



Culture&History

浣花

08

成都日报

锦观

2025年4月7日
星期一

古运风华



中国最早的体育教科书： 《幼学操身》

彭雄 文/图

第十二届世界运动会将于2025年8月7日至8月17日在中国四川成都举行。世界运动会是非奥项目最高水平的国际综合性运动会，它与奥运会相互促进、相互补充，共同致力于在世界范围内促进体育运动的发展和奥林匹克精神的传播。成都是中国大陆首个申办这项赛事的城市。中国古代的体育运动丰富多彩，包括蹴鞠、射箭、投壶、捶丸、角抵等。这些运动项目不仅具有竞技性和娱乐性，还常与军事训练、礼仪文化及民俗活动相结合；不仅展现了古人智慧，更映射出社会风貌与文化遗产，部分项目至今仍影响着现代体育的发展。

笔者收藏的体育教科书《幼学操身》，是国内现在已知最早的体育教科书，也是现代体育在中国发展历程的一个切片。

《幼学操身》出版于光绪十六年（1890年），内有32幅绘图，每图各有说明，义取浅近，便于学习。书中除徒手操外，还有哑铃、单杠等练习内容，涉及肘、肩、脊背、腰眼、胸前、小腹、两腿等部位，几乎囊括了全身上下所有的关节。甚至包括有体操、单杠、哑铃等现代体育项目。

在介绍操练动作时，《幼学操身》以文字描述为主，图示为辅。图示用线条构成，展现了基本的动作结构，呈现一定的动作细节。插图的人物形态和服饰风格也反映了当时的社会特点。《幼学操身》的图示虽然缺乏流程导引，但这种图文并茂的编著体例，在百多年前也是一种创新，为后世编撰体育教科书做出了示范。

清代刻本《幼学操身》，由英国人庆丕和北京人翟汝舟共同编撰，由上海广学会木刻印刷。据考证，庆丕的英文名Paul Henry King（1853年—1938年），曾任驻上海海关官员。该书的跋文阐述了两位编者编辑此书的宗旨，其大意为：假使劳心而不劳力，不学武而独学文，神志虽明，筋骨不壮，是内重而外轻，只是一个聪明的病人啊！孟子说“苦其心志，劳其筋骨，是天将降大任于斯人”，亦必使其内外轻重相平衡。

清末，随着科举制度的废除，新式教育开始在我国流行。怀着“少年强则国强”的情怀，有识之士开始借鉴新式教育，引进体操，以达到“强国强种”的目的。也因为这个原因，兵式体操是这本教材中最为突出的部分。

《幼学操身》还请来当时大名鼎鼎的盛宣怀撰写序文，其文曰：“古者童年舞勺舞象，学射御，非徒为游于艺而已，将欲历练其精神材力，使之由少而壮，日臻坚固，以任重而道远……游戏中寓角力之意，童而习之，白首不厌……今海宇多暇，武备聿修……诚得是书以引用进之，运用熟则手足多暇，气体固而神智自生，体用兼备，有开必先，异日干城御侮之资，将于是乎？”

对于开中国现代体育教科书先河的《幼学操身》，梁启超先生评价道：“述体操之法，与中国《易筋经》相仿佛，而其法较善。”



更扫
精彩

本版稿件未经授权严禁转载



张大公馆全景图。周国雄绘

张大公馆位于新津区临江村，建于清朝的不同年代，共包括四座公馆和两座祠堂，其建筑用材考究、细节精美，具有古朴典雅之美。最具特色的是，张大公馆是一座藏在林盘里的公馆建筑，占地七亩多的柚园、占地两亩多的古柏林、占地一亩多的斑竹林，形成榆林铺绿，古木森森，修竹吐翠的幽静景致。柚园里，生长着172棵柚树，年年开花结果。1904年引种的“始祖柚”老树至今仍存，成为建筑群中的生态地标。这种兼具居住与生产功能的林盘公馆，体现了人与自然景观的和谐共生。

周明生/文图

川西林盘中的张大公馆

清康熙初年，当一世祖父子千里迢迢风餐露宿来到新津的时候，只有二人，经过300多年的繁衍生息，张氏至今已传至十七代。二世祖张文举育有四子，四支血脉的总人口如今已逾千人。到了20世纪40年代，已然发展成大姓望族。其佐证之一，便是作为物质文化遗产的张大公馆——两座张氏祠堂和四座公馆。

两座张氏祠堂俱是两进院落，由森森古柏掩映。大祠堂在一公馆的东面，占地4亩多，供奉张氏一二三四世祖牌位。小祠堂在三、四公馆的中间，占地3亩有余，供奉三世祖张天意这一支脉的先祖牌位。

四座公馆俱建成于清朝。一公馆人称公馆头，大约建于康熙年间，共有13间房，是一座坐西朝东的四合院。大门口有一对石狮，前方有一道无字简易照壁。其雀替、驼峰撑、吊柱均雕花。至今四合院基本保存完好。一公馆周围原有100多棵古柏、一棵大青冈、三棵大拐枣、七棵大楠树，枝繁叶茂，蓊蓊郁郁，树

