

中国武术史略

李宁 江百龙主编



人民体育出版社

2.9
30

中国武术史略

主 编 李 宁 江百龙

副主编 余水清 陈青山

人 民 体 育 出 版 社

新登字 040 号

图书在版编目(CIP)数据

中国武术史略/李宁,江百龙主编. - 北京:
人民体育出版社,1996

ISBN 7-5009-1387-7

I. 中… II. ①李… ②江… III. 武术-历史-
中国 IV. G852-092

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 19775 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

*

787×1092 毫米 32 开本 4.875 印张 100 千字
1997 年 6 月第 1 版 1997 年 6 月第 1 次印刷
印数:1—2656 册

*

ISBN 7-5009-1387-7/G·1287

定价: 8.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:67143708(发行处) 邮编:100061

传真:67116129 电挂:9474

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行处联系)

前 言

武术史是社会学科的一个分支,是专门研究武术运动产生、发展、演变及规律的科学。自80年代人民体育出版社出版习云太先生《中国武术史》专著以来,武术史的研究工作大有百花争艳、百家争鸣之势,数本中国武术史专著、断代史及论文相继问世。体例逐渐多样,内容日趋丰富,对诸多史学观点的认识进一步系统化、理论化、规范化,促进了武术史学研究的蓬勃发展。

武术作为中华民族传统文化的组成部分,其年限跨度、内容范围、多元化的理性认识和技术体系都显得十分复杂。故此有关撰写人员因考虑到方方面面,在“全、深、新”上下功夫较多,内容展开较阔,篇幅延伸较大,洋洋大观的大本本,对有较高武术造诣的理论工作者来说是适合的,然而广大业余武术爱好者都望而生畏,很难接受。随着武术运动的广泛普及和发展,国内、国际亟需一本较浅显、突出重点难点而又较系统的“史略”来补充武术史学习的不足,正是这种客观现状的要求,我们着手编写了这本“史略”,旨在从普及武术史学教育上做点贡献。

在编写过程中,我们参考了国内外一些主要的武术史

专著和论文,对有关历史文献,力求用唯物主义的观点,比较系统地、简明扼要地进行了综合性的阐述。从纵的方面考虑了历史发展先后承袭的客观现实;从横的方面也重点介绍了各历史时期相关的政治、经济、文化、教育等的影响和作用。从内容到体系都便于读者在有限的时间内掌握较系统的武术史方面的知识。具有存真求实、史论兼施、深入浅出、通俗易懂等特点。适宜于中等层次的武术爱好者阅读和学习,也可作体育院校、业余体校、武术馆校的武术专业选择的教科书。

本书的问世曾得到武汉体院领导、教授、专家的关心和支持,书中曾引用和借鉴了有关著作的成果,摘选附录了某些史料,在此一并致谢。由于编者水平有限,书中谬误,恳请读者不吝赐教。

编 者

1995.8

目 录

绪 论	1
第一章 中国武术的起源	8
第二章 中国武术的雏形	11
第三章 中国武术的初兴	16
第四章 中国武术的发展	22
第五章 中国武术的丰富	27
第六章 中国武术的繁荣	32
第七章 中国武术的成熟	38
第八章 中国武术运动的完善	52
第九章 主要拳种和器械简介	73
附录一 中国武术史大事年表	87
附录二 参考文献举要	106
附录三 中国古代兵器集锦	140

绪 论

武术,我国固有的传统体育项目,中华民族的宝贵文化遗产。它历史悠久,内容丰富,形式多样,群众面广,是我国各阶层男女老幼强身壮体、自卫防身、陶冶情操、自娱娱人的重要手段和方法。

武术,作为中国传统文化形态,蕴含着中国历史文化各个领域的精髓。其内涵和外延都十分广阔与深邃。探讨中国武术萌生、演变、发展的复杂过程,必将有助于全面了解武术运动的本质和特征。

武术,在中国漫长的历史发展过程中,从内容到形式,变化万千,不少问题还在争论和辨析的过程中。因此,讲授中国武术史课,将本着去粗取精、去伪存真的历史唯物主义观点去综合各类问题。有些众说纷纭的观点,我们将撷其主要的照本罗列,目的是希望提供较大的信息面,供大家去思考、去研究。

