



元代 钱选《宋太祖蹴鞠图》(局部)

蹴鞠屡过飞鸟上，秋千竟出垂杨里。少年分日作遨游，不用清明兼上巳。

这是唐代诗人王维《寒食城东即事》中的句子，意思是少年们整天遨游，又是踢球，又是玩秋千，不用等清明节和上巳节(在唐代，秋千、踢球是两节的节俗)。

杜甫也曾写过“十年蹴鞠将雏远，万里秋千习俗同”，陪小孩踢球和玩秋千，是唐朝父亲的标配，各地皆然，可见当时足球的普及程度。然而，元明清三朝，中国足球普及率不断下降。蹴鞠从“闲中第一，占断最风流”“世间子弟千般艺，只此风流最夺魁”，渐成小众运动。

据统计，我国目前足球人口不足10万人，还不到泰国的1/5，而德国足球人口多达630万人，西班牙亦达350万人，平均十多人就有一人属于足球人口。

中国是世界上最早发明足球的国家，曾经处处有人踢球，如今却都聚在电视机前看欧洲杯。



# 曹操也是足球爱好者

## 齐国为何成足球起源地

足球源于何地，猜测颇多，来自中国的记录最早、最完整。

早期蹴鞠文献中，齐国被提及最多。

齐国本属东夷，信仰萨满，黄帝与炎帝在阪泉大战后，东夷或南迁为蛮，即后来的楚国，或北迁为胡。犬戎灭西周后，周王室东迁，北方出现权力真空，晋国崛起，成为联合北方诸侯对抗楚国的霸主。齐国介于晋、楚之间，又与楚同源，成了双方争取的对象，两面受益，且成南北贸易中心。

在管仲辅佐下，齐桓公时“一匡

天下，九合诸侯”，率先推行寓兵于农。当时以车战为主，对士兵跳跃、奔跑能力要求很高。《六韬》称：“选车士之法，取年四十已下，长七尺五寸已上，走能逐奔马，及驰而乘之，前后左右，上下周旋，缚束旌旗，力能彀八石弩。”蹴鞠恰好可以训练这些技能。

齐人本好勇，齐庄公即“尚勇力”，齐湣王选士，“见辱而不斗”则弃。齐国多名将，《司马法》《孙子兵法》《孙膑兵法》等名著皆出自齐人之手。据《晏子春秋》记：“齐人甚好轂击，相犯以为

乐，禁之不止。”“轂击”即路上相遇时，用车轴突出部撞击对方的车轴部，以此为乐。

尚功利、喜竞争，且商业繁荣、文化发达，故齐国蹴鞠普及度领先当时。随着战车被步兵替代，对士兵身体素质的要求更高，不仅齐国，各国都开始重视蹴鞠。比如前文提到的刘邦父亲，本属楚国，他也喜欢蹴鞠。

因齐国开蹴鞠之风，2005年5月，国际足联在百年庆典上，时任主席布拉特专门给山东省临淄市颁发了足球起源地证书。

## 曹操也是足球爱好者

汉代是中国足球发展的高峰期。汉高祖刘邦登基不久，便在宫内建“鞠域”，相当于今天的露天球场，蹴鞠成军事检阅项目之一。后来的汉武帝、汉元帝、汉成帝、汉明帝、汉献帝，都是球迷。汉武帝在宫中常办“鸡鞠之会”，专比斗鸡、蹴鞠。

汉朝足球还是“以皮为之，中实以毛，蹴蹋为戏也”，即外面是皮，里面填上毛发，分比赛、表演两种。

比赛是每队12人，每方有6个门，需6人把守。当时的球门是土坑，双

方加起来12个坑，象征一年12月。东汉李尤在《鞠城铭》中写道：“法月衡对，二六相当。建长立平，其列有常。不以亲疏，不以阿私。端心平意，莫怨其非。鞠政犹然，况乎执机。”所谓“长”“平”，相当于今天的裁判。

汉代有专业的足球教科书，即《蹴鞠二十五篇》，可惜已佚，唐人曾提到其中的《域说篇》，称记载了球门制作法。

名将霍去病喜蹴鞠，据《史记》载：“其在塞外，卒乏粮，或不能自振，而骠骑（指霍去病）尚穿域蹋鞠。”司

马迁本想指责霍去病不恤战士疾苦，但霍去病可能是在练兵，属常规操作。1979年，考古人员在马圈湾烽燧遗址（甘肃省敦煌市北境）发现了一枚汉代足球，它外表是细麻绳和白绢，内填毛发、丝绵，弹力极佳，可能是汉军训练装备。

汉代足球普及度高，据《盐铁论》记：“里有俗，党有场，康庄驰逐，穷巷蹋鞠。”

三国时，天下板荡，“年兴金革，士以弓马为务，家以蹴鞠为学”。曹操便是足球爱好者。

## 唐朝足球和今天差不多

唐代是中国足球最高峰，但唐代更重马球。

马球的军事训练价值更高，唐太宗、唐玄宗、唐敬宗、唐宣宗等都是其中高手。唐代马球比赛有音乐伴奏，且规范严格，如皇帝参战，谁也不能进第一个球，甚至不能秀“背身球”等高级技术，诗人王建写道：“对御难争第一筹，殿前不打背身球。”

马球易受伤，且成本太高。民间或代以“驴鞠”或“步鞠”，前者以驴代马，后者即足球，女子多参与。

唐代足球已“今用皮，以胞为里，

嘘气闭而蹴之”，“胞”即动物的膀胱，相当于今天足球的内胆，外层则用八块皮缝成。

晚唐诗人归仁绍和皮日休开玩笑，写诗称：八块尖皮砌作球，水中浸了火中揉。一团闲气如常在，惹踢招拳日不休。

从“水中浸了火中揉”看，和现代足球的制作工艺相近，唐代足球踢法主要有五种：

双球门：近于现代足球，但球门是两根竹竿，离地两三丈挂网，以踢入对方网中多者为胜，所谓“略地以丸走，乍凌空以月圆”。

## 宋代民间球星多

宋代经济发达，足球已用十二片皮缝制，“正重十四两”，相当于470克（宋代不同商品的重量不一样），而现代足球在410克至450克之间。

宋代每队上场16人，分校正、社司、知宾、球头、骁色、守网、左军、右军、出尖、斜飞等，采取单球门踢法，只有球头可射门，以球穿过高网上圆孔多者胜。胜则只奖球头一人，输则脸上抹白粉，并挨鞭抽。

此外是表演性的一般场户或白打场户。二人场叫打二；三人场叫

转花枝，又称小官场；四人场叫流星赶月，又称四不顾；五人场叫小出尖，又称皮破；六人场叫大出尖；七人场叫落花流水；八人场叫八仙过海，又称凉伞儿；九人场叫花心；十人场叫全场。

宋代有齐云社、圆社等民间足球组织，分支遍布全国，弟子到任何地方，只要“撞案”，即到当地分社交流，就可参加相应的表演和比赛。在宋代，民间涌现出陆宝、张俊、李正、苏述、孟宣等球星。

元代足球进一步衰退，连单球门

对抗都变得罕见了。明代初期，朱元璋下令“在京但有军官、军人蹴圆者，卸脚”。龙江卫指挥伏禹顶风作案，结果“卸了右脚，全家发赴云南”。

同时期英国爱德华二世也曾下令：“由于人们围着一个大球争夺而发出如此巨大的吵闹声，并且还可能发生事故……我以国王的名义命令以后禁止在城内开展这项活动，违者将被关进监狱作为处罚。”

到了清代，严禁民间习武，足球作为军事训练的一种，遭到严禁。

据《北京晚报》