



荆楚文化丛书（艺文系列）

丛书主编 / 丁凤英
湖北省炎黄文化研究会 / 组编

荆楚武术与竞技

Jingchu Wushu Yu Jingji

卢 兵 / 著



荆楚武术与竞技

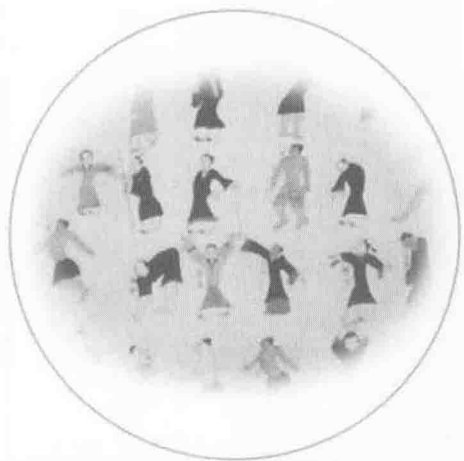
WUHAN
PUBLISHING HOUSE
武汉出版社

本系列主编 / 刘玉堂

荆楚武术与竞技

Jingchu Wushu Yu Jingji

● 卢 兵 / 著



WUHAN
PUBLISHING HOUSE

武汉出版社

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

荆楚武术与竞技/卢兵著. —武汉:武汉出版社,2014.12

(荆楚文化丛书·艺文系列/丁凤英主编)

ISBN 978-7-5430-8721-7

I. ①荆… II. ①卢… III. ①武术—体育运动史—湖北省

②竞技体育—体育运动史—湖北省 IV. ①G852.092②G812.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 235381 号

著 者:卢 兵

责任编辑:李 俊

装帧设计:刘福珊

出 版:武汉出版社

社 址:武汉市江汉区新华下路 103 号 邮 编:430015

电 话:(027)85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail:zbs@whcbs.com

印 刷:武汉中科兴业印务有限公司 经 销:新华书店

开 本:720mm×1000mm 1/16

印 张:19.25 字 数:385 千字 插 页:4

版 次:2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 次印刷

定 价:39.80 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题,由承印厂负责调换。

编纂委员会

荣誉主任 / 尹汉宁 张 通 章开沅 冯天瑜 熊召政

顾问 / 石 川 王 杰 王峻峰

主任 / 丁凤英

副主任 / 刘玉堂 徐士杰 杜建国 王正强

编纂委员会委员

(以姓氏笔划为序)

丁凤英 马建中 王正强 刘玉堂 杜建国 李子林

何晓明 罗福惠 徐士杰 彭小华 黄 钊 邹德清

编辑部

主编 / 丁凤英

执行主编 / 王正强 刘玉堂 徐士杰

分系主编 / 刘玉堂 徐士杰

办公室 / 张叶青 田少国 张执均 王平权

许建华 黄朝霞 高兰琴 王文英

序

尹汉宁

荆楚文化源远流长、博大精深,在中国文化的版图上拥有重要位置。湖北是荆楚文化的发祥地,具有历史文化、红色文化、旅游文化、少数民族文化等多方面深厚的文化积淀,文化名人、文物古迹、文化遗产数不胜数,悠远厚重的历史底蕴为湖北文化建设乃至经济社会发展留下了独特而宝贵的文化资源和精神财富。

省委书记李鸿忠同志指出,深入贯彻落实党的十七届六中全会精神、推进湖北由文化大省向文化强省跨越,关键是要将湖北丰富的文化资源转化为文化力量、转化为文化产品、转化为文化事业和文化产业。这就需要我们深入挖掘、系统研究荆楚优秀传统文化,在文化认同中提升文化自信,在文化传承中增强文化自觉,为文化资源优势向文化软实力和生产力转化奠定坚实基础。

《荆楚文化丛书》由湖北省炎黄文化研究会组织省内五十余位专家学者,历时三年编撰而成。丛书分胜迹、史传、学术、艺文四个系列,每个系列由十卷组成,凡四十卷,约一千二百万字,首次对荆楚文化进行了全方位研究,堪称湖北历史文化研究与普及的鸿篇巨著。期望全省干部群众特别是广大文化工作者,通过阅读和学习《荆楚文化丛书》,从湖北丰富的文化资源中汲取智慧和力量,以更加强烈的文化自信和文化自觉,奋力投身建设文化强省的伟大实践!

