

# 中州武术文化研究

ZHONGZHOUWUSHUWENHUAYANJIU

韩雪 著

人民体育出版社

# 中州武术文化研究

Study on Wushu Culture in China's Central Plains

韩雪 著

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中州武术文化研究/韩雪著. -北京:人民体育出版社, 2006

ISBN 7-5009-3032-1

I. 中… II. 韩… III. 武术-文化-研究-河南省  
IV. G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 080139 号

\*

人民体育出版社出版发行  
北京冶金大业印刷有限公司印刷  
新华书店经销

\*

850×1168 32 开本 12.5 印张 270 千字  
2006 年 11 月第 1 版 2006 年 11 月第 1 次印刷

\*

ISBN 7-5009-3032-1/G·2931

定价:21.00 元

---

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:67151482(发行部) 邮编:100061

传真:67151483 邮购:67143708

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行部联系)

## 序 一

“中国武术博大精深”，是人们经常挂在嘴边上的的一句话。说“博大”，人们晓得其拳种众多，常用“丰富多彩”来形容，但言“精深”则难有更多谈资，为什么？因为没有“深入”研究。其实深入研究一个事物，我们是可以揭示它的许多深层次问题的。韩雪对中州武术文化的研究就是做了这方面的工作。

中国武术之所以谓之“博大”，是因为中国在地理上有着辽阔的疆域，而其中的不同地域分布着中华民族五十多个民族，各地域中又都有许多武术拳种的传承，这就构成了研究中国武术的多元化和复杂性。要了解中国武术“精深”的一面，笼而统之地讲中国武术显然是不可能“深入”的。那么，什么是中国武术“精深”的一面呢？于是我假设“文化”是其需要发掘的，我深信越是发掘越会感觉到它的“精深”。然而对中国武术文化的发掘是一个庞大的工程，它需要一个团队持续不断地辛勤工作才会有希望用大量事实证明其“精深”。由于中国武术的“博大”，我不能不将它设定为一个总课题，并只有将它分为若干个子课题进行研究才有可行性，而且一个人研究不行，那么我就带领我的研究生分不同的地域加以研究。愚公可以移山，是因为其子子孙孙挖山不止，这种精神将成为督促我们进行这项研究的力量源泉。

韩雪的博士学位论文《中州武术文化研究》就要发表了，这是一部开山之作。在我的几位研究生中她是第一个在我的研究方向上抡起开山之斧的，她虽是一位女子，但论勇气、毅力和坚韧决不逊于须眉。她是一个榜样，她的论文表明中国武术文化的研

究可以从地域武术文化做起，这样可以深入到当地的武术文化中去，不再浮于表面。

韩雪考博前是河南大学体育学院的副教授，有较丰富的教学实践经历和较强的表述能力，入学后我几经思考决定结合她家住在开封，工作在开封，经常参加河南省武术活动，对本地武术的情况比较了解的实际情况，要求她对中原武术文化进行研究。她开题报告以后，正式定题为《中州武术文化研究》。中州是中国古代的核心地域，兵家常言“逐鹿中原”，说明该地域是决定中国命运的必争之地。历史上的牧野之战直捣商都朝歌、楚汉成皋之战鸿沟对峙等等都发生在中州大地。研究中国武术也必言中州武术，因为该地域孕育了名扬天下的两大拳种，即嵩山少林寺的少林拳和温县陈家沟的陈氏太极拳。还有康乾时代苕乃周创立的苕家拳和中气论都是中州的瑰宝。人们话说“功夫”时会脱口而出“天下功夫出少林”，人们以武会友切磋“缠丝劲”时自然要去寻根陈式太极拳。中国武术很早就讲“气功”，但有系统地论述武术气功的要数荥阳汜水人苕乃周的《培养中气论》为贵。这些都是中州武术文化的精髓，研究中国武术文化能不深入地研究它们吗？中州武术文化是人创造的：回看殷墟废址，古老的冷兵器时代周武王就给大武舞中的“夹振之而四伐”作过战斗诠释；三国时魏文帝曹丕在《典论·自序》中记载了当时的剑术“四方之法各异，唯京师为善”，还创造了与将军邓展斗剑“三中其臂”而不败的记录；北宋靖康之难，二帝被俘，河南产生了一位“还我山河”的民族英雄岳飞，他的教射师傅则是周同；少林武僧助李唐之后历代武僧为光大少林武功做出了不可磨灭的贡献；明清时期武术大盛，陈王廷、苕乃周创造出中国名拳；近代查拳大师常振芳在开封长期授拳艺播天下；1936年在德国柏林奥运会期间表演中国武术的国术队员中就有5位河南籍选手；韩雪还在文中深情地写道：“中州武术文化孕育了新中国第一代的河南籍武术

