



飞盘怎么突然就火了？



8月6日，中国飞盘联赛首站在西安开赛。图为超光速俱乐部西安分队队员卢彬(左三)在比赛中。 新华社发

□潇湘水冷

8月6日，中国飞盘联赛首站在西安开赛。飞盘运动似乎一夜之间突然“火”了。

其实，早在体育总局发现这项运动之前，飞盘运动就已经悄悄走进年轻人的生活。什么是飞盘运动？它又有怎样的魅力，让人趋之若鹜呢？

谁最先开始玩盘子

我们如今说的“飞盘运动”，是一个种类丰富的大家族。从广义上说，任何一种用一定大小的饼状器械进行的运动，都可以叫“飞盘运动”。如今常见的飞盘比赛项目，有以投掷准确性为目的的“飞盘掷准”，也有以投掷距离为目的的“飞盘掷远”，还有考验队友之间默契配合的“飞盘抛接”，甚至还可以将这几项标准组合拼接，创造出更多的玩法。而这琳琅满目的运动项目，却都离不开这小小的圆盘。

飞盘的雏形最早出现在19世纪的美国。19世纪70年代，美国康涅狄格州有一个叫威廉·罗素·弗里斯比(William Russell Frisbie)的面包店老板。作为一个还算成功的餐饮从业者，他在19世纪就发现了外卖的巨大市场。为了给附近的居民外送馅饼，他制作出这种圆形带一圈浅边的马口铁盘。他的生意很好，这种铁盘很快随着他的馅饼传播到整个康涅狄格州，其中不乏大学中的学生。颇富创造力的美国大学生在吃完馅饼后，开始打起装馅饼的铁盘的主意。他们发现这种铁盘不只可以用来装馅饼，还可以当作一种运动器械来玩。如此一物两用，吃完馅饼兼顾消食，实在是一举两得。

威廉老板的铁饼盘在大学中被扔了近七十年，一直到1948年，才有一位叫瓦尔特·弗雷德里克·莫里森的加州建筑监察员，因一起在前一年发生的、深受美国民众关注的飞碟坠毁事故，开始与好友沃伦·法兰斯欧尼计划设计一款以飞碟为原型的游戏，于是便有了外形和飞碟相似的塑胶盘。自认为是独创了一种运动的两人十分骄傲，郑重地为这种玩具起名为“飞碟”(Flying Saucer)。可这项小发明并没有立刻为二人带来回报，又过了7年，直到1955年，莫里森才找到“飞碟”的“伯乐”——Wham-O玩具公司。这家公司的确有两把刷子，除了飞碟，他们还发现过一种更简单，也更风靡的

“玩具”——呼啦圈。

为了扩大“飞碟”的销路，Wham-O公司老板科纳(Richard Knerr)亲自到大学中巡回宣传。他满以为这项全新的运动可以迅速吸引学生的眼球，可不想学生却问：“这种飞盘我们早就在学校里扔了，你们居然不知道？”

科纳迅速发现了其中的商机。经过询问，他才知道威廉老板的馅饼盘子已经在这些高校中被扔了八十多年。由于威廉很有商标保护意识，他在每一个馅饼盘子底部都刻上了自己的名字“Frisbie”，因此学生们在扔飞盘时，也会喊一声“Frisbie”。久而久之，这种扔飞盘运动也被学生们叫“frisbie”。科纳立即将这一名称稍作改动，用“Frisbee”为这个运动器械注册了商标。自此，最早的飞盘诞生了。

飞盘一经问世，迅速接替了威廉老板馅饼盘子的工作，在各大高校中流行起来。大学生们的爱好又影响了社会的风尚，很快，美国全社会也开始沉迷于这小小圆盘的魅力，并开始传向世界各地。随着飞盘传播范围越来越广，其比赛规则也越来越规范，并逐渐形成一些世界级赛事。1974年起，世界飞盘锦标赛以每年一次的频率固定举行。20世纪80年代，飞盘运动被介绍引入中国。2001年，在日本举办的第六届世界运动会将极限飞盘列入比赛项目中，这标志着极限飞盘正式成为国际大赛项目，是飞盘运动发展历史上里程碑式的事件。

