

民族的大团结 你我的运动会 迎民族盛会 庆七十华诞



第十一届全国少数民族传统体育运动会 9月8日—16日 在郑州举行

2019年8月8日 星期四 编辑 潘松 校对 周会新

全民健身的大舞台 民族文化的大展台

——写在第十一届全国少数民族传统体育运动会倒计时一个月之际

新华社记者 张浩然

作为新中国历史最长的全国性综合运动会，66年来，全国少数民族传统体育运动会已成为展示少数民族风采的闪亮舞台，也是各族同胞相互交流的重要平台，为推动全民健身和传承少数民族体育文化做出了巨大的贡献。

一个月后，第十一届全国少数民族传统体育运动会将于9月8日至16日在河南省郑州市举行，这是该赛事首次在我国中部省份举办。届时，近万名来自中华民族大家庭的运动健儿将齐聚中原一展风采。

民族运动会助力健康中国建设

“中中欢迎你”，在河南省郑州市的公园、广场、街头、路口，第十一届全国少数民族传统体育运动会的吉祥物“中中”随处可见。

生命在于运动。民族运动会自举办以来，就为推动全民健身发展做出了重要贡献，一些深受少数民族群众喜爱的传统体育项目，已成为全民健身项目而进入城市社区、田间地头。

上届民族运动会专门在竞赛项目中增加了民族健身操。本届民族运动会该项目分为规定套路和自选套路。河南代表队民

族健身操主教练孙凯说：“这是个很受欢迎的项目，这次来参加的代表队基本上都报了该项目，大家也都是带着不同民族的风格来参赛的。”

队员李昱昊说：“这套健身操可以加强身体素质，我们会争取把一个比较完美的成套动作展现在赛场上，也希望通过这次运动会，让民族健身操成为更受欢迎的全民健身项目。”

民族运动会促进民族文化传播

新中国成立后，被誉为民族文化“活化石”的传统体育得到重视和保护，全国陆续挖掘整理的上千个传统体育项目中，有700多个来自少数民族。少数民族传统体育运动会已成为民族文化传播的重要舞台。

从1953年第一届民族运动会至今，参赛人数从十几个民族的395人到近万人，竞赛和表演项目从5个和3个发展到17个和100多个。民族运动会越办越火热，各民族间的交流也越来越深入。

民族运动会让很多濒临消失的民族文化遗产得以传承发扬。比如，高脚竞速发源于土家族、苗族群众在积水的雨季行走

或设法过浅河的工具高脚马。随着社会经济快速发展，一些传统生产生活方式发生了改变，而民族运动会的持续举办，让很多有着较高竞技性、观赏性、趣味性的项目得以保留，并发扬光大。

民族运动会也成为各民族体育文化展示的舞台。比如，摔跤在66年前的第一届民族运动会上就是竞赛项目之一，而在本届民族运动会上，仅民族式摔跤一项，就包括搏克(蒙古族式摔跤)、且里西(维吾尔族式摔跤)、格(彝族式摔跤)、北嘎(藏族式摔跤)、绊跤(回族式摔跤)以及希日木(朝鲜族式摔跤)六个跤种，其中蕴含的悠久的少数民族体育文化借此得以展现。

来自中原大地的盛情邀请

以“平等、团结、拼搏、奋进”为宗旨的本届运动会会徽轮廓与汉字“中”的轮廓相似，会徽主体图形由形似数字“11”的龙、凤及两侧代表黄河与长江的色带组成，突出了“中华民族一家亲、同心共筑中国梦”的主题。

5月8日，在河南登封观星台，民族运动会火种采集暨互联网火炬传递仪式如期举行。

历届全国民族运动会回顾

金秋九月，民族传统体育的盛会将在中原大地拉开帷幕。从1953年到2019年，秉承着“平等、团结、拼搏、奋进”的宗旨，这个世界上独一无二的运动会，在展现民族体育、文化乃至经济社会事业发展成就的同时，也折射着民族政策的价值光辉，更推动着铸牢中华民族共同体意识，加强各民族交往交流交融，促进民族团结进步和全民健身事业发展深入人心。

第一届：天津，1953年11月8日至12日 首届民族盛会花开津门



入场式上，蒙古族运动员以马队形式亮相

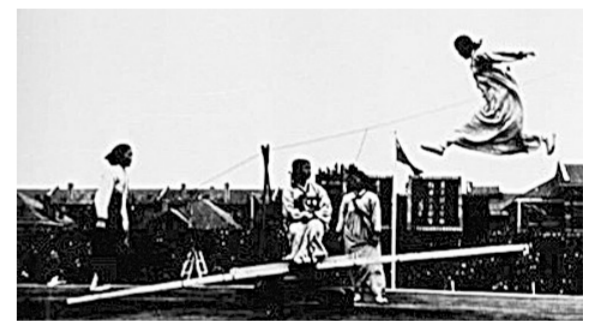
新中国刚刚诞生，党中央就对各民族民间传统体育活动十分重视。1953年11月8日至12日，在天津市举行了全国民族形式体育表演及竞赛大会。30年后，即1984年，国家体委、国家民委将这次体育运动会定为第一届全国少数民族传统体育运动会。从此，这项以少数民族传统体育为主的赛事活动便每4年一次地开展起来。

