



清代武术史

赵双印著

河北人民出版社

2003 年度河北经贸大学学术著作出版基金资助项目
河北省社科联 2004 年度研究课题

清代武术史

赵双印 著

河北人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

清代武术史/赵双印著. —石家庄:河北人民出版社,
2005.9

ISBN 7-202-04059-X

I. 清… II. 赵… III. 武术—体育运动史—中国—清代 IV. G852.092

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第101243号

书 名	清代武术史
作 者	赵双印
责任编辑	王云弟
美术编辑	吴书平
责任校对	丁 洁

出版发行	河北人民出版社(石家庄市友谊北大街330号)
印刷厂名	河北省党校印刷厂
开 本	850×1168毫米 1/32
印 张	15.25
字 数	394000
版 次	2005年9月第1版 2005年9月第1次印刷
印 数	1-1000
书 号	ISBN 7-202-04059-X/K·815
定 价	28.00元

版权所有 翻印必究

前言

武术,是我国人民用来增强体质,锻炼意志,训练格斗技能,艺术表演的一种手段,它是以具有攻防含义的动作为基础内容,以套路和基本动作为主要演练形式的一项具有悠久历史和独特民族风格的体育运动项目,是我国祖先在长期社会实践中不断积累和丰富起来的光辉文化遗产,中国人民的瑰丽国宝。

武术起源于人民早期猎守采摘的实践活动。那时,人民为了获取食物和抵御凶禽猛兽的袭击,即开始以木棒石块等原始工具为武器,同凶禽猛兽战斗,并把取胜的动作传艺于后代,逐渐形成了武术动作。随着氏族公社的形成,各部落间的战争的发生,武术在其发展史上,又成了军事技术的重要内容,成为人类训练格斗技术的重要手段。武术来源于模仿,《管子·书序》中曰:“上古之人,食饱食足,或以前肱格斗,若鸡犬斗敌”的活动,就是武术的活动。人类学会自觉地用格斗中的一拳一脚的动作和禽兽的搏击特长去进行训练,逐渐形成了今日的武术。纵观古今,武术的作用有:体、用、医、艺四方面。也即为:锻炼身体、自卫保国、体疗及艺术表演(古时的卖艺活动等)。

谈及武术史,它是伴随中华民族的诞生即开始了。早在 170 万年前,我们的祖先就生活在云南元谋县大那乌西、山西芮城县西侯度、河北阳原小长梁三地,他们已经懂得用火了。五、六十万年前有北京周口店猿人;十万年前的北京周口店新洞人;一万八千年

前的山顶洞人等等,在无文字记录的 170 万年的漫长岁月中,我们勤劳勇敢的中华民族,以木、石、骨为武器,在亚洲大陆上,创造了古代人类的文明,武术就产生在这漫长的岁月中。

传说中的神农氏伐斧、燧的战事,为我国战事之首,其中的搏斗技术,既为武术的内容了。到黄帝(公元前 2550 年)时代,蚩尤氏为南方苗族等的代表,开始采用“葛卢山”之洞,铸造了五兵;并把身躯锻炼成“铜头铁额”,刀戈不入之体,为硬功之祖先。黄帝则“习用干戈”用以征伐不顺从的氏族,经过与蚩尤和炎帝的逐鹿,阪泉的大战后,又南下江汉平原,有“五十二战”之多,终于一统天下。武术的拳术、刀术、戈术、戟术、枪术等,在战争中得到洗礼,经过血与火的考验,武术萌发了,发展了。之后,尧代有“百兽率舞”的活动(《尚书·尧典》),成了象形武术的起点。这“舞”的活动,既武术活动,古代“舞”与“武”通用。

到了商代,甲骨文问世。其中有一片甲骨文上刻有:“丁酉,其呼以多方小子,小臣,其教戒”。这“戒”字,是一人持戈立或舞。说明商代的武术活动应用于军队和学校的训练中来了。

周代的“一击一刺为一伐”之记述,说明武术内容用来表现战争的胜利,有了艺术表演的含义在其中了。春秋战国为东周,是我国封建社会的形成时期,是我国文化史上的黄金时代之一,武术在此时,也开始走向成熟阶段。在“三时务农,一时讲武”的主张下,寓兵民间,因此,在《诗经·无衣》中写有:“王与兴师,修我戈矛”、“修我矛戟”、“修我甲兵”的应召前的准备工作出现;又有齐国的“拳勇股肱”(既拳术)盛行于民间;还有赵国的“击剑”活动。在学校,《礼记》中规定:“舞勺”、“成童舞象(既器械舞)”;在部队中,则有“天子乃命将帅讲武,习射御,角力”等活动。说明武术是比较普及的,形成也是多样的。

