

中国武术与传统文化

中国武术与传统文化
论文集

北京体育学院出版社

1990 • 8

研究武术文化
发展民族体育。

伍绍祖

一九九〇年
七月廿三日

中华人民共和国主任 伍绍祖 题
体育运动委员会

武术是中国传统文化的一颗明珠。探索武术文化丰富的内涵，使武术理论科学化、系统化是一个迫切的任务。

徐才

一九九〇年八月九日

中国武术协会主席
中国武术研究院院长

徐才题

研究精武國粹

弘揚民族文化

張維國



一九九〇年八月三日

甘肅省
體育運動委員會 主任 張維國 題

序

中华人民共和国
体育运动委员会 副主任 张彩珍

《体育文史》、《中国体育》、《精武》、《武当》四个杂志社和北京体院出版社、甘肃省体育科研所联合主办的“中国武术与传统文化”学术讨论会，得到有关专家、学者和体育工作者的大力支持，一批殚精竭虑之作很快汇集成册，这反映了我国积极从事这方面学术研究的大有人在，而且达到了一定的水平。

研究中国武术与传统文化的关系，是深入研究武术的一个方面，拓宽了武术研究的领域，提高了武术研究的层次，对于从宏观和历史的高度把握中国武术有着重要意义。

几千年来，中国武术是在中华民族特定的社会历史环境和文化背景中发展起来的，深受民族文化精神的滋润和哺育。它必然与中国传统文化中诸如哲学、宗教、文学艺术、中医、民俗、道德伦理观念，以及军事等有着密切的联系和相互影响。正是这种交融和互鉴，使得武术形成了丰富的文化内涵和独特的表现形式。在社会主义新中国，它不仅在中国体坛占有重要的一席之地，而且在改革开放中步入世界民族体育之林竟放异彩，将逐步成为世界先进文化的一部分。

当然，在探索 and 认识中国武术生存的深层文化背景的同时，还应注意传统文化中那些消极因素对武术的影响和制约。武术自身的某些弱点和缺点，影响着它的社会化、科学化、规范化的历史进程。这些也是广大武术工作者、有关学者和一切关心中国武术发展的人们应当研究解决的课题。

相信通过武术文化学术研究的不断深入，人们将逐步地全面认识和把握武术的历史作用和丰富的文化内涵，促使中华民族这一传统文化瑰宝更加发扬光大。

1990年7月25日

目 录

序.....	张彩珍
试论中华传统文化与武术的关系.....	张平中 陈心平 (1)
《孙子》与武术技击思想.....	旷文楠 (7)
简论传统武术理论与中国古典哲学文化的契合.....	周伟良 (12)
中国民俗文化中的武术.....	刘峻骧 (16)
武术与民族精神.....	杨绍虞 (22)
略论武术与中国传统文化.....	季建成 (31)
中国武术与书法艺术的比较研究.....	姚淦铭 (34)
论传统医学与武术的双向渗透.....	王庆余 程大力 (40)
武术与阴阳五行学关系析论.....	赵戔华 郑俊武 (47)
古典拳论《拾法摘要》发微.....	孟乃昌 (52)
论剑文化.....	程大力 (68)
侠客论.....	陈 蓓 (71)
论地理环境、军事活动对中国武术文化形成和发展的影响	郭层城 韩佐生 舒有谟 (76)
儒家文化与中国武术之伦理思想.....	李金龙 (80)
“黄河武术”的自然、文化背景.....	郝心莲 陈青 舒有谟 (84)
试论中华武术的理论渊源.....	朱震武 (88)
中国传统文化与太极拳.....	马 虹 (93)
中国武术本体载体纵横谈.....	阮纪正 (99)
楚文化与楚国武术.....	蒋松卿 (103)
中国武术发展与教育的关系.....	乔克勤 (107)
武术文化论——武术文化的层次构架.....	程志理 谢 坚 (113)
试论向恺然之武术观——兼论武术文化与武侠小说.....	肖 冲 (119)
太极拳原理和太极十三势.....	黄 鑫 (124)

武术文化形态初探·····	熊志冲(131)
太极拳发展的第三里程碑·····	于志钧(136)
武术与象形·····	曾庆宗(141)
浅谈中国文化对峨嵋拳的影响·····	董如军(147)
《老子》的军事辩证法特色及其对武术的指导作用·····	陈荣亮(151)
浅谈传统武德的产生和社会功能·····	邓 涛(154)
八卦掌与中国传统文化·····	李成银 姜本清等(158)
古代与近代武术文化形态特征辨析·····	张 新(163)
略论中国武术文化·····	韩 丹(170)
浅论少林寺武术对中华文化的影响·····	释永文(175)
试论武术精神及其对民族精神的塑造·····	刘雪松(180)
云南民族武术与宗教·····	张伟岱(184)
近代海河平原武术的“土壤”分析·····	王昆仑(195)
武术与我国传统的戏曲文化·····	崔乐泉(199)
论武术文化与中国民间秘密宗教的关系·····	郝 勤(205)
传统武术技击观初探——兼论对练的特点与作用·····	蔡仲林(208)
情动于中而形于技——试论套路意境的美学特征·····	方汝樨(213)
敦煌莫高石窟武术史料考查导引·····	李重申 罗宪模 田鹤鸣(216)
《最新体育百科辞典》有关中国拳术的论述·····	[日]铃木圆藏(221)
中国武术与日本的空手·····	[日]笹岛恒辅(225)
编后·····	(228)