是为序。

(作者为中共湖北省委常委、宣传部部长)

目 录

上 篇 武 术

引言：“武术”词意的历史流变	3
----------------------	---

第一章 荆楚武术溯源	8
------------------	---

第一节 生存需要是武术产生的重要因素	8
--------------------------	---

第二节 民族融合为武术技艺交流提供了条件	11
----------------------------	----

第三节 战争的残酷促使武术技艺不断提高	14
---------------------------	----

一、战争是氏族或国家获得生存的重要手段	14
---------------------------	----

二、战争促进武术技艺不断提高	18
----------------------	----

第四节 兵器的制作与使用使武术得到了有效的发展	20
-------------------------------	----

一、历史进步与战争实践使兵器的制作与使用技术不断提高	20
----------------------------------	----

二、十八般武艺(兵器)的源本与简介	26
-------------------------	----

第二章 “尚武”是楚立国与强国之本	41
-------------------------	----

第一节 楚人尚熊:昭示勇武之源	41
-----------------------	----

第二节 筚路蓝缕:小国奋发图强	44
-----------------------	----

第三节 抚夷属夏:周旋列强之间图谋发展	48
---------------------------	----

第四节 崇教重技:夯实强国之路	55
-----------------------	----

第五节 “尚武”“强兵”:终圆强国之梦	63
---------------------------	----

荆楚武术与竞技

第三章 荆楚“尚武”之风绵延不绝	70
第一节 “楚虽三户，亡秦必楚”	70
第二节 “绿林”举义，刘秀称帝	74
第三节 “兵”“武”兼举，乱世强武风（一）	76
第四节 “兵”“武”兼举，乱世强武风（二）	83
第五节 反抗奴役，荆楚儿女竞风流	90
第四章 荆楚武术精粹——武当玄功	95
第一节 武当武术综述	95
第二节 从《易》道溯源中国传统武术的基本理论	99
一、天人合一的宇宙模式	100
二、阴阳互动的建构方式	104
三、循环变易的运行规律	109
第三节 道教哲学及其养生修炼理论体系的建构	115
一、“道—玄—一”、三位一体的本体论，建构出道教养生修炼理论的纲要	116
二、“天人合一”、以人为主体的生命整体论，建构出道教养生修炼理论的基础	119
三、“形神俱炼”的复归论，建构出道教养生修炼理论的主体	122
四、“阴阳大化”的变化论，建构出道教养生修炼理论的玄机	124
第四节 传统思维方式对武当武术文化的影响	127
一、整体性思维方式对武当武术文化的影响	127
二、直觉性思维方式对武当武术文化的影响	133
三、内向性思维方式对武当武术文化的影响	136
第五节 武当内家拳集萃	137
一、武当纯阳拳	138
二、武当阴阳八卦掌	139
三、玄门五行拳	143
四、武当太乙五行拳	149

五、太和拳	150
六、武当太极拳	151
第六节 武当剑术精粹	153
一、武当纯阳剑	153
二、武当小花剑	156
三、武当白虹剑	157
第五章 荆楚传统武术观照	159
第一节 荆楚民间武术——拳术选粹	159
一、岳家武术(拳)	159
二、洪门武术(拳)	166
三、孔门武术(拳)	174
四、鱼门武术(拳)	179
五、严门武术(拳)	182
六、熊门武术(拳)	186
七、字门武术(拳)	189
八、水浒门武术(拳)	195
九、隐仙门武术(拳)	200
第二节 荆楚民间武术——器械选粹	202
一、岳家武术(器械)	203
二、洪门武术(器械)	209
三、孔门武术(器械)	210
四、严门武术(器械)	212
五、熊门武术(器械)	214
六、字门武术(器械)	214
七、佛门武术(器械)	222
八、大字门武术(器械)	222
第三节 荆楚土家族、苗族武术	223
一、土家族武术	224

