、重文轻武下女子体育的娱乐性特点

宋朝女性运动重视娱乐性与当时国家重文轻武的风气有一定关系^[3]。宋代开国皇帝赵匡胤的政治倾向使得文官势力获得了较大发展,影响了当时的社会风气向文弱转变。例如宋孝宗十分喜欢马球运动,但是受到朝中文官们百般阻挠之后决定放弃。而仰仗于男子运动的女子体育活动也会遭到相应的反对,从而更加重视女子体育活动的娱乐性。随着阶层的出现及发展,人民对文化娱乐的需求迅速增长,大量的民间职业艺人出现在众人视野中,在城市中还有了专门的演出娱乐场所瓦舍、勾栏等^[4]。这些现象的出现都体现着古代女子体育活动最初的形态,都暗含着女子为了取悦他人而进行的体育活动。随着商品经济的昌盛,宋代城市中出现了被称为“勾栏”的演出场所,这是一种综合性的大众娱乐场所,这里经常会有各种类型的演出,其中不乏体育表演^[5]。而这样的地方就是为了给人们在空闲之余休闲娱乐的场所。不仅如此,宋代的女子们会根据统治者的喜好选择体育运动项目,以博赏识,取悦帝王,谋得发展。除此之外,宋朝女子体育活动的主体皆是上层贵族的女子,她们拥有丰富的时间可以进行体育活动。因此,她们在追求娱乐活动的时候有着优越的条件和充足的动力。北宋张择端的《清明上河图卷》上就形容了女子荡秋千以及在校场骑射练武时的愉悦场景。由此可见,宋代女子体育的娱乐性体现在“悦人”、“悦己”两个方面。

三、畸形审美下女子体育的轻柔性特点

女子本身尚且属于柔弱的那一类,她们在日常生活中基本

上不会从事高强度的体力劳动,那就更不用说这种相对激烈的体育娱乐活动。在宋代,更是盛行裹足之风,女子的脚越小也就越金贵,小脚就成了男子们选择良配的标准和婚礼的筹码。在这样畸形审美观影响之下,更多的小脚女子无法进行竞技类的体育活动,只能进行一些休闲的活动。而这类运动更多展现的是娴雅与柔和,例如:围棋或者荡秋千等。苏东坡有一首“美人双陆”诗,就很好地勾画出了宋代女子对棋与生活情趣为一体的动人画卷^[6]。甚至在南宋孝宗时期,还诞生出古代第一位女国手一沈姑姑。而李清照《点绛唇》描写的就是女子荡秋千时身軀娇小、额头挂着汗珠时天真活泼、憨态可掬的娇媚形象。不仅如此,宋代女子们还有一种蹴鞠活动“白打”,这类运动是没有球门的,更侧重于蹴鞠的花样与技巧,“脚头十万踢,解数百千般”就是形容宋代女性的在蹴鞠活动过程中的形式多样且柔美。因此,女子体育更多的是展现的是温和、闲适、从容的状态,从而体现了轻柔性特点。

四、风俗文化下女子体育的节令性特点

节令风俗是我国古代历史中一项重要的传统文化,众多的风俗习惯不仅与人民的生活息息相关,更是与体育分割不开。受这些节令风俗影响,人们的生活更加充实灿烂,尤其是宋朝,作为封建社会节令风俗文化发展顶峰的时期,人们的运动更加多元化、丰富化,蓬勃发展,在我国女子运动发展史上别具一格^[7]。宋代作为节令风俗文化的顶峰时期,节令风俗与运动息息相关,比如重阳节的登高活动、端午节的划龙舟活动等,这样类似的风俗到现在还有所传承和保留。宫廷女子在寒食清明时会选择白打等项目来取悦帝王。王建在《宫词》中就描绘了在寒食节时宫女进行“白打”的情景。而平民女子则会选择踏青等其他的活动。张元千的《春光好》则是描绘了众多女子踏青娱乐、恣意的场景,更是折射出节令时期参与体育活动的女子人数之多以及节令对人们参与体育活动的影响之大。由此可见,古代女子体育展现了节令性的特点。