试论中华传统文化与武术的关系

张平中 陈心平

一、问题的提出

中国武术正走向世界，武术界不少人对此既喜又忧。喜的，是中华武术的新局面，预示武术将有世界性的更大振兴；忧的，是国外学中国武术，是否能真正学到其精华？这股“热”能否持久并进一步高涨？这里的“忧”，显然非“杞人之忧”。不少外国人刚穿上色彩鲜艳的中式对襟密排扣“武侠服”学武时，确是兴冲冲，但时间一长，虽也有部分人学得相当功力，却也有些人为自己的动作缺乏中国武术的特色与神韵而感气沮。

作为古老民族文化遗产一部分的中国武术是沉浸在中华民族文化的特殊气息中，吮吸着独特的民族文化乳汁而产生与成长的。这种文化广延在武术中的血缘关系，不仅欧美人士一时难以理解，就是我们武术乃至体育界本身，也并非人人都十分明确。在向世界展示与推出我们特有的武术的今天，有必要重新进行探索。本文试图就此做一粗浅的论析。

二、博大精深中国武术、是封闭的、滞郁的、深沉的中华文化版块上独特的文化客体

悠久的历史中，两千余年是在封建制度的专制统治中度过。我们生存的这一“中央大国”，不仅疆域辽阔，且资源丰富，足够全民族自给自足。因此形成了中华民族的独特文明历史带。直至帝国主义的军舰大炮与西方文明，呼啸着跨越辽阔的太平洋，来敲我们大门的二十世纪初，我们还在上演王旗屡变而人与人本质关系不变、专制制度不变、落后生产力不变的“普天之下莫非皇土”的封建故剧。这一漫长、封建、沉郁的文化历史，保证了我们独特的传统民族文化的形成与熟透。以孔子为代表的儒家，以庄子为代表的道家，以及西汉末从印度传入而大盛于中国的佛教释家，这三家文化则是中华文化的主要代表；它们的学说体系，二千余年来主宰与影响着这一文化版块上的各个方面。作为文化一个客体分支的武术，虽不直接受文化主体发展的指挥，却同样始终承受着三家文化的锻打，受着民族性格与道德观念的制约；从宏观上推查武术发展过程中的变化，可以清晰看到它通体上下所受的三家文化的深深烙印。

近年来，体育界对儒、道、佛三家的“体育思想”争论颇烈，有说三家轻武反对体育，有说三家均重武术、体育，见仁见智确是各有千秋。本文无力也无能参加这一争论。着重谈的是三家文化对武术的影响。“影响”者也，属客观反映范畴，与当事者原来的主观愿望不一定完全相同。

1. 儒家“武备”之说，对动态型技击武术起推动作用

被中国统治者奉为正统的儒家学说，以“在家为孝，入国为忠”作为最高道德标

准。孔子一再强调的“礼”，则是维持这一标准的秩序规范。但这套标准与秩序，远非君王一言即定，仍要靠拳头，刀枪作后盾；武术的本源，正是于争权夺利的兵事中产生。所以孔圣人也只好说“有文事者，必有武备”^①“不教民战，是为弃之”，“善人教民七年，亦可以即戎矣”^②，把“武备”与“教民习战”定为维护封建秩序的必要手段。他还告诫他的弟子们，要在社会上吃得开，必须有“藏武仲之知，公倬之不欲，卞庄子之勇，冉求之艺”^③，其中关系“武”字的正好占一半。因而他众多弟子们即包括各种文武人材，其中“身通六艺者，七十有二人”^④。可见当日“武”情之一般。当时的春秋、战国，正是从奴隶制向封建制过渡的大动荡、大变革时代，战争连绵、征伐不已，诸侯各国无兵无“武备”就不能生存，民间普遍习武，并已出现“剑士”等一类“武术专门家”，当日诸子百家的论述，“武”均踞高顶。如管仲以法律条文规定：“有拳勇股肱之力，筋骨秀出于众者，有则以告，有而不以告，谓之蔽才、其罪五”^⑤。魏国的李悝制《习射令》：“人之有狐疑之讼者，令之射的，中之者胜，不中者负”^⑥。甚至一贯要超脱世俗、返归自然的庄周，面对现实中爱好剑术近于发疯、日常“剑士夹门而客三千人，日夜相击与前，死伤者岁百余人，尤好之不厌”^⑦的赵惠文王，也发表过一通剑术精论：“示之以虚。开之以利，后之以发，先之以至”^⑧，孔子正是总诸子之大成，集而作为维持“仁、义、礼”这一统治秩序之所需。显然，他所说的“武”，主要是兵事中的技击技巧，属形体动态型的“外功”，因为这种“武备”对统治者有利，以后的各朝各代就把孔圣人的“武备”列入“讲武之礼”、“军礼”的范畴，对中国技击技巧的形成与发展，起了决定作用。

