

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體操 來源 大成報 日期 860513 版面：九版

記者 高正源／特稿

體操，是正在舉行的東亞運，大陸要奪金牌的強項，大陸能訓練出體操王子李寧、亞特蘭大奧運全能項目金牌得主李小雙，大家別以為這是僥倖得來的，因為早在一千兩百年前的唐朝，我們的老祖宗就在玩體操運動了，當然那時候玩的，跟歐洲人把古希臘人玩的裸體健美操，也就是後來改進成的現代體操，是不一樣的，但這能表示古希臘人發明體操運動嗎？未必，因為至少較

武則天下令制定的，不是單純只是要大家學會跳上馬背而已，而是要大家學會在各種情況下都能跳上馬並馳騁一番，那些動作，就跟大家看西部片，那些快鎗俠可以從馬背上左滾右翻一樣，已很雷同現在鞍馬比賽的各種旋轉姿勢，而且還列為武學的考試項目之一呢！體操是那個民族發明的，這個跟賽跑、游泳一樣，任何民族天生就會，只是美不美而已，因為所有人類都一樣，一開始是爲了求生，如下海捕魚、上山打獵，想



體操篇

現代體操由裸體健美演化而來

馬是我們老祖宗發起的。

根據唐朝杜佑所著的「通典」與宋朝鄭樵所著的「通志典」兩書中的記載，唐朝武則天長安二年，即西元七〇二年，朝廷即已通令「制土木馬于里間間勻騙」，這裏的騙，是躍而乘馬的意思，也可解釋爲躍而乘馳。而這個「騙」字，依古字來寫應該是「扁」在左邊「馬」在右邊，但現在的電腦打不出這個字，所以就只好「騙一騙」了。

有比較好的收成，就必須練就充沛的體力，怎麼練體力，體操，於是成爲鍛鍊體力的必要工作。

古希臘人在學練體操的同時，把美學融合了進去，讓男健兒在大家眼前展現軀體的美，也就是肌肉，其實以現代人的眼光來看，應該是健美，而不是體操，但這不重要，因爲當時古希臘人要身上有塊狀肌肉的男人，充分展現人類軀體的美，所以舉辦了裸體體操比賽，這是體操比賽的開端。