

古人冬季如何嬉戏冰雪

滑雪可追溯到大禹时期

据考证，我国古代的冬季运动，先出现滑雪，后演变为滑冰。

隋唐时期，我国北方的少数民族，已经掌握了冰雪运动技能。

其传播与发展，大致经历了由北向南、由边疆向内地、由生产方式到生活方式、由民间向皇室、再向民间的发展过程。

早在1000多年前，我们的祖先就已经开始使用雪上工具了。是不

是很潮呢？

据考证，在1400多年前，大兴安岭白雪皑皑，居住在这里的少数民族以渔猎为生，他们使用“木”这种工具，滑行在冰天雪地之间，往来于茫茫林海。后来，这些渔猎民族称滑雪工具为“木马”。木马分为两种，一种是可以在雪地上滑行的，叫“踏板”，后来演变成滑雪板；另一种是可以在冰上滑行的，又叫“乌拉划

子”，后来演变为滑冰鞋。

《史记·夏本纪》记载，大禹治水的时候，“陆行乘车，水行乘船，泥行乘橇，山行乘撵”。橇，一说为上山穿的钉鞋，一说为上山乘坐的滑竿一类的工具。橇，根据《史记正义》解释，“橇形状如船而短小，两头略微翘起，人曲一脚，在泥上行进。”后人进行了创新，将其改造成冰雪上行走的工具，即现在的雪橇。

滑冰运动出现于宋代

滑冰运动出现于宋代，被称为“冰嬉”。《宋史·礼志》称：“幸后苑观花作冰嬉。”

到明朝时，冰嬉被列为宫廷体育活动。明万历年间，刘若愚在《明宫史》中记载说：“阳德门外，冬至冰冻，可拉拖床，以木作平板，上加床

或藁荐（草垫子），一人在前引绳，可拉二三人，行冰上如飞。”

“明世宗嘉靖三年（公元1524年）正月十六，皇太子自宫中往见，即绝河冰坐拖床而过。”

明宫词中也有关于冰嬉的描述：“琉璃新结御河水，一片光明镜面

菱。西苑雪晴来往便，胡床稳坐快云腾。”在这里，“胡床”的表述，显然是指这种游戏来源于北方少数民族。

明朝人刘侗在《帝京景物略》中写道“雪后，集十余床，垆分尊合，月在雪，雪在冰”，就描写了人们在雪夜冰湖上游玩、畅饮之情景。

历史上第一次冰上运动会

据金梁所辑《满洲老档秘录》记载，1625年正月初二，东北建州女真首领努尔哈赤举办了中国有文献记载的第一次冰上运动会。

据记载，这场名为“跑冰鞋”的比赛，由努尔哈赤亲自主持。

这天清早，努尔哈赤率众来到浑河冰场，观赏冰上竞技。冰上比赛项目有冰上射箭、冰上武术等，其中有一种“双飞舞”，两人在冰上舞蹈，舞姿优美轻盈，极为好看，形似今天的花样滑冰。

冰上武术更花样繁多，有叠罗汉、耍刀等。参加冰上比赛的不仅有士兵和侍卫，也有贝勒夫人和兵丁的妻小。努尔哈赤非常高兴，以金银重赏参赛者，还在冰上设宴款待众人，直到黄昏才尽兴回宫。

清朝的军事体育项目“大阅冰鞋”

清代时，每年的农历十月，王室都要在北京北海冰面上检阅八旗冰鞋营的滑冰技术，叫做“大阅冰鞋”。

《日下旧闻考》中记载：“太液池冬月表演冰嬉，习劳行赏，以阅武事，而修国俗。”

清代历任皇帝对此都非常重

视，每年要举行大典，亲临检阅“大阅冰鞋”，地点因湖面冰冻程度不同而定，但是全都在西苑三海之内，如北海漪澜堂、五龙亭，中南海的瀛台，都曾是皇帝“大阅冰鞋”的场所。

后来，这种军事活动逐步演变为一年一度的太液池冰嬉。清乾

隆年间，宫廷画家张为邦、姚文翰所绘的《冰嬉图》，是一幅极为珍贵的文物，描绘了花样滑冰和冰上杂技的情景。花样滑冰的动作有大蝎子、金鸡独立、哪吒闹海、双飞燕等，杂技滑冰有射箭、爬竿、翻杠子、飞叉、耍刀、使棒、弄幡等。

冰雪运动成为民间喜爱的娱乐活动

我国古代早期的滑冰技艺大多是一些冰上杂耍，到了清代，滑冰运动内容更为丰富。据史料记载，清代的冰上运动大致有速度滑冰、花样滑冰、冰上蹴鞠、冰上抛冰球、冰上射天球、打雪仗及冰上摔跤等。

东北地区的民间冰雪运动一直都比较流行，冬天在松花江上，经常会看到孩子们左脚踏着一块小木板，向前飞奔，势如飞燕。一些少数民族的冰雪运动已经成为民族习俗。直到今天，每年二三月间，鄂温克人还要举行滑雪比赛。

民国以后，受欧洲溜冰技术的影响，加上人工冰场在北方各大都市相继建成，溜冰运动不断升温，渐渐成了重要的冬季运动项目。之后，我国冬季运动在漫长古代历史进程后，开始了规则化与赛事化的近现代之路。

冰雪与生活交织相融

爬犁，又称扒犁、扒杆、雪橇、冰床、拖床、柂床，蒙语称“其日嘎”，满语称为法喇。爬犁主要是针对东北地区冬季漫长、道路雪多冰厚的自然环境而创造出来的便捷工具。一般用牛拉马拖。从前的女真、锡伯、鄂伦春、赫哲等民族，还常常使用狗、鹿、驯鹿等动物作为畜力。

如今，狗拉爬犁（雪橇），已经成为冰雪运动的专业项目。

冬季，鄂伦春族、鄂温克族及巴尔虎蒙古族猎人在森林狩猎时，制作察纳（滑雪板）代步，用皮带将察纳系于脚下，在雪上滑行，其速如飞。滑雪板大致可分为两种，一种是踏雪板，一种是滑雪板。踏雪板较宽，是为了

防止人在雪地行走时陷入深雪之中；滑雪板相对较窄，用于雪地高速行进。

鄂温克族则使用滑雪板作为狩猎工具。《黑龙江志稿》卷六载：“值雪深数尺，以木板长五尺贴缚两足，手持长竿如泊舟之状，划雪前进，则板乘雪力，瞬息可出十余里，转运自如，虽飞鸟有所不及也。”据《内蒙古日报》



《冰嬉图》清代