

民族传统体育学专业研究生教材

ZHONGHUAMINZUCHUANTONGTIYU

WENHUAGAILUN

中华民族传统体育

文化概论

■ 周之华 主编



北京体育大学出版社

民族传统体育学专业研究生教材

中华民族传统体育文化概论

周之华 主编

北京体育大学出版社

策划编辑 李志诚
责任编辑 吴光远
审稿编辑 梁 林
责任校对 李志诚
版式设计 小 小
责任印制 陈 莎

图书在版编目 (CIP) 数据

中华民族传统体育文化概论/周之华主编. —北京:
北京体育大学出版社, 2015. 11

ISBN 978 - 7 - 5644 - 2094 - 9

I. ①中… II. ①周… III. ①民族形式体育 - 体育文
化 - 研究 - 中国 IV. ①G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 268574 号

中华民族传统体育文化概论

周之华 主编

出 版: 北京体育大学出版社
地 址: 北京市海淀区信息路 48 号
邮 编: 100084
邮 购 部: 北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部: 010 - 62989320
网 址: <http://cbs.bsue.edu.cn>
印 刷: 北京京华虎彩印刷有限公司
开 本: 710 × 1000 毫米 1/16
成品尺寸: 170 × 228 毫米
印 张: 15.75
字 数: 261 千字

2016 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 39.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

编写委员会

- 主 编：周之华 首都体育学院 教授
- 副 主 编：陈 青 西北师范大学体育学院 教授
- 参编人员：林小美 浙江大学教育学院 教授
- 陈振勇 成都体育学院 教授
- 李朝旭 广州体育学院 教授
- 田文波 山西省体育报社 副编审
- 刘 轶 湖北大学体育学院 博士
- 杜舒书 华东师范大学体育健康学院 博士

目 录

第一章 中华民族传统体育的起源和发展	(1)
第一节 古代中华民族传统体育的起源与早期发展	(1)
第二节 近代中国社会结构演变中的民族传统体育	(10)
第三节 传统文化对民族传统体育的孕育与滋养	(19)
第四节 武术的时代特征	(28)
第二章 中华民族传统体育的文化品质	(36)
第一节 文化品质的构成	(39)
第二节 中华民族传统体育文化品质	(51)
第三章 中华民族传统体育文化功能	(75)
第一节 中华民族传统体育文化功能	(75)
第二节 武术功能	(85)
第四章 中华民族传统体育文化的区域分布	(100)
第一节 东北地区民族传统体育文化	(100)
第二节 华北地区民族传统体育文化	(109)
第三节 华东地区民族传统体育文化	(118)
第四节 华南地区民族传统体育文化	(127)
第五节 西北地区民族传统体育文化	(137)
第六节 西南地区民族传统体育文化	(146)
第五章 中华民族传统体育的文化融合	(158)
第一节 中华民族传统体育文化交流	(158)
第二节 中华民族传统体育文化认同	(172)

第六章 中华民族传统体育文明共享	(192)
第一节 中华民族传统体育文化全球化	(193)
第二节 中华民族传统体育文明共享	(209)
附 录	
附录(一)	(219)
附录(二)	(226)
附录(三)	(230)
附录(四)	(234)
附录(五)	(239)
附录(六)	(243)

第一章 中华民族传统体育的起源和发展

“一个民族的文化，是一个民族精神活动的结晶。”^{〔1〕}中华民族传统体育是中华民族在长期的融合发展进程中形成发展的，作为中华民族独有的身体文化系统，中华民族传统体育首先是中华传统文化的重要组成，更是中华民族身体文化的结晶。民族传统体育作为一个历史的范畴，是历史进程的产物，是中华民族文化在身体层面的理论和实践的总结。当今的时代是经济全球化和文化全球化的时代，民族传统体育的生存和发展遇到了强烈的挑战，如何实现民族传统体育的科学可持续发展，既是我们必须直面的现实课题，也是历史赋予我们的文化责任。故此，对民族传统体育本体发展的探究就显得非常必要，民族传统体育是一个庞大的文化系统，千头万绪之下，我们首先从其起源和发展谈起，正本清源，从而构建民族传统体育的基本历史轮廓。

