



《剑经》研究 Research on Jianjing

张银行
ZHANG Yin-hang

摘要:以《剑经》为研究对象,综合运用文献资料调研、逻辑推演、史志互参等研究方法,分别从“剑经”之名的文化“试”读、《剑经》的形成归因、本体技理解读、闽文化因子离析,对八闽原乡中国武术技击理论乃至海外武技的辐射等方面展开探讨。结果认为,《剑经》之名泛指武艺与兵事,亦是俞大猷书剑情怀和民族情结的托寄;名“剑”实“棍”,是俞大猷基于彼时战争需要,在追求“通艺”的心理诉求下,融寄兵法与诸师剑技、枪技等武艺于棍技的综合创新;《剑经》具有鲜明的地域文化印记,是八闽文化的结晶;《剑经》是一部理明法备的技击宝典,其技理成为中国乃至海外武技采撷的上源活水。最后,勾勒了武术典籍品读应遵循的一般框架。

关键词:武术典籍;《剑经》;俞大猷;棍;地域文化;八闽

Abstract: Taking Jianjing as the research object, the integrated use of literature review, logical deduction, cross-reference of history and local chronicles research methods, this paper makes analysis on Bamin hometown and Chinese Wushu theory and its influence at abroad from the culture trying read on the name of Jianjing, the attribution of the formation of Jianjing, the reading of ontology technology, the Min culture factor segregation. The results show that the name of Jianjing refers to Wushu and military, and is also complex Yu Da-you sword feelings and nationality. A sword real is stick the integrated innovation of Yu Da-you, based on the need to war, in the pursuit of liberal arts under the psychological demands of melting warcraft, sword skills and spear skills. Jianjing with distinct regional culture, is the crystallization of the Min culture. Jianjing is a Wushu valuable book, its technical principle is the source of fresh water in China and abroad. Finally, this paper tries to draw the outline that Wushu books reading should follow the general framework.

Key words: valuable Wushu books; Jianjing; Yu Da-you; stick; regional culture; Bamin

中图分类号:G85 文献标识码:A

明代是中国武术发展的关键时期,战争是其主要催化剂之一。在抵御入侵的抗倭战争中涌现了大批文武同修的军事家兼武术家,他们的传世武术著作引领时代先锋,其中,俞大猷及其《剑经》堪称经典。拳经、拳谱是关涉各武术拳种流派自身的谱系志书,所保存下来的武术技术与理论是中华民族宝贵的文化财富,蕴含着某一时代、某一地域的武术文化基因。《剑经》是闽(福建省简称,亦称“八闽”)人俞大猷以福建为根据地转战东南沿海抗倭的武艺实践沉积,不仅成为福建武林尊奉的理论圭臬,亦成为其他地域乃至海外武技的普遍技击指导,虽形成于明代,但其技击理论迄今仍具有极强的现实指导意义。基于历久弥新的影响力、稀缺性及整理保护的不彻底性,经典需要现代阐释,需要既往历史与此下现实、官家史籍与乡土方志等诸多方面的互参旁证,方可考寻始末、穷原竟委^[25],以便更好地保护(武术)非物质文化遗产,继承与传扬文化精品、发掘与打造地方文化品牌、提升国家文化软实力。

1 对象导入:俞大猷及其《剑经》

俞大猷(1503—1580年),字志辅,号虚江,福建泉州人。嘉靖十四年(1535年),以《安国全军之道》的策论获第五名武进士,著名抗倭民族英雄、武术家、军事家。俞大猷祖籍安徽凤阳府霍丘(邱),其始祖为明代开国将领,以战功知隶泉州卫(所)百户的剑敏。出身武职世家,荫袭百户,是明代军籍世袭制度下少有的战将。俞大猷历经三朝,几度沉浮(四为参将、六为总兵),累官至都督,戎马一生,南平倭寇北御鞑虏,身经百战,战功卓著,所率“俞家军”纵横明季抗倭战场,与当时抗倭名将戚继光齐名,有

收稿日期:2014-04-08; 修订日期:2014-11-16

基金项目:国家社会科学基金资助项目(12BTY051);江苏省教育厅高校哲学社会科学基金项目(2013SJB890018);国家体育总局中国武术研究院课题(WSH2013Q021);扬州大学人文社会科学基金资助项目。

作者简介:张银行(1979-),男,江苏邳州人,讲师,博士,硕士研究生导师,主要研究方向为武术历史与文化, Tel: (0514) 87991075, E-mail: zyhang@126.com。

作者单位:扬州大学 体育学院,江苏 扬州 225009
Yangzhou University, Yangzhou 225009, China.