从发展历史上看，飞盘无疑是一项年轻的运动，在中国的发展历程也尚浅。不过除了如今常见的抛接、掷准等项目之外，还有通过顶盘、滚盘等方式做出各种舞蹈动作的“飞盘花式”，也是飞盘运动的一种。在这一点上，中国人可是有绝对的发言权。早在汉代的画像砖中，就已经出现了用盘子来玩杂技的人物形象。与之类似的杂技表现，在如今也不少见。只不过我们的先人玩盘子，是以观赏性为主。想来先人们用的精致漆盘、瓷盘，也是不舍得拿来扔的。

怎么玩盘子

作为一种灵活性极强的活动，飞盘运动的玩法多种多样。不仅可以一个人玩，还可以和好友一起玩，甚至可以和自己的宠物玩，甚至发展成了比赛项目中的一种，既考验人和爱宠的默契，也考验人的飞盘投掷水平，即测量人掷出到狗叼住之间的距离。

毫无疑问，正确的投掷技巧是极其重要的。正确的投掷姿势可以让你投得又远又准，相反，错误的姿势只会让你事倍功半。目前飞盘赛场上常用的投掷姿势有正手投掷和反手投掷两种，其中一般情况下反手投掷可以获得更远的距离。无论采用哪种投掷姿势，投掷者对上肢力量的训练、对风向和运动力学的掌握都是十分关键的。小小一片飞盘中，其实蕴藏着许多科学知识。

在学会掷出飞盘和准确地接住飞盘之后，你就可以去参加飞盘运动了。在正规的飞盘比赛中，两队双方均由五人组成，倘是平时的休闲娱乐，人数也可以依情况调整。飞盘场地一般为长100m、宽37m的长方形草地，在场地的左右两边则各有一块长37m（也就是场地的短边），宽23m的得分区。开始比赛时，双方队员站在自己防守的得分线上，防守方向进攻方发盘，随即开始比赛。作为进攻方的一队，需要将飞盘扔到己方身在得分区的队友手中，持盘时不可以跑动，并且必须在10s内掷出（这点和篮球类似）。一旦进攻方出现失误（比如出界、掉落、被拦截），则攻守异位，防守方立即持盘，并作为进攻方发起进攻。比赛过程中不允许出现身体上的碰触，一旦出现即视为犯规。

与其他的团队运动不同，飞盘团队中不限男女，任何人都可以参与。一些飞盘比赛甚至会规定队伍中的男女比例。飞盘的另一个特别之处在于运动场上没有裁判。队员在比赛过程中是否得分和犯规的衡量，全靠场上运动员的自我评估。因此飞盘运动尤其重视运动员之间的相互尊重。“尊重交流，掌握规则，避免身体碰撞和享受游戏”，这些“飞盘精神”被WFDF（世界飞盘联合会）当做核心原则郑重地写进官方规则中。这也正是飞盘运动生生不息的灵魂所在。

如果你找不到这么多玩伴，当然也可以自娱自乐。比如飞盘中的“回收计时”项目，要求参与者迎风将飞盘掷出，然后将旋转飞回的飞盘用单手接住，抛出和接回之间相隔的时间越长越好。这就是一个可以一个人完成的飞盘项目。目前中国台湾地区的记录为13.5秒，大陆地区则尚无统计数据。如果附近有空旷的场地，你也可以试试看，是否能打破这个纪录呢？

据“国家人文历史”公众号

□荣海生

2011年，在山东定陶发现了一座皇家汉墓，墓室是黄肠题凑结构，为目前发现用木材量最多的汉墓。据考古勘探，在墓区共有三座汉墓，呈三角形布局，东面的一座1999年已发掘，为石头砌墓，内有非常明显的焚烧痕迹。南面的一座也为石头砌墓，未发掘。黄肠题凑大墓在西面，它是为谁而修的墓穴呢？

汉元帝时，把长子刘骃立为太子，他宠爱的另一个儿子刘康，先是被封在菏泽西南的济阳国，后改封巨野的山阳国，最后改封为定陶王。说明当时这一带的王国，特别是定陶国，是非常富裕和受重视的。

