蒙古族三大傳統體育——賽馬・射箭・摔跤

剛勁

長期生活在草原上的蒙古人，普遍都酷愛號稱蒙古族「男兒三藝」的賽馬、射箭和摔跤這三項體育競技。很多人從孩提時代就開始練習騎馬、射箭、摔跤，成人後即成爲「三藝」高手。在一年一度的「那達慕」（傳統群衆性體育娛樂節日，通常在農曆七八月間舉行）盛會上大顯身手。如今內蒙各地民間仍廣泛、莊重地開展這三項傳統體育活動。

賽馬　蒙古族素有「馬上民族」之稱，遊牧的歷史使蒙古人與馬結下了不解之緣。千百年來騎馬技術一直是衡量草原上男子漢有無本領的重要標誌。在成吉思汗，忽必烈大興武功時代，還把賽馬競技與兵役制度結合起來，每家男子必須做到「上馬則備戰鬥，下馬則屯聚牧養」。

蒙古族賽馬，既比馬的速度和耐力，又賽騎手的騎技和胆量。比賽分兩種：一是跑馬，比速度和耐力，騎手策馬以最快的速度奔馳，以最先到終點者爲勝。二是走馬，主要比馬走得快而穩和走姿優美，由評判決定勝負。賽程和馬數視「那達慕」大會規模而定，賽程一般爲二十里至四十里打來回，馬數達幾十匹。賽馬十分劇烈刺激，一聲令下，騎手們揚鞭催馬，數十匹駿馬奮力爭先，觀衆狂呼大喊，場面熱鬧非凡。得勝者獎品優厚，前三名可得一匹良馬和鞍轡等獎品。

射箭　爲蒙古族三大傳統體育項目之一，源於古代某些蒙古部落的「狩獵經濟」。成吉思汗統一蒙古族各部落之後，弓箭成爲主要武器，騎射即是重要的軍事訓練項目，後來逐漸形成爲一種獨特的傳統體育競技，每年「那達慕」一節日都依例舉行隆重的射箭比賽。

蒙古族的射箭比賽分騎射和靜射兩種。騎射比賽，即射手乘馬在規定的跑道內奔跑發箭，每人規定射三支箭，射程一般爲三四十步，以中靶多寡決定名次。比賽時，射手身揹射弓和三支裝在箭筒裏的弓箭，乘馬到起跑線上，待裁判發令後立即開跑，在跑動中拿弓、抽箭、搭箭、發箭，三箭必須在規定的跑道內按時射完。靜射比賽與國際上射箭比賽大體相同，即射手靜立射箭賽場上依照規定的射程、時間、箭數向箭靶射擊，以中靶多者爲勝。騎射和靜射優勝者可獲得豐富的獎品和光榮稱號。

摔跤　蒙古人叫做「博克」，國際上稱爲「蒙古式摔跤」，是蒙古族民間最普及最廣泛的傳統體育競技，也是「那達慕」盛會的第一個比賽項目。

蒙古式摔跤賽與一般摔跤賽不同。它不按體重和身高分級，不受時間限制；參賽選手必須雙數，一般是五百一十二名或一千零二十四名；實行單淘汰制，每場比賽摔一跤定勝負；比賽中只許抓上衣和腰帶，不准抱腿、扭褲子。方只要手和脒蓋以上的一處部位觸地即判爲負。自古至今蒙古族摔跤特別講究制服，參賽的摔跤手必須按規定上身穿用牛皮或帆布製成的黑色緊身半袖背心，下身着色彩鮮艷的肥大摔跤褲，足登蒙古靴或馬靴。摔跤手進場比賽時都要跳躍，或如鷹或似虎，表示勇猛善戰，所向無敵。摔跤取勝者分別可獲得「巨人」、「獅子」、「大象」、「雄鷹」等榮譽稱號。卓有成就的摔跤高手在內蒙古備受人們尊敬，被視爲「草原的驕傲」。

壽山石・青田石・雞血石

甘戈

中國名石甚多，以福州壽山石、浙江省的青田石和鷄血石最有名氣，並稱爲中國「三大名石」。三大名石不但能雕刻成優美的美術工藝品，而且可刻製各種精緻的印章圖章，所以又有青田凍、紫檀凍、魚腦凍、松皮凍等品種。其中以淺青色的竹葉青凍石最爲名貴。

壽山石　又名田黃石，產於福建福州市郊壽山鄉。此石名目繁多，計有一百多種，大致分爲田坑石、水坑石、山坑石三大類。其中以黃色爲特徵的田坑石最爲珍貴，石質細膩透明，色彩瑰麗，石美似玉，向有「石中之王」的稱譽。當地民諺說：「一兩田黃（石）三兩金。」可見其身價之高。一九八一年福州一件「運通獻寶」石雕作品，在香港以一百二十八萬港元售出，轟動一時。