名家常振芳、张文广、刘玉华”。另外还有，中州为新中国竞技武术培养了许多杰出的人才。轰动世界的武打电影《少林寺》就是以少林寺的历史题材和人文背景拍摄的。由此可以看出，首先以研究中州武术文化为切入点，不仅是因为中州武术文化在中国武术文化中具有至关重要的地位，而且这项研究具有武术历史与文化方向上的战略价值。天合人意，地逢人缘。韩雪恰好遇上了这样一个机会，使她担当起这个历史任务。

现在韩雪已经完成洋洋洒洒十数万字的论著，归结起来大致有四项主要成果。第一是对“中州武术文化”的概念界定。该界定中的一个重要观点是认为中州地域客体化的武术文化形态可以体现和反映主体内化的武术文化形态。这里面的核心是物质与精神的关系问题。我多次与韩雪谈到武术的“技术反映文化”，认为武术文化不是空洞的文化，武术技术本身就是具体的武术文化。韩雪在中州武术文化概念中体现了这个思想。第二是对中州武术拳种分布的描述。这项概括性的描述是必须要做的，它是中州武术文化的物质基础，是中州武术文化的客体化的基本形态，是该地域武术文化的“家底”，如果连基本家底都不清楚何谈其他相关文化？所以韩雪的这项工作是很有意义的，也确实开了个好头。韩雪将中州分为豫东、豫西、豫中、豫北、豫南五个区域，每一区域由几个城市组成，根据相关资料和实地考察统计出每个城市的拳种情况，最后得出中州地域有40个流行拳种分布的结果。有人说上世纪80年代对武术的挖掘整理时这些工作早已做过。其实不然，韩雪将中州各城市拳种的项次统计了出来，绘制成图表，数量分布也做了排序，其数据中包括有竞技武术套路一项的统计，这恐怕当时是绝不会将它列为文化成果的，至于图表之类的研究分析，更应该看做是韩雪站在前人挖整成果基础上经过亲历考察的地域武术文化创造。第三是对中州地域三大拳种的个案分析。这三大拳种是少林武术、陈氏太极拳和芗家拳，

共分为三章，每章用四节进行分析。这种深层次的分析是紧扣拳种的“文化”展开的。记得我曾经和韩雪反复讨论“具体文化”的问题，我说“剃光头，穿袈裟，练功夫就是少林拳的特色，是其他拳种没有的独特之处”，我还谈到少林武僧练功的器具、动作名称等等。我读过一些少林拳的书，又去过少林寺多次，因被浓厚的少林文化气息所感染，曾写过一篇文章，后收录于《少林功夫文集》中，那里有我对少林文化的几点感悟。韩雪是很赞成我的看法的，“禅拳一体的少林武术”是她的精辟提炼。对陈氏太极拳的分析，韩雪抓住了陈氏太极拳“诸靠缠绕我皆依”理论的原创性和缠丝劲的实践性，归纳出“缠绕螺旋的陈氏太极拳”的鲜明特征。同时还总结出陈氏太极拳具有“复合性文化”的特征，这是极其难能可贵的。韩雪既看到了陈王廷的原创性，又看到了陈氏太极拳复合了戚继光的拳经文化和《黄庭经》文化，说明她的分析思路是深入发展的，并能提升成理论见解。至于苕家拳，韩雪更是做了很好的工作。韩雪经过对苕家拳的深入剖析，发现根据《培养中气论》和《武备参考》编订的《苕氏武技书》共有六卷74篇，其中64篇以“中气”立论，这在中国武学理论中也是首屈一指的。并且它在技术实践上讲究上、中、下二十四势形气合练，于是这一显著特点被概括为“形气合一的苕家拳”。韩雪在分析中还以图的方式展示了苕家拳发源地介于温县和少林寺之间的地理位置，认为这是它的文化成因的重要基础。同时对创始人的家学影响、学识修养和武技实践等也作了分析。总之，这三个个案研究从典型性方面凸现出中州地域武术文化的厚实。第四是对中州习武人群对武术文化认同的调查。这是韩雪刻意要做的一项工作，她进行了工作量很大的问卷调查和统计处理。其结果确实留下了当代中州人的武术文化心态，即对传统武术的普遍认知、接纳和对代表性拳种的高度认同，以及与竞技武术并存的开放的文化心态。整部著作的成果当然不只这些，但就这四项