第一节 古代中华民族传统体育的起源与早期发展

一、统一与分裂：中国的疆域沿革与民族传统体育的历史舞台

自有考古资料可查的元谋人起迄于当今，中华先民们在东亚大陆的这方热土已生存了170多万年，中华民族在这一历史舞台上上演了一幕幕精彩的活剧，造就了绚烂的中华文明，成为世界上唯一的没有断裂的文明体系。在长期的历史进程中，中国经历了历史的兴衰和统一与分裂的交替。从石器时代文明的星星之火到夏商周渐成燎原之势，由早先的隔离的和互无关联的变成为广袤的联为一体的文明区域，

〔1〕 冯友兰：《中国哲学史新编（上）》〔M〕，北京：人民出版社，2004：29。

中华文明也由此而肇始。公元前 221 年建立的秦帝国是中国历史上第一个统一的国家,秦帝国的疆域东至于海,西至甘陇,北越阴山,南包今越南北部,奠定了华夏民族基本的疆域基础。此后,中国既经历了汉、唐、元、明、清等统一的封建王朝,也经历了魏晋南北朝、五代十国的大分裂时期,以及宋、辽、西夏、金等民族政权对峙时期。总的来说,中华文明的发展区域呈现出扩大的趋势,唐朝和元朝的北部疆域更是远达今西伯利亚。“乾隆二十四年(公元 1759 年),清朝最终奠定了中国疆域的基础,形成了一个北起萨彦岭、额尔古纳河、外兴安岭,南至南海诸岛,西至巴尔喀什湖、帕米尔高原,东至库页岛,拥有一千多万平方公里的统一国家。”^{〔1〕}

1840 年鸦片战争是中国历史的重要转折。中国由“天朝上国”变为帝国主义列强侵略的对象,列强武力迫使清政府签订了一系列不平等条约,侵占了中国的大片领土,甚至未经条约而直接攫夺了中国的大片领土。中国人民为此进行了坚决地斗争,抗日战争的胜利更是夺回了此前割让给日本的台湾和澎湖列岛。

由此,从早期的文明时期开始,中华民族经历了历史的荡涤,生活和发展区域的不断变化,最终形成了今天 960 万平方公里的疆域面积,这既是今天中国的疆域面积,也是当下研究者探讨中华民族传统体育的区域空间。

中华民族生活的这片热土,大部分地处北半球的温带,长江、黄河、珠江等大河奔流其间,高原、平原、草原、沙漠、山地、丘陵等自然地地貌多种多样,地理环境的多样性造就了中国文化的多样性。马克思曾经指出:“资本的祖国不是草木繁茂的热带,而是温带。不是土壤的绝对肥力,而是它的差异性和它的自然产品的多样化,形成社会分工的自然基础,并且通过人所处的自然环境的变化,促使他们自己的需要、能力、劳动资料和劳动方式趋于多样性。”^{〔2〕} 中国传统文化正是在广袤的中华大地上形成了庞大而丰富多彩的文化体系。同时,由于中国东部海岸线平直,直面浩瀚的西太平洋,西南部和西部均有崇山峻岭的阻隔,西部更有浩瀚无垠的沙漠戈壁,为中华文化的发展创造了一个相对封闭的文化环境,使中华文化呈现出独特的民族色彩。当然,“地理环境对人类和人类社会的影响不能简单地归结为决定或不决定,而应该作全面的认识。”^{〔3〕} 但地理环境对中国文化的发展起到了重要的

〔1〕 张岱年,方克立. 中国文化概论 [M]. 北京:北京师范大学出版社,2004: 14.

〔2〕 马克思. 资本论 [M]. 北京:人民出版社,1975: 561.