清代，壽山鄉田黃石曾被乾隆皇帝封爲「石帝」。相傳，乾隆有一夜夢見玉皇大帝賜給他一方透明黃色的石印，鐫「福、壽、田」三字。醒後，他對身旁的人提起夢中之事，一位閩籍老太監跪奏說：奴才聽說福州壽山鄉產有名貴田黃石，恰含「福、壽、田」三字，皇上夢中所得莫非此石。於是，乾隆立即下旨命福建地方官進貢田黃石，得石之後即在天壇設祭典即謝玉皇大帝，並御封田黃石爲「石帝」。此後壽山田黃石名聲噪起，身價倍增。

青田石　產於浙江青田縣已口鎮，質地細嫩，色彩斑斕，有青、紅、黃、紫、黑等色。按照石質、顏色、紋理之差異可分爲兩大類，燦若燈輝者稱燈光石，透明或半透明者稱凍石。凍石又分爲青田凍、紫檀凍、魚腦凍、松皮凍等名貴品種。其中以淺青色的竹葉青凍石最爲名貴。

據史籍所載，自宋代開始，青田石便被用來裝飾房屋、廟宇、橋樑、陵墓、牌坊等，後又用以雕刻花鳥、山水、人物、寶塔等工藝美術品。到了明朝始被用來刻製各種印章、圖章。清初，青田石雕工藝美術品開始銷往東南亞各國和印度等地。一九〇五年青田石雕作品在巴拿馬國際博覽會獲獎後，青田石聲譽大振，暢銷世界各地，深受外國人士歡迎。

鷄血石　產於浙江臨安縣昌化玉岩山，質地潔瑩如玉，溫潤可愛，色彩濃艷如丹，斑紋猶如新鮮鷄血濺灑，故得名「鷄血石」。因此石資源稀少，開採艱難，得之不易，故「價比金貴」。《昌化縣志》載曰：「圖章石紅點如硃砂，亦有青紫如瓜瓞，良有愛玩，近則罕得矣。」鷄血石既是印章石中的極品，又是理想的天然飾品，受到歷代金石家和收藏家的珍愛。清代皇宮王室視之爲至寶加以珍藏，達官貴人亦不惜以重金收購之。現在昌化地區的鷄血石資源愈來愈少，探採極不容易，所以價格「易金三倍」。

* * *

閩海蓬萊第一山——清源山

傅康

福建省泉州，爲千年文化古城，其北郊三公里，即爲清源山，此山有「閩海蓬萊第一山」的美譽，名傳中外。

清源山，綿延二十多公里，最高峯爲五百七十二米，滿山清泉潺潺，奇岩巍巍，勝景處處，令遊者目不暇接。

入山者進入林木蒼鬱處便可聞瀑聲，只見銀色巨瀑從懸崖上奔騰而下，飛落於地即珠璉飛散，水花可直達人臉。崖岩上刻有不少古人題詞，「泉窟觀瀑」四字，古意蒼蒼。「招飲徑」和「一嘯台」，爲明人手跡，筆劃老到，頗具韻致。再行過石壁，即見彌陀岩，此石像高約五米，莊嚴肅穆。石像坐在從石壁間開鑿出的石室中，室內有元代碑刻，敘說此彌陀岩像經四年雕鑿而成。來此處瞻仰者晨昏不絕。

近彌陀岩像處，有曾名播東南的弘一法師的墓塔，以花崗岩精琢而成。墓壁中嵌着的一幅弘一法師青石立像，爲其得意弟子豐子愷所畫，據說以一百零八筆一氣呵成。畫像下有弘一法師自撰偈一副：「問余何適？鄂爾巴言；春華枝滿，天心月圓。」墓塔立柱刻有弘一法師手書對聯：「一句彌陀作大舟，萬古是非渾短夢。」頗盡禪意。在墓塔左側的巨石上，還刻有弘一法師臨終絕筆四字：「悲歡交集」，反映了法師畢竟難捨人間情緣。

彌陀岩下方，即爲有名的老君岩。這位太上老君坐像巨雕，高五米，寬、厚各七米，雙耳垂肩，蒼髯飄胸。膝上刻有「壽比南山」四字。這尊刻於宋代的藝術石像，八百多年來被無數遊客摩挲無愛，人人皆欲長壽之心於此可見。