2. 道家学说开拓静态武术之源

与“儒”齐名的另一文化大家“道家”，主要哲学主张崇奉宇宙本体自然规律，万事要“依乎天理”、“顺道”（自然规律）而回归自然。这一学说在中国有更远的渊源，《汉书·艺文志·诸子略》中说“道家者流，盖出史官”；而《世本》注说“史官”是“黄帝之世……苍颉、沮诵居其职”。早在西周初期的《洪范》与《周易》中，已有较明确的“法天”、“法道”说；到春秋战国的老子、关尹、列御寇及庄周等人时，形成深闳而肆的道家洪流，有一整套信仰“道”、遵循“道”、效法“道”的学说，其中庄周为突出代表。他一意追寻宇宙本体，要乘“天地之正，御六气之辨，以游无穷”^⑨，去求取精神的绝对自由，追求万事“动而以天行”^⑩。他攻击儒家礼教是万恶之源，大呼“绝圣弃智，大盗乃止；擗玉毁珠，小盗不起；焚符破玺，而民朴鄙；培斗折衡，而民不争；殚残天下之圣法，而民始可与论议”^⑪。似乎毁灭了封建文明，回归“同与禽兽居，族与万物并，恶乎知君子小人”的大古混沌，才是“至德之世”^⑫。显然，这位被社会大变革害苦了的没落贵族知识分子，在这方面已昏了头。但他哲学中颇多朴素的唯物辩证法光彩，以及他阐发自己观点时用的大量素材，有意无意地又违反了他反对封建武备的原意，又为武术一养生一返归自然辟出另一蹊径。如“纯粹而不杂，静一而不变，恢而无为，动而以天行”；“堕肢体黜聪明，离形去知，同于大通，此为坐忘”^⑬。这些原意用以逃避世俗纷扰，以追求精神解脱的“入静”，却给后世开辟了以“神静”养生的先河。而“虚其性，养其气，合其德，以通乎物之所造”^⑭；“为善无近名，为恶无近形，缘督以为经，可以保身，可以养生，可以养亲，可以尽年”^⑮，进一步较系

统地阐明了“虚静以忘”、“缘督为经”的静态与经络循行的静态炼功法。更可贵的是，他已悟出“静中有动”、动中“忘我”的“动忘道”，如“长于水而安于水”^⑧的水道，“不射之射”的射箭道，以及上面已提过的剑道等等，给后世辟出一套心无忌惮、荡尽杂念、排除干扰、顺乎自然、离形去知的“忘我”辩证炼功法。这种炼功法的顶点，是视渊若陵（陆），入水不没，临刃不惧，百发百中，先开后发，刺无不达，动静结合的“神化”境界。这种主观意识与观念技术结合而成的“神化”，正是以后著称的中国武术内功理论的始祖。即以今天的标准来看，现代体育中的“忘我”“抗干扰”等论点，也可以说与武术内功说近于一源。

历代统治者对道家学说，历来是“尊儒”“崇道”并举。这是因为道家虽反对封建礼教，只主张清静、无为、返归自然，不要人民“揭竿而起”，从某种意义上说也正有利于巩固封建统治。尤其是大批封建士大夫在诡谲的官场风云中失意后，多走向山林退隐，刻意钻研道家玄学，或炼丹舞剑，或养鹤种梅，追求“精神逍遥”，既扩大了道家影响，又使“儒”“道”两家相互渗透，动与静，武术与养生相辅相成，使道家的静态武术也有了更细的理论学说。

3. 佛家对动态、静态武术兼而有之。

属于“舶来品”的佛教，一进入中国后，在中国的文化版块上，不能不很快“中国化”，否则就不能生根、成长。传为汉灵帝末年牟子撰写的《牟子理惑论》在阐述著作因由时说：“锐志于佛道，兼研《老子》五千文，玩《五经》为琴簧”，已明确了儒佛道三家调和基调。佛家的“人本原”、“因果”、“法体恒有”等说法，提倡“一切众生皆有佛性”、“人人修善皆可成佛”的“平等观念”，使饱受专制统治摧残的广大人民看到了“来生光明”。“般若学”的真理是“相对的、严重的”^⑨说法，也颇合玄学家们口味，魏晋时不少学者持以与道家的相对主义呼应，出现了“‘三玄’与大小品共讲说，名士与名僧共研，士大夫向僧问学，《老》《庄》用佛理作解”^⑩的时兴局面，使佛家在中国的各阶层中都有了信徒，也使佛家更加中国化，到了南宋孝宗时，更明确提出“以佛治心，以道治身，以儒治世”^⑪说，由此形成的“理学”，也成了统治阶级的经典；佛教“中国化”后出现的禅、净二宗，以只要“顿悟向善”，只要口念“阿弥陀佛”皆可成佛的“快速简易法”，在基层劳动群众中有了更广泛的基础。佛家不仅在经济上有了相当实力，有的地方已进入政治上层，如南北朝始，就有尊僧人为“国师”的。这样，尽管佛教教义反复强调“不杀生”、“不加暴”（但佛教典籍中，却又有不少佛陀与各种妖魔作战的描述），佛教在向四方扩充势力的过程中，在日益集中相当财富的佛家寺院中，不能不有自己的“武备”。于是，在佛家的宣传中突出了这一点，创造了禅宗始祖达摩“一苇渡江”及面壁十年编撰内功秘笈《易筋经》等各种传说；实践中，一些较大寺院如嵩山少林寺，还设立专职武僧。因为有儒、道两家动一静武术在先，佛家“武备”从一开始，也就把动态型技击技巧与道佛两家的坐禅一静型态炼功，比较自觉地揉在一起而兼修，影响反而超过了儒、道两家，以致今日国外反有“中国武术出少林”的误传。

