

中

国

非

物

质

文

化

遗

产

丛书主编◎刘锡诚

图
文
藏
典

古吴轩出版社

中国功夫

吕韶钧 编著



丛书主编：刘锡诚

中

国

非

图

物

文

质

藏

文

典

化

遗

产

古吴轩出版社

中国功夫

吕韶钧 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

中国功夫 / 吕韶钧编著. — 苏州: 古吴轩出版社,
2010.8
(中国非物质文化遗产图文藏典丛书 / 刘锡诚主编)
ISBN 978-7-80733-516-0

I. ①中… II. ①吕… III. 武术—简介—中国
IV. ①G852

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第150891号

策 划: 李宁军 许雪根

责任编辑: 李 蓓

装帧设计: 唐 朝

责任校对: 张 蕾

责任照排: 肖增峰

书 名: 中国功夫

丛书主编: 刘锡诚

编 著: 吕韶钧

出版发行: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街458号

邮编: 215006

Http://www.guwuxuancbs.com

E-mail: gwxchs@126.com

电话: 0512-65233679

传真: 0512-65220750

印 刷: 苏州日报印刷中心

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 12.5

印 数: 00001-10000

版 次: 2010年8月第1版 第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80733-516-0

定 价: 29.80元

如有印装质量问题, 请与出版社联系。

《中国非物质文化遗产图文藏典》

总序

刘锡诚

民间文艺学家、国家非物质文化遗产保护工作专家委员会委员

进入21世纪以来,保护人类非物质文化遗产,保持文化的多样性和可持续发展,与保护环境、保护生物多样性一样,逐渐成为国际社会同时也成为中国社会普遍关注的热点。

文化是由物质文化和非物质文化两部分构成的。由历史上的文物古迹和现代物质文化创新而构成的物质文化,是读者大众所熟悉的。而非物质文化遗产是指哪些文化形态呢?2005年12月22日国务院下达的《关于加强文化遗产保护工作的通知》(国发[2005]42号)作了如下阐明:“非物质文化遗产是指各种以非物质形态存在的与群众生活密切相关、世代相承的传统文化表现形式,包括口头传统、传统表演艺术、民俗活动和礼仪与节庆、有关自然界和宇宙的民间传统知识和实践、传统手工艺技能等以及与上述传统文化表现形式相关的文化空间。”联合国教科文组织于2003年10月17日举行第三十二届会议通过了《保护非物质文化遗产公约》中胪列了五项内容:“1.口头传说和表述,包括作为非物质文化遗产媒介的语言;2.表演艺术;3.社会风俗、礼仪、节庆;4.有关自然界和宇宙的知识和实践;5.传统的手工艺技能。”归纳起来,简单地说,非物质文化遗产是指那些以民众(一定群体)口传心授的方式而代代相传、绵延不绝的文化。在民众中流传、口传心授、代代相传、绵延不绝是非物质文化遗产的特点。非物质文化遗产是与以文字为载体的“精英文化”(或曰“主流文

化”，或旧称“上层文化”，或西方文化人类学称的“大传统”）相对举的广大老百姓所传承和流传的文化。

“非物质文化遗产”（the Intangible Cultural Heritage），无论对国际还是对我国来说，都是一个新的术语。最早出现在上面提到的联合国教科文组织的《保护非物质文化遗产公约》这一国际文件中，引进我国只有区区几年的时间。2004年8月28日全国人民代表大会常务委员会批准联合国教科文组织的《保护非物质文化遗产公约》之前，我国学界和官方一直沿用“民间文化”（或“民族民间文化”）这一本土的术语。其实，“非物质文化遗产”也好，“民间文化”也好，在范围和内涵上大体是一样的，我国之所以要改用“非物质文化遗产”来代替“民间文化”，只是为了与国际对话的需要和方便，即通常所说的“与国际接轨”。顺便要说的是，译名的确定是一件非常严肃、非常重要的事情，因为一个译名一旦确定之后可能影响到实际工作的开展。有学者对“遗产”二字的翻译存有异议，他们指出，英文里的Heritage，可以译为“遗产”，也可以译为“传承”和“传递”，而译为“传承”也许可能更接近原意，因为非物质文化或民间文化是活态的、流动的、变化的，而不是僵死的。