五、社会分层下女子体育的阶级性特点

社会分层是以一定的标准区分出来的社会集团及其成员在社会体系中的地位层次结构、社会等级秩序。这一概念来源于韦伯的多元分层理论,他认为阶层是一个多维的概念,由财富、权力和声望三个变量组成,经济决定生活方式,包括体育在内的炫耀性消费是有闲阶层的生活方式^[8]。宋代社会也有阶层之分。名门望族的女子们拥有充足的物质基础和富裕的空余时间,体育也就自然成为她们消磨时间、愉悦身心的工具。宋徽宗赵佶曾写过一首诗:“韶光婉媚属清明,敞宴斯辰到穆清。近密被宣争蹴鞠,两朋庭际再输赢。”就表达了女子们在风和日丽下颇为激烈的蹴鞠竞争。据马端临的《文献通考》记载:当时女子蹴鞠队中:“女弟子队 153 人,衣四色,绣罗衫衫,系锦带,踢绣球,球不离足,足不离球,华庭观赏,万人瞻仰^[9]。而这类女子体育的场景,也就只能在贵族皇庭的阶层才能出现。市民阶层不可能像皇族宫廷阶层那样拥有奢华糜烂的生活,像士大夫文人阶层那样附庸风雅的闲适时光,绝大多数人都是通过辛勤的劳动来谋求生计。平凡的女子也不例外,繁重的体力劳动成为限制她们参加体育活动的重要因素,从而一定程度上限制了平凡女子参与体育活动的积极性。因此,女子体育展现出阶级性的特点。

下转第 157 页

有利于学生文化自信、自觉成型与提升^[5]。以盂兰节为例,“盂兰节”的名词经常出现在日语当中,导致很多初学者错将盂兰节视作日本独有节日,但教师可以将其代入到我国文化环境中,引导学生进行对比与分析,即“根据盂兰节的时间,其与我国中元节时间相近,再通过内容我们会发现盂兰节也就是我国的中元节,因此可以认定日本盂兰节是由我国中元节演变过去的”,通过比较与分析,学生会意识到学习本国文化利于自身对日语、日本文化的理解,同时也清楚的将本国文化、日本文化做了先后区分(历史角度上我国文化是日本文化的起源之一,某种意义上是日本文化的“祖先”),故学生的文化自信、自觉会有所提升。

2.2 注意事项

以上策略实现了日语教学的课程思政改革,能够对学生进行文化自觉与自信培养,但为了保障培养作用稳定性,建议教师在教学中将学生放在主导地位,遵从“以人为本”的原则来进行教学,这是教师需要注意的思想。不同学生在学习上有不同的需求,如一些学生可能更想要了解日语中的特有名词,但也有学生更注重日语的日常交际,对此教师需要充分与学生进行沟通,了解他们的内在需要,而后在课堂上提供对应的资源,让学生自主思考、了解,这样才能保障学生思维活跃性,利于思政作用渗透。

3 结语

综上,日语作为日本文化的代表,与我国汉语及历史文化

有着紧密的联系,因此课程思政背景下教师可以将汉语、中国历史文化代入日语教学,促使学生在学习日语相关知识时接受思政教育,以破除学生内心迷障,促进学生文化自觉、自信成长。这一基础上日语专业学生在未来才能发挥自身专长,投身于祖国建设中,向外传播中国文化。

参考文献:

- [1] 罗雯.高校日语专业课程思政元素导入——以茶文化在日语教学中的融合为例[J].福建茶叶,2019(07):175.
- [2] 徐淑丹.思政因素在日语专业课程中的融入——以日语阅读课为例[J].课程教育研究,2019(13):117-118.
- [3] 张松仪,卢琳.高校日语专业课《日本概况》课堂教学中融入课程思政的方法初探[J].决策探索,2020,(20):57-58.
- [4] 杨婧.“四史”教育融入高校日语专业课程思政教学改革途径探究——以“日本概况”课程为例[J].教书育人(高教论坛),2021(9):98-99.
- [5] 袁梦.茶文化视域下“课程思政”理念在高校日语教学中的实现路径[J].福建茶叶,2021,43(4):255-256.