“继光如虎，大猷如龙”的世誉。

1.1 承传闽学，文以知兵

俞大猷少好读书，从学于当时泉州诸位名师如王宣、林福、赵本学，他们皆师从明代前期闽学著名代表人物蔡清。赵本学以《易》推衍兵家奇正虚实之权，著有《韬铃内外篇》、《赵注孙子兵法》，对俞氏影响颇大（俞大猷的易之推演与兵法奇正亦得益于“童教师”——“童教师善阴阳之术，大猷从学之”^[36]）。在赵本学“若知敌一人之法矣，诘（岂）知敌百万人之法”的启发下，俞大猷领悟了“天下之理原于约者未尝不散于繁，散于繁者未尝不原于约”^[37]的兵法原则，为其后来将兵法“约”于技击格斗理论，将个体武艺“散”之于万人敌的战场奠定了基础，诚如“尝谓兵法之数起五，犹一人之身有五体，虽将百万，可使合为一人也。”^[47]

1.2 尚习武艺，武以鸣世

习文的同时俞氏更尚习武艺，初从泉州同安人李良钦学剑术，后又转益多师，终成武林名宿，其棍最为彼时武林所重，为众军事家武术家所推崇，“杌杈棍长一丈二尺，精者能入枪破刀。惟东海边城与闽中俞大猷之棍，相为表里，法有不传之秘。”^[15]从俞大猷与童教师的对话中也可见其棍术精纯，俞曰：“吾尝学剑颇闲（娴）其技，十步一人，千里不留行”^[36]，纵使暮年亦豪言可以一棍敌三十棍（枪），“试选三十好汉各提枪棍，以猷一人独当，不令其披靡辟易，请就斧钺”^[38]，亦足证其武艺的优秀。

1.3 著书立说，《剑经》传世

良好的闽学文教基础，闽地拳艺的锤炼，使俞大猷成为一名叱咤明末、文武兼备的著名军事家、武术家。俞氏战争之余积极总结作战经验，写下大量保家卫国、经邦济世的书信、文章和专著，并委托幕僚，曾与其一同在清源山读书数年的同窗挚友^[39]——泉州人李杜代为编纂成集，另请友人、兵部车驾司郎中、广东揭阳人郑旻校阅。李杜以俞大猷身具浩然正气，因之将其书命名为《正气堂集》^[40]，于嘉靖四十四年（1565年）刊行。其后，俞大猷屡有续作，友人又帮其陆续集结成书，计有《正气堂集近稿与议稿》、《正气堂集续集》、《正气堂集余集》，俞大猷又自编纂海战专著《洗海近事》。俞著颇丰，但直到清道光二十一年（1841年）至二十三年（1843年）方正式点校刊印，将上述几部著作合为一册，名曰《正气堂集》或《正气堂全集》。《正气堂集》收录内容体裁多样，有策论、揭帖、谕示、奏疏、书信、碑铭、序文、祭文、军令、专著、杂说、诗歌等，涉及历史、军事、武术、民族诸多学科领域，其中，《剑经》、《诗送少林僧宗擎有序》、《新建十方禅院碑》、《续武经总要后序》等篇章，成为后人研究俞大猷武艺、福建武术乃至明代中国武术的重要史料。

《剑经》概有三个存在，一收录于《正气堂余集》中、一收录于《续武经总要》中，再就是明天启年间《剑经》也曾以

单刻本行世，本研究以清道光刻本《正气堂余集》中的《剑经》为主。《剑经》内容以棍法为主，亦纳入箭和阵的部分内容，因为明代以来转录《剑经》多将箭和阵删砍而仅留棍术内容（戚继光《纪效新书》即言“以上《剑经》止”），久之人们将《剑经》视为一本棍术专著，为研究方便及与大众认识接轨，本研究在提及《剑经》之时即指为棍术专著。