非物质文化遗产，是民族文化传统的“基因库”，是民族认同、维系、凝聚、绵延的基本因素。不论出于何种原因，暴力的或和平的，一个民族的非物质文化遗产断流了、湮没了、消失了，那就意味着这个民族的文化，甚至这个民族本身，或被同化了，或被灭亡了，或被打散了，最终变成了人类的记忆。这样的事情，在中外历史上不乏先例。以我国而论，我们至今还不清楚大凌河流域的红山文化先民所传承的非物质文化遗产、长江流域良渚文化先民所传承的非物质文化遗产、岷江流域三星堆先民所传承的非物质文化遗产，以及比这些文化晚得多的一些消逝了的民族、族群或邦国的非物质文化遗产是什么样子。诸如，显赫一时的齐国文化、越国文化的文物遗存多有发现，而他们的非物质文化遗产是什么样子，都湮没无闻了。又如，被明王朝军队剿灭、驱赶而隐匿和融入边远地区和族群中的夔人，除了在川南的珙县留下的数量有限的岩壁画和悬棺葬外，这个民族（或族群）的非物质文化遗产，连同这个民族或族群本身一起，消失得

无影无踪了。

我们当今所处的时代，是一个经济全球化、信息化的时代。在我国，现代化、信息化、城镇化、市场化的急速步伐，无时无刻不在影响着和改变着人们的生活方式和思维方式，摧毁着代代相传的非物质文化遗产，即使那些地处边远的、封闭的地区和民族，也不例外。非物质文化遗产的传承和延续，处在急剧衰微的趋势之中。世界各国处于弱势地位的民族的代表人物，率先呼吁保护自己民族的非物质文化遗产。自1972年玻利维亚政府向联合国教科文组织提出建议制定保护民间创作法案以来，许多国家的政府和学者日益认识到对本民族的非物质文化遗产进行有效保护的重要性和迫切性。经过三十多年来的酝酿、宣传、研讨、磋商，世界各国政界和学界对世界“文化多样性”、可持续发展理念和民族文化自觉的认识大为提高，特别是世界进入文化引领的时代，美国学者提出的文化是国家“软实力”的概念被广泛接受，非物质文化遗产的抢救和保护，已经成为21世纪一个世界性的文化潮流。而非物质文化遗产的保护，在我国，不仅是中国国家“软实力”的重要构成因素，也是中华文化复兴、东方文化复兴的不可或缺的方面。

在我国，自“五四”以降，民间文化的保护和调查记录工作，一向是由学术界、文化界的一些人士在做，但由于时局、思潮、人事等方面的原因，时断时续，时起时伏，其调查所得的资料，除了前中央研究院的资料保存在台湾、解放区的一些资料保存在中央音乐学院外，其他大量调查资料尽皆流散无存了。建国以来，由于体制、分工等原因，民间文化的调查与保护，主要是由社会团体、研究机构和高等院校相关系科做的，虽然做了大量艰苦的调查采录工作，但由于各自为战，政治运动频仍，前后领导人缺乏一以贯之的学科理念以及科学管理等原因，所得资料流散严重。真正由政府出面保护民间文化，主要有两次：第一次，是1955至1956年为了民族识别由国家民委组织专家进行的民族调查；第二次，是文化部、国家民委和中国文联有关协会进行的“十大文艺集成志书”的调查编纂工作。这些工作为21世纪在“政府主导”下开展的非物质文化遗产保护工作奠定了坚实的基础。2003年中国民间文艺家协会在中共中央宣传部和国家社会

科学规划办公室的支持下,启动了国家社会科学基金特别委托项目“中国民间文化遗产抢救工程”。2004年4月8日文化部、财政部颁发《关于实施中国民族民间文化保护工程的通知》以及配套文件《中国民族民间文化保护工程实施方案》,启动了“中国民族民间文化保护工程”;同年全国人大常委会批准《保护非物质文化遗产公约》,我国成为缔约国之后,2005年3月26日国务院办公厅发布《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》,从此改称“中国非物质文化遗产保护工作”。

非物质文化遗产是民众口传心授、世代相传的文化,对其进行保护,可能采取多种方式,但不论采取何种方式,其最终目的,是使其在创造和享受这种文化的老百姓中间得到继续传承和发展延续,至于有些因时代变迁、生存条件改变等原因而不能继续传承和发展的项目,则应收集记录起来编辑成书籍,制成光碟、录像片、录音带等,或以收藏与陈列于博物馆的方式,使其以“第二生命”继续传播。对于至今仍葆有传承生命活力,或虽然呈现程度不一的衰微趋势而仍能通过保护措施被激活的项目,建立国家级非物质文化遗产名录,将其保护工作纳入国家体制、在国家干预和管理下进行有效保护,无疑是一项重要措施。