成果的贡献,我认为无论是参考价值还是理论意义上来讲,都将会在中州武术文化中具有自己的地位。

从韩雪对中州武术文化的研究过程中我形成这样的思考——研究地域武术文化的基本内容大致应包括:对该地域武术文化的理论假设,对该地域的界定依据,该地域武术文化的基本概念,该地域的地理、气候、民俗等特征概述,对该地域历史与现状的政治、经济与文化的分析,该地域文化对武术影响的综述,该地域历史发展中的武术内容,对该地域武术拳种分布的基本状况的文字和数字表述,以及该地域武术文化的基本框架:拳种起源与历史沿革,创始人或传人及其传承体系,拳种的技术及练法(拳种的运动特点,流派风格,套路与对抗体系,含徒手技术、器械技术),理论(拳种的基本技法),器械(短器械、长器械、双器械、软器械、各式奇门器械和练功器具等),对该地域典型拳种的个案分析,该地域的绝技功法,历代武术服饰,典籍文献,遗址文物,学术论著,爱国故事,文艺小说,武打影视,戏曲舞蹈,竞技武术,外来武术,国际交流状况等。最后,应提炼、总结出该地域武术文化的特征,呼应本研究的理论假设,论证得出该地域若干条重要的有价值的武术文化基本理论。

韩雪的课题研究是中国武术文化整体系统工程中的一个子课题系统,她是先行者,今后还会有巴蜀武术文化、吴越武术文化、齐鲁武术文化、燕赵武术文化等等子课题系统的研究成果出现。我想人的认识是会不断有所发现、有所进步提高的,今后的研究不可能千篇一律,但只要坚持不懈,勇于探索进取,这个研究方向上的博士生将会为丰富和发展中国的地域武术文化做出新的贡献。

郭志禹

2006年5月7日

## 序 二

一个春风和煦的日子，我收到上海体育学院寄给我的盲审评阅论文《中州武术文化研究》，这篇当时使我兴味盎然的论文后来知道是韩雪女士的博士论文。韩雪是一位看上去有几分文弱瘦小却亭亭玉立的女性，怎么想都无法把“一闻瘦得腰儿小”和中华武术以及论文中洪钟大吕的文风、严整不苟的框架联系在一起。然而，事情就是如此的相反相成、相映成趣。作为评阅人，我十分赞许文章的观点，感叹作者对于中华文化的修养和深刻的文化理解能力，对这篇博士论文所达到的学术高度感到高兴，高兴之余给予文章以很高的评价。韩雪毕业后，计划将该论著正式出版，提出希望我给作序的要求，虽力不胜任，还是十分高兴，于是欣然允诺。

武术是中华文化精神的结晶，武术技术中流贯着中华文化的思想光辉和文化理念。在中华文化大环境下孕育的中国功夫流派纷呈，具有明显的地域性和民族特点，又都祖述着深邃的中华文化思想和哲学精神。这是一份伟大的历史文化遗产。作为其重要的组成部分，中州武术在这份遗产中具有极为重要的历史地位。韩雪论文中涉及到的少林武术和陈氏太极拳，作为有代表性的文化门类和民族精神遗产，双双列入世界非物质文化遗产名录。因此，可以毫不夸张地说，中华武术是了解中国文化和民族精神的一扇窗口。同时，针对地方武术文化进行研究，从地区武术文化的特殊性中寻找中华武术文化的同一性，从而进一步理解中华文化的精髓，对我们更全面更深入地了解武术文化遗产，创新与发