参加民族形式体育及竞赛大会的，共有满族、蒙古族、回族、藏族、苗族、维吾尔族、哈萨克族、塔塔尔族、傣族、朝鲜族、纳西族等民族的397名运动员。他们分别来自中国人民解放军、中国火车头体育协会、内蒙古自治区、东北区、西北区、华东区、中南区、西南区(包括西藏)、华北区共9个单位的代表队。大会在天津园明园体育场隆重举行，时任中央人民政府政务院副总理兼文化教育委员会主任郭沫若、卫生部部长李德全等出席了开幕式并讲话。

体育项目分竞赛、表演和特邀表演三部分。竞赛项目有举重(杠铃举重和石锁举重)、拳击、摔跤、短兵和步射；表演项目有武术、民间体育、骑术三大类；特邀表演有马球、蒙古式摔跤、狮舞、杂技等。其中维吾尔族的跳绳(即达瓦孜)、蒙古族的摔跤、朝鲜族的跳板、回族的武术以及内蒙古骑兵的马术等少数民族项目给人留下了深刻的印象。竞赛项目中有10名举重运动员创造了国家新纪录。来自全国各地及天津市的观众有12万人次。运动会闭幕后，又挑选了90名优秀运动员进京连续表演了31场，受到观众的热烈欢迎。

该届运动会是在中国共产党和人民政府的关怀重视下召开的，它不仅是新中国成立以来的第一次民族形式的体育盛会，更是一次体现民族团结的盛会。少数民族第一次将自己的民间传统体育项目，拿到全国体育运动会上展示，在中国体育史上具有划时代的意义，对贯彻党的民族政策，推动民族体育事业的发展，增强民族团结产生了重要影响。从此，少数民族传统体育进入了一个繁荣发展的新时期。

本报记者 王微晶 王文捷



朝鲜族运动员表演跳板

民族武术队：呈功夫之乡风采

本报记者 王文捷 文/图

河南代表团备战巡礼

河南代表团备战巡礼



双手如同白云般舞动，在柔和的动作中又藏着几分刚劲，静以待动，动以处静。一套精确、到位、整齐的陈氏太极拳动作下来，张振兴神气贯通，仿佛将混沌的天地分开。

张振兴是参加本届全国民族运动会民族武术比赛河南代表队的一员，去年年底，为了备战民族运动会，河南民族武术代表队拟出一份9名运动员组成的集训大名单，包括省专业队的队员和通过河南省民族运动会选拔出来的队员，经过一段时间训练的观察以及项目的布局，在5月份报名时最终确定了6人的参赛阵容。目前，队伍正在河南省体工队综合训练馆进行紧张备战。

7岁开始至今，张振兴习武已有24年。当被问及“这24年习武苦吗？”时，他说：“苦是肯定苦，酸甜苦辣！时间长了，各种经历自然就多了。”经过伤病到痊愈，去年张振兴通过不懈努力终于荣膺世锦赛冠军，他表示：“这一路下来，感觉自己的人生还是比较圆满。”

世锦赛之后，张振兴原计划休息一段时间，不过在得知自己有机会参加全国民族运动会后，他决定：“充实一下自己。”谈到下阶段的训练安排，张振兴说：“我参加的陈氏

太极拳比赛，是我们队的第一项，感到压力很大，不过有压力就有动力。还有一个半月时间，会进入封闭性训练，从技术方面、套路编排、演出服装、整套训练等方面一直会投入下去，争取有个圆满的结果。”作为少数民族选手的张振兴，曾参加过上届鄂尔多斯全国民族运动会，由于发挥欠佳未能获得奖项，“这次在家门口比赛，我省又是陈氏太极拳的发源地，力争展现出最好的自己。”张振兴坚定地說道。

中国武术在国际上被称作“功夫”，被视为中华文化之精粹，河南是功夫之乡，其中少林功夫名扬海内外。河南民族武术代表队中，参加民族运动会少林拳比赛的曹帅，是河南大学的一名体育教师。习武14年的曹帅，8岁进入登封鹅坡武校，一练就是10年，18岁到北京体育大学就读。“到河大做体育老师后，已经8年没有系统训练了，身体胖了不少，来到河南队训练刚开始比较吃力，猛上这么大的量，身体有些承受不了。”曹帅介绍道。

经过一段时间的系系统训练，曹帅感觉身体状况越来越好。距民族运动会愈来愈近，曹帅表示力争把体能和身体素质提升到自己的最佳

状态，他说：“在比赛中争取把套路的完整性打得更流畅，为河南争光。通过在民族运动会上的展示，把少林武术之乡的文化底蕴呈现出来，把少林拳发扬光大。”

