



古代武术史话

图说

周伟良

著

TuShuo

GuDaiWuShuShiHua

人民体育出版社

图说古代武术史话

周伟良 著

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

图说古代武术史话 / 周伟良著. - 北京: 人民体育出版社, 2017

ISBN 978-7-5009-5130-8

I. ①图… II. ①周… III. ①武术-体育运动史-中国-通俗读物 IV. ①G852.092-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 043866 号

*

人民体育出版社出版发行
北京建宏印刷有限公司印刷
新华书店经销

*

880×1230 32 开本 9.375 印张 214 千字
2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

*

ISBN 978-7-5009-5130-8

定价: 30.00 元

社址: 北京市东城区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部)

邮编: 100061

传真: 67151483

邮购: 67118491

网址: www.sportspublish.com

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与邮购部联系)

前言

素以源远流长、博大宏富著称的武术，无疑是中华文化的“全息影像”之一。而武术史，则是一门记录、描述武术在历史长河中如何孕育、形成、发展与演变的学问。在历史学的视野中，一部数千年的中华武术史大致可分为从先秦到清代的古代武术，从民国伊始到新中国成立前的近代武术，以及上世纪中叶开始的现代武术。在武术的蜿蜒进程中，无疑古代武术的绵延时间最长，其内容也最为丰富。可以毫不夸张地说，中华武术的活动样式，是在这数千年内氤氲生成的；中华武术的文化精神及基本价值，是在这个历史时期凝聚显现的；今人常常称誉的中华武术“源远流长”与“博大精深”云云，也积淀于这段悠悠岁月。正因为如此，古代武术也成为诸多武术研究者关注的热点，是任何一部武术史著作都要叙述的重要内容。但是，在武术界，有不少著述往往把古代冷兵器战场上的军事活动与古代导引养生不加区分地视为古代武术本身。由于这一问题涉及对古代武术内容的基本把握，因此，这里就古代军事与古代武术的关系问题稍加分析。

不可否认，古代军事武艺是古代武术形成、发展的一个重要文化源。在冷兵器条件下，武艺与武术时常表现出十分相近的功能作用和活动特点来，尤其是在武术尚未形成一个独立的社会文化体系时，两者的关系更为紧密，即便在武术

已成为一个相对成熟的社会文化形态后，它们之间也是彼此交融互动。两者的这种你中有我、我中有你的交错关系，恐怕就是相当多的研究者在寻觅武术的发展流程时，把军事武艺作为武术的原因所在。

但是，事物发展的源与流毕竟不是同一概念，两种事物在价值功能和活动特点上的近似性，并不意味着两种事物文化归属性的等同。首先在活动形式上，尽管军事武艺和武术都讲究克敌制胜，但前者主要体现为一种“开大阵，对大敌”的集团性协同作战，因此古代军事战阵极为重视“阵法”。如明代著名军事理论家何良臣曾说过：“故善练兵之武艺者，必练兵之阵法，是以阵法为武艺之纲纪。”^{〔1〕}相比之下，武术的技击则表现为一种以“两两相当”为特征的个体性技艺较量。显然，这种较量与军事阵战有着很大差异。毋怪乎历来被习武者视为金科玉律般的技击理论，在古代军事理论中并不受到重视。一部古代军事史明确告诉人们，历史上军事家们并不特别注重个人技艺在战场中的地位与作用，而更强调“束伍”纪律下的整体配合。《阵纪》中所谓的“精武艺者，不得恃技而乱冲”，讲的也是这个意思，因为“军队不是武术团”^{〔2〕}。

其次在价值取向上，军事武艺乃只是为了杀敌需要，按照著名军事家戚继光的说法，是“杀人的勾当”^{〔3〕}，故其技艺相对单一；相比之下，武术的价值结构显得丰富得多，它除了技击外，还有强身、娱乐及教育功能等。另外，在具

〔1〕 何良臣. 阵纪：卷1，解放军出版社、辽沈书社，1994：669.

〔2〕 蓝永蔚. 春秋时期的步兵，北京：中华书局，1979：158.

〔3〕 戚继光. 纪效新书·或问，北京：中华书局，1996：9.

