

武术研究

第三集

国家体育总局武术研究院 中国体育科学学会武术分会 编

WU SHU YAN JIU

人民体育出版社

武术研究

(第三集)

国家体育总局武术研究院
中国体育科学学会武术分会 编

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

武术研究. 第三集 / 国家体育总局武术研究院, 中国体育科学学会武术分会编. - 北京: 人民体育出版社, 2007

ISBN 978-7-5009-3234-5

I. 武… II. ①国…②中… III. 武术-研究-文集
IV. G85-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 095152 号

*

人民体育出版社出版发行
化学工业出版社印刷厂印刷
新华书店经销

*

850 × 1168 32 开本 12.25 印张 315 千字
2007 年 10 月第 1 版 2007 年 10 月第 1 次印刷
印数: 1—2,500 册

*

ISBN 978 - 7 - 5009 - 3234 - 5

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)

目 录

太极拳文化研究

- 3/ 整合资源 进一步繁荣与发展中原武术文化 (魏真)

传统武术概念与文化研究

- 17/ 甲骨文中所见的商代武术 (范毓周)
25/ 传统武术的概念研究 (邱瑞瑯)
33/ 传统武术概念寻绎 (李远伟 胡玉玺 李海亭)
43/ 传统武术套路的本质探析 (靳学斌 蔡言国)
53/ 对传统武术及其同位概念的再认识 (张江华 刘定一)
61/ 武术的身体——从身体哲学出发对武术的再认识 (赵岷)
68/ 中华武术走向世界之文化思考 (郭凌宇 李俊)
76/ 论中国传统文化对传统武术美学的塑造 (袁金宝 温搏)
84/ 中国传统武术之我见 (夏冰)
91/ 从方法论看传统武术的文化本位与文化自觉 (霍如)
97/ 传统武术演进路程思辨 (丁丽玲)

传统武术继承与发展研究

- 105/ 再论加强传统武术发展的思路与对策研究 (李成银)
114/ 从传统武术与竞技武术的不同论传统武术的发展战略
(乔嫫 乔蓓芸 田林)
121/ 传统武术发展战略的研究 (郑跃峰)

- 129/ 我国武术产业发展的现状及对策 (田文林 任秀娟)
138/ 武术新格局及其发展趋势 (毛明春 李雅娟)
145/ 从中国武术的发展历程探寻中国武术的母体——拳种的资源保护与利用 (论纲) (孙健 李英奎 王舜 徐伟军)
152/ 浅析少林文化在武术发展中的作用 (赵歆)
159/ 从文化视角看传统武术的发展 (赵秋菊 魏洪刚)
167/ 中国传统武术侠义精神的继承与创新研究 (吴必强)
174/ 从上海历届国际武术博览会成功举办看传统武术传承与推广之途径 (张云龙 方媚 花妙林)
183/ 清代镖局与形意拳发展互动关系对传统武术发展的启示 (刘映海)
191/ 认清传统武术 方可更好传扬 (冉峰)
196/ 浅谈传统武术的传承和发展 (梁红宣)
203/ 关于传统武术的可持续发展研究 (李宁)
212/ 论传统武术的发展 (周士菊)

传统武术教学与传播研究

- 221/ 在国外推广中国武术段位制初探 (徐利 周骞 张永明等)
229/ 从跆拳道段位制及其相关规定看武术发展与专业教练前途 (李志明 王震 庄荣仁等)
238/ 大、中、小学的武术课程设计和课外业余训练相结合的探索 (乔嫫 乔蓓芸)
246/ 传统武术传播的历史与现状 (宿继光)
254/ 传统武术在高校体育中开展的思考 (尚君 张婧)
261/ 传统武术应走进中小学 (李向忠 武黎明 于林萍)
269/ 传统武术国际化中的语言问题初探 (高河永)

传统武术竞赛及锻炼价值研究

- 279/ 中国“功夫”竞赛走向世界 (梁敏滔 王玲 李恒昌)

- 285/ 中国传统武术技击实战训练研究 (董如军 董淑婷)
292/ 武术群体对抗项目开发的理论研究 (冯年娣 邱瑞璐)
303/ 甘肃八门拳改善心脏功能的研究 (许敬鸿)
308/ 关于传统武术八卦掌锻炼养生价值的探讨 (邓凯生)
316/ 论传统武术锻炼的价值 (孙广波)
322/ 对比竞技武术谈传统武术的科研现状 (杨建英 杨建营)