除了陈氏太极拳、少林拳外，根据规程的报名要求，河南队还有4名运动员将参加流星锤、地趟拳等5个项目的单项比赛。“目前队员整套动作的表现和体能状况基本已经成型，下一阶段将重点提高整套动作的演练水平，解决动作的细节。”河南省武术运动管理中心武术队教练王立新表示，“通过各个细节的精细雕琢，使得每位参赛选手的整套动作特点更加突出，更加稳定。在全国民族运动会赛场上展现出自己的精神风貌，争取给河南人民交上一份满意的答卷。”

1991年，在第四届全国少数民族传统体育运动会上，民族武术首次被列为竞赛项目。在历届民族运动会上，民族武术项目是参赛运动员最多、争夺最激烈的竞赛项目之一。

武术，是中国的一条“长龙”，各民族参赛运动员，将在全国民族运动会的赛场上，让这条“长龙”载着中国人民的武术梦想，飞得更高，飞得更远。

黄帝著经与仰韶时代

士说仰韶

向世界传播仰韶

本期嘉宾：



孙大智

原名孙智，军旅出身，转业到河南省新闻出版局，高级编辑。现任河南省易学文化研究会会长。

孙大智是我进入酒水行业的领路人。2006年，他刚刚从新闻岗位退休，就接到河南省酒业协会的邀请，办一本《酒刊》，作为他的部属，我曾经为这本杂志工作，也是从这里，开始渐行渐近地感受这个行业的深度魅力。

杂志发展到今天，就是河南省酒业协会的会刊《河南酒业》。

因此，对于包括河南酒企在内的全国酒业运行发展，孙大智毫不陌生。尽管后来“志在千里”，从事了他更钟爱的《周易》研究，但是并不影响他对酒业的关注、观察、理解、判断。

2018年，仰韶酒业天时裂变日、月、星系列问世，我向他汇报产品特点，他很高兴地说，天有三宝日月星，地有三宝水火风……仰韶酒业的这种蝶变在传统中都能找到根脉，并且期待就黄帝时代传下的《黄帝宅经》《黄帝内经》《黄帝藏经》和仰韶的朋友探讨交流。

孙大智援引李伯谦教授的观点说，多种文献表达不同，对黄帝生活的时代

有不同方案的推定，多的距今5000多年，少的距今4000多年。这样推断，黄帝时代大体不出距今5500-4500年的范围，这个年代对应于中原地区仰韶文化庙底沟类型及庙底沟二期文化。仰韶文化是中国新石器时代中晚期文化，仰韶文化庙底沟类型是仰韶文化较繁荣、急剧向外扩展的时期，其分布与影响基本就是《史记·五帝本纪》记述的黄帝到达的范围。

这个时期，农业、手工业、畜牧业都有进一步的发展，从遗址中可以发现菽、稻或高粱痕迹，能见陶刀、陶纺轮、骨锥等工具，动物骨骼中出现猪、犬、黄牛、山羊。

而从居住环境而言，聚落发生了很大的分化，在功能性上，从一般性居住开始发展为专业性经济中心、政务活动场所、宗教中心，在规模上，出现中心聚落和半从属的聚落。

物质文明的进展，产生了等级差别，进一步产生了阶级。也为黄帝著述经典

提供了天然的思想源泉，黄帝三经就成为了这一时间的智慧大成。其中，《黄帝宅经》就是中国古代关于居住环境规划和设计的一门学问，它以形势为身体，以泉水为血脉，以草木为毛发，以舍屋为衣服，以门户为冠带，若得如斯，是事严难，乃为上吉。

今天，从甘肃秦安大地湾、陕西华县泉护南台地、郑州西山仰韶文化晚期遗址的建筑基地所呈现出的风格，从版筑夯城到木骨整塑的建筑工艺，已经完全能领略到《黄帝宅经》合乎天道的风采神髓。

《黄帝藏经》是《周易》前的古易。孙大智说，伏羲之易至神农氏后经八代传至黄帝，黄帝治易，用途广泛，其发明了文字、音律、干支、五行、天文、历算、舟车等，并且据易而制礼制、治百官、济万民，还就此作兵家八阵法打败蚩尤。

黄帝之易，认为坤象地面属土，地面上的万物，均为坤土之功，春生夏长，秋收冬藏，所以也被后世称为《归藏

易》，在此之前，世传还有一本《连山易》。三字经上说：“有连山，有归藏。有周易，三易详。”那么，现在，除了大家熟知的《周易》、《连山易》、《归藏易》到哪里去了？

西周时期，这三种易经还同时存在，西周王朝占卜的时候，还会同时使用，为什么世传的只有一个《周易》。孙大智经过研究认为，周文王销毁和限制了《周易》的使用，但是也有人认为，《山海经》就是《连山易》，《大荒经》就是《归藏易》。

对于《黄帝内经》，孙大智说，眼下已经被大多数人认定为中医理论体系的开山之作，其实，这仅仅是物理层面的认知，大而化之，《黄帝内经》是一部“医、医人、医社会”的大书。

值得欣慰的是，2017年始，仰韶酒业开展的阅读“经”典活动中，《黄帝内经》《山海经》《诗经》赫然在列，所有中层(骨干)以上管理人员，人手一套。王见宾