体内容上，绝非任何军事武艺的内容都可成为武术内容的，武术对武艺的吸取，其中还有个自身的文化筛选过程。因为除了武艺外，武术还不断受到古代舞蹈、戏剧、杂技及导引等多种文化形式的影响，所以，不同的生成背景决定了两者不同的文化归属——古代的军事武艺归属于军事，而武术归属于体育。也正是这种文化属性的差异所致，使得武术就不可能走上与军事武艺相同的历史道路：当十九世纪末二十世纪初传统的军事武艺随着火器的普及而退出历史舞台时，武术却在同一背景条件下获得了更加旺盛的生命力。毫无疑问，两种不同的历史走向和结果，归根到底是由于武艺和武术不同的文化属性所决定的。

鉴于上述古代军事武艺和武术的种种异和同，故而我们在研究、叙述古代武术史时，既要充分考虑到两者之间的紧密关系，又不能不加甄别地将军事武艺直接等同于武术。顺便有个问题需提及，即在20世纪下半叶有关武术属性的讨论中曾流行过这样一个观点，认为武术原为技击术，是近代以后才成为体育项目的^{〔4〕}。如没理解错的话，其所谓的“原”，是相对“近代”而言的，时间上无疑是指“古代”。笔者认为，这样的观点至少存在三个无法回避的理论问题：

第一，如称武术原为技击术，那么按照逻辑学“属加种差”的理论规定，那么古代武术的文化归属应是什么？

第二，如称武术原为技击术，那么导致于近代以后武术变成体育项目的理论逻辑又是什么？

〔4〕 如1998年大百科全书出版社出版的《中国武术百科全书》的“前言”中就认为武术首先“是种中国传统技击术”，是从民国开始，武术才“明显地向体育归属”。

第三，如称武术原为技击术，是近代以后才成为体育项目的，那么是否应将武术从中国古代体育史中剔除？

大量资料可以表明，虽然武术在各历史时期的表现形式不尽相同，但其文化属性一致，不管是先秦时期庄子笔下描写的那种以“日夜相击于前，死伤者岁百余人”为代价取悦于君王的斗剑，还是唐代每当春天新草如茵时，民间自发组织的角抵相扑活动，或是两宋的拳棒擂台赛，以及明清之际吴殳《手臂录》中提及的“游场”之枪等，都说明了这一点。早在20世纪50年代有关武术性质的讨论中，就有学者明确指出过那种否认古代武术不属体育观点是偏颇的，认为武术属于体育的一部分，“这不论在古代或者在今天都是事实”，“我们既然承认今天的武术是体育，也就没有理由否认古代的武术是体育，因为今天的武术不是从天上掉下来的，而是继承古代发展下来的武术。”^{〔5〕}需要指出的是，概念上把武术的文化归属定位于体育，决不是将它与发轫于西方的近代体育作简单等同类比，因为有着多重价值与活动形式的体育，并非碧眼金发的西方人专利，其中也包括东方民族在内的整个人类自古至今的文化创造。应该承认，作为一种完整意义上的体育竞技运动，在中国是近代开始出现的。但是，体育的竞技运动并非体育的全部——武术竞技运动也并非直接等同于武术！

历史深处走来的古代武术，无论是先秦时期的初始形态还是秦汉南北朝的发展，无论是唐宋时期的完善还是明清两代的繁荣，均给今天留下了太多的耐人寻味的故事与

〔5〕 向一. 武术的性质和发展方向问题——兼评蔡龙云先生的观点//体育文丛, 1957 (7) .

话题。为此，从2014年第一期开始，《中华武术》杂志专门设立了“中国古代武术史话”栏目，邀请本人就古代武术各时期一些较为典型的人与事撰写专题性文章，每期一篇，2000字左右，并尽量能按题配图。顾名思义，“中国古代武术史话”不同于一般普通的武术史著述，而是要求以历史文献为依据，力图通过通俗易懂的叙事方式，从一个方面来具体展现中华武术的千年履痕。考虑到这样的文章符合本人二十多年前极力提倡的“在具体生动的叙说中体现出深厚的科学性来”，使有关古代武术史研究成果获得更广泛的社会意义^[6]，故毫不犹豫地一口应诺，前后断断续续一共写了60篇。但因种种原因，“中国古代武术史话”在《中华武术》上连续刊登了两年24期后，没再继续登下去。承蒙人民体育出版社同意，将拙稿立项出版，改名曰“图说古代武术史话”。在付梓前，本人根据出版编辑意见对全书所有篇章逐一进行了仔细校读润色，有些插图也作了调整，以便更好地突出主题内容。虽说书中各篇文章力求通俗易懂，不少地方采用了文学叙述，但对所写之人 with 事，从开始的“先秦武舞”到最后的“漫话古代武德”等，均非临阵磨枪的急就章，而是本人三十多年来朝花夕拾的研究积累所得，它们在忠实文献史料基础上又参阅了大量相关研究著述，雅俗相间，叙中有议，叙中有论，不失史学家法。其中不少内容乃是武术学界多年来的讨论热点，从中也反映了本人对一些相关理论问题的认识与思考。