〔3〕 张岱年,方克立. 中国文化概论 [M]. 北京:北京师范大学出版社,2004: 19.

影响作用是毋庸置疑的。中华民族体育作为中华传统文化的重要组成,显然也与中国地理环境产生着紧密而不可区隔的关联。

中国是一个多民族的国家,中国历史是由生活在中华大地上的多个民族共同创造的,中华传统文化也是多民族共同创造的结果。“文化所代表的生存方式总是特定时代的特定民族,特定地域中占主导地位的生存模式,它通常或以自发的文化模式或自觉的文化精神的方式存在。”^{〔1〕}在中华民族传统体育的产生发展过程中,汉族、蒙古族、藏族、回族、壮族、满族等五十六个民族都参与其中,共同成为中华民族传统体育的民族母体。无论是在早期的文明进程中,还是在当下高度发达的现代社会,各族人民身体力行,更新创造,不断丰富着中华民族传统体育的文化宝库,使其散发出更加迷人的光芒。中华民族传统体育作为中华传统文化的结合体,充分体现和包含了各民族的文化精神,并经过融合,成为具有中华民族特质的文化体系。

二、自然经济与农耕文明:民族传统体育发展的经济基础

中国是一个幅员辽阔的国家,长江和黄河作为中华文明的母亲河,孕育了中国的大河文明,黄河流域和长江流域在很早的时候就成为中华先民的活动场所。在陕西半坡文化遗址和浙江余姚河姆渡文化遗址中,都有中华先民从事农耕的具体体现。

在中国的长期历史进程中,自然经济和农耕文明占据了历史的主流,农耕自然经济是中国古代社会经济的主体。夏商周时期,农耕业已经成为中原地区华夏民族生活的主要来源,“日出而作,日落而息,凿井而饮,耕田而食”^{〔2〕},成为华夏民族的生活特色。基于这样的历史发展,中华民族的早期历史叙述中有许多关于治水和农业建设的描述,“尽力乎沟洫”^{〔3〕}。“决九川,距四海,浚畎浍,距川”^{〔4〕}。都说明水利对于中国农业经济的重要性。“禹平洪水,定九州,制土田,各因所生远近,赋入贡楮”^{〔5〕},并由于治水的功绩而受到民众拥戴,建立了夏朝。进入封建社会,农业更是被作为整个社会的经济基础,并由此而形成了自给自足的自然经济体系。

〔1〕 衣俊卿.文化哲学十五讲[M].北京:北京大学出版社,2004:19.

〔2〕 《帝王世纪·击壤之歌》

〔3〕 《论语·泰伯》

〔4〕 《尚书·益稷》

〔5〕 《汉书·食货志》

井田制、屯田制、均田制等对中国历史影响颇深的土地制度既是对中国古代农业社会发展的促进,也体现出了土地对封建王朝统治的重要性。由于农业经济的主体作用,中国传统的价值观念表达出明显的重农轻商的倾向,认为“力田为生之本也”^{〔1〕},“工商众则国贫”^{〔2〕},对于统治者而言最重要的是,“民农则朴,朴则易用”^{〔3〕}。小农经济的长期存在使中国大地上的子民们大都安土重迁,与土地形成完整的结合,而不愿背井离乡,土地成为他们生命的全部和最重的束缚。中国古代的每一次农民起义都与土地兼并有着直接的关联,黄巾军起义、唐末农民大起义、王小波李顺起义、元末农民大起义、明末农民大起义、太平天国运动都包含有农民对土地的诉求。土地兼并成为影响中国王朝更迭和历史循环的关键性因素。自然经济的自给自足和农耕文明的封闭性对中华民族传统体育的发展产生了重要的影响。首先,自然经济为民族传统体育的产生发展满足了基本的物质要求,使民族传统体育得到了持续稳定地发展。“忙来时耕田,闲来时造拳。”一方面体现出生活的从容与无争,另一方面也体现出民族传统体育深厚的农业文化影响。其次,自然经济直接影响了中华民族传统体育文化品格的形成。无为,不争,追求娱乐成为中华民族传统体育的重要表征。