传统武术其他类研究

- 333/ 以“发展”为主题的地域武术文化研究——地域武术文化研究初探 (申国卿 郭志禹)
340/ 陕西红拳的发展现状及对策研究 (王静 温搏)
350/ 论猴拳 (花妙林)
358/ 论颜李学派“文武兼修”的实学教育思想 (杨祥全 刘晓青)
367/ 近代形意拳传播的特征研究 (权黎明)
377/ 红拳的技术理论研究与实践 (向玮)

太 极 拳 文 化 研 究



整合资源 进一步繁荣与 发展中原武术文化

郑州大学体育学院党委书记 魏 真

河南地处中原，是中华民族和中华文明的重要发源地。几千年来，朝代更替，政治纷争，都以“逐鹿中原”为标志。诞生于这块沃土中的武术文化，始终保持着原始古朴的风貌，凭借其丰富的内涵、厚重的积淀，呈现出独特的风韵，成为中华民族文化的重要组成部分。以中原文化为底蕴诞生的少林拳系、太极拳系、形意拳系与苌氏武技是中原武术文化的重要表现形式，是中华武术文化的核心代表；其拳理思想成为中原武术文化的重要内涵，形成根源性、原创性、兼容性、开放性等显著的文化特征。闻名遐迩的千年古刹少林寺，演绎成为中华武术的荟萃之所、流播之处、发扬光大之地；“少林功夫”成为中华武术的代名词，成为中原文化乃至中华文化的品牌。河南温县陈家沟人创立的太极拳，是中国武术文化的又一重要流派，蕴涵着深奥的哲理、充满着智慧思想，集中体现了中华民族的处世之道，对宇宙的悟解，以刚柔相济为特征，以强身健体、修心养性为宗旨，目前，已推广到五大洲，成为上亿民众生活中的重要组成部分，是中华民族对人类文化的又一贡献。对这片沃土中的武术文化进行挖掘，不仅可以全面地了解、丰富、充实中华武术文化，而且对建设民族文化与文化强省将产生积极的推动作用。

一、弘扬中原武术文化的时代意义

一是国家文化与文化强省建设的需要。中科院杨叔子院士在谈文化时讲到：“人类社会的历史，本质上是一部文化史。生物界的延续靠基因的遗传，其发展是靠基因在遗传中的变异；而人类社会的延续则靠文化‘基因’的传承，其发展靠文化‘基因’在传承中的变异，即创新。人类历史的发展、社会的进步，本质上就是文化的发展、文明的进步。”尤其在文化不断融合、交流的今天，文化与经济和政治相互交融，在综合国力竞争中的地位和作用越来越突出，文化的力量深深地熔铸在民族的生命力、创造力和凝聚力之中，文化的传承与否，关系到民族的兴衰与存亡。为此，党的十六大报告明确指出：“全面建设小康社会必须大力发展社会主义文化，建设社会主义精神文明。”河南省委书记徐光春在河南省八次党代会工作报告中指出：“加快发展文化事业和文化产业，在满足人民群众的精神文化需求上取得新进展。”实现由文化资源大省向文化产业大省的转变，实现文化大省向文化强省的转变，是省委、省政府提出的八个“转变”之一，也是中原人的文化追求和梦想。具有显著特征的中原武术文化，为现代文明提供了丰富的文化资源，并以深刻的思想、特殊的理论和技艺在世界文化宝库中闪烁着灿烂光芒，在与西方体育文化对话中也产生了积极意义。因而，深入研究中原武术文化的发生、发展，对弘扬民族文化有其十分重要的战略意义。

二是社会进步发展的需要。随着社会的进步和国家经济实力的不断增长，人们在着重物质文化生活资料的丰富和提高前提下，更加注重自身的身心健康。伴随人们生活水平的提高和余暇时间的增多，越来越多的人愿意为健康和娱乐消费，因而，以健康娱乐和观赏为主的体育消费正成为新的消费热点。颇受我国人们喜爱的武术，恰好在健身娱乐康复和祛病延年方面能够满足人们需要。它不受职业、年龄、性别、体质、场所、季节的限

制，可以适应大众对健身方法的不同需求，其深厚的民族文化底蕴更加符合中国人的心理、习惯和健身观念。“身心合一、形神兼备”的练习要求与现代科学对体育项目既练体又练心的要求不谋而合，其健身功效已得到现代科学的佐证。武术观赏历史悠久，杜甫早在《观公孙大娘弟子舞剑器行》诗中就有“昔有佳人公孙氏，一舞剑器动四方”的记载；汉代打诨，“三百里内皆来观”；到了现代，武术表演已成为大型文化活动不可缺少的内容。据不完全统计，到目前为止，仅河南武术表演团应邀出访表演已达上百次，为 120 多个国家进行了 1000 多场次的武术表演，满足了部分国家与世界友人的观赏需求，对武术走向世界起到良好的宣传与促进作用。