对于历史悠长且内容宏富的古代武术史而言，本书的

[6] 周伟良. 对建国后武术社会学科理论研究的思考//武术科学研究. 北京体育学院出版社, 1993: 361.

60 篇文章当然无法面面俱到，但也从一个侧面大致映现了中华武术在特定历史阶段的基本脉络。相信此书对于广大武术爱好者了解古代武术的历史概况以及一些相关理论问题，会有所裨益！

目 录

- 一、先秦武舞 / 1
- 二、越女论剑 / 5
- 三、庄子说剑 / 10
- 四、荆轲刺秦王 / 15
- 五、秦汉角抵 / 20
- 六、鸿门宴上的故事 / 24
- 七、武术史上的曹丕 / 28
- 八、伏波将军葛洪 / 32
- 九、僧稠学武 / 36
- 十、达摩传武少林之谜（上） / 40
- 十一、达摩传武少林之谜（下） / 45
- 十二、虎将羊侃 / 50
- 十三、少林僧人助唐王 / 55
- 十四、古代的武举制 / 60
- 十五、唐代的相扑 / 65
- 十六、一代名将尉迟恭 / 69
- 十七、剑圣裴将军 / 74
- 十八、唐代的剑器舞 / 79
- 十九、漫话《角力记》 / 84

- 二 十、艺祖赵匡胤 / 88
- 二十一、精忠报国的岳飞 / 93
- 二十二、宋代的梨花枪 / 98
- 二十三、漫话宋军中的兵械 / 103
- 二十四、宋代的朴刀 / 108
- 二十五、宋代的套子与相扑 / 113
- 二十六、宋代的擂台比武 / 118
- 二十七、宋元戏曲话本中的武术 / 122
- 二十八、少林棍祖紧那罗 / 126
- 二十九、“保邦靖世”的少林僧兵 / 131
- 三 十、少林僧兵抗倭 / 136
- 三十一、真假少林之争 / 141
- 三十二、俞大猷传技少林寺 / 146
- 三十三、文武学者唐顺之 / 150
- 三十四、戚继光与他的《纪效新书》 / 155
- 三十五、明代的峨眉武术 160
- 三十六、程宗猷与他的《耕余剩技》 / 165
- 三十七、一代枪王石敬岩 / 170
- 三十八、吴殳与他的武学著作 / 174
- 三十九、浙东内家拳缘起之谜 / 179
- 四 十、浙东内家拳宗师张松溪 / 184
- 四十一、浙东内家拳巨擘王征南 / 189
- 四十二、浙东内家拳传人黄百家 / 194
- 四十三、明代中日武术交流 / 199
- 四十四、明代武术对朝鲜的影响 / 204
- 四十五、八闽何处南少林（上） / 209

- 四十六、八闽何处南少林（下） / 214
- 四十七、清代洪门与武术（上） / 219
- 四十八、清代洪门与武术（下） / 224
- 四十九、清代的梅花拳 / 229
- 五十、武探花杨炳 / 234
- 五十一、苕乃周与苕家拳 / 239
- 五十二、太极拳起源诸说 / 244
- 五十三、八卦教·八卦拳·八卦掌（上） / 249
- 五十四、八卦教·八卦拳·八卦掌（下） / 253
- 五十五、义和拳与义和团（上） / 257
- 五十六、义和拳与义和团（下） / 262
- 五十七、漫话《易筋经》（上） / 267
- 五十八、漫话《易筋经》（下） / 272
- 五十九、漫话古代武德（上） / 277
- 六十、漫话古代武德（下） / 282