荆楚武术与竞技

二、苗族武术	225
三、荆楚土家族、苗族武术	226
第四节 荆楚稀有拳种及器械简介	228
一、江陵通臂手	228
二、锦八手	229
三、稀有武术器械	230
 第六章 荆楚历代武科举概述	232
第一节 “武闹”源流追溯	232
第二节 武状元现象浅议	236
第三节 荆楚武科举中员名录	238
一、江夏县(今武汉市江夏区)	239
二、汉阳县(今武汉市汉阳区)	239
三、黄陂县(今武汉市黄陂区)	239
四、大冶县(今大冶市)	240
五、武昌县(今鄂州市)	240
六、黄冈县(今黄冈市)	240
七、黄安县(今红安县)	241
八、麻城县(今麻城市)	241
九、蕲水县(今浠水县)	241
十、蕲州(今蕲春县)	242
十一、广济县(今武穴市)	242
十二、黄梅县	242
十三、孝感县(今孝感市孝昌县、孝南区等地)	242
十四、应山县	243
十五、云梦县	243
十六、应城县	243
十七、汉川县(今汉川市)	243
十八、安陆县(今安陆市)	243

十九、安陆府(今安陆市等地)	244
二十、咸宁县(今咸宁市)	244
二十一、嘉鱼县	244
二十二、蒲圻县(今赤壁市)	244
二十三、崇阳县	244
二十四、兴国州(今阳新县)	244
二十五、荆门县(今荆门市)	245
二十六、江陵县(今荆州市江陵县、荆州区等地)	245
二十七、松滋县(今松滋市)	245
二十八、公安县	246
二十九、石首县(今石首市)	246
三十、监利县	246
三十一、沔阳县(今仙桃市)	246
三十二、天门县(今天门市)	246
三十三、潜江县(今潜江市)	247
三十四、钟祥县	247
三十五、京山县	247
三十六、夷陵县(今宜昌市夷陵区等地)	247
三十七、东湖县(今宜昌市主城区)	247
三十八、枝江县(今枝江市)	248
三十九、当阳县(今当阳市)	248
四十、归州(今秭归县)	248
四十一、襄阳县(今襄阳市襄州区、襄城区等地)	248
四十二、枣阳县(今枣阳市)	248
四十三、宜城县(今宜城市)	248
四十四、南漳县	249
四十五、谷城县	249
四十六、随县(今随州市曾都区、随县)	249
四十七、光化县(今老河口市)	249

四十八、鄖阳县(今十堰市城区及鄖县、鄖西等地)	249
四十九、鄖县	249
五十、均州(今丹江口市)	249
五十一、竹溪县	250
五十二、恩施县(今恩施州城区及恩施市等地)	250

下篇 竞 技

引言：“竞技”词意简释	253
第七章 龙舟竞渡	257
第一节 龙舟竞渡溯源	257
第二节 龙舟文化	259
第八章 舞龙	261
第一节 舞龙溯源	261
第二节 舞龙文化	263
第九章 荆楚民间游戏	266
第一节 采莲船简介	266
第二节 秋千简介	268
第三节 拔河简介	270
第四节 六博简介	271
第十章 荆楚少数民族竞技	275
第一节 土家族竞技	275
一、打飞棒	275
二、踢毽子	276
三、扁担劲	278

四、搭撑腰	278
五、撒叶尔噶	278
六、秋千	279
七、摇(跷)旱船	279
八、高脚马	280
九、搂腰带	280
第二节 苗族竞技	281
一、秋千	281
二、爬坡杆	282
三、上刀梯	283
四、掷鸡毛	283
五、猴儿鼓	284
六、拉鼓	285
 第十一章 从体育文化视角看楚国车马运动	287
第一节 车马是实力与身份的象征	287
一、“辟在荆山,筭路蓝缕,以处草莽”	287
二、“车千乘,骑万匹”:军事大国和强国的象征	288
第二节 “御”术是学校教育的重要内容	289
第三节 娱乐活动使车马运动成为我国最早的体育文化	291
 参考文献	293
后 记	295