三是经济发展的需要。随着社会进步和经济的发展，武术健身娱乐业和表演业等迅速发展，武术作为一种新兴产业，还有利于刺激消费，直接拉动经济的增长，带动全省基础设施建设、旅游服务等相关产业的发展。一个时期以来，通过武术与城市、文化、旅游等资源的结合，举办了具有较强国际影响力的经贸活动，如郑州国际少林武术节、世界传统武术节、中国焦作国际太极拳交流大赛等大型武术节会；加大了以郑、汴、洛等沿黄“三点一线”城市为重点的黄金旅游线的开发建设，推出了以少林武术、太极拳为特色的“功夫之乡游”系列品牌旅游线路。至此，武术已经成为促进区域经济和社会发展、加强对外开放的纽带和载体。

四是国内外交流与传播的需要。国家武术管理中心主任王筱麟同志指出：“加强武术的对外国际交流，不仅仅是武术进入奥运会的需要，实际上也是传播中国文化的需要。”在中国武术发展的历史进程中，武术有详细的国内外交流、传播的记载。外来文化对本土武术文化影响较大的有两次，一次是公元 1 世纪（东汉）之后的佛学西来，一次是 19 世纪中叶（鸦片战争）之后的西学东渐。受其影响，对“禅武一体”的少林武功与“新武术”

“现代竞技武术”的发展起到催生作用。另外，中原的地理位置决定了中原武术文化兼容性、开放性的文化特征。“得中原者，得天下”。中原历来是兵家必争之地，民族的斗争、朝代的更迭，使中原武术文化与一些少数民族的武文化进行了交融。翻开中国武术史，我们可以看到这些文化互相交融的烙印。两晋、南北朝时期，北方诸族凭武力进入中原，建立了政权，北方民族的尚武意识及某些武艺技术被汲取并融会于中原武术文化的系统之中；隋、唐、五代时期，中原武术文化得到较大发展，尤其是唐代的舞武、弓射、摔跤等活动，都明显带有外来文化作用的痕迹；另者，唐代相扑东渐到日本，有“可见于相扑节直史者，至圣武天皇之天平六年，自恒武天皇（782—805）延历十二年始，每年成为恒例”的记载；宋元时期，民族矛盾和社会矛盾错综复杂，战争的频繁，推动中原武术文化得到广泛交流与发展；明清时期阶级矛盾、民族斗争和文化碰撞，催生了“武举制”的废止以及武术体系的完备。使少林拳系、太极拳系、形意拳系与苌氏武技成为中原武术文化的杰出代表，确立了在中国武术文化发展中的核心地位；民国时期，形成了中国近代武术史上的一场“土洋体育之争”，受外来体育文化的影响，第一次喊出了“武术科学化”的时代口号，并开始用西方体育竞赛制度对武术进行革新。先后组织了一些武术团体赴国外表演交流，以展示武术的真正价值，影响较大是1936年中国武术队赴德国参加第11届奥运会和1934年赴菲律宾参加第10届“远东运动会”，正式向世界体坛展现了东方人体文化的魅力与风采；新中国成立后，党和政府非常重视武术的发展及对外传播，1960年，中国武术队赴捷克斯洛伐克参加该国的第2届全运会“友谊晚会”的表演；同年底，又随周恩来总理赴缅甸作巡回表演，揭开了新中国武术对外交流的序幕。1990年国际武术联合会在北京正式成立，标志武术国际交流与传播又迈向新的高度。“武术搭台，经贸唱戏”武术节会的纷纷举行，更加促进了中原武术文化对外交流与传播。

2008年北京奥运会已进入倒计时阶段,经过几代人的努力,最终如愿以偿,圆了国人百年期盼之梦。奥运会不仅是世界上最高水平的赛事,也是当今世界上规模最大、时间最长的人类聚会和全球文化庆典,抓住这个契机向世人展示中国的悠久历史与文化,展示作为中原武术文化代表的少林功夫和太极拳术,这是国人所期盼的,也是用身体语言让世界人民接纳、体悟与传播的最佳文化选择。

二、弘扬中原武术文化的途径

1. 整合资源,充分挖掘中原武术文化内涵

国家体育总局武管中心主任王筱麟同志曾指出:“河南是中国武术文化的发源地,是武术大省,是我们国家的武术强省,也是我们国家武术资源最大的省。因此,应珍惜河南独有的、丰富的武术资源,尤其是少林拳和陈式太极拳资源。”由于中原武术文化根植于中原文化这片沃土,因而,中原武术文化资源是武术典型的“根文化”资源。《河南省建设文化强省规划纲要》中明确提出“要大力实施名牌提升战略”,这就需要各地充分挖掘中原武术文化内涵,整合中原武术文化资源,打造形式新颖、影响力大、具有中原特色的武术文化精品,形成具有强大市场竞争力的文化品牌,带动武术文化的快速发展。