4. 三家文化的汇流、探索，使中国武术形成独特的体系；漫长封闭中的浸淫，使中国武术有它特异的“先进”

或许我们可以为中国武术勾勒一个大致轮廓：武术之初始，可分儒家的动态（不是

绝对的动)与道家的静态(不是绝对的静)两个体系:“动”者讲究形体变动、筋肉发达、动作敏捷、力量迅猛等以战胜敌手,军事武艺、相扑等(外功)属之;“静”者讲究内部脏器的协调,保精养气,追求内力的充沛持久(内功),有较明显的健康养生作用。

在佛家传入中国之前,儒、道两家文化已在相互交聚渗透,武术也出现同样情况。春秋时“儒动”、“道静”两系武术在“和平共处”中,已有形体与神气相济的萌芽。如剑术有“布形候气、与神俱往,杳之若日,偏如腾兔,追形逐影,光若仿佛,呼吸往来”^②之说;汉代刘安进一步提出形、神、气一体,“一位失规三者伤也”^③的理论。以后,佛家在吸收儒、道文化传入中国的过程中,武术上更注重“内外兼修”。结果,动态型技击逐渐吸收练气、坐禅类“静态功”;静态的养神养气中,也逐渐加进动态型技击术。久而久之,中国的武术就从克敌制胜的技击中,派生出健身职能,延年益寿的养生法中,又并出技击职能。神与形、气与力、静与动、虚与实、内与外,愈往后愈紧密结合,终于形成中国武术的独特理论体系与形态动作。

这一切的形成,还有一个“独特条件”,即中国封建社会长期落后生产力的“保证作用”。早在十七世纪初,欧美各国已把“武备”重心移向蒸汽机及军舰大炮等热兵器的研究,我们这个一直停留在铁器时代的文明古国,却仍在相互提防下各自深研拳术及冷兵器的格搏攻防,仍在根据种种神奇想象进行艰苦的武术自我完善。两千余年的漫长浸淫,使这种人之初共有的技击技能,得以在中国这块封闭的文化版块上,有了举世独有的“独特先进”,形成一颗带悲剧气息的璀璨明珠。

三、冷静地抓住中国武术的独特精点,以推向世界

中国武术门派众多,凡能流传至今的,就有其独特的地域、拳种精点。要说透任何一个门派的精华,都需专门的宏文巨著。这里只能择其比较共有的,作点概括。正确与否,尚待武术界共鉴。

1.儒家之“武”虽属动态技击,但整个学说体系讲“守礼”、强调“筋骨之力不如仁义之荣也”^④,一般不讲先出手;道佛两家“戒暴”,讲“守静”、“禅心”与内修,更不讲先出手;而中华民族的性格,也偏内向,讲深沉、含蓄、“轻易不露面,偶而露峥嵘”。这一切体现在武术中,不论动态、静态,各拳种都注重蓄劲、暗劲,一亮开架子“动非真动,静非真静”,立即暗劲偏体运转、未攻先防。这就形成中国武术的第一个精点:讲究内功的充沛凝聚与蕴蓄。

这种内劲用于防,挨得起重锤;用于攻,气迅猛。静时如大山般隐巍、深沉、缓转中把雄厚的内劲蕴蓄于从腰到四肢每一关节,外观难以觉察;动时,则如火山突喷,一闪间雷霆万钧、无坚可阻,每一关节都有强劲出击,防不胜防。这与动作偏于刚烈,同出手风风火火的西方拳击,有明显区别。

2.从庄子的“吐故纳新,熊经鸟伸”^⑤、华佗的“五禽戏”开始,不论动、静态武术,即都自觉地研究动作技巧变化,千方百计提炼禽兽超人的攻防动作模仿之,日积月累两千余年,从而形成中国武术的第二个精点:动作变化多端,防严攻巧、精奇妙绝伦。

现今流传的拳种中,有轻巧灵窜的“猴拳”,柔极含刚、出击狠毒的“蛇拳”,含而不露、猛厉异常的“鹰爪拳”,还有“龙形太极”、“六合”、“罗汉”、“黑虎”

等等拳种；各种拳路中，“黑虎掏心”、“白鹤晾翅”、“白蛇吐信”、“乌龙戏珠”、“大蟒摆尾”、“白猿献果”、“饿鹰扑食”等等，以禽兽特技命名的招着，更是不胜枚举。几乎各种动物最精妙的攻防、运力技巧，在中国武术中都有精奇的再现。这不仅在技击中有特效，在观赏上也有很高美术价值；其精、妙、巧、美，不仅西方拳击难望其项背，即是同一渊源的东方空手道、跆拳道、泰拳，也难与相比。

3. 传统文化使中国武术在变动中，另显一种独特的文采，饱含中国古哲学、兵法、数学等内核。这是第三个精点。

(1) 各门派的理论与实践，都讲究攻中有防，防中有攻；虚中有实，实中有虚；动中有静，静中有动；柔中有刚，刚中有柔。运动中既讲某一肢节的优势劲力，又讲整体平衡的保持；既讲四肢末梢的各自蓄劲，又讲防患于未然的“守中”。各种拳路都力求结构简单，“太极”只十三势，“长拳”也不过三十六路，但一运转则又变异万千……这些一对对的矛盾，在武术中运用的十分和谐，闪烁着迷人的古朴辩证法光辉。