上篇

武 术

引言：“武术”词意的历史流变

在原始社会,一方面,由于“人民少而禽兽众”(《韩非子·五蠹》),人类受到“鸷鸟攫老弱,猛兽食颡民”(《韩非子·五蠹》)的威胁,禽兽是人类最大的天敌,人类必须与之拼搏才有可能求得生存;另一方面,禽兽又是当时人类的主要食物,人们既要防范其侵扰,又要设法捕猎之以供充饥。这是当时人类获得生存和繁衍必须解决的最大的社会性矛盾。正是在解决这些矛盾的过程中,人类不得不与禽兽进行生死“搏击”。

人之所以区别于禽兽,是因为“人有气、有生、有知,亦且有义,故最为天下贵也”,“人能群,彼(禽兽)不能群也”(《荀子·王制》)。正是人类所特有的智慧,使人类能有意识地制造工具和使用工具,即“剡木为矢”(《易经·系辞下》)、“削石为兵”(《太白阴经》)。工具的利用使人类在狩猎与御敌中有了最原始的武器,而这些原始武器的使用,使人类在“搏击”中有了取胜的保障,极大地增强了人类战胜禽兽的能力。

随着生产工具的改进,生产劳动的技能与技巧得到进一步提高。人类有了一些社会财富的积累,对这些剩余的社会财富及生产资料的分配与占有,随之成为社会的一大矛盾。矛盾激化到一定程度就爆发了战争,战争愈演愈烈。正如《兵迹》所曰:“民物相攫而有武矣。”战争的频繁与扩大,促使人们注意和研究拳脚搏击的技能技术,同时也促进了武器开始迅速走向专门化。兵器受到人们的普遍重视和研究。据《山海经·大荒北经·世本》记载的传说故事:如“蚩尤作兵”、“尤作五兵,戈、殳、戟、酋矛、夷矛也”、“挥作弓,夷牟作矢”等,都是反映当时将兵器专门化的传说。从甲骨文中的“武”字的变化来看,是持戈静立注视前方或是举戈而动,欲与人兽斗^①。可见“武”是与兵器密切相关的。

① 蔡宝忠,从甲骨文“武”字的含义到现代意义的武术概念,[J]沈阳体育学院学报,2005(2)。

荆楚武术与竞技

武器的专门化,必然会使使用武器的技能、技术专门化,必然会促进御敌自卫的实战方法——“技击”的训练专门化,也就出现了“技击”的传教习练活动。反过来,这种传教习练活动又进一步促进了“技击”水平的不断提高。

在奴隶社会的夏、商、周、春秋时期,奴隶主为了维护其统治地位,把“技击”作为学校教育的主要内容。夏代的学校称“庠”,却是“习武之地”;商代的学校称“序”,却是“习射之地”;而周代的学校则习“六艺”,且延续到春秋时期,而“六艺”中就有“三艺”,即:“射、御、乐”明确含有“技击”的因素。在军中,“技击”的传习更是备受重视,把“习手足,便器械,积机关,以立攻守之胜”(《孙子兵法》)作为军事训练的主旨,以培养“且以巧斗力者”(《庄子·人间世》)。

从战国时期开始,随着大型城市的出现和繁荣,娱乐成为人们追求的一种精神享受。所谓“俳優之戏”、“杂伎百戏”,为了满足人们日益增长的文化生活的需要应运而生。过去在战争中发挥过重要作用的“技击”经过人们的加工,就以“武艺”的形式走上了历史的舞台。“武艺”除了有“武”的内容和形式外,还有了“艺”的特征。当时把“角抵”称为“角抵戏”,把“手搏”、“射”、称为“卞射武戏”,把习剑称为“剑舞”,把习刀称为“刀舞”等。我们仅从这些名称中即可看出这些武中的“艺”来。正因为有了“艺”,才进一步促进了习练中的技巧、技术的发展;同时,“艺”的成分也使观者的感观需求不断发展和提高,为了满足人们对武艺技击的真实性再现,武艺中的对打、对击、对刺等表演形式逐渐被推出。从一些出土的汉代文物中,就有许多这种对练的图案。如在郑州出土的砖刻“对刺图”、成都出土的“剑戟对刺图”、南阳画石“空手夺刀图”等,都反映出武艺的表演形式从单练到对练的演进。武艺的发展在隋唐时代随着器械的进步和改革,其技巧和技术都有了较大的提高,出现了单练、对练、群练的多样化形式,一些武艺的表演水平达到了惊人的程度。我们仅从一些唐诗中的形容词即可得到一些这样的信息。如杜甫在其《观公孙大娘弟子舞剑器行》中说公孙大娘“一舞剑器动四方”;苏涣在形容裴旻舞双剑时说“七星错落缠蛟龙”。就连崔宗之在看到诗人杜甫舞剑后,也发出了“起舞拂长剑,四座皆扬眉”的感慨。