在短短的几年间,我国已陆续公布了两批国家级非物质文化遗产名录,初步建立起国家级、省市级、区县级三级(有的地方是四级)非物质文化遗产名录;认定了国家级和地方的非物质文化遗产项目代表性传承人名单,取得了令人瞩目的成绩。国发[2006]18号《通知》公布的第一批国家级非物质文化遗产名录计有五百一十八项;国发[2008]19号《通知》公布的第二批国家级非物质文化遗产名录计有五百一十项。第一批国家级非物质文化遗产扩展项目名录计有一百四十七项。两批三个名录加起来,共计一千一百七十五项。国家级非物质文化遗产名录将我国非物质文化遗产划分为十个大类:(1)民间文学类,共计八十九项;(2)传统音乐(民间音乐)类,共计一百五十六项;(3)传统舞蹈(民间舞蹈)类,共计一百零九项;(4)传统戏剧类,共计一百七十一项;(5)曲艺类,共计一百一十一项;(6)传统体育、游艺与杂技(杂技与竞技)类,共计五十九项;(7)传统美术(民间美术)类,共计一百一十二项;(8)传统技艺(传

统手工技艺)类,共计二百一十项;(9)传统医药类,共计二十二项;(10)民俗类,共计一百三十六项。“非遗”名录的申报和评审工作,还会继续做下去,以期建立起一套完备的非物质文化遗产名录体系,作为“非遗”保护工作的基础。传承人的认定和保护,是“非遗”保护的核心,也得到了相应的重视。2007年、2008年分两批公布的国家级非物质文化遗产项目代表性传承人,共计有七百七十七名入选名录。这项工作也会继续下去。

温家宝总理用民族“文象”和“文脉”来指称我们的非物质文化遗产。我们正在进行的非物质文化遗产保护工作,正是在保护和传承我们中华民族的“文脉”——我们民族的根脉,保护和传承我们中华民族的民族精神,保护我们中华民族的“文化基因”。这件事的重要意义,已在上级各级领导和官员、下至普通百姓中有了初步的认识,而这种初步的认识,是提高官员和百姓全民“文化自觉”的起点。谁都晓得,一个没有或缺乏“文化自觉”的民族是多么的可悲!

通过各种方式对以往“不登大雅之堂”的非物质文化遗产进行宣传、阐释、解读、弘扬,是落在各级政府、社会团体、文化界、出版界、媒体人、学术界肩上的时代重任。以编纂出版适合于各种不同文化背景的读者的“非遗”书籍,不啻是对其进行保护的有效方式之一,而且也是对中华文化进行积累的有效工作。古吴轩出版社策划的《中国非物质文化遗产图文藏典》,其宗旨就是以第一批国家级名录和分类为依据,“选取最具代表性和表现力的项目作图文展开,全景式地反映中国非物质文化遗产古往今来之概貌”。希望这套丛书尽可能熔知识性、学术性、可读性、欣赏性于一炉,既满足当代读者了解“非遗”的阅读需求,又经得起时间的检验,把21世纪之初流传于中国老百姓中间的“非遗”的概貌传达给后世。这就是我们编纂这套丛书的初衷。要向读者说明的是,本丛书的写作,是以第一批国家级名录所载项目为依据的,而申报评审非物质文化遗产名录是一个递进的、积累的过程,而不是一蹴而就、一次完成的,第一批国家名录中所载项目,是在各地各单位申报的基础上评审认定的,而不是由专家在全面权衡的基础上提名而认定的,故而与相关学科的构架相较,则显然留下了若干空白(第二批名录的公布,已在一定程度上得到了一些

补充和完善),这些项目的空白在本丛书中也就只好暂付阙如,或稍作提及而不作展开。

经过一年多的组稿、撰著、选图、编辑,这套由十部书稿组成的“图文藏典”,就要付梓了,在此,向各位作者朋友表示谢意,希望得到专家和读者热诚的指教和批评。

2009年3月1日于北京

序

吕韶钧

北京体育大学民族民间体育教研室主任

民族民间体育是我国宝贵的文化遗产,作为世代中国民俗风情的信息载体,蕴含着异常丰厚的历史文化信息。它渗透于神州大地的各个领域,贯穿于中华民族复杂多变的5000年发展历程,凝聚了炎黄子孙的卓越创造精神。它不仅体现了一种民俗文化性,而且也体现了华夏民族的审美情趣,它富有浓郁的民族特色,散发着清新的乡土气息,具有很高的艺术观赏价值和健身价值。