“不同的民族意味着不同的文化存在方式,体现于不同的文化规定与理解之中。”^{〔4〕} 农耕文明是中华文明的主体,农耕文明之外,在中国的北部和西北部地区存在着大量的游牧民族,他们“随畜逐水草往来”^{〔5〕},“逐水草迁徙,毋城郭常处耕田之业”^{〔6〕},形成了不同于农耕经济生产方式的游牧经济。游牧民族与农耕民族不同的生活习惯,使其形成了不同于农耕民族的传统体育形态,充满了竞争精神。骑马、射箭、摔跤等民族传统体育项目都展现了游牧民族的强悍。游牧民族与农耕民族在中国历史上曾经发生多次的战争,但总的来说,和平多于战争,融合大于冲突,游牧民族“为被征服者所同化”^{〔7〕},出现了农耕化的趋向。游牧民族与农耕经

〔1〕《汉书·文帝纪》

〔2〕《荀子·富国》

〔3〕《吕氏春秋·上农》

〔4〕陈文殿. 全球化与文化个性 [M]. 北京: 人民出版社, 2009: 73.

〔5〕《史记·西域传》

〔6〕《史记·匈奴列传》

〔7〕马克思, 恩格斯全集第20卷, 199页。

济的融合扩大了中华民族传统体育的经济基础，作为农耕经济的有效补充，游牧经济使中华民族传统体育的发展形态更加完整，项目具有的代表性更加全面。

三、战争与民族融合：民族传统体育早期发展的动力源泉

战争与和平是社会发展的恒久主题，中国的历史就是一部战争史，也是一部民族融合的历史。牧野之战、长平之战、巨鹿之战、昆阳之战、赤壁之战等著名战役，每一王朝末年的农民起义，以及华夏民族与边境地区游牧民族的多次战争共同构成了厚厚的中国战争史。绵延不绝的战争使众多人民流离失所，生命财产受到了极大的伤害。同时，中华民族是一个勇敢的民族，各民族在捍卫民族主权和民族利益方面都勇于牺牲，尤其是近代以来，在反对西方资本主义列强的斗争中，中华民族团结御侮，共同保卫自己的神圣家园，取得了一次又一次的胜利，挽回了国家可能遭受的更大损失。战争在给社会发展和经济发展带来极大破坏的同时，对与战争相关的文化客观上起到了促进作用。民族传统体育的早期发展与战争有着紧密的联系。

战争需要有大批勇敢且技击本领高强的战士，所以，中国古代一直十分重视单兵格斗能力的增强，以提高军队的整体战斗力，武术的产生与早期发展在很大程度上与战争同步。战国末年和秦汉时期，手搏已呈现出多样化状态，打法已相当精巧凌厉。手搏训练对于参加军事战斗的士卒而言，主要起着“习手足”的作用，从而提高战士对军事器械的使用能力。游牧民族为了提高战士的战斗能力，在战争间隙大量举行摔跤、骑射等与战争相关的传统体育活动，以促进和提高战士的个人素质。

战争在给社会经济带来巨大损害的同时也促进了兵器的进步，推动了武术、射箭等民族传统体育项目的发展。青铜剑作为战士主要的短兵装备，从战国时期一直延续至秦代。陕西西安秦始皇陵兵马俑坑中出土的青铜剑佐证了直到秦朝青铜剑依然在大量使用的事实。青铜剑作为短兵主流的同时，铁剑在战国时期开始出现，至晚到秦末汉初，在战争中青铜剑的主导地位被铁剑所取代。刀在汉代开始作为军队的正式装备。周纬《中国兵器史稿》有载：“重刀之习，起于汉代，固如上说；然则汉剑亦自有其相当声价，未容忽视焉。列朝载籍之称述汉剑者，并不亚于汉刀之记载。”^{〔1〕}事实上，两汉时刀不但开始在军队中成为主要武器装备，而且帝王官员

〔1〕 周纬. 中国兵器史稿 [M]. 天津: 百花文艺出版社, 2006: 116.