秦代,虽只有十五年的寿命,可在此期间,武术“更名角抵”,成了富有表演性的活动了。汉代沿用之,在对匈奴的斗争中,“下

马地斗”的短兵相博，则是我军的优势。楚汉之争中，有名的“鸿门宴”上的项庄舞剑等，则说明武术的可表演性。在《说苑斟补》中，鲁石公的剑术：“迫则急应，感则能动……如龙之守户，如轮之逐马”翻挂吞吐的剑术活动。从项羽的学剑，到汉末的曹丕学剑，说明民间练武较武的大有人在，水平也在不断提高。

三国两晋南北朝的三百六十一年间，我国武术大有发展。从技巧看，曹丕能战胜“徒手入白刃”的奋威将军邓展；炼丹专家葛洪，所习：“刀盾、单刀、双戟，皆有口诀要术”是比较成熟的表现；所练的“七尺杖术，可以入白刃取大戟”，这也是唐代后棍术兴于少林的社会前因吧？《南史·王宜兴传》中说：“拳捷，善舞刀盾，常使十余人以水洒不能著”的技巧出现，舞起刀盾来，风雨不透。此时的“快手”、“精手”之人遍荆楚之地，当时今日南拳的活动；名噪一时的“拍张”，则又为通臂劈挂的先声；又如《南史·杨汪传》中所说：“好与人群斗，所击无不颠沛”的一人对多人的搏斗；还有《宋书·王休佑传》中的：“勇壮有气力，奋拳左右排击，没得近”的记述，说明为长拳与翻子拳的内容问世了。《南史·羊侃传》中，说他的壁虎功能在直壁上下左右自由爬走；大殿上模仿虎的爪的动作，“手扶殿没指”的金刚指功夫；在马上舞枪，招来观众成千上万，争先上树观看，上的人太多了，把树给压断，后人称羊侃之枪为“折树槊”。

隋唐时代，以尉迟敬德交锋，一会就“三夺其槊”，可见空手入白刃的技术，比前大有提高。秦琼的特号枪，为国家炫耀武功的国宝。《隋唐嘉话》中说：“秦武卫（秦琼）勇力绝人，其所持枪逾越长制。初从太宗困王世充与洛阳，弛马顿（枪）之城而去，城中数十人，共拔不能动，叔保复驰马举之以还。”虽说有夸大之辞，可《新唐书》中的：“跃马挺枪于万众中，莫不如志”的正史所述，不是没有因由的。作为大将，身经“三百余战”能生还，古鲜有其能者。

五代的摔跤盛极一时，为此有《角力记》问世；宋代的名枪之

家,《续文献通考》称:“十七家”。一代天骄赵匡胤,自称:“铁衣士”,以三节棍打天下。史称的太祖长拳,就是赵匡胤流传下来的。今日的杨家枪法,即为宋末女农民起义军领袖杨妙真所传。

元代的“猛士邓弼”,不仅文采出众,其马上舞双剑,如浓雾笼罩,所向无前,称雄一时。

明代,武术盛行于御倭的东南沿海,唐顺之、戚继光、郑若曾、何良臣、程冲斗等的武术专著相继问世,分别介绍了几十家的拳械及理论,留于后世参考,极大地推动了武术的发展。唐顺之的枪法、戚继光的《纪效新书》、程冲斗的《少林棍法》等等,对清代的武术影响巨大,为武林界所推崇。

清朝,自1644年—1911年,共二百六十八年,是我国历史上最后一个封建王朝,历经顺治、康熙、雍正、乾隆、嘉庆、道光、咸丰、同治、光绪、宣统十代。不过,清史的上限不能仅起于1644年。在此之前,还有一段满族兴起、创业的历史。早在1616年,努尔哈赤即建立了“后金”政权,至1636年,皇太极又改国号为“清”。清朝作为少数民族建立的政权,入关前早已存在。清兵入关前的几十年,在努尔哈赤和皇太极的努力下,女真部落从分散走向统一,使满族由奴隶社会进入了封建社会。清兵入关后,最初推行了一些暴政,如剃发、圈地、缉捕逃人等,致使民族矛盾尖锐化,各种势力的抗清斗争此起彼伏,持续二十年之久。后来清政府一方面实行武力镇压,一方面采用了缓和民族矛盾的措施,在康熙初年,使国内基本稳定了下来。显示了清统治者,比元统治者高明些。另外,清朝统治者,最初采用的,凡军国大事,必须经议政王大臣会议具奏,这实际上是由满族贵族共同掌握政权。到康熙皇帝除鳌拜集团后,形成了以皇帝为中心的专制中央集权。之后,清朝皇帝真正做到了集军政大权于一身,权力不受任何侵犯,君主集权达到了顶点。