清源山向有三十六洞天之稱，自唐以來，山上奇岩怪石間屢見名人手跡。諸如唐代歐陽詹讀書處的「高山仰止」四字，清秀無比；明代抗倭名將俞大猷手書「君恩山重」，字字蒼勁。其中明、清摩崖石刻最多，細細觀賞，奇趣非比尋常。

登清源山最高峯，遙望脚下文化名城泉州市，便可見到有名的「泉州雙塔」，即鎮國塔和仁壽塔，兩塔各高四十餘米，屹立於葱蘢大地上，塔影如夢，引人詩思不盡。

浮山，浮在夢境中的山

鄂秀

中國奇山名水特多，一部《徐霞客遊記》，亦僅能百中記一，許多宛若夢境之山水，尚未見有說及。其中，位於安徽縣陽縣東北三十公里的浮山，便是一座較少人知的名山。

浮山，面積十五平方公里，三面環水，遠望如浮在夢境中之仙山，玲瓏清奇於天地中。此山名勝古蹟甚多，號稱擁有三十六岩、七十二洞、十九怪石、十一奇峯、二十寶塔、八座亭。滿山奇峯相攢，怪岩聳峙，奇洞密佈。遊人入山，面對如此衆多美景，一時愕然恍然茫然，不知該先遊何處。

早在南朝時，山中已建寺廟。至宋代，高僧遠祿公來此山中修道講學，名聲大振。宋仁宗頒旨頌揚，一代文豪歐陽修亦慕名入山與遠祿公下棋論道。遠祿所居的會聖岩岩洞內，在岩頂岩壁間滴是石刻，大多是宋人題刻，其中以陸游的「會聖岩」三字最顯眼，爲擘窠大字。至明代，桐城居士吳應初在此山立寺，弟子雲集，聽課者達千餘人。明末清初，啟蒙思想家方以智入山爲僧，死後葬於此山，慕名來祭拜者皆是學者賢人，如劉大櫆、方苞、姚鼐等。歷代入山來遊者皆非尋常人物，據說有唐朝的呂洞賓、孟郊、白居易，宋朝的歐陽修、王安石、范仲淹、蘇軾、黃庭堅、陸游，以及元明清三朝如趙子昂、王陽明、雷鯉等。

浮山之岩洞，奇麗古怪。如滴珠岩，外形似一螺殼，洞中絲絲雨花飄下，壁上古人題刻如「洗心處」、「雨花天一」、「天河墜玉」等，妙韻獨到。金谷岩，居羣岩之首，洞中天地曲折廣大，只見石壁巍巍，台閣層層。此洞中另有一洞，名九曲洞府，深邃莫測，至今無人敢入。居於浮山最高峯的首楞岩，有傳說中的南斗、北斗二星君下棋時坐過的石凳。遊客登此極目遠眺，江山如在掌中可一一細賞，其中長江東來，九華諸峯出世等壯景，實爲平生難得所見。

浮山山中有一名勝曰洗澡池，傳說爲天上的王母娘娘專用，狀如紅蓮盛開，蓮池中水清得發藍。其實這是小小的火山口，約成於一億年前。此洗澡池旁產有一種色澤鮮艷的浮石，可觀賞用，入水便浮，故有是名。

由於浮山風景極多，遊客須化十天半月才能盡情遊遍。奇怪的是，在山中有一名「浮山會景」的天然岩石，岩身如蜂房似地分佈着很多洞孔，仔細看去，竟如整座浮山縮影的微刻。如此天造之物，至今科學亦難以解釋。此山莫非果有神乎？

* * *

「馬脚」本是馬蹄金

中國俗語把一時不愼，透露情況，現出眞相比喻爲「露馬脚」。傳說明太祖的馬皇后坐轎，大風颳起轎簾，馬皇后之脚被人看到，謂之「露馬脚」。但是早於明朝的元代文籍如元曲中，已有用「露馬脚」的，所以上述傳說不確。

據史料所載，南漢武帝劉龔時的貨幣，除圓形銅錢外，還鑄馬蹄九金錠，即「馬蹄金」，俗稱「金元寶」，也鑄馬蹄形銀錠，俗稱「銀元寶」，此種「馬蹄銀」表面有皺紋，故又稱「紋銀」。馬蹄形金銀元寶，自西漢一直沿用到清朝。

鑄馬蹄形貨幣之本意，在於象徵吉祥瑞兆。明鑄和清鑄馬蹄形大銀錠，每個重達五十兩，用於保存。自漢以來，豪富顯貴多有貯存金銀錠。中國古代文人，把馬蹄金、銀隱喻爲「馬脚」。所以，「露馬脚」一說，應是指財主豪富暴露了不願讓外人所知的財物。