一、先秦武舞

大约公元前 2231 年的一天，年届 90 岁的尧帝已风烛残年，临终前，尧帝将他的联盟部落王位传给了德才兼备的舜。登上大位的舜是位有道之君，他非常体恤民情，并任用贤才，从此开创了一个“天下明德”的舜帝时代。然而，正当舜的政治才能崭露头角时，地处南方的一个“有苗”部落却不服这位圣贤明君，心怀叵测，企图谋反。当时，舜帝手下的一位鹰派重臣禹说，如果其他部落都效仿有苗部落那还了得，所以他极力主张派兵征剿。但是，天性仁爱的舜帝却不同意，他认为：“在我们德行还不够宽厚的情况下出兵讨伐有苗，是不符天道的。”因此，舜帝决定从自身做起，进一步以德治政、教化天下。整整三年后，他派出一支部队前往有苗部落操演一种“干戚舞”（图 1-1），舜帝部队威武雄壮的干戚舞把有



图 1-1 汉代铜鼓上的
“干戚舞图”

苗部落慑服了。从此，这一不战而屈人之兵的历史事件，成为了舜帝“德化天下”的美谈之一。毫无疑问，舜帝慑服有苗部落的“干戚舞”，形式上就是一种手持斧子与盾牌的军事操演，而这种军事操演对于武术所产生的影响是不言而喻的，其重要意义在于：干戚舞的出现，表明了一种与当时军事活动有关，但又并非军事实战的人体活动现象出现了。关于武舞，曾有人认为“是武术的技击跟抒情的舞蹈相结合”。其实不然，古代武舞之“舞”，在很多场合是指操演、操练之义，也即《乐记》中所说的“武舞，战象也”之意，并非单纯的艺术表演（图 1-2）。诚如德国著名艺术史家格罗塞在《艺术的起源》一书中说过的那样：“除了战争以外，恐怕舞蹈对于原始部落的人是唯一的使他们觉得休戚相关，同时也是对于战争的最好的准备之一。因为操练式的舞蹈有许多地方相当于我们的军事训练。”

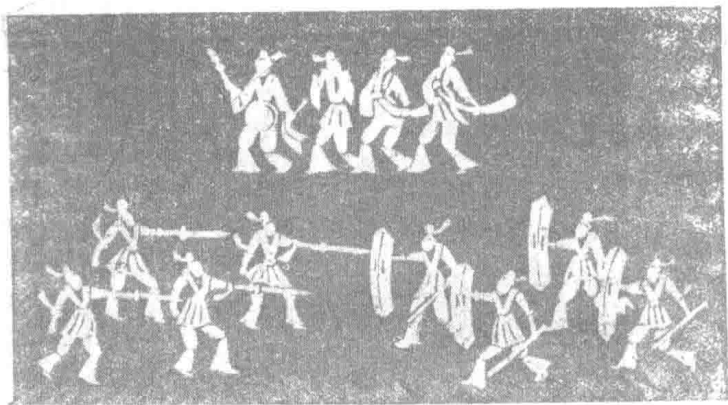


图 1-2 魏晋“武舞图”

遗憾的是，上古时期用于军事的干戚舞，史籍中未留下具体记述，以致后人难以知晓其概貌。但是，既然这种干戚舞是军事操练，那么它应有一定的动作形式与顺序。如果这

一推测尚可成立，那么舜帝时期的干戚舞无疑为后来武术的动作组合注入了最早的文化元素。

公元前 21 世纪开始至公元前 221 年，随着生产力与生产关系的变更，先秦武术活动中的武舞在原先的干戚舞基础上有了明显发展。殷周之际，居住在巴蜀之地的巴人非常勇武，他们在与敌人作战中从不畏惧，故在历史上有“瞎巴”之称。据说当年周武王伐纣成功，实与英勇善战的巴人鼎力相助分不开。在那场决定周王朝命运的作战中，锐猛的巴蜀之师手持兵器，一面口中呼喊，一面蜂拥而上，恢弘的杀伐之势使得敌人惊慌失措，纷纷倒戈投降。对此，史籍中记其为“武王伐纣，前歌后舞”，并成为周朝建立后周公编制“大武舞”的蓝本。殷末巴人冲锋陷阵的“前歌后舞”，直到汉初依然很流行，特别是在渝水流域一带，所以又称为“巴渝舞”，此乃后话不提。