佩刀爱刀之风也开始兴起。魏武帝曹操曾令工匠制作五具好刀,并取“百炼利器,以辟不祥”之意命名为“百辟刀”。可见当时统治者对兵器制作的重视程度。游牧民族在制作兵器方面也不遑于后,匈奴、突厥等民族都可以制作精良的兵器,成吉思汗西征时更是携有大量的工匠。器械的改进对民族传统体育项目的整体推动显然具有重要意义。

在战争的同时,民族融合也是中国历史的主流,无论是和平的还是战争的方式,中华民族的形成都是民族融合的结果。魏晋南北朝时匈奴、鲜卑、羯、氐、羌等游牧民族纷纷进入中原,并建立了自己的王朝,他们积极汲取华夏民族的先进文明,改变落后的生产和生活方式,并大多最后融合为华夏民族的一员。元代和清代是中国历史上由游牧民族建立的统一的封建帝国,在其广大的统治范围内,在很大程度上实现了各民族间的文化交流,促进了民族融合。许多历史上盛极一时的游牧民族如东胡、鲜卑、乌桓、羯、氐、契丹等都已与其他民族融合在一起,共同形成了中华民族。民族融合背景下各民族间文化交流的广泛进行对民族传统体育的发展产生了积极的推动作用,促使许多原本单一民族的传统体育活动成为多民族参与的体育活动,扩大了传统体育项目的受众和传播区域。在山西省灵丘县珏山寺的壁画中保留有清道光年间的布库壁画,布库本是满族人的体育活动,但在传统汉族的生活区域内有清晰的文化遗存,可见这一传统体育项目的推广程度。摔跤原本是游牧民族喜闻乐见的传统体育活动,随着民族融合的加速,在山西、河北的北部地区成为汉族和回族人民热爱的体育活动。武术亦是如此,我们可以看到,在当今的许多传统武术项目中,少数民族的武术拳种占有相当比例,这无疑说明武术早已成为多民族共有的民族传统体育项目。由此,民族融合在保持民族传统体育文化多样性的同时,更具有促进民族传统体育文化融合的作用。

四、儒家文化与百家争鸣:民族传统体育发展的思想源起

在农耕文明的基础上,中华民族形成了独有的文化体系,“中华文化的核心,不是一个空间位置的中心点或者中心区域的概念,而是一个以思想理念为中心的多维立体结构,思想理念是整个文化的核心。”^{〔1〕}中华文化的多元构造一方面体现在各

〔1〕 李鹏程,中国传统文化的“多元一体”结构[J],浙江学刊,2003(5):30.

民族的多元文化构成上,另一方面则体现在儒家、道家、法家、墨家等不同思想体系的多元同构。但在中国长期的历史进程中,儒家文化一直占据主导地位。陈旭麓对此曾指出:“凌驾于社会存在之上的,是相应的意识形态构造。中国传统文化的主要部分,是以孔子为代表的儒学。孔学定于一尊的格局,是历史地形成的。”^{〔1〕}儒家思想作为传统文化的思想内核是中华传统文化的思想基础,决定了传统文化的历史走向和文化表达。

“天人合一”的思想是中国传统文化的根基,对于天人合一,孟子有曰:“尽其心者,知其性也。知其性,则知天矣。”^{〔2〕}董仲舒认为:“天亦有喜怒之气,哀乐之心,与人相副,以类合之,天人一也。”^{〔3〕}天人合一对中华民族传统体育的发展有着深远的影响,传统体育的代表项目武术完整体现了天人合一思想。在武术习练过程中,人们注重人与自然的交汇,达于物我两忘的境界,在技艺修炼的同时着重于个人人格的培养。中华民族传统体育的许多项目都与生产生活息息相关,传统体育本身就是人们在特定自然环境中的产物,极为重视人与自然的和谐,人与人的和谐,从而实现社会的和谐。