(2) 各路拳诀：“避实击虚”、“声东击西”、“以柔克刚”、“近而示之远，远而示之近”、“避其锐进，击其惰归”、“先发后至，后发先至”等等，其源正是《孙子》等中国著名兵法在拳术中的具体巧妙运用。

(3) 技击中的“不顶不丢”、“连粘连随”、“含胸缩肘”等手法，常以毫厘之差使敌击落空、再利用敌进击扑空的惯性，作“四两拨千斤”的巧妙回击，这正是精密力学，数学在武术中的共现。

(4) 武术的平常演练中，快时跳闪腾翻，电闪雷迅，最大限度地强化训练与挖掘了人的形体变化潜能；慢时如停云止水，从“忘我”的松软柔缓旋转中，给人以思索以往之久远、未来之深玄的无限时空，从而进入一个半封闭的全身运行内劲的特殊环境，达到形、气、神三者共同休憩的和谐目的，达到其他运动所难达到的健身健神目的。其典型如“太极拳”，是武术，却又是近于静止的炼气功；是静功，则又是精密的攻防格斗技巧，民间谓其“内练一口气，外练筋骨皮”，或许正是中国武术的精辟总结。

总揽以上三个精点，我们是否可以说：既强调静、缓中的强大内劲，又重视形体动作的精妙多端变化；既重视特技炼劲，又强调运用哲学、兵法、数学等的智巧；由此形成文武谐调、老少咸宜、融技击、健身、欣赏三大作用于一炉的特殊价值，正是中国武术的独特精点与主要魅力，神韵之所在？

四、自知自明，看清中国传统文化加给武术的负面，勇敢面对世界挑战

“勇而无礼则乱”^⑤、“小人而勇而无义为盗”^⑥，孔圣人早就在害怕武术会成为人民造反的工具，侵犯封建统治者的根本利益。所以他反复强调“克己复礼为仁”、“不学礼、无以主”^⑦、“仁者必有勇”^⑧、“非礼勿动”^⑨等。这一套一厢情愿的打算，专制者自奉为金科玉律，但它挡不住“为盗”，却给武术界，尤其明、清封建末期的武术以重枷之害，使武术的发展也愈来愈封建化；而道、佛的神仙、菩萨，又使武术愈来愈罩上一层迷信外衣，异常神秘化。二者结合，专制文化中，一国只许天子一人有思想；众多武术门派中同样礼法森严、门规如毛，只许掌门一人有思想（这个“思想”自然不许超越天子的思想），其余门众只能唯命是从。于是对外（指其它门派），大家争“正

宗”、抢“正统”，相互嫉妒、隐瞒、诋毁，整日刀光剑影；对内又有什么嫡庶之分、男女之别等等，使得一些有用的招着在“留一手”中不断失传，一些用以掩盖的花式虚招重重复复愈传愈多……时至今日，有些人还在拿些莫明其妙的动作，自诩“正宗绝招”，对旁人的真正有用招著，却硬视之为“邪道”、“狗屁”，武术的路在愈走愈窄。

我们千万勿以为武术源出中国，就可“尊大”永生永世。火药、印刷术等也是中国古文明的结晶，如今的尖端却何在？武术不也有“少林正宗转日本”之说吗？这绝非靠打嘴皮官司，或派些“武术表演队”出国表演几番所能解决。只有我们拿出真正传统的、高水平的技击、健身、欣赏三者一体的中国武术，才能说服世界，吸引世界。

这方面，截拳创始人李小龙为我们作出范例。他原学南派咏春拳，很快发觉“任何拳法在击技上都不是绝对的”^③。于是他“广习北派诸技”^④，进而又学“西方拳击及柔道、空手、跆拳道等，改南派拳法的沉硬招法，吸收南拳桥法截法和拳击拳法，提炼组合为截拳”^⑤。这种既具中国武术蕴蓄内劲、动作多变特色，又具有西方技击快速迅猛的“截拳”，很快显示威力，得到世界公认，大大光大了中国武术。如今美国特种部队的高级格斗训练，就以截拳为其主项；教练员布来斯·龙，正是李小龙的徒弟。他们训练的第一步，也是严格按照中国内功练法，进行专门的静态意念心理训练^⑥。但是李小龙本人却仍以为“截拳”只是个“技术符号，技术本身不仅如此，它还要发展”^⑦。

要总结李小龙的截拳成因，无非三条：①对入门拳种“咏春拳”不妄自尊大，“正宗终身”；②面对世界挑战，对中国武术不掩不盖，不妄自卑薄；③对各派拳术以致国外技击技巧，全敢“消化吸收”、博采众长。说得简单点，李小龙的成功，正是基于对中国武术透彻、清醒的自观自识。

今天，中国武术是不能再以张翼德、赵子龙、水浒一百零八将或张三丰、觉远上人、甘凤池，以致霍元甲、孙禄堂等大师的再现，来称雄于世。一个时代必竟有一个时代的歌，我们期望的，是有更多李小龙，在深刻认识自己文化渊源的基础上，提高自己，再去勇敢地面向世界。