清代军事制度促进武术发展:

从军事制度来看,清代是八旗兵制,即每三百人为一牛录(牛录:汉释为箭);五牛录为一甲喇;五甲喇为一固山(汉释为旗)。1605年时,只有四旗:黄、白、红、兰。1615年,扩大为八旗,即:黄、红、兰、白、镶黄、镶红、镶白、镶兰八旗。以此八色为旗色。旗民“出则为兵,入则为民”、“无事耕猎,有事征调”的寓兵民间的做法,促进了全民习武之风。清兵入关后,又增加了蒙古八旗和汉军八旗,共二十四旗。此后,只增佐领数,旗数未增。在旗中,以满八旗为核心;满八旗又以:“国初八旗诸将士,镶黄、正黄、正白三旗为皇上自将,选其子弟曰侍卫。”至于八旗的职能,以当兵为务。故有:“八旗以骑射为本务,而士夫家居,亦以习射为娱,家有射圃,良朋三五,约期为会。其射之法不一,曰射鸽子,高悬栖皮,送以响箭,鹄之层亦不一。最小者名羊眼,然工者仍不事此,或一箭诸圈,皆开而不落,如花篮式,此为至难。曰射月子,满语名艾杭,即画布为正也。曰射绸,悬方寸之绸于空而射之,此亦难。又有于暮夜悬香火于空而射之,则更难。然皆巧也,非力也。闻之开国之初。其射也。弓用八力,箭长三尺,镞长五寸,名透甲锥,所中必洞,或连贯二人而有余力。”旗兵以习武为己任,从技巧到力的显示,都说明其重武。

另外,统一多民族国家,是清代的一大特点。明末清初,内地汉人迁东北、蒙古、新疆、台湾等地;而少数民族也有不少内迁,这样各族文化开始大融合,促进武术的交流发展。

“反清复明”斗争和农民起义促进武术发展:

清朝,自始至终,农民的反抗斗争就未停息过。先是明末遗老的为恢复朱明政权,在南方建立了几个政权,如朱由崧的南京称帝;朱以海的监国绍兴;朱聿键称帝福州;朱聿(鐸)称帝广州;朱由榔监国肇庆等,南明的这五个小朝廷,坚持斗争了二十多个年头。在其南明灭亡之后,暗里仍有反清复明之士在活动。五公山有王余佑等隐居伺机,南京一带又有少林弟子武术家甘凤池等活

动。以宗教为掩护的各次农民大起义此起彼伏,在诸多的秘密社团中,尤其以八卦教的几次起义,较有生气,社内习武之风也较盛行。在1987年2期《历史研究·明清时期的民间秘密宗教》中载:“四、八卦教……山东临清清水教徒王伦组织起义。王伦奉弥勒佛、无生老母,宣传劫灾到来,入教避祸,他通过为人治病,得到群众信赖,教中分文弟子和武弟子,文弟子运气练功,武弟子演习拳棒,八卦教许多教派都有文武弟子划分。”、“李文成、林清领导的天理教起义。……它们又称为金丹八卦教,义和门、如意门、大乘门等。这些教门的活动,文练功,武习拳棒,对武术的发展是个推动。

清代的各时期的社团有:“雍正年间山西白莲教组织的拒捕夺犯斗争”、“乾隆四、五年河南伊阳等地白莲教组织起义”、“乾隆七年福建漳浦、诏安等地小刀会、子龙会组织的起义”、“乾隆十一年大乘教去云、贵、川等省秘密组织的起义”、“乾隆十三年福建宁化罗教组织拒捕夺犯斗争”、“乾隆年间福建宁化等地铁尺会的活动”、“乾隆年间豫、皖、鄂混元教的秘密活动”、“乾隆五十一年直隶大名八卦教组织起义”、“乾隆年间江苏等地小刀会的活动”、“乾隆五十六年被发遣新疆等地为奴的八卦教、天地会成员继续坚持反清斗争”、“乾隆五十七年福建泉州天地会反清斗争”、“嘉庆七年广东博罗天地会起义”。“乾隆嘉庆年间直隶八卦教的活动”,几次较大规模的农民起义和农民战争——清水教,天理教,川、楚、陕、甘、豫等地的白莲教等。从以上情况看,清代的反抗斗争,真如“野火烧不尽,春风吹又生”,此起彼伏,叠连出现,而农民起义也都把武术作为斗争的重要手段,这极大地推动了武术的发展。