中国武术史,包涵着上下几千年,纵横各个方面,如政治的、经济的、文化的、宗教的、军事的、医学的……时间跨度大,内容丰硕,范围广泛。如何在短时间内掌握其全貌和精髓呢?我们认为必须做到下面几点:

其一,要端正学习的目的和态度,全身心地投入学习。认真听讲,独立完成各项作业,积极主动地翻阅参考资料。做到听、做、思、辨相结合。

其二,注意学习方法,在理解的基础上加强记忆。抓体系、抓重点、攻难点。预习与复习相结合,个人学习与讨论相结合。

其三,要善于独立思考。在“双百”方针的指导下进行学习。武术史是一门待挖掘的古老而又新兴的学科。既不要人云亦云,也不要固执己见,要历史地、辩证地进行分析,研究,综合,总结。

学习是一项艰苦的脑力劳动。只有坚持严、苦、巧、恒的学习态度,才能学有成效。下面就学习中国武术史的有关问题概述如下:

一、研究对象

无论学习哪门学科,首先要弄清该学科研究的对象,否则就会无的放矢,陷入盲目性。

“史”,就是事物的过去与存在。中国武术史就是记载中国武术这项传统体育的发生、发展的历史过程及其规律的一门科学。它是历史学科的一个分支,是中国体育史的重要组成部分。属于社会学科的范畴。

研究中国武术史,弄清楚什么叫“武术”,是至关重要的!“武术”一词不是一开始就有的。据史书记载,“武术”古称手搏、卞、弁,后又称武艺等。“武术”一词最早见于南北朝,泛指军事而言。至清代,“武术”才作为一种体育项目的名称沿袭下来。民国期间虽有“国术”之称,也仅仅是“武

术”的代名词。建国初期，“武术”一词才被正式的广泛运用。

关于武术的概念问题，武术界有不少解释和争议。不管怎样下定义，有些基本观点是统一的：武术是关于攻防格斗的专门技术；具有套路和对抗竞技的两种形式；主张神形兼备、内外双修；是强身健体、防身自卫、修身养性、自娱娱人的良好手段；是传统的体育项目；是优秀的民族文化遗产。

武术本身与其它体育项目一样，是没有阶级性的。但自从人类步入阶级社会以后，不同的阶级用不同的观点来阐述和论证武术的实质和发展，把武术作为维护其统治的斗争工具，至此，武术本身也打上了阶级烙印，其鲜明的阶级性在其发展过程中表现得甚为突出，这也是事物的必然。

二、研究范围

武术内容从总体而论，包括三个方面：武德、武技、武道。武德即道德修养与行为准则；武技即技术和方法；武道即理论和实践能力。三者有区别又有联系，既自成体系，又相互交融，内容十分丰富，研究起来具有相当难度。为了便于综合理解，我们将其研究范围概述为两点：

其一，武术的内在要素及其相互联系。所谓内在要素，就是上述三个方面的具体化，包括理论基础、武德修养、思想品质、组织管理、制度法规、技法功法、训练原则、套路规范、竞赛规则、评分标准，等等。

其二，武术与其它社会现象的相互联系。如武术与文化、武术与哲学、武术与军事、武术与宗教、武术与地理环

境、武术与民俗风情,等等。

两个方面错综复杂的相互作用和历史演变,形成了色彩斑斓的武术发展的画卷。

三、目的和任务

学习中国武术史的目的,在于启发学生认识和探索武术历史的规律,分析当今武术发展的现状,用历史的、科学的观点预测武术未来发展的趋势,能动地改造和发扬这项具有独特风格的体育项目,使之更全面地服务于广大群众,适应社会主义经济建设和国防建设发展的需要。具体来说,有如下几点:

其一,通过武术史的学习,进一步了解我国劳动人民所表现的聪明才智,从中受到爱国主义教育,以增强民族自尊心和自信心,进一步弘扬民族文化,提高我国国际声誉和影响。

其二,中国武术史是武术全方位理论建设的基础,只有全面掌握了武术萌生、发展、成熟演变的历史,才能更深入地研究武术理论基础的诸多问题,因此,学习中国武术史是武术理论系统化、科学化、民族化、国际化的需要。

其三,武术专业学科建设之必需。中国武术史是武术专业的基础主干课程之一,是体育院校武术专业教学计划中不可缺少的组成部分。学习中国武术史,为我们进一步研究武术史的内涵准备了基本条件。只有吸收前人既得的成果,才能在原有基础上进一步深化和改造,把武术史的理论建设提高到新的水平,促进武术专业学科建设的完善。

其四,掌握一点武术史知识,提供一点有益的启示。武

术史同其它史学一样,有着丰富的知识,通过学习、研究,将极大地充实自己的头脑,对于从事武术专业的人来说,武术史是衡量一个人知识与智力高低的重要尺度和标准之一。历史在人们的生活、工作中有着重要的作用,国内外著名学者均有不少论述,古罗马有一名言:“历史是生活的教师。”我国唐代政治家李世民(太宗)讲:“以古为镜,可以知兴替。”鲁迅也说:“史是讲的前车,前车是后车之鉴。”可见学习历史的作用和意义与我们人生旅途紧密相连。历史的教训和启示,将会使我们打开思路、明确方法,胜利开拓人生事业,发挥最大潜力,为人民做出有益的贡献。

鉴于武术史研究的对象、范围和目的,武术史研究的任务应该是:依据中国武术在各个历史时期的演进,考察武术发生、发展的历史进程,揭示其发展规律,阐述武术与其它社会文化现象的关系,以及武术在整个社会发展进程中所处的地位和作用。

四、回顾与现状

武术发展的历史悠久,对武术史的研究也有一个漫长的过程。在古代,很早就有文人、军事家对武术史产生过兴趣,也有过不少论述。如班固《汉书》中《手搏六篇》、《剑道三十八篇》等;元代署名调露子的《角力记》,是武术史研究的专著,较系统地介绍了角力的发展过程。又如明代文武兼备的唐顺之的《武编》,对武术史有过较全面的研究。稍后的明代名将戚继光的《纪效新书》,对武术及武术史有较多的论述。还有明代的何良臣的《阵记》、王圻父子的《三才图绘》等,都说明古人对武术史有过一些研究,取得了不少

成就。但严格说来,这些研究都是初步的,不系统、不全面,真正系统而全面地对武术史进行研究还是近、现代的事。

在中国近代,不少武术人士开始对武术史进行专门研究,如郭希汾的《中国体育史》、李影尘的《国术史》、唐豪的《少林武当考》,等等。但总的来说,武术史研究仍在摸索阶段,专业人员不多,研究环境不佳,很少见到一本具有权威性的力作。

建国后,由于对武术的重视,对武术史的研究开始有了新的突破,主要表现为:

1. 成立了武术学术机构:中国武术研究院、中国武术学会等。

2. 大专院校成立了武术史教学小组或研究组织。

3. 创办了数种武术刊物,如《中华武术》等;出版了一批武术史专著,如《中国武术史》等。

4. 扩大了武术在世界范围内的影响与交流。

通过国际武术联合会和亚洲武术联合会,以及其它洲际武术联合会,使武术稳步地走向亚洲与世界。扩大了武术的影响,交流了武术史研究成果,如日本一些学者对武术史做了潜心研究,并出版了多种武术史版本。

总之,武术作为一门专门学问已被世人所接受。

五、学习武术史的方法

一是掌握历史学科的特点:严肃、客观、真实、可靠。懂得“历史是无情的”、“历史就是历史”,以历史唯物主义态度对待之,注重“存真求实”。

二是掌握历史学科的内容、结构。一般来讲,历史学科

由两大部分构成：基本史料和学术观点，即史与论。史——实、真、准；论——客观、合理、正确。在学习过程中，史料尽可能多地占有一些，观点要从多分析、多论证中来。要多学习诸家之良法，兼收并蓄，立足稳妥，力争学好武术史。

第一章 中国武术的起源

研究中国武术史,首先应该解决的第一个问题:武术是怎样起源的?