注：

①④《史记·孔子世家》

③②⑥《论语·宪问》

⑧《韩非子·内储说》

⑨《庄子·逍遥游》

⑪《庄子·胠篋》

⑬《庄子·知北游》

⑮⑮⑮《庄子·达生》

⑮《庄子·田子方》

⑮⑮⑮《文史知识》总第64期3页杜继文《佛教与中国古代哲学》

⑮宋孝宗《三教平心论》

⑮《淮南子·原道训》

⑮《论语·泰伯》

⑮⑮《论语·季氏》

②《论语·子路》

⑤《管子·小匡》

⑦⑧《庄子·说剑》

⑩⑬⑮《庄子·刻意》

⑫《庄子·马蹄》

⑭《庄子·大宗师》

⑮《庄子·养生主》

⑫《吴越春秋·勾践阴谋外传第九》

⑮王充《论衡·效力》

⑮《论语·阳货》

⑮⑮《论语·颜渊》

③①③②③④《武魂》第13期2页,戈漠《截拳道对中国武术传统的挑战》

③③见《武林》总第62期36页,张明强编译的《美国高级特种部队的格斗训练》

《孙子》与武术技击想想

成都体育学院 旷文楠

武术最本质的特征是技击,而技击亦是古代战争的基本手段。《白虎通义》说:“兵者,为谋除害也,所以全其生卫其养也。”指出武事大而言之,可为社会除害保境;小而言之,可为个人自卫全生。可见在中华古代文化区系统之中,战争文化与武术文化有着紧密的血缘关系,二者可谓同源之水、同本之木。古代兵家著述中的技巧或技用部分,主要讲战场实用之击刺杀伐,其基本特征是阵战中整体动作的技击术,表现出集体性、实用性特征。与军事武艺相区别的民间武术,则以个体性技击为根本特征,加上武术的多种社会功能,使武术还具有健身性、娱乐性。因此,武术的技击性表现出与军事武艺的技击性的显著差异。这一点,历代兵家著述中多有论及。但在漫长的数千年冷兵器时代,民间武术与兵家武艺又有着千丝万缕的血肉联系,在它的各自的发展历史长河中,却又时时相互影响、相互交错乃至合流。即至今日现代化军队训练之近乎肉搏技术中,亦可窥见武术技术之运用,可见二者关系之密切。因此,古代兵家著述及其思想对中华武术文化的形成与发展产生了巨大而深远的影响,就是一种必然现象。本文从《孙子兵法》与武术技击思想之关系作初步探讨,以揭示武术文化与兵家的历史渊源。

在古代兵家著述中,《孙子》是最为重要、影响最大的一部。它博大的内涵,精深的思想及杰出的见解,不仅对军事科学有极其重大的意义,其智慧的光芒至今还被当代激烈竞争的社会潮流中的许多领域作为斗争和行为的思想准则。根植于传统文化土壤中的中华武术,其技击战略战术思想直接渊源于《孙子兵法》,《孙子》成为古代武术技击思想的重要基础。归纳起来,大致体现于以下八条思想原则:

一、“知己知彼,百战不殆。”

“知己知彼,百战不殆”,是孙子提出正确指导战争的最为重要的先决原则,这句至理名言体现了孙子唯物主义的正确观点,被视为确定战略战术必须遵循的最重要的思想。中华武术各拳种各流派均极为重视这一原则,强调“知己知彼”在交手中的极端重要性,并对如何作到“知己知彼”有不少探讨。太极拳的“以柔克刚”的技术特点即建筑于“知己知彼”基础之上。王宗岳《太极拳论》强调“人不知我,我独知人”。太极拳要诀《打手要言》指出:“以己粘人,必须知人”。郭云深论形意拳之技击时,首先即强调“存心谨慎,要知己知彼”,并具体说明“知彼”之法:一见面先察其人,精神是否虚灵,气质是否雄厚,身躯是否活泼;再察其言论,或谦或矜,其所言与其人之神气、形体、动作是否相符。观此三者,彼之艺能,知其大概矣。”“知己知彼”是武术技击取胜的先决条件,古今拳家概莫能外。为了有效地作到“知彼”,有的拳种还创造出

一些探索性的技击招式。如峨嵋拳有独具特色的“十字攻守法”其中一法即为“探法”这是一种与敌交手时不知敌之技艺若何，以假手假式试探虚实的一种方法。”①这种方法，就是《孙子》在《虚实》中所指出的“故策之而知得失之计，作之而知动静之理，形之而知死生之地，角之而知有余不足之处。”

二、“先为不可胜，以待敌之可胜。”

孙子在《形篇》中指出：“昔之善战者，先为不可胜，以待敌之可胜。”意思是善战者总是先使自己强大得不可战胜，然后得机战胜敌人。《孙子》全面分析了战争胜利的主观方面的各种因素，对于武术技击而言，最重要的是身心必须具备高强的武功本领。孙子把“兵众孰强？士卒孰练？”视为战争胜利与否的重要条件之一。从武术对抗看，武器是否精良及武功本领是否高强、更是能否取胜的决定性因素。故各路拳家无不强调平日刻苦锻炼的重要性，明代武术家程宗猷分析临敌胜负之机时说：“艺高人胆大，苟平日识见未广，功夫未纯，若一遇敌，则心志乱、手足忙，不能自主矣。故弓马熟娴，良有以也。”又说：“惟练习精熟，心手相应，来快去速，则万全矣。”（《少林棍法阐宗》）《少林拳术秘诀》反复强调练武“要以恒心赴之，勤敏持之……朝夜孜孜不辍，则三年小成，十年大成，获毕生之益，无一朝之患。”此书在分析如果双方势均力敌时说：“平日得力专工之浅深与造诣之精鲁，而优劣胜负判焉。”功夫深浅这时成为取胜的决定因素。《孙子》强调战前充分准备，作到“立于不败之地，”已成为武术思想的基本原则，诸家拳种无不有一套基本功夫训练的方法与要求。