* * *

萬成肉食中心
MAN SING MEAT CENTRE
片打東街　二二四號　電話：681-4491
價錢實際　歡迎惠顧
探親攜帶手信
送禮自奉佳品
特製風乾 特鴨 瘦白油肝 腸腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
本埠各零售商同價發售
顧客惠上　服務週到
七天營業　貨靚價實
牛仔筋　咖喱尤魚
咖喱鷄　炆牛什
特製燻蹄　南乳豬手
柱候牛腩　蠔油鴨掌
家鄉扣肉　豉椒鳳爪
特製柱候鴨
* 特設熟食部門 *
特製臘味
肥鷄大鴨
燒味鹵味
新鮮肉類
* 專營 *
發批沽零歡迎

爲你保留好時光
金寶貝 一小時冲印
特價彩色入籍相、護照相 各兩張 $9.95 送回相底
一小時有取
凡冲晒菲林 送5"×7"一張
冲晒時 多晒一套
24張 只收1.99
36張 只收2.99
溫哥華 唐人街 NOVA SCOTIA BANK 隔隣
433 COLUMBIA ST
電話：688-8148
（國泰用戶，另有特價優待）

註冊 明德託兒所
（特設托兒補助金）
可申請政府免費或津貼及接受本所補助，負責接送幼稚園兒童。
所址：715 Victoria Dr. Van.
報名電話：二五五・四二五一

崇義托兒中心
最新現代化設備，面積三千多呎，有遊樂場，交通方便，安全，導師一流，政府牌照，現開始招收三歲至五歲幼兒入學，電話253-5607 喜士定街東618號，崇義大厦。

Jelly Bean Park Preschool
幼稚園現開始接受辦理九月入學報名登記手續
電話：
NANCY 431-8843（英語）
WENDY 431-8850（粵語）

BUY:SELL
卑詩省免費廣告報紙
免費刊登售物小廣告
請電280・1000
欲購平靚貨品請閱本報
逢星期四出版
BUY & SELL: 5791 No. 3 Road Richmond B.C. V6X 2C9
行政部電話：（604）273・1571
歡迎刊登付費商業圖片廣告

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL:689-7324
燒腊肉食，中西什貨，園口新鮮蔬菜，生菓，即日由台灣頂好公司運到冷凍飽點。
銀絲卷，芝蘇湯丸，毛豆，木須皮，壽桃，無須鮮凍，可即蒸即食，老少咸宜。
門市批發無任歡迎，
逢星期三休息。
地址：五三五哥亞街。
電話：689・7324

泰興有限公司
Tai Hing Company Ltd.
(1981)
265 EAST PENDER STREET • VANCOUVER, B.C. V6A 1T8, CANADA
PHONE 684-1028
新到大幫
超等味精
冰霜明蝦

金利源
GIM LEE YUEN LTD.
47 E.Pender Street
Van., B.C. V6A 1S9
龍泉青瓷
貝雕鏡畫
江西瓷器
宜興茶具
685-9743

廖盛炤 窗飾公司
酬賓
大減價
百葉簾60%OFF
窗簾直簾50%OFF
電話：253・4566
S.J. LEW Window Covering Specialists
S.J. Lew Custom Draperies Ltd.
1456 E.PENDER ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1V8 TEL:253-4566
COQUITLAM PLAZA #8-2773 BARNET HWY., COQUITLAM B.C. V3B 1C2 TEL:941-7910

華隆有限公司
SEAFOODS
WAH LOONG LTD.
5388 Parkwood Place Richmond, B.C. V6V 2M4
Telephone: (604) 273-1688 (12 lines)
源源運到，大量供應
冰鮮海產
各國冰鮮壳蝦、蝦肉
各國急冰鮮魚
冰鮮三文魚黑魚 TUNA魚
大小龍蝦扒蝦尾
墨魚、魷魚等
應有盡有
唐山雜貨
各種罐頭飲料
各種罐頭菇類
日本、中國冬菇、花大厚菇
茶葉、米、醬油、味粉等
每天都有新鮮芽菜特價批發供應
歡迎遠近採購
寄送貨快捷

司公食肉昌元
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.
PHONE: 681-1052　七天營業
馳名琵琶鴨　本公司自置
掛爐鴨　設備一流新工場
脆皮大乳鴿　特製白油腸及特
爽嫩白切鷄　瘦白油腸，鮮鴨
美味桂花腸　干腸，油王臘鷄
鮮明肉類　鮮蝦肉腸，臘梅
承接金豬　肉，臘鴨餅。
探親攜帶手信　送禮自奉佳品
本埠各零售商同價發售
歡迎僑胞駕臨選購
特製風乾 特鴨 瘦白油肝 腸腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10