

## 《丸经》——中国古代捶丸运动的专著

孙俊

“天朗气清，惠风和畅，饭饱之余，心无所碍，取择良友三三五五，于园林清胜之处，依法捶击。”这是古人在做捶丸的游戏，见于元代最早论述此项活动的专著——《丸经》，惜其作者无考。《丸经》篇幅较短，多汇刻入丛书得以流传。现存较早的《丸经》版本是嘉靖壬戌年（1562）顾起经刻《小十三经》本。顾氏在苏州阊门购得旧刻《丸经》，喜其首尾完好，所以依照旧刻，重刊了此书，希望“与烂柯（围棋）、壶格诸书并而传之，为吾侪艺游中添一雅具。”顾氏之后，明万历周履靖《夷门广牍》、明末清初毛氏汲古阁《津逮秘书》，清人张海鹏《学津讨原》也纷纷将《丸经》汇刻入丛书之中。

《丸经》共分32章，追述了捶丸发展的历史，讲解了进行捶丸的场地、器具、竞赛规则，以及各种不同的击法和战术，还特别强调了体育运动的道德，是一份不可多得的珍贵史料。据载，进行捶丸游戏的场地一般是有地形变化，凹凸不平的空旷场地，在场地上挖一些球窝，在球窝旁插上彩旗作为标记，丸由坚固的经得起反复击打的赘木（树瘤）制成。捶丸有不同类型的球棒，如“撞棒”、“扑棒”，供人在不同的条件下选用，打出不同的球。参加比赛的人数可多可少，比赛也因人数不同而有相应的名称。基本的比赛方式是，在场上划出一个一尺见方的平地，清除瓦片、砾石、杂草，这就是“球基”，第一击必须将球放在基内击出，后继的击打在球停止处接着打，不得再设球基。球必须击出，而不能用挑、拨、推、砍、兜、刮、舀、扫、碾的手法。用较少的击球次数将球击入球窝者为胜。《丸经》还总结了很多击球技巧，如“凸者有取”，即地形“如龟背，难以中行，必观左右形势而取用”；“凹者有行”，即“两高中低，可从中行，到家不难”。捶丸比赛还对不道德的行为有种种严格的规定，如不能加土或作坑阻拦别人球的行进，不能妨碍他人击球，不许给他人指示地形等等。与中国其他传统体育项目一样，捶丸游戏也非常注重对道德品质的培养，“失利不嗔，得隼不逞，若喜怒见面，利口伤人，君子不与也。”而且，即便是游戏，也要求择良友，“捶丸会朋不可不慎也”。同时讲求游戏适度，“不劳神于极，以畅四肢”。

捶丸流行于宋、元、明时期，这与城市的发展和市民娱乐文化的要求有直接关系，达官贵人，文人墨客，甚至仕女在酒后饭余都喜欢以捶丸来消食解闷。《丸经集叙》言：“至宋徽宗、金章宗皆爱捶丸，盛以饰囊，击以彩棒，碾玉缀顶，饰金缘边，深求古人之遗制而益致其精也。”明代，都邑间“好事者也多尚捶丸”。与之相印证的是：近年来，在山东岱庙城墙修复工程的遗址清理中，发现了表现宋代捶丸运动的石刻图画；山西省洪洞县广胜寺水神庙壁画中还保存有元代捶丸图；现藏故宫博物院的《明宣宗行乐图》长卷中，有一部分是捶丸图，图中所绘的场地面貌、旗、穴以及击丸的棒、侍从的位置等，都与《丸经》上所说吻合，只是图中人为设置某些障碍来代替野外山丘，这显然是变通之法。捶丸运动入清以后式微。

从《丸经》的记载来看，捶丸的场地、器具、游戏规则与现代高尔夫球运动有着惊人的相似之处。有人据此认为，现代高尔夫运动的真正源头在中国。“源头”之说我们暂且不辩，可以肯定的是，中国古代的捶丸与现代高尔夫（golf）运动享有同样的精神：绿色（Green）、氧气（Oxygen）、阳光（Light）和友谊（Friendship）。