展中华武术文化有着重要的理论和实践意义。《中州武术文化研究》是第一部全面系统研究中州武术文化的论著，本着深入研究中原武术文化的精神，作者首先对“中州武术文化”的概念进行界定，在这一部分的论述中，作者阐发了一个具有核心意义的观点：以客观的形式表现出来的武术文化形态，可以体现和反映其所依托的精神内化的文化形态。这种旨在阐释人的物质文化形态与精神世界关系的理论，作者称之为“技术反映文化”的理论，这种理论的概括和提升不能说不是一种理论创见。其次，该论著将中州武术按豫东、豫西、豫南、豫北、豫中分为五大区域，盘清了家底，使人们十分便当地了解到中州拳术的分布情况。其三，依据“技术反映文化”核心观点，她以少林武术、陈氏太极拳和苕家拳为例进行个案分析和文化特征概括，用“禅拳一体的少林武功”概括少林武术深厚的文化底蕴与佛教文化深刻的渊源关系；用“缠绕螺旋的陈氏太极拳”概括它与道教文化、戚继光拳经以及《黄庭经》的渊源关系及其复合性文化特征；用“形气合一的苕家拳”概括苕家拳与气功的关系以及“形气合练”的个性与特征，显现出一种对于民族文化的深入把握与了解。其四，该著作作用问卷和统计分析的方法进行了习武人群对武术文化认同的调查，很有创意，从接受的角度提示了武术作为中华民族精神坚实的文化土壤和社会基础，令人信服地阐释了中华武术源远流长的根本原因。这些理论概括无一不表现出良好的理论概括能力和驾驭材料的能力。该专著的出版，不仅对于中州武术的研究，而且对多元一体的中华民族传统武术文化的整体研究，对于中国武术理论的繁荣，都有其特殊的贡献意义。

韩雪在攻读博士学位之前，是河南大学体育学院的副教授，长期从事武术的教学和研究工作，尤其对于河南地域内武术的研究有着较为厚实的积累，再加上长期生活在中州地域内，这为她以中州武术作为研究对象对其进行深入细致的研究打下了坚实的

基础。此论著的写作正是得益于她深入地实地考察以及熟悉史籍上有关武术的记载,熟悉前人的研究成果的学习积累。她不仅发挥自己的专业优势,立足于武术本体形态的分析和描述,而且还广而借鉴人类学、民族学、民俗学、社会学等诸多学科的研究视角和研究成果,采用个案研究和整体研究、定性研究和定量研究相结合的方法,从文化的整体背景中观察武术,又循着武术的脉络反窥其中所蕴含的文化信息。论著清晰完整、全方位、立体化地向人们展示出中州武术文化的全貌,体现出作者对中州武术全面而深入的研究和厚实的学术积累、扎实的学风和创造性的劳动能力。韩雪的研究,既避免了只重形态,不重文化的就技术谈技术的缺陷;又避免了奢谈文化,不注重武术本体的弊端。这在当前武术文化的研究中特别值得称道。

当然,从文化学角度,论著中对中华文化精神和武术典籍的分析研究还可以再深入、再细致一些。同时,这也是学术研究无止境的更高要求。

区域武术文化是中国武术研究中很有前景,值得广泛拓展深入探究的课题,在取得阶段性学术成果之后,相信韩雪会百尺竿头更进一步,深入拓宽研究领域,在中州武术文化与区域武术文化研究上不断有新的学术收获。