隋唐时代武艺的兴盛,为宋代武艺的发展打下了牢固的基础。宋代武艺的发展,表现在以下几个方面。一是民间形成了一定的习武风气,出现了一些武艺传习的专门社团。在《宋史·兵志》中有记载:“百姓自相团结,为弓箭社,不论家

业高下,户出一人,又自相推择家资、武艺众所服者为社头、社副、录事,谓之头目。带弓而锄,佩剑而樵,出入山坡,饮食长技与敌国同。”在苏东坡与滕甫等官吏的支持与鼓励下,类似的社团迅速发展,遍布河南、河北、山东等地,仅河北太行山区就有五百五十个。此外,还有以练习射弩为主的锦标社,以练习枪棍为主的英略社,以练习相扑角力为主的角抵社等组织。这些组织在平日练武授徒、交流武功,有的还逐步总结提炼而形成了一些套路。如“三十二势长拳”、“少林十八手”、“五虎少林拳”、“易筋经”、“八段锦”、“十二段锦”等。二是随着武艺套路的不断增多,加上城市经济的发展,一些靠献技献艺为生的“诸色艺人”出现。他们使枪弄棍、舞剑耍刀、角抵拼搏、挥拳踢腿、拉弓射箭,使大量的惊人绝技得以发扬和展示。而且为了提高武艺表演的观赏性,根据武艺表演的需要,一些多样化的、惊险的、技艺高超的单练和对打的攻防套路,被层出不穷地创造出来。三是出现了一些秘不外传的绝技和功法以及各种流派,仅枪术一类就有流派如东路枪手、河东流派、张朱派、岳家枪、李全的铁枪、杨曼贞的花枪等等。四是有关武艺的著作大量问世,如王德用的《神射式》、刘怀德的《射法》、任权的《弓箭启蒙》、张仲高的《射训》、司马水的《射诀》、张仲素的《射经》、田逸的《射经》、王琚的《射经》等。宋代武艺的发展与提高,使中国武术的形成有了适宜的环境与氛围。也使我们可以从宋代武艺中看到一些中国武术的雏形。

中国武术的真正形成是在明清时期,因为这一时期由于资本主义的萌芽,特别是火器的使用,使武艺这种既是作战与防身的技能,又是健身与娱乐手段的意义逐步被人们所认识,并从军事武艺中分化出来,成为一种独立的运动形式。虽然当时还没有“武术”这个名词,仍以“武艺”代称,如施耐庵在《水浒传》第二回中写道:“史进十八般武艺……,学得精熟”。除了仍称“武艺”外,还把“武艺”概括为“十八般”(弓、弩、枪、刀、矛、剑、盾、斧、钺、戟、鞭、铜、挝、殳、叉、钹头、绵绳、白打),但这实际上就是“武术”了。

历史上对武术的称谓是不相同的,夏、商、周时称拳勇、手搏、角力、斗勇;春秋战国时称技击、相搏、手战;秦汉三国时称武艺、角抵、手格;两晋南北朝时称讲武、武艺、相扑、拳法;隋唐五代十国时除上述称谓外,还出现了拳捷、试扑;宋元时除武艺、武事、角力、角抵、武技、相搏、手搏、相扑称谓外,又出现了摔跤和打套子的名称;明清时又增加了白打、使拳、使艺、拳法、把式、对力或对拳;近代称武