大武舞又名“大武”，是周武王伐纣成功后命著名政治家周公所编制的宫廷武舞。全舞分为六段，参与的舞者共有 64 位，以合《周礼》中规定的“八佾”之数。舞者们手持干、盾器械，通过六段舞蹈内容来表现武王伐纣胜利的全过程。第一段是周武王率兵北伐，舞者扬干举戚，顿足蹋地，面容勃然为战色；第二段为牧野大战，舞者须将手中兵器向四方击刺四次，以象征战争之状；第三段为伐纣胜利，周武王班师回京；第四段与第五段舞者南北蜿蜒而行，表现周王朝对天下的镇守；最后第六段所有舞者回到原地，右膝至地，左膝曲立，表示对周天子的崇敬。对于这样的活动形式，有人称其为“类似团体操”，但其舞者开始时的顿足蹋地以及最后回至原地，这种表演样式显然与后来的武术套路的起、收一致的动作结构有着某种相似之处。尤其是表演中兵器的四次相互击刺，应该是事先编排好的。当然，肯定两

者表演样式上的相似性，并不意味纪实性的大武舞就是武术套路，它们之间的文化差异还是显而易见的。

古代武舞的基本活动特点就是手持兵械而舞。先秦时期的武舞除上述的之外，还有“象舞”和“万舞”等。那么什么是“象舞”呢？原来所谓“象舞”，也是一种模仿“击刺之法”的人体活动，“象”者，即是模仿之意。另据《礼记》记载，当时，凡年满15周岁以上的男子，都要求习练象舞以及射御等武技。其中习练象舞的目的，一是通过动作的俯仰曲伸，使练习者神情庄肃；二是通过象舞的队列站位，使练习者掌握操演节奏，从而保持进退有序、行列整齐。不难看出，这种象舞与一般炫耀武力的武舞有了较大区别，已有对青少年的身体教育价值的功能了。关于万舞，先秦史籍不乏记载。其舞为何名曰“万”，宋朝朱熹的《诗集传》中的解释是“武之总名”，顾名思义，也就是对武舞的总称。《左传》庄公二十八年（公元前666年）中称万舞是一种“习戎备也”的军事操练，但未注明其具体活动形式，而《诗经·邶风·简兮》中则较为详细地描述了万舞的场面，真实反映了当时万舞的一些基本情况。《诗经》中是这样描述的：“硕人俣俣，公庭万舞。有力如虎，执辔如组。”诗句的意思是，身体硕大魁梧的舞者，时而表现出一种如同猛虎般的力量，时而又表现出一种犹如驾驭马车时的张弛有度。武舞中之所以出现模仿驾驭马车的动作，是因为春秋时期的战争形式主要是车战。显然，万舞中需要的猛虎般力量感与驾驭马车的张弛有度，是要由舞者的身体动作与情感意识来加以展现的。

尽管先秦时期的武舞情境已无法再现，今人只能从一些诗文及后代的画像中领略其一二余韵，但可以肯定的是，那种源于军事而又有自己特点的先秦武舞，正是氤氲、滋养古代武术生成不可或缺的文化土壤。

二、越女论剑

公 元前 491 年，在吴国苟且偷生三年的越王勾践终于回到了他朝思暮想的故乡越国。想想三年来在

吴国侍奉吴王夫差时所受到的种种羞辱与嘲笑，犹如一把把尖刀插在他的心口，使这位亡国之君日夜寝食不安，发誓一定要灭吴雪耻（图 2-1）！为了实现这一宏愿，勾践忍辱负重，表面上依然对吴国恭敬驯服，以便麻痹对方，但暗地里卧薪尝胆，四处招罗人才，励精图治。一天，勾践又与大臣范蠡等讨论强国复仇之事。范蠡说道：“大王，古往今来的圣人在强国问题上

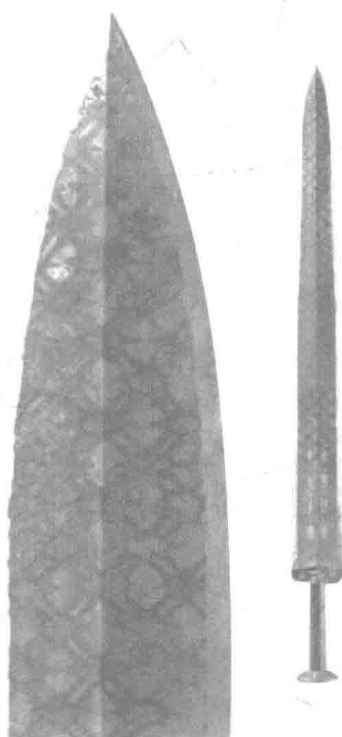


图 2-1 越王勾践青铜剑