陈江风

2006年6月8日

## 目 录

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 导 论                | ( 1 )  |
| 一、研究缘起             | ( 1 )  |
| 二、研究的意义和目的         | ( 4 )  |
| 三、研究思路和方法          | ( 5 )  |
| 四、研究理论假设和总体框架      | ( 8 )  |
| 五、研究的创新点           | ( 10 ) |
| 六、研究的理论基础          | ( 10 ) |
| 第一章 中州武术文化概述       | ( 28 ) |
| 第一节 中州武术文化的界定      | ( 28 ) |
| 一、中州文化             | ( 28 ) |
| 二、中州武术文化           | ( 34 ) |
| 三、中州文化与中州武术文化的关系   | ( 36 ) |
| 第二节 中州武术文化概观       | ( 36 ) |
| 一、中州拳种分布概况         | ( 36 ) |
| 二、中州各区域拳种分布        | ( 43 ) |
| 三、典型拳种内容、风格特点及代表人物 | ( 46 ) |
| 四、中州武术文化遗迹         | ( 80 ) |
| 五、民俗武风             | ( 85 ) |
| 六、艺术作品——咏少林武术诗存    | ( 95 ) |

第二章 中州武术文化成因、发展轨迹及其特征····· (102)

第一节 中州武术文化成因蠡测····· (102)

一、地理环境的一般影响····· (102)

二、社会风俗的作用····· (106)

三、政治、经济等因素的左右····· (110)

第二节 中州武术的发展轨迹····· (116)

一、中州武术的成形阶段····· (117)

二、中州武术的发展阶段····· (118)

三、中州武术的成熟阶段····· (125)

四、中州武术的繁盛阶段····· (128)

第三节 中州武术的文化特征····· (134)

一、中州武术文化的主体性····· (135)

二、中州武术文化的兼容性····· (138)

三、中州武术文化的辐射性····· (141)

四、中州武术文化的创新性····· (142)

第三章 禅拳一体的少林武术····· (146)

第一节 少林武术概述····· (146)

一、少林武术概念的界定····· (146)

二、少林武术发展概况····· (149)

三、少林武术的行为模式····· (153)

第二节 少林武术的类别和本体模式····· (157)

一、少林武术的类别····· (157)

二、少林武术的本体模式····· (160)

第三节 少林武术的文化特色····· (164)

一、少林武术的文化成因分析····· (164)

二、少林武术的文化特色····· (170)

|                                                                   |                |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|
| 第四节 当代少林武术的发展 .....                                               | ( 189 )        |
| 一、少林武术研究的定位问题 .....                                               | ( 189 )        |
| 二、应对全球化时代的少林武术的继承、<br>发展与创新 .....                                 | ( 191 )        |
| <b>第四章 缠绕螺旋的陈氏太极拳 .....</b>                                       | <b>( 199 )</b> |
| 第一节 陈氏太极拳概述 .....                                                 | ( 199 )        |
| 一、陈氏太极拳的源流和发展 .....                                               | ( 199 )        |
| 二、陈氏太极拳的行为模式 .....                                                | ( 208 )        |
| 第二节 陈氏太极拳的类别和本体模式 .....                                           | ( 211 )        |
| 一、陈氏太极拳的类别 .....                                                  | ( 211 )        |
| 二、陈氏太极拳的本体模式 .....                                                | ( 215 )        |
| 第三节 陈氏太极拳的文化特色 .....                                              | ( 219 )        |
| 一、鲜明的武术本质特征——技击 .....                                             | ( 219 )        |
| 二、中州复合性文化特征 .....                                                 | ( 222 )        |
| 三、太极拳理论的原创性 .....                                                 | ( 227 )        |
| 四、社会的适应性 .....                                                    | ( 232 )        |
| 第四节 在现代发展过程中陈氏太极拳<br>值得注意的几个问题 .....                              | ( 233 )        |
| 一、继续保持和发扬不断创新和“舍己从人”<br>的传统法宝，使陈氏太极拳朝着更加适合<br>现代社会人们需求的方向发展 ..... | ( 234 )        |
| 二、转变观念，使传承方式多样化 .....                                             | ( 236 )        |
| 三、充分利用多种现代化的传播渠道，<br>加大陈氏太极拳的传播推广力度，<br>促进陈氏太极拳的发展 .....          | ( 237 )        |