目前,在全国形成的七大地域拳系中,中原地区拥有三个,即少林拳系、太极拳系、形意拳系。受少林功夫的辐射作用,对其他拳系也产生了积极影响。据河南省武术挖掘资料显示,流传于河南省内的武术拳种达40多个,占全国武术流传129个拳种的三分之一,另外,还有一些拳械内容体系不够完整的拳种85个;形成“禅拳一体”“以易理说拳理”“依中气立拳论”等为特色的武学体系;养育了一大批对武术发展有极大影响的杰出人士,如三国的邓展,南宋的著名将领岳飞,历朝历代的少林武

僧,太极拳的创始人陈王廷,苕氏武技创始者苕乃周,民国时期河南国术馆长陈泮岭,新中国培养的一代武术名家常振芳、张文广、刘玉华,专业武术教练马春喜、乔镖,武术学者王广西、张国臣、栗胜夫、张志勇等。这些资源为中原武术文化的发展、繁荣谱写了辉煌的篇章,作出了卓越的贡献。以塔沟武术学校和少林鹅坡武术专修院为代表的 200 多所新兴武术馆校,改写了武术传承的历史模式,成为当代中原武术资源的集散地、现代武术教育的典范。

在这块丰厚的沃土中,先民们还留下了大量的武术文物和一些遗迹等,为我们研究中原武术文化提供了宝贵的资料。据韩雪博士分类统计,已出土的武术器械文物有:武术器械四把;安阳小屯出土的矛;浚县辛村出土的戟、铁刃铜钺;陕县刘家渠墓出土的环首刀;武术汉画像石与石刻画文物:南阳唐河出土的击刺图、搏击图;南阳出土的舞剑图、空手夺枪图、手搏图、越女舞剑、项庄舞剑、越女出南林;郑州出土的比武图、击剑图;登封嵩山出土的剑舞图;密县打虎亭出土的角抵图等。武术典籍文物:北宋开封人丁度《武经总要》;明代万历、启元年程冲斗著《少林棍法禅宗》《耕余剩技》;明末少林寺僧洪转著《梦绿堂枪法》;明末清初吴殳的《手臂录》;清代苕乃周著《苕氏武技书》;苕乃周、王守一著《双剑谱》等一批武术典籍文物。还有少林寺千佛殿的站桩坑、杨露禅偷拳处等武术遗址文物。白衣殿北壁《罗汉手搏像》、南壁《少林捶谱》、殿内《十三棍僧救唐王》《少林校拳图》等武术壁画以及《少儿相扑俑》武术雕塑文物。以上出土的文物展现了中原武术文化丰富的历史风貌,有极大的参考、研究价值。

武术节会活动资源。2002 年以来,河南省举办、承办各级各类武术活动 300 余次,其中,全国性武术节会 15 次,国际性武术节会 8 次,主要集中在郑州和焦作两市。郑州市和登封市两级地方政府为承办首届世界传统武术节,投资 6 亿多人民币,对

少林寺景区进行了大规模的改造，建成了中国嵩山少林武术景观城。焦作市和温县两级政府以拳为媒，广交海内外朋友，在筹备大赛的过程中，斥资 2000 多万元，分别对太极拳故里陈家沟的陈氏祠堂和筹办大赛的体育场馆进行了修理和改造，使古老而神奇的太极故里焕发了新的容颜。

除此，中原武术文化的中心内容是主张和谐的，体现了天人合一、厚德载物；体现了人与自然的和谐，讲究内外合一，并作为一种形式来增强人民之间的相互交流，因而，还是一种重要社会资源。再者，武术讲究礼节，注重德育教育，因而，它又是一种重要的教育资源，在推进青少年思想道德建设以及弘扬民族精神方面有非常重要的作用。

2. 搭建平台，构建中原武术文化研究中心

文化的发展，离不开文化的研究。郑州大学体育学院是河南省唯一一所高等体育院校，坐落于中原省会城市郑州市，拥有区位优势、文化优势和资源优势。根植于这片沃土，历经五十年的发展，已成为中原地区体育办学规模最大的教育单位，是国家 211 工程大学——郑州大学的有机组成部分，同时又具独立法人资格的办学实体。为便于武术传统文化的研究与实践，1997 年学院在少林武术之乡投资兴建了郑州大学体育学院登封校区。为适应武术竞技后备人才发展的要求，经河南省体育局办公会研究，1999 年成立了河南省武术青年队。为巩固太极拳强省的地位，适应武术项目专项专练的要求，2004 年郑州大学体育学院与河南省体育局联合成立了郑州大学体育学院河南省太极拳专业运动队，这是继省体育局提出“改革、调整、提高”六字方针之后，对河南省竞技体育管理体制改革的又一有力举措，也是落实省委省政府 3 号文件精神，将“郑州大学体育学院办成集教学、训练、科研一体化的高水平体育院校”的具体体现。依据以上优势，学院确立了“以武术为突破口”的发展思路。为了弘扬少