上栖满成群白鸪。

清道光九年（1829年），三世祖张天崇乡试中举，成为张氏入蜀后的第一个举人。由张天崇在老公馆的近侧又新修了一座公馆，人称二公馆，又称屏墙头。它在四座公馆中修得最为讲究。其屏墙（照壁）墙脊是灰塑“二龙抢宝”，墙面是鲜艳夺目的彩塑“龙凤呈祥”。

二公馆坐北朝南，由照壁、“八”字形花墙过道、大门、过厅、二门、五柱二加摆的五间正房大四合院、围房、中门、七间后房、围墙组成。有古



历经数百年沧桑的张大公馆庭院。

楠、古柏、古拐枣、古青冈等十二株。其功能完备，小姐楼、书房、养雀房、大客厅、寝房、粮仓、厨房、柴火房、雇工房、水井，应有尽有。

在二公馆的20米过渡竹林之后，即是三公馆的围房，建于清道光年间。三公馆坐南朝北，由大门及门两边的棺材铺面、巷道、二门、有小姐楼的大四合院、围房、围墙组成。有古楠、古罗汉松等点缀其间。

四公馆即张朴山公馆，四公馆的所有梁柱门窗都上了土漆。龙门子比较轩敞，屋脊正中有灰塑“福”字。正房与厅房的排列上有雕花精美的驼峰撑和吊柱。

四公馆是张大公馆四座公馆中修得最为讲

张大公馆的围房边上。

这株柚树如今老干虬枝，老当益壮，长势蓬勃。临江村现有甜柚树约150亩，它正是它们的老祖宗，所有柚树都是它的子孙后代。所以，我们把它命名为始祖柚，现存172棵老树的张朴山公馆的百年柚园，也相应命名为祖柚苑。其实，张大公馆柚品质的定型，有赖于跟花桥乡蔡湾某种甜柚的嫁接。当年，张朴山听说蔡湾有一片甜柚林，



高挑的檐角。



精美的建筑细节。

究的。四公馆的大门与映门相隔三米多，映门由四扇门构成。按照传统，映门平时是关闭的，只能在红白喜事期间才能开启，家人平时只能由左右两边的边门进出。隔着一个约6米的长方形天井，便是五开间的大厅。为防土匪抢劫时开火，大厅的东面只设了一道大门而无窗户，墙壁是用厚重的泥砖夹墙砌成，外表抹白灰并刷成灰白色。大厅西面一壁，全是楠木的落地雕花门窗。

大厅北面转角处，是小姐楼，这是一楼一底的走马转角楼。南面转角处是一个有两米见方小天井的小四合院，这是张朴山的养雀房，小天井的四周放满了一格接一格的鸟笼。东、西厢房都是五间地枕房。厅房与五间正房之间有个约一亩大的方形院坝。四公馆的东面是4米高的青砖墙，四合院儿的西、南、北三方，隔着1.5米的巷道，是一圈围房。北面围房是雇工房，南面围房转角是厨房和柴炭房。正房的中间有一道后门通柚子园，柚子园四周，是用竹子篱笆加浑身长刺的枳壳灌木作为隔离带。占地7亩多的柚子园里，原有172棵百年老柚树，那棵大名鼎鼎的张大公馆始祖柚，就在北面围房的墙脚下。

四公馆四合院的5间正房至今保存完好，北厢房基本保存完好。



张大公馆柚。

便主动上门引种嫁接，始育成条叶形的新品种。新品种肉嫩汁多，清甜幽香，入口化渣。水果呈梨形，成熟后色泽金黄色，每个重一斤半至两斤。其显著特征是，蒂部像一截内收的颈子；底部不仅平坦，而且有金钱状的印环，因其正中的小白圆心有黑点，当地人称太极图。这种柚子被正式命名为张大公馆柚。100年前的一株柚苗，竟繁衍成今日的别致风景。

四座公馆
两座祠堂

繁衍的风景
始祖柚

清光绪三十年（1904年）是龙年。这一年发生了很多大事，诸如日俄战争爆发，历史上最后一次科举考试举行，华兴会、兴中会成立等。同样是这一年，新津县一个名叫张朴山的乡绅，从成都百花潭引进了一株柚苗。这件小事发生在历史的夹缝中，简直微不足道，但是它对新津临江村却产生了巨大的影响。

1904年，赴日本学习军事的周道刚（1905年任四川武备学堂监学兼军事教习）学成归国。这一天是他生日，生日宴邀请了新繁县令张鑫元，张鑫元携侄子张朴山一同贺寿赴宴。新津张大公馆的张家是清初“湖广填四川”的移民，张鑫元、张朴山分别是移民的第六代和第七代。

周府这天高朋满座，宾客盈门。开宴之前，主人请来宾先品尝远道运来的广西沙田柚。沙田柚产自广西容县沙田村，是广西最驰名的水果之一。张朴山发觉沙田柚与本地柚子风味迥异，遂赞不绝口。张鑫元提醒说，他的花园里就可以播种柚核哦。张朴山于是搜集了好些柚核，带回张鑫元位于百花潭的花园，请花匠播种。不久，园子里长出了百多棵柚子幼苗。花匠又以原有的蓬溪柚、梁平柚、垫江柚等柚树作为砧木，取沙田幼苗与之嫁接，得到了几棵沙田柚味型的新品种。当年，张朴山从百花潭花园带回一株圆叶沙田柚树，种在