2001年联合国教科文组织通过了《世界文化多样性宣言》,2005年联合国教科文组织第33届大会又以压倒性多数通过了《保护文化内容和艺术表演形式多样性公约》(简称《文化多样性公约》)。这表明,进入21世纪,国际上正式承认:人类的文化思想体系应该具有多样性,并已具有国际法律文书保障的性质。在我国“十一五”文化发展规划纲要中也明确指出:建立非物质文化遗产名录体系,绘制国家非物质文化遗产资源分布图,确立非物质文化遗产传承人谱系,制定传承人资助办法,确定10个国家级民族民间文化生态保护区。这些政策的出台为我们进一步做好民族民间体育的挖掘整理和研究工作提出了更高的要求。

中国功夫所包含的民间体育项目可以说是民族、民生、民俗文化的智慧体现,是中华文明的宝贵结晶。它作为一种“身体文化”,通过肢体的动作来表达各民族、各地域人们的意识、思想、情感等,展现广大民众的精神风貌。民族民间体育作为人类社会一项特殊的文化活动方式,在人类

民族文化的原始积淀期,由于生存区域与生存环境、生产劳动与生活方式、文化积累与传播形式的不同,共同构筑了丰富多彩的民族民间体育内容和方法体系。它既有自贯一身、稳定的精神和物质文化,又有在历史环境的变迁中不断丰富呈现出的多姿多彩的表现形式。千百年来,它扎根在中华大地的各个地域,渗透在华夏各民族的节日和民俗活动之中,影响着中国人的生活方式。这种在相承相续中渐进发展的民族民间体育,不断地绽放出绚丽的花朵,孕育出丰硕的果实,突出地再现了民族特色、民族心理和民族意识。

然而,从目前的发展现状来看,我国民族民间体育始终处在一种边缘化状态,许多民族民间体育已经濒临遗失,这不能不说是个遗憾。根据国家体育总局和国家民委统计数据,中国民族民间体育项目有977个,引经可考的320个,目前进行广泛传承的只有27个,这种令人堪忧的发展状况,不得不使我们进行认真地反思。因此,挖掘整理我们国家优秀的民族民间体育是一项十分艰巨的任务,也是一项十分迫切的工作。这不仅关系到我国民族民间体育的完整保护问题,而且也关系到在东西方文化和谐共处的今天,如何使中国功夫融入到世界主流体育文化之中,使其更好地发挥出应有作用的现实问题。

当然我们也知道对民族民间体育项目进行梳理整合、集成提升、展示传播、普及推广是一项巨大的系统工程,需要整体策划、政策支持和宣传引导。因此,我们将从首批国家级非物质文化遗产名录杂技与竞技类中选取10个项目作为切入点,针对这些项目的历史渊源、涵盖的主要内容以及发展的现状和传承等问题进行全面的阐述,以期为今后民族民间体育的非物质文化遗产保护提供一些战略性的思考。

在本书的写作过程中,王瑜、韩玉柏、周双纲、李雄锋、步宝珊、邱丽玲、张晓静、原彩萍、杨大鹏、谷强、郭锐、王丽和万佳欢等同志参加了初稿的整理和编写工作,同时还参阅了大量的文献资料,引用了许多珍贵的照片,在此我们向作者表示衷心的感谢和崇高的敬意。我们希望本书的出版能够为我国民族民间体育的继承与发展吹响重振的号角,为国家非物质文化遗产保护工作作出应有贡献。

2010年春

目 录

总序·····	刘锡诚
序·····	吕韶钧
 第一章 少林功夫·····	1
第一节 少林功夫的历史渊源·····	2
第二节 少林功夫的主要内容及文化特征·····	5
第三节 少林功夫的传承与保护·····	18
 第二章 武当武术·····	23
第一节 武当武术的历史渊源·····	24
第二节 武当武术的主要内容及文化特征·····	31
第三节 武当武术的传承与发展·····	38
 第三章 太极拳·····	41
第一节 太极拳的历史渊源·····	42
第二节 太极拳的主要流派及文化特征·····	49
第三节 太极拳的传承与发展·····	59
 第四章 邢台梅花拳·····	64
第一节 梅花拳的历史渊源·····	65
第二节 梅花拳的主要内容及文化特征·····	70
第三节 梅花拳的传承与发展·····	78
 第五章 蹴鞠·····	81
第一节 蹴鞠的历史渊源·····	82
第二节 蹴鞠的主要内容及文化特征·····	89
第三节 蹴鞠的传承与发展·····	93