关于这个问题,体育史学界和武术界已有过不少研究并产生了不少观点。有的认为起源于劳动;有的认为起源于战争;有的则认为起源于宗教;还有的认为起源于人自身活动的需要;也有的提出武术是人与兽相斗的结果,是攻防格斗技术的积累,等等。众说纷纭,反映了人们对这一问题的关注。

那么,武术究竟是怎样起源的呢?

我们认为,武术从孕育到形成,经历了一个极其漫长的历史过程,不是一朝一夕形成的。在这个漫长的时期里,武术的产生,受各种因素和环境影响,因而是漫长的,也是复杂的。但追根溯源,我们认为武术产生的本源则在于人类的劳动。其理由有:

一、武术活动是作用于人体的,所以人是武术的主体,而人的进化、手脚的形成与分工,感觉、思维的发展,以及语言的产生等等,都是人进行武术活动的先决条件,而这一先决条件形成的最初根源,则在于劳动。恩格斯曾论证过,劳

动创造了人类,劳动创造了世界,因此,劳动也创造了中华武术。

二、武术的主要特征和主要内容是格斗(或搏击),而格斗最初是在人类劳动过程中形成的。

在我国远古时代,人们生产能力很低,只能靠在自然界中得到现成食物,当时的劳动主要是采集和狩猎。在当时条件下,采集和狩猎既是生产劳动过程,又是搏击实践活动。人们为了生存要同大自然作斗争,他们在森林或草原采集野果、挖取植物的根茎,需要学会攀登、爬越;在围猎捕捉野兽时,需要学会跑、跳、投掷、拼斗技能,特别在与猛兽拼搏时,要保存自己,战胜猛兽,不仅靠拼死的搏斗,而且必须充分发挥人的思维能力,运用人的智慧、技术、技巧来弥补人在体力方面的不足,从而战胜比人凶猛的野兽。所以在长期的采集、狩猎劳动中,人们逐渐地摸索和掌握了一些用于搏击的技击技能,因此我们说武术的产生同劳动密切相关,没有人类的劳动实践就不会有武术的出现。

三、在我国关于远古社会的传说中,也有很多材料可以印证武术起源于劳动。

如关于弓箭的起源,汉代应邵《风俗通》载:人们在劳动过程中,观察到树枝弹死乌鸦的情况,受到启发,因而才用树枝作成弓。有了弓之后,才创造了箭。箭的创造,来源于手掷的矛。人们在劳动过程中,把矛和弓结合起来,创造了弓箭。由此可见,弓的创造是人类劳动经验的累积和接受大自然启示的结果。射箭显然是直接起源于劳动的。弓箭如此,其它武术器械(诸如绳镖、流星锤等)的创造也有类似情况。

大量史实可以证明,武术起源于劳动。武术是在人类最初的劳动过程中产生的,是在人类获取生活资料、同大自然斗争的过程中萌芽的。当然,原始社会末期的部落战争,对武术攻防格斗技能的形成有着重要影响,但武术产生的本源,仍然是劳动。

第二章 中国武术的雏形

武术起源于劳动,但不是说有了劳动就有了武术,武术与劳动必定是两种不同形式的运动方式。

在武术形成过程中,武术具有一定的独立的意义,即具有一定的攻防格斗意识与技能、技法,是经过了相当长的时期才具有的。这个过程,大约在原始社会末期至夏、商、周时期才完成。我们称这一时期的发展为武术的雏形。从下列史料记载可以得到印证。

一、黄帝用干戈

《史记》：“轩辕之时，神农氏世衰，诸侯相侵伐，暴虐百姓，而神农氏弗能征，于是轩辕乃习用干戈。”《越绝书》也载：“黄帝之时，以玉为兵。”

轩辕乃习用干戈，是指什么呢？干是作战时防御的盾牌，戈是进攻的武器，干戈是兵器的总称，是古代战争的象征（代名词）。习用干戈，即是训练部落成员的军事技能，以应付战争。