作者信息:

阿拉坦其其格,女,蒙古族,1984-09,内蒙古自治区呼和浩特市人,内蒙古大学创业学院,讲师职称,国家教育学院院长,研究生学历,硕士学位,研究方向:日语语言文学、日本文化社会。

上接第155页

六、伦理文学下女子体育的礼化性特点

女子体育在整个赵宋王朝时期的发展并非顺从人意,它的发展与宋朝程朱理学的盛行有着十分密切的联系,强调“礼者,天理之节文,人事之仪也”,将封建宗法制作为“天理”对待,极力维护封建礼教和“男尊女卑”、“女归男”、“妻归夫”的秩序,女性的地位较为卑微,严重地束缚了妇女参加各种民间体育活动的自由,阻碍了女子体育的发展^[10]。例如宋代司马光所作的《温公家范》。在这样的伦理文学下,女子也只能顺从,在家相夫教子,安稳度日,也就只有少数贵族女子才能有获得参与体育活动的权利。虽然道德伦理不足以限制贵族女子们参与体育活动,但是基本的礼仪道德还是有所规范的。尤其是在贵族世家,更是要严格遵守礼仪制度。因为特殊的家族地位决定了礼仪的重视程度。《宋史·礼志》中记载遇到国宴和重大册封亲王仪式时,一般都有蹴鞠表演;还提到朝廷教坊司派人对进宫表演的民间蹴鞠艺人“前期教习之”。通过这样的礼仪活动,提高了蹴鞠从业者的精神境界,达到了以德引争的目的^[11]。男子蹴鞠如此,可见女子蹴鞠即“白打”更亦如此。因此,古代女子体育不仅有伦理言论的限制,更是有文化的影响。因此,古代女子体育充斥着礼化性的特点。

小结

宋代女子体育有以下几个特点:道德规范下女子体育的封闭性特点;重文轻武下女子体育的娱乐性特点;畸形审美下女子体育的轻柔性特点;风俗文化下女子体育的节令性特点;社会分层下女子体育的阶级性特点和伦理文学下女子体育的礼化性特点。这些特点的形成与宋代社会、宋代文化、宋代思想、宋代阶级分层有着密切的联系。而这些原因从而影响着女子体育的发展方向,为我们现代女子体育的发展给予指导与借鉴。

参考文献:

- [1] 路云亭.竞技·中国———竞技文化与中国的国民性[M].北京:中华工商联合出版社,1997.
- [2] 西同华.中国古代妇女地位低下原因剖析[J].鲁行经院学报,2001(2):87-89.
- [3] 徐旭.节令风俗背景下宋代女子运动探究[J].兰台世界,2014(25):138-139.
- [4] 甄浩.我国古代娱乐体育的兴衰研究[J].兰台世界,2012(8).
- [5] 孙玮志.宋词中的体育管窥[J].体育文化导刊,2015(08):179-183+187.
- [6] 刘曦红.中国古代女子体育运动[J].兰台世界,2012(16):19-20.
- [7] 王俊奇.试论我国岁时体育的文化特征[J].北京体育大学学报,2001(3).
- [8] 陈治.社会分层理论视域下的宋代体育休闲活动研究[J].山东体育学院学报,2012,28(05):48-51.
- [9] 赵忠海,胡大伟,樊春光.中国古代艺术中的女子体育文化解读[J].体育与科学,2009,30(02):53-55+29.
- [10] 高志强.赵宋王朝“崇文抑武”政策背景下的体育发展探究[J].兰台世界,2016(14):150-151.
- [11] 刘玉芝.《水浒传》中的蹴鞠文化[J].濮阳职业技术学院学报,2020,33(05):95-98.

作者简介:

袁旭洋(1996-),女,汉,河南三门峡,硕士,研究方向:体育教育训练学。

余蓉辉,(1969-),女,汉,浙江宁波市,教授,硕士,研究方向:体育心理健康。