林、太极拳文化精神,进一步发掘祖国的武术文化瑰宝,加强郑州大学体育学院的武术学科建设,2005年4月在郑州大学体育学院召开了“武术文化与学科建设理论研讨会”。2006年10月承办了“第二届世界传统武术节论文报告会”,会议上聘请了多名在全国武术领域有知名度的专家学者。按照专家学者建议,以郑州大学体育学院为平台,整合资源,成立“郑州大学体育学院中原武术文化研究中心”,以期推动中原武术文化研究,实现学院事业快速发展的目标。

3. 创新思路,促进中原武术文化的快速发展

从古到今,中原武术获得了众多殊荣,历史记载着中原武术文化发展的轨迹。发挥优势、创新思路、促进发展是中原武术文化前进的呼唤。正是利用1982年由香港导演执导的《少林寺》上演的契机,造就了李连杰这个世人皆知的功夫巨星,让少林寺变得家喻户晓,从而催动了中原武术文化的快速发展。形成“河南省武术馆、校两百余所,在校习武学生10万人”的空前规模;造就了少林寺塔沟武术学校、少林鹅坡武术专修院等“全国十大武术名校”。完善了中原武术文化的教育体系,使民办武术馆校的办学规模、办学水平与硬件设施提升到一个新的台阶。如:少林寺塔沟武术学校建设的新校区占地达830亩,在校师生员工15000多人,增办了少林中学、嵩山少林武术职业学院等学历教育层次;2002年又承担了河南省女子散打队的组建和训练任务,2004年列入省体育局正式编制,走出一条省队民办的竞技体育体制之路。少林鹅坡武术专修院在原先办学基础上,又尝试了“国家青少年武术训练基地”“国家青少年武术俱乐部”等新的办学模式;建设中的“少林武术文化博览中心”将成为中国二十大体育景观之一。以上办学新思路及完善的教育体系将为民办武术馆校的现代化发展提供良好平台。另外,2004年郑州大学体育学院与河南省体育局联合成立了郑州大学体育学院河南省太极

拳队，为河南省高校办高水平运动队与“体教结合”尝试了一条新路。在未来发展中，郑州大学体育学院应加快武术运动工作步伐，实现河南武术运动训练、竞赛、人才培养的全面转接，逐步担当河南武术竞赛、训练与研究的重任，打造郑州大学体育学院中原武术培训基地。

另外，国际武术联合会已将郑州作为“世界传统武术节”的永久举办地，这是中原武术的荣耀，也给中原武术文化发展带来千载难逢的机遇。利用好这个节会，进一步弘扬中原武术文化，已引起省政府与市领导的高度重视。对郑州大学体育学院来说，尤其要做好“世界传统武术节论文报告会”的承办工作，发挥学院优势，推进中原武术文化的深入研究，实现引领发展目的。

再者，充分利用 2008 年北京奥运会举办契机，进一步推动中原武术文化的对外宣传、交流与传播。省、市政府与主管部门要切实制订实施计划，协同文化、旅游、体育、城建等部门，努力打造中原武术文化精品、打造享誉世界的品牌。

4. 扩大开放，促进国内外交流与合作

人类的文化总是相互交流、彼此渗透的。任何一种文化在其发展过程中又不可避免地遭遇两大冲突，即本土文化与外来文化的冲突、现代文化与传统文化的冲突。中原武术文化也是如此，正是通过经济、战争、宗教、人口迁移等众多渠道，汲取了多边与国外的文化成分，实现了中原武术物质文化、制度文化和思想文化观念的全面融合与升华，内外交流成为中原武术文化发展的主要特征之一。在中国古代史上，部落之间的战争、民族矛盾的激化、朝代的更迭，促进了中原武术文化的嬗变、发展。近代史上，西方体育曾急剧地改变中国传统体育的面貌，同时中原武术也开始显露于世界舞台。当武术进入现代社会，作为一种区域民族文化，越来越成为世界了解中原的一个文化窗口，成为中原与世界交往的一根文化纽带，仅 2002 年以来，中原武术文化对外