中国传统的农耕社会使中国人在长期发展中形成了注重节制、追求和谐的文化性格。传统儒家文化中将人际关系的和谐放在首要位置。“礼之用,和为贵。”^{〔4〕}“君子慎其独也。喜怒哀乐之未发,谓之中;发而皆中节,谓之和。”^{〔5〕}正是因于国人对“和”的追求,“和”就成为传统文化核心理念。在“和”的思想指引下,“中庸”与“中和”的人生价值基本原则与人格施教成为中国人的道德追求和人生的理想境界。“中庸的核心便是思想行为的适度 and 守常,归结到期对个人人格的具体要求,则是要为人庄重、谨慎,节制个人的情感、欲望,反对固执一端的偏激片面,以达到处世通达圆融。”^{〔6〕}“和”与“中”直接影响了中华民族传统体育的文化品格,使中华民族传统体育文化发展中和谐成为重要的理念。武术作为一种搏杀术,在其精湛的技术要求之外,更有着对道德的追求,对习武者的道德要求成为必

〔1〕 陈旭麓.近代中国社会的新陈代谢[M].上海:上海人民出版社,1992:15.

〔2〕 《孟子·尽心上》

〔3〕 《春秋繁露·阴阳义》

〔4〕 《论语·学而》

〔5〕 《中庸》

〔6〕 徐行言.中西文化比较[M].北京:北京大学出版社,2004:91.

须具备的条件。这就使得武术在搏杀之外有了道德的约束,不再只是一项技术,而成为复合的文化体系。

儒家文化之外,道家思想作为重要的思想体系对传统文化的发展产生了重要影响。在某些层面,道家思想更与儒家思想形成某种对应,比如,与儒家的中庸思想相类似,道家所提倡的守雌、处下、不争、无为的中道观直接影响着国人文化品格的养成,“不敢不天下先”,“知足者富”,更是直接影响着中国人的人生态度。及于民族传统体育,道家思想的烙印更是十分深刻,太极拳、形意拳都主张后发先至,不主动进行攻击,都体现了不争的思想理念。

同时,多种思想体系的交融使中国传统文化早期就具有了法制的观念,“儒以文乱法,侠以武犯禁。”^{〔1〕}先秦时期著名思想家韩非对“武”这一论断具有重要的社会意义。“知和而和,不以礼节之,亦不可行也。”^{〔2〕}儒家文化在对于“和”的追求的同时,也提出必须以“礼”来管理,所以,民族传统体育的发展就必须在一定的社会规则内进行。中国历代统治者们不时地禁武,以免其统治受到影响。基于这样的社会背景,武术的传播者们也将遵守社会规则作为能否传授的主要考量。

民族传统体育文化的核心就是中国传统的文化理念,亦即是中国传统文化的身体表达。所以,民族传统体育文化的文化个性即是中华民族传统文化的核心价值所系。换言之,民族传统体育文化的核心就在于其所浸润的传统文化理念。如果我们将其理念与价值作为糟粕抛弃,那么民族传统体育文化将失去其文化的脊梁,而成为无生命的文化体系。

五、宗法与伦理:民族传统体育的社会根基

中华民族的文化发展,除却上述的因素之外,社会政治结构的影响也至关重要。古代中国的社会政治结构主要体现出专制主义严密和以血缘关系为纽带的宗法制度完备而系统的特点。在此之上形成的中国传统政治结构呈现出家国同构的特点。“家国同构是指家庭、家族和国家在组织结构方面的共同性。”^{〔3〕}众所周知,古代中国一直以小农经济作为社会的经济基础,所以与小农经济这一生产方式相适应的家

〔1〕《韩非子五蠹》

〔2〕《论语·学而》

〔3〕张岱年,方克立.中国文化概论[M].北京:北京师范大学出版社,2004:48.