汉成帝刘骃即位后，为酒色所困，身体早早地就不行了，而且还没有留下子嗣。定陶王刘康进京朝见，久病在身的刘骃留住他不让回去，说我如果不行了你就接班。后来，大将军王凤以刘康在京城不利于稳定为由，坚决要刘康返回封国定陶。不料刘康回定陶后英年早逝，就葬在了定陶，他的儿子刘欣继承定陶王位。《汉书》记载，刘欣继位定陶王时才3岁，由他的祖母付太后抚养成人。

公元前9年，刘欣和中山孝王分别进京朝见汉成帝，刘欣读的书多，懂礼仪，比中山孝王表现出色，汉成帝从心里面就喜欢和认可了这个侄儿。刘欣回定陶封地后不久，就被召回京城，立为太子。

刘欣谦让说：皇帝盛德宽仁，一定能多子多福，等皇上有子嗣，我就回封地定陶。汉成帝最终也没完成传宗接代的任务。公元前7年，汉成帝去世，刘欣即皇帝位。史称汉哀帝。

刘欣登基后，发现国家的财富已为外戚及地方王国所瓜分，国家财力日趋萎缩，他大力推行新政，限制贵族特权和过度扩张，从自己开始节俭勤政，抑制奢侈比富之风，轻徭薄役，希望扭转社会风气。刘欣的愿望是好的，力度也很大，《汉书》记载他“屡诛大臣，欲强主威”。但是，经过二百年稳定发展的汉朝，已经积下了大量的弊端。年轻气盛的刘欣执政弱点也很快暴露出来：过于激进和理想化，他的新政遭到权贵们的极力反对，就没能推行下去，最后他也开始违反规定，对自己宠信的人无限制地封赏，新政最终不了了之。他还与宠臣董贤玩起了同性恋。哀帝因此25岁就一命呜呼了，仅仅做了不到

七年的皇帝。

2011年，有群众举报在山东定陶马集镇有一古墓被盗。随后文物部门开始对这座古墓进行抢救性挖掘。此墓为皇家汉墓，墓室内部为规格极高的黄肠题凑，所用珍贵木材在2400立方米以上，结构复杂，制作精良。据墓葬的形制和历史资料来看，该墓与汉哀帝刘欣有重要关系。

刘欣即位后，他的父亲刘康被追谥为定陶恭皇，他的墓地改封为定陶恭皇陵。

刘欣生于定陶封国，他能够成为太子继而继位，得益于祖母付太后，也就是刘康的生母。付太后性格要强，有心机，当年她就差点取代王皇后王政君。她的儿子刘康早亡，她把孙子刘欣培养得知书达理，更重要的是，王太后王政君的儿子成为皇帝，却没有孙子接班。她私下买通汉成帝的红人赵飞燕，赵合德姐妹和权臣王根，刘欣成了太子。刘欣当上皇帝后，付太后地位更尊贵了，她随孙子到京城，嘲笑和压制王太后家族。王太后的侄子王莽因此失去了辅政的资格。汉哀帝对付太后和母亲丁妃两个家族很信任，也很放纵他们。但汉哀帝推行新政，付、丁两家族却不支持，皇帝自己到真成了孤家寡人。

哀帝也没有后代。他去世后，王莽把持朝政。汉哀帝在位时付太后、丁太后双双去世。付太后埋葬在汉皇陵，丁太后随丈夫刘康埋葬在定陶恭皇陵。据《汉书》记载，丁太后埋葬时，曾诏令5万人为其修陵墓，“贵震山东”。

王莽嫉恨付太后对自己的打压。他让人分头掘开付太后和丁太后的坟墓，取出赐封的玺、绶和象征皇后身份的陪葬物销毁。又把付太后灵柩挖出，迁运回定陶，埋葬在恭皇陵。史书记载，挖掘付太后墓时倒塌，压死数百人。丁太后的坟墓掘开后，曾燃起四五丈高的大火，用水浇灭后，墓室内的东西全部焚烧了。

当地居民说，上个世纪，汉墓区内还有外观如斗、簸箕、升不同形状的三座大墓。后因农民取土、种田，变为了平地。黄肠题凑大墓在西面，发掘中尚未找到证明墓主人的东西。从历史和墓地现状分析，黄肠题凑大墓不可能是付太后的墓。而有明显焚烧痕迹的石头砌墓更像是丁太后的墓。空空的黄肠题凑大墓，暂时不能确定到底是不是定陶恭皇刘康之墓。



定陶皇陵