三、“兵者，诡道也。”

《孙子·计篇》：“兵者，诡道也。故能而示之不能，用而示之不用；近而示之远，远而示之近；利而诱之，乱而取之……攻其无备，出其不意。”孙子又说：“故兵以诈立。”因此，诡诈之道，是兵法的一条普遍规律，所谓“兵不厌诈。”《云韬》说：“鸢鸟将击，卑飞敛翼。猛兽将搏，弥耳俯伏。”也就是施用诡计，不露杀机，麻痹敌方，然后攻其不备，出其不意。武术技击中，充分汲取了《孙子兵法》的诡道思想，各流派的拳种中，在战略上均有不少迷惑对手的招式技法。《国术摘要》论内家拳特色指出：“凡所谓内者，多不露于外；其妙用有形者少，专重于无形……是以多暗手，少明手；多险招奇招，少猛招烈招。自古以内家擅长者，往往伤敌于不知，败敌于无形”。内家以柔克刚藏锋不露，奇幻多变。其实这是武术普遍采用的战术。八卦拳掌法步伐多诡奇变幻，在对敌中常常诱而用之：“或指下而用之上，或指左而打右，或指此而打彼。”②峨嵋拳的技击特点中有所谓“骗法”。这是一种攻其必救，击其空挡，示退却进，声东击西的方法，在峨嵋拳中是用得很普遍的。武术家程冲斗在《少林棍法阐宗》中多处讲到技击技巧的诡诈手法的运用。如少林棍有“穿提闪赚之法……其机玄，其旨奥，非心精思巧者，不能造，非功深力到者，不可言。闪赚者，手固步小，推棍入彼怀中，左拿闪右，右拿闪左，莫可测度。”这种“闪赚”，也就是声东击西的运用。武术技击中的诡道，多表现在对打的“虚招”、“诈败”、“佯攻”、“利诱”等技法上，结合惊、测、虚实、巧打、快攻等综合运用，以克敌致胜，当代著名拳家李小龙就是惯用“虚招”的高手。他所创的“截拳道”极少直接攻击，而多采用虚招为引诱手段，主要目的在诱使对方作出防御动作，以暴露出强处弱点虚实要害，然后采取针对对手虚隙破绽，

予以致命一击。在双方技术、速度、力量等条件都差不多的情况下，谁能巧用虚招，谁就往往能取胜，所以，也可以说善用虚招是武术高手的基本条件之一。由此可见《孙子兵法》的“诡道”思想，对发展中华武术的技击理论有着十分重大的意义。

四、“奇正之变，不可胜穷也。”

《孙子兵法》博大精深的军事哲学思想中还有一个重要命题即“奇正之变”。孙子关于奇正的论述很多。《孙子·势篇》：“可使必受敌而无败者，奇正是也。”意思是即使遭受敌人突然袭击也不会失败，正是因为依靠了奇正的部署。“凡战者，以正合，以奇胜……战势不过奇正，奇正之变，不可胜穷也。奇正相生，如环之无端，孰能穷之？”孙子用“奇”“正”这两个相互对立的范畴来代表军事科学中的许多相反相成的事物，如军队警戒、守备部队为正，机动进攻的兵力为奇；正面攻击为正，迂回侧击为奇；明攻为正，暗袭为奇；正规战法为正，特殊战法为奇，等等。而且在战斗中，用正用奇是随时变化的，奇正的变化有如循环般无始无终，无穷无尽。

武术运用奇正变化的思想于技击非常普遍，技击中的奇正概念十分丰富，如明攻为正，暗袭为奇；常法为正，变法为奇；直取为正，佯攻为奇等等。而且在实战中，奇正虚实的变化更是非常重要的。如八卦拳的技术特点是一个“走”字，所谓“走为百练之祖”。走中包含了许多奇正变化，要求阴阳俱含，形神兼备，内外合一，刚柔相济。走中掌法运用是连绵不断，势势相连，环环相扣。而且八卦拳可左右互练，体现奇正可以相对变化互易。又如有的拳家在论及拳技时，有所谓“等打”“赶打”之区别，“等打”指后发制人，“赶打”指主动攻击，如以赶打为正，则等打为奇。论者认为外家打法，以圆斫劈劈、蓄劲等打法为绝技，内家则多擒拿对逼，乘劲赶打为主体。但无论内家外家，实战中均不离奇正之变，用虚若实，用实若虚，机巧变诈，层出不穷，方能取胜。形意拳家郭云深拳论中亦指出奇正是相对而言：“所用之虚实奇正，亦不可专有意用于奇正虚实。己手在彼手之上，用劲拉回，如落钩杆，谓之实。己手在彼手之下，亦用劲拉回，彼手挨不着我的手，谓之虚。奇正之理亦然，奇无不正，正无不奇，奇中有正，正中有奇，奇正之变，所用无穷。”因此，奇正变化的掌握与体现，实质上就是指武术家功夫的深厚与实战经验的累积。由此可见孙子有关奇正的论述，充满朴素的辩证法思想，是非常可贵的。