族制度也就成为中国传统社会结构的特色，并使国家结构也体现出家庭制度的特色，中国古代的王朝都是一氏一姓的王朝，朝代更迭更类似于家族的变化，家天下成为中国古代社会的重要表征并非偶然，而是家国同构政治结构的必然。故而，早在春秋战国时期，孟子就说出了中国传统社会中家与国的关系：“天下之本在国，国之本在家，家之本在身。”^{〔1〕}近代之后，宗法社会日趋解体，但依然呈现出其宗法制的本，梁启超就针对此现象指出：“吾中国社会之组织，以家庭为单位，不以个人为单位，所谓家齐而后国治是也。周代宗法之制，在今日其形式虽废，其精神犹存也。”^{〔2〕}由此可见宗法制对中国社会的影响之深。作为中国传统文化的社会政治母体，宗法制对传统文化的走向与发展产生了深远的影响。

基于这样的文化背景，民族传统体育的传承与传统的宗法社会和社会伦理形成了紧密的逻辑关联。具体而言，武术门派的产生，与中国社会宗法制度的内向封闭的特点有着极为密切的关系^{〔3〕}。门派的形成与传统社会中的宗法制度以及小农经济基础上相对封闭的文化环境有着密切关系，在这其中，传统社会结构中占据统治地位的血缘关系和类血缘关系的传承方式起着决定性作用。传统武术门派不仅是武术技术体系的代表，还特指技术的传承者。首先，在古代封建社会，受农耕经济的局限，一门一户的武术传承成为符合武术传播和发展的理想场所，师父能在“门户”中将自己的武艺传播，徒弟也能够在一个相对稳定的环境中专心训练。门派之内，师徒如父子，代代相传，促进了武术的精深发展。“一日为师，终身为父”，展示出了师徒制中宗法父权的本质，武术的传承遵循严格的师徒制。言传身授的习练就是这样一种相对封闭的、缺乏外界交流的传承模式。同时，以血缘关系和类血缘关系为纽带的传承方式使得传承人将自己所学全面传于后人，不但可以使自己的功夫得到继承，而且可以使自己的后人能自立于社会。从而使武术拳种得到了有效的、整体的、系统的传承，在以宗法观念作为主要思想控制手段的古代社会，武术的“绝技”是绝不会轻易传于外姓他人的，这只能使武术在极小部分人群中传承，极大地影响了武术的广泛传播，制约了传统武术的现代化发展。这种传播武术的方式尽管

〔1〕《孟子·离娄上》

〔2〕《饮冰室合集专集》第5册

〔3〕程大力，关于中国武术继承、改革与发展的思索——由武术门派的渊源成因看武术门派的发展走向
〔J〕·程度体育学院报，1998（4）：20-24.

其目的是安身立命，但维护“绝技”的终极追求却是维护所代表的宗族团体的利益，而且这也是其宗法制本质的根本体现。即便是近代，武术的传播也颇有宗法制的残留。

而且，传统武术门派中拜师收徒有着严格程序，并受到门规、戒律等严格的道德约束制约了武术的社会化传播。宗法强调非“正宗”不能得到“真传”，“传男不传女”；本族之外，“真传”也只是在有限的范围之内，并且要进行种种考察，其传承过程往往也秘不示人。其他非登堂入室的弟子不会得到真传，只能学点本门的皮毛。在单项拳种的每个门派传承发展过程中，往往只有本家族的几个传人得到真传，极大地限制了拳种的发展。如果得到“真传”之人再没有把所学及时地传于后人，那么此拳种就会就此失传。此外，宗法的崇祖崇宗观念，使人们产生“正宗”观念，普遍相信和认同本门拳种“天下第一”，固步自封，只要得到“真传”，必然能战胜其他门派。武术门派之间的竞争，也存在着严重的封闭性、争斗性和利益性。各门派封建残余意识严重，宗法观念强烈，造成了门派狭隘的山头主义、局部利益主义。拉帮结派，相互拆台，互不合作，是封建社会小农经济意识的明显表现，并就此产生了派与派之间的门户之见，相互之间不能进行有效的交流。门户之见的存在与危害严重影响了武术的传播与发展。