“帝国主义入侵”促进武术发展:

鸦片战争之后,帝国主义列强侵入,天主教代来文化侵略,总想瓜分中国,人民不堪清政府和帝国主义的压迫,纷纷习武,以抵

御外侮，大大促进武术的发展。

哪里有压迫，哪里就有反抗。鸦片战争之后，由于帝国主义列强的入侵，激起了民众的誓死抵抗，如三元里人民抗英斗争中，武术发挥了威力，在《中国近代史》中有：“附近农民从四面八方赶来，人数愈聚愈多，‘刀斧犁锄，在手即成军器；儿童妇女，喊声亦助兵威。’”另外，在《中国近代简史·三、三元里的怒吼》中亦载：“三元里人民……推举韦绍光为领袖，并以黑底白边的三星旗作令旗，庄严起誓：‘旗进人进，旗退人退，打死无怨。’”1841年5月30日清晨，三元里一带人民集合了成千人的队伍，向英国侵略军营地一四方炮台挺进。正在吃早饭的英军，突然听到杀声震天，伸头一望，只见手里拿着大刀、长矛、盾牌，火绳枪的武装群众，打着鲜艳的旗帜，漫山遍野而来。……（妇女齐心亦健儿，犁锄在手皆兵器“以传统冷兵器杀出了威风。又如：在1860年对英法侵略军的战斗中，北京圆明园附近的谢庄，有猎户冯三保及女儿冯婉贞率领猎户及子女抗英，杀死敌人百名，保卫了谢庄。冯氏父女，皆武术的精通者。在1915年上海《申报》中载：“距圆明园十里，有村曰谢庄。环村居者皆猎户。中有冯三宝者，鲁人。素精技击，侨此已再世。冯有女曰婉贞，年十九，姿容妙曼，而自幼好武术，冯之技，女无不习，习无不精。是年谢庄办团，以三保勇而多艺，推为长。筑石寨土堡于要隘，树帜曰：谢庄团练冯”。后冯婉贞率领本村少年百人，设伏村前林中，以刀矛大胜英军，杀死英国侵略者百十名。这些斗争的胜利，在当时，对武术在民间的发展是个极大的推动。

特别在清末民初之际，在中国武林界出了许多雪“东亚病夫”之辱的志士仁人，如迷宗大师霍元甲，吓跑美国力士奥皮音后，在上海成立“精武体育会”直接倡导武术。之后有形意八卦门拳师张占魁、韩慕侠等胜外国力士，夺得十一块金牌等，大长了中国人的志气，扫了“东亚病夫”之辱，大大促进武术在民间的普及。

在近代史的斗争历程上,许多武术爱国者,以大无畏的气概,英勇浴血奋战,杀死无数侵略者。特别在义和团运动中,武术各个拳派的人,都有一些人参加了进来,如行意拳家李存义、高振东(南京中央国术馆武当门长);八卦掌家程廷华;昆安、六合拳家王五;梅花门众弟子赵三多等等,向侵略者投以匕首,杀敌立功。这些武术家,为振奋民族精神,宏扬武术做出了贡献。

另外,鸦片战争后,由于帝国主义的入侵,社会更加动荡不安,社会秩序紊乱,盗贼蜂起,于是出现了北方的保镖护院之风,以武术为护商手段等,也为促使武术融合、发展起到积极作用。

目 录

第一章 概况	(1)
第一节 清代武术的特点	(1)
第二节 清代武术的三个时期	(3)
第三节 清代武术发展的总趋势	(4)
第二章 日见衰微的军旅武术	(6)
第一节 火器的发展促进了军旅武术的衰微	(6)
第二节 军旅武术在实践过程中观念的变化	(7)
第三节 冷兵器逐渐退出战阵	(8)
第四节 武举制度的变化与废止	(9)
第三章 民间武术的体育化进程	(10)
第一节 民间武术从内容到形式的变化	(10)
1、教门中习武	(12)
2、地主乡团中的习武	(14)
3、各地练武风俗	(14)
4、民间习武传闻	(15)
5、武术艺人的活动	(25)
6、镖局中的武术	(27)
7、适应武举的练武	(28)
8、花法与实战	(28)
第二节 武术气功	(29)

1、养生武术气功	(29)
2、《清稗类钞》中武术气功记载	(32)
第三节 近代武术体系从理论到技术的进一步形成	(39)
第四节 武术体育化进程的完成	(42)