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| <b>第五章 形气合一的苕家拳</b> .....           | ( 241 ) |
| <b>第一节 苕家拳概述</b> .....              | ( 241 ) |
| 一、苕家拳的起源和发展 .....                   | ( 241 ) |
| 二、苕家拳的行为模式 .....                    | ( 247 ) |
| <b>第二节 苕家拳的类别和本体模式</b> .....        | ( 249 ) |
| 一、苕家拳的类别 .....                      | ( 249 ) |
| 二、苕家拳的本体模式 .....                    | ( 252 ) |
| <b>第三节 苕家拳的文化特色</b> .....           | ( 259 ) |
| 一、苕家拳的文化成因 .....                    | ( 259 ) |
| 二、苕家拳的文化特色 .....                    | ( 262 ) |
| <b>第四节 影响苕家拳普及和发展的几个因素</b> .....    | ( 271 ) |
| 一、苕家拳自身体系的复杂性 .....                 | ( 271 ) |
| 二、发展中缺乏创新性 .....                    | ( 273 ) |
| 三、官方宣传支持力度不足 .....                  | ( 275 ) |
| <b>第六章 中州习武人群武术文化认同现状研究</b> .....   | ( 278 ) |
| <b>第一节 武术文化认同概念与研究方法</b> .....      | ( 278 ) |
| 一、武术文化认同问题的提出 .....                 | ( 278 ) |
| 二、有关概念的界定 .....                     | ( 280 ) |
| 三、研究方法与步骤 .....                     | ( 283 ) |
| <b>第二节 中州习武人群武术文化认同特征</b> .....     | ( 286 ) |
| 一、中州习武人群武术文化认同状况 .....              | ( 286 ) |
| 二、中州习武群体武术文化认同态度<br>结构要素之间的关系 ..... | ( 298 ) |
| <b>第三节 中州习武群体武术文化认同的影响因素</b> .....  | ( 300 ) |
| 一、不同习武群体对武术文化认同态度的影响 .....          | ( 300 ) |

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| 二、社会文化背景对习武人群<br>武术文化认同的影响 .....    | ( 303 ) |
| 三、文化程度对不同习武人群<br>的武术文化认同的影响 .....   | ( 305 ) |
| 四、习武年限对武术文化认同的影响 .....              | ( 307 ) |
| 五、中州习武群体武术文化认同状况<br>影响因素的回归分析 ..... | ( 309 ) |
| 结 论 .....                           | ( 313 ) |
| 余 论 .....                           | ( 315 ) |
| 致 谢 .....                           | ( 318 ) |
| 主要参考文献 .....                        | ( 321 ) |
| 附 件                                 |         |
| 附件一 .....                           | ( 338 ) |
| 附件二 .....                           | ( 351 ) |
| 附件三 .....                           | ( 355 ) |
| 附件四 .....                           | ( 359 ) |
| 附件五 .....                           | ( 361 ) |

## 导 论

### 一、研究缘起

在我们这个区域广大、人口众多、民族错杂、历史悠久的国家里，文化是分区域的，这是一个事实。如黄河流域文化和长江流域文化；中原文化、楚文化、巴蜀文化、关东文化、齐鲁文化等等。由于这些区域所处的地理条件、民族构成和历史政域的不同，其所显示的文化各具特色。从统一的中华文化来讲，这些不同的区域文化都有自成系统的文化构造，具有相对的独立性，并使统一的中华文化从地域上区别开来，同时它们又是理解统一的中华文化的基础，是统一文化的一个组成部分。司马迁在《史记·货殖列传》中曾描述，关中“有先王之遗风，好稼穡，殖五谷，地重，重为”，邹鲁“有周公之遗风，俗好儒，备于礼，故其民嚬嚬。地小人众，俭嗇，畏罪远邪，及其衰，好价趋利，甚于周人”，临菑“其俗宽缓阔达而足智，好议论，地重，难动摇，怯于众斗，勇于持刺”等等，是从不同区域的特殊文化特征出发对人们性格影响、行为特征的生动描述。所谓“古者百里而异习，千里而殊俗”<sup>①</sup>，“正是离家三里远，别是一乡风”<sup>②</sup>，讲的也是不同区域在文化上存在的差异。因此，文化相对主义认为：

①《晏子春秋·内篇·问上》。

②吴承恩：《西游记》第十五回。