值得注意的是，尽管我们主要以武术作为解剖对象来展开讨论，但宗法制的的影响绝不仅如此。为了维护家天下的政治结构，统治者们从宗法制出发，对民族传统体育生命力进行阉割，所以，越到晚近，中华民族传统体育的生命力也越趋于弱势，这也是宗法制的文化恶果，内敛也由此成为中国传统体育的文化品格。

第二节 近代中国社会结构演变中的民族传统体育

一、闭关与开放：民族传统体育发展的时空变化

中国古代社会并不是一个完全封闭的社会体系，尽管由于地理环境的层层阻隔，中华传统文化与其他文化体系的交流需要经历艰难险阻，但中国与其他文明的交流从未断绝。佛教、基督教、伊斯兰教等宗教的东传可以直接印证中西文化交流曾经

的繁荣。而且中国在汉唐时期依然有着积极的民族进取心，在对外交流方面并未禁止，所以，我们所说的闭关锁国并不是中国古代社会的常态。明朝建立以后，由于民族内敛性格的形成，从立国起一直实行“海禁”政策，甚至“不准片板下海”^{〔1〕}，洪武十四年（1381年）十月又宣布“禁濒海民私通海外诸国”^{〔2〕}，洪武二十三年（1390年）十月，“申严交通外番之禁”^{〔3〕}。当然，明初的禁海主要是禁止民间人士出海贸易等活动，官方活动依然进行，永乐、宣德年间的郑和下西洋更是创造了当时的世界航海奇迹，但这种以朝贡为主要目标的航海活动却无法带领中国成为真正的航海大国。郑和之后，航海活动也不再举行，中国开始成为一个封闭的国家。当然，这里所说的封闭也是相对而言的，对于传统的东亚和东南亚的朝贡国，明帝国还继续进行交往。与此同时西方却正在开展浩大的大航海活动，资本主义的萌芽开始出现，开始走向强盛的道路。

进入清朝，因于清早期沿海地区郑成功等明代遗臣在海上的强大力量，清政府更是严格限制和禁止对外交通、贸易，随着政策的变化，清中期之后，将与海外进行的贸易局限制于广州一隅，规定各国商人的一切商务活动都必须通过少数经清政府特许的“行商”之手，并对出口商品的种类、数量进行限制。明清的闭关政策客观上曾经对早期抵御西方资本主义的海盗掠夺和对东南沿海的侵扰产生过积极作用，但闭关政策的实施对中国资本主义的萌芽和发展产生了阻碍作用，直接阻断了西方先进的思想文化和科学技术进入中国，使中国的科学技术和社会文明开始从中世纪的遥遥领先开始逐步落后于西方。

闭关锁国最终带给中国的是屈辱和失败，1840年鸦片战争的失败使清政府在西方资本主义强国面前无奈地结束了自己的闭关国策，被迫打开国门。应该说，开放在此时是被迫的，并非出于清政府的初衷。而且由于中国幅员辽阔，人口众多，开放并非一夕之间可以完成。所以，近代的开放也是一个缓慢地进程，我们不能高估开放的社会影响。但无论如何，国策的逐步改变使中西方之间的政治、经济和文化交流开始加速，近代西方文明开始对中国产生影响。

具体到文化层面，近代中国就是一部“觉醒”的历史，“甲午大败，……中国

〔1〕《明史》卷二百五，列传第九十三《朱纨传》

〔2〕《明太祖实录》卷一三九

〔3〕《明太祖实录》卷二零五