第四章 门类繁多,内容庞杂的清代武术

第一节 主要门派及传习者	(46)
1、少林门拳术	(46)
2、太极拳	(60)
3、通背门拳术	(84)
4、形意拳	(88)
5、八卦拳(掌)	(91)
6、翻子门拳术	(103)
7、燕青拳	(113)
8、六合拳	(114)
9、滑拳	(116)
10、太祖拳	(117)
11、明堂拳	(118)
12、劈挂拳	(118)
13、弹(潭)腿	(120)
14、功力拳	(121)
15、昆仑门	(122)
16、螳螂门拳术	(124)
17、苕氏武术	(126)
18、二郎拳	(129)
19、梅花拳	(129)
20、三皇炮捶	(131)

21、弓力拳	(132)
22、短拳	(133)
23、戳脚	(134)
24、佛汉拳	(135)
25、言情拳	(137)
26、猿功拳	(139)
27、唐拳	(140)
28、青萍剑	(140)
29、清八仙拳	(142)
30、人祖门自然派	(143)
31、罗汉拳	(144)
32、气功长拳	(144)
33、太师鞭	(145)
34、母子拳	(146)
35、意拳	(148)
36、大悲拳	(149)
37、查拳	(150)
38、华拳	(152)
39、石头拳	(153)
40、太祖反拳	(153)
41、鸭形拳	(154)
42、醉拳	(155)
43、猴拳	(156)
44、蛇拳	(157)
45、随手	(158)
46、扫手	(159)
47、拦手拳	(159)
48、崆峒派	(160)

49、陕西红拳	(161)
50、黄梅岳家拳	(162)
51、河州回族八门拳	(163)
52、西域拳	(164)
53、曦阳拳	(164)
54、高家拳	(164)
55、武当太乙五行拳	(165)
56、梅花捷拳	(167)
57、回回十八肘	(167)
58、武当剑术	(168)
59、罗家枪	(169)
60、姜家拳	(170)
61、南拳	(172)
62、内家拳	(194)
第二节 全国武术门派的分布、传播与南北差异	(197)
综述	(197)
各拳术的分布	(198)
南北拳术的差异	(204)
第三节 有代表性的武术论著	(207)
1、《拳术》	(207)
2、《十三刀法》	(207)
3、《手臂录》	(208)
4、《万宝全书》	(209)
5、《心意六合拳谱》	(209)
6、《形意拳谱》	(210)
7、《形意拳拳谱》	(211)
8、《太极拳经》	(211)
9、《阴符枪谱》	(212)

10、《拳术》	(212)
11、《内家拳法》	(214)
12、《苙式武技书》	(215)
13、《古今图书集成》	(217)
14、《陈氏太极拳图说》	(218)
15、《少林拳术秘诀》	(218)
16、综述	(221)
第五章 农民战争与武术活动	(223)
第一节 反清复明运动中的武术家	(223)
1、内家拳家王征南	(223)
2、“五公山人”王余佑	(224)
3、甘凤池	(225)
4、综述	(227)
第二节 白莲教、八卦教、天理教起义与武术	(228)
1、乾隆四、五年河南伊阳等地白莲教组织的起义.....	(228)
2、乾隆十七年以马朝柱为首在鄂、皖等省准备的起义.....	(228)
3、乾隆三十六年湖北京山以严金龙、何士荣为首 组织的起义	(229)
4、乾隆五十一年直隶大名八卦教组织的起义	(229)
5、王伦领导的山东农民起义	(229)
6、白莲教组织的川、楚、陕、甘、豫等省的农民起义.....	(230)
7、天理教组织的豫、鲁、冀等省的农民起义	(232)
8、太平天国农民起义	(233)
9、黑旗军首领宋景诗	(237)
10、义和团运动与北方武术流派的发展	(238)
第六章 民间拳师的武术活动与武术社团	(241)

第一节	民间拳师对普及武术的作用	(241)
第二节	民间拳师的社会地位及其阶级分化	(243)
第三节	民间武术社团的大量涌现及其有代表性的 社团活动	(246)
第七章	武术思想与理论	(248)
第一节	清代士人的武术观	(248)
第二节	颜习斋寓武术于教育的思想学说	(250)
第三节	武术理论的上升与玄虚思想的产生	(251)
第四节	内家、外家之说的进一步发展	(253)
第五节	抗御外侮的爱国主义思想对晚清武术界 的影响	(257)
第六节	清代武术理论的总特点	(258)
第七节	清末爱国武术家的活动	(260)
第八章	武林英杰	(263)
	附录:传统杨氏太极拳(赵双印演练)	(378)