第六章 蒙古族搏克	95
第一节 蒙古族搏克的历史渊源	96
第二节 蒙古族搏克的主要内容及文化特征	99
第三节 蒙古族搏克的传承与发展	103
第七章 达斡尔族传统曲棍球竞技	105
第一节 达斡尔族传统曲棍球的历史溯源	106
第二节 达斡尔族传统曲棍球的主要内容及文化特征	110
第三节 达斡尔族传统曲棍球的传承与发展	114
第八章 中国杂技	116
第一节 中国杂技的历史溯源	118
第二节 中国杂技的主要流派及代表作	128
第三节 中国杂技的传承与发展	134
第九章 天桥中幡	139
第一节 天桥中幡的历史溯源	140
第二节 天桥中幡的主要内容及文化特征	146
第三节 天桥中幡的传承与发展	155
第十章 秋千与跳板	158
第一节 秋 千	158
第二节 跳 板	170
第三节 秋千和跳板运动的传承与发展	173
后 记	177
附 录	
第一批国家级非物质文化遗产名录·杂技与竞技	180
第一批国家级非物质文化遗产扩展项目名录	
·传统体育、游艺与杂技	180
第二批国家级非物质文化遗产名录	
·传统体育、游艺与杂技	181
第一批国家级非物质文化遗产项目代表性传承人	
·杂技与竞技	182
第三批国家级非物质文化遗产项目代表性传承人	
·传统体育、游艺与杂技	183

第一章 少林功夫

少林功夫,也称为少林武术。它是以河南嵩山少林寺武术为主体而形成的文化体系,它的产生与发展不可避免地受到了河南登封嵩山少林寺这一特定佛教文化环境的影响,其深邃的文化传说和雄浑秀美的自然风光孕育了独具特色的武术体系,在中国武术的发展历程中占有十分重要的地位,自古就有“天下功夫出少林”的说法。但是在我国的史料记载中,少林寺却不止一座。据《少林寺碑》、《裕公碑》、《万年清碑》、《近代秘密社会史料》、《中国秘密社会史》、《国术周刊》和《少林功夫词典》等碑文和文献记载,全国共有11座少林寺,如:河南嵩山少林寺、和林少林寺、蓟州少林寺、长安少林寺、太原少林寺、洛阳少林寺、泉州少林寺、福州少林寺、山东少林寺、



河南嵩山少林寺山门
王子瑞摄

嵩山太室山



台湾少林寺以及莆田少林寺,等等。其中以河南嵩山少林寺最为出名。

第一节 少林功夫的历史渊源

少林功夫是指在嵩山少林寺特定的佛教文化环境中形成的,以佛教神力信仰为基础,充分体现佛教禅宗智慧,并以少林寺僧人修习的武术为主要表现形式的历史悠久的传统文化体系。

从上面的界定我们可以看出,少林功夫的起源,应该与嵩山少林地区的历史、地理、文化及其风俗习惯等有着直接关系。我国古代将地域划分为九州,河南一带属豫州,豫州处九州之中,又称中州。中岳嵩山位于河南省中部,气势雄浑磅礴。在中华民族的历史上,嵩山有着特殊的地位。少林寺位于河南登封市西北13公里的太室山南麓,面对少室山,背依五乳峰,寺因山而得名。因此,清景日珍《说嵩》中称:“少林者,少室之林也。”少林寺始建