五、“善战者，致人而不致于人。”

《孙子兵法》强调作战要“致人而不致于人”。所谓“致人”就是调动敌人；“不致于人”就是不被敌人调动。总的精神在战斗中争取主动，摆脱被动，这是作战取胜的又一条重要规律。怎样才能作到掌握主动避免被动？《孙子》云：“善攻者，敌不知其所守；善守者，敌不知其所攻。”这段话表明：掌握主动，并非指进攻，防守，也并非被动；无论攻守均有主动与被动，关键是作战者能否掌握主动权。从武术技击来说，要作到“致人而不致于人”，除了本身具有高超的武功，深厚的根底之外，还决定于是否能在战斗中采用恰当的战略策略及技击手法攻防技巧。《孙子》认为要真正掌握主动权并非易事：“微乎微乎，至于无形；神乎神乎，致于无声，故能为敌之司命。”孙子指出，必须达到非常微妙，非常神奇的境界，才能作敌方的主宰，调动敌人听从自己。这种微妙的境界，在武术技击中也是存在的。太极拳理论把这种能掌握主动权称为“懂

劲”：“由着熟而渐悟懂劲，由懂劲而阶及神明。”指出“懂劲”的境界是十分精微的，其关键是“人不知我，我独知人，英雄所向无敌，盖皆由此而及也。”

能否把握实战的主动权可说是武术的各种门派拳种在技击技术上所追求的共同目标，也可说是衡量武术功力修养是否达到较高境界的一条共同的标准。故明代军事家俞大猷在《剑经》中讲了许多棍法的实战技术之后，总结说：“千言万语，不外乎致人而不致于人”一句。为了作到“致人而不致于人”，各家拳法都有许多把握主动的理论、方法。《形意拳谱》的《八字诀》中有“三敏”（有的记为“三毒”或“三疾”）：

“心要敏，如怒狸捕鼠，则能随机应变；眼要敏，如饥鹰之捉兔，能预察机宜；手要敏，如捕羊之饿虎，能先发制人。”这主要是强调技击中的速度，通过敏疾来把握战斗的主动权。峨嵋拳则创造出一套“不接手”的技击法，来保持实战中的主动权。主张在与敌交手中，以不接手为上策。即在交手中不采取防的手法，认为防守容易被动，容易为人所制，提出“你打你的、我打我的。”“交手中，不招不架，不格不拦，不注意对方出什么手脚，只注重对方身体位置的移动和变化，以攻代守，保持主动。”④中华武术中所谓“后发制人”的战术，即往往视敌方采用何招何式，再依据对手招式确定破敌方法。这里，后发制人仍是为了争取主动，达到主动的目的。总之，孙子的致人而不致于人，是克胜致胜的真理，中华武术的种种技击原则与方法，都是这一原则的体现。

六、“兵因敌而制胜。”

“兵因敌而制胜”是《孙子兵法》又一极为重要的思想。这个提法明确指出作战用兵最忌主观性，片面性，闪耀着孙子的唯物主义的思想光辉。所谓“因敌制胜”即作战采用什么战略战术，应根据敌方的情况来决定，不能有丝毫的主观随意性。

孙子“因敌制胜”的思想在武术的太极拳理论中体现得特别充分。《太极十三势歌诀》中说：“静中触动动就静，因敌变化示神奇。”为了作到“因敌变化”，太极拳理论特别强调要“舍己从人。”《王宗岳太极拳论》解释“懂劲”，“本是舍己从人，多误舍近求远。”《打手要言》对“舍己从人”有精辟的论述：“所谓一气呵成，舍己从人，引进落空，四两拨千斤也……须要从人，不要由己。从人则活，由己则滞。尚气者无力，养气者纯刚。彼不动，己不动；彼微动，己先动。以己依人，务要知己，乃能随转随接。以己粘人，必须知人，乃能不后不先。”所谓“从人”就是要作到了解对手，按对方虚实动静确定战术；所谓“舍己”，就是要求去掉主观性。“尚气者无力”是说主观任性意气者并无战斗力，“养气者纯刚”是说有修养能包容（即从人）者有着巨大力量。“舍己”并非被动而放弃主动，“从人”并非放弃主动，恰恰相反，是为了达到主动从而取胜。太极拳的“以柔克刚”也包含着以适对方而战胜对方之意。可见太极拳的确把握了《孙子》“因敌致胜”思想的精髓。

“因敌制胜”是战斗的普遍规律，中华武术的各门各派，无不遵循这一条规律。俞大猷《剑经》讲棍法强调“须人之势，借人之力”，这与太极拳的“四两拨千斤”是同一原理的运用。

七、“兵之情主速”

孙子曰：“兵之情主速，乘人之不及，由不虞之道，攻其所不戒也。”这段话主要说明用兵的关键在迅速，乘敌人措手不及，出其不意，攻其不备。从武术技击看，速度