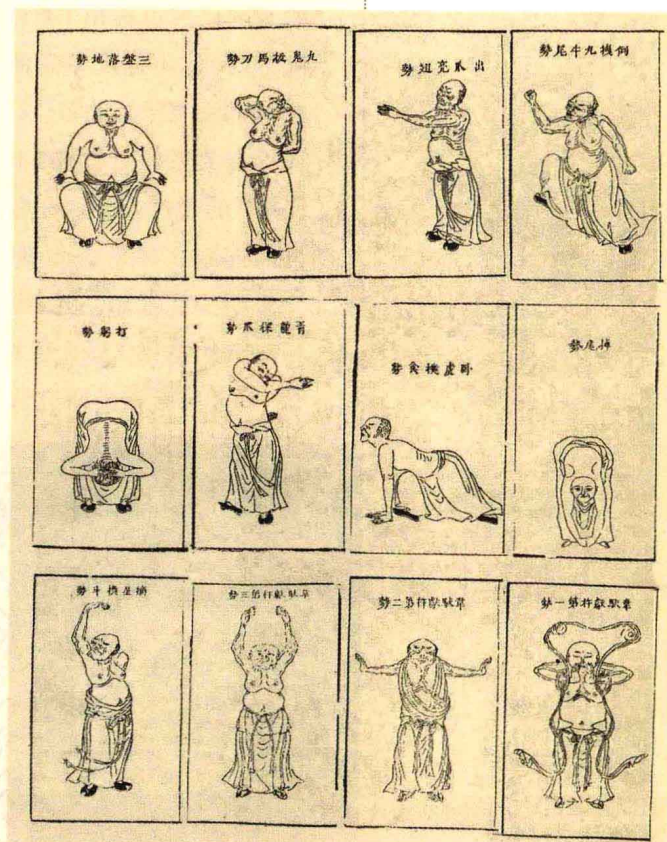
达摩面壁图(部分)



于北魏孝文帝太和十九年(495),是孝文帝为其赏识的印度僧人跋陀传教所修的寺庙。至孝明帝孝昌三年(527),印度佛徒菩提达摩北渡长江来到少林寺,在跋陀开创的基础上,广集信徒,传授禅宗,寺院逐渐扩大,僧徒日益增多,少林寺也名重一时,称为禅宗的“祖庭”,佛教界也称达摩为禅宗的“初祖”。那么,少林武术与达摩到底有多大关系呢?少林武术是达摩所创吗?关于这个问题其实在武术界很早就有明确答案了。

少林武术的形成,是一个历史的过程,包括少林武术的起源、发展和完善。对于少林武术的起源,通常说法有两种。一是认为少林武术是达摩创造,有《易筋经》及“罗汉十八手”为证。理由是,达摩在五乳峰上的那个天然石洞(现在叫达摩洞)里面壁9年,一动不动坐在那里,坐9年,肯定会很累,于是他就会站起来动动手脚,活络活络关节,加上那时候那个地方肯定还是原始森林,不像现在光秃秃,自然会有野兽出没,那就需要防卫,结果创造了“罗汉十八手”,传下了这本书《易筋经》。据说还有一本《洗髓经》,唐朝李靖将军曾看过,以后就没人看过,失传了,不知里面说些什么,人们一般撇开它不谈了。后来有人觉得达摩传《易筋经》有些可疑,因为《易筋经》具有更多的道家气息,而少有佛意,于是有了第二种说法,认

《易筋经》十二式图



为少林寺武术起源于少林寺第一代祖师跋陀的弟子慧光和僧稠。

那么，少林武术是否由印度高僧达摩所创呢？

关于这个问题，近代武术家向恺然先生早就有过考证，他在《拳术传薪录》一书中说：“达摩非拳术家，今之言武术者，动称少林，而少林又尊奉达摩；一若达摩于武术，无所不精，无所非其创造者。少林棍法，皆久已有人著为专书，其假托与穿凿附会之迹，令阅者肤栗三日！近年复有所谓达摩剑者，亦成专书，刊行于世，是达摩又多一门本领矣。”而同时代的武术史学家唐豪先生也曾做过考证，其结论是：“中国武术于古已盛，正不必附会天竺沙门。”现代学者、安阳师范学院的马爱民教授经过20多年的专题研究也提出了自己的观点，他认为：达摩只是一名佛学高僧，不是武术高僧。因此，达摩和少林寺以及少林武术都没有什么关系。《旧唐书》是第一部认为达摩和少林寺有关系的史料，其上有“达摩隐于嵩山少林寺，遇毒而卒”的说法。马爱民教授认为，“这个记载不可靠”，后世的记载大多是在此基础上发挥，也不可靠。这些都充分说明少林武术与达摩并没有必然联系，完全是后人假托附会的结果。那么少林武术究竟是如何形成与发展的呢？马爱民教授的研究认为，把武术带到少林寺并发扬光



少林拳对练雕塑
唐朝摄