2 存疑呈鉴：《剑经》之名的多维“试”读

名为《剑经》实为棍术专著，但因何作者偏以“剑”名？不仅俞氏及协助整理编纂《正气堂集》的友人、幕僚不曾明言，而且同时期转载俞氏《剑经》理论的军事家、武术家，如戚继光、何良臣等均未明其竟委。此一疑惑多为学界人士所讨论，也形成了一些共识，在前人研究的基础上，试加辑述。

2.1 “经”：格斗要义之总则

《说文》有：“经，织也。凡织，经静而纬动。”刘勰《文心雕龙》又有“经正而后纬成。”由此可见，“经”字有恒而不变之意。后延伸为多种意义，如“经典”之《四书五经》，“路径、通道”之经纬、经络等。《剑经》之“经”有通用之法则、理论之意，俞大猷为进士出身，因此能够信手拈来，形象的以儒家经典比喻棍在诸门武艺中的地位，“用棍如读《四书》，钩、刀、枪、钗如各司一经。《四书》既明，六经之理亦明矣。若能棍，则各利器之法从此得矣。”在这里，俞大猷显然将棍术视做其他兵器武艺的基础，即“经”。《中国武术大辞典》对“经”的解释为：“经典论著，或记载一事一艺的专著”^[48]，拳种流派拳谱也多以《××拳经》命名来记载某一拳派拳法要义、理论等，《剑经》则为记述剑技（棍术）的论著。从横向的诸门武艺来讲，棍术可为其“坐标”，从纵向的经验理论总结、提炼与递传而言，《剑经》有参仿效尤的价值，“猷谨将所得要法，著为《剑经》以告后人。世有真丈夫，当亮予志。”^[37]这个“经”字也不乏借鉴、沿用的可能，北宋末年，宋朝面临周边民族的持续威胁，宋朝开始关注于军队建设，其中，大型综合性兵书《武经总要》的编写就落在了同是泉州人曾公亮的肩上，《武经总要》成为后世兵家必读和参考的范本。明朝不仅面临北方少数民族的军事威胁，更要面对倭寇对东南沿海的侵袭，将保家卫国视为己任的俞大猷显然从同乡曾公亮的《武经总要》吸取了诸多养分。俞氏曾将赵本学注《韬铃内外篇》、《赵注孙子兵法十三篇》和《剑经》合辑为《续武经总要》，《续武经总要》名称之“续”字的使用，即明证了作者的意图。这里的“经”既有总结、集大成为后人践行之意，是其战争经验和格斗要法的集合，又有爱国爱民的思想。乡梓之故，宋、明相似的历史处境，使这种承袭而来的爱国爱民思想具体化为以成熟的、高超的“剑技”去驱除倭奴，保疆卫土。

2.2 “荆楚长剑”：由楚之血缘、文缘而精神借取

“荆楚长剑”出自俞大猷撰《剑经》序文——“猷学荆楚长剑，颇得要法”。通读《剑经》不难发现，俞大猷剑技主要

得自李良钦、刘邦协、童教师、林琰,其中,李良钦之名出现次数最多,后三者只是具体到某一棍法时提及技法来源,可见其棍法主要受自李良钦。然而,却并未提及李良钦传于俞大猷的就是“荆楚长剑”。关于李良钦的记载极少,见诸记载的只言其善“剑术”而非“荆楚长剑”。清雍正《福建通志》记:“李良钦,同安人,精于剑术,娴于韬略,大猷从而学之。”在俞大猷与其师较技之后,李良钦曾言:“公异日剑术天下无敌者”。由此可推,俞大猷受之于李良钦的剑技并非名为“荆楚长剑”,“荆楚”二字为其所加亦不乏可能。俞大猷曾确实到过楚地,并与楚地名士蔡兰溪亦师亦友,“猷半生孟浪,及在湖北领受明公俄顷之教”,“在楚晤对之语皆社稷苍生之事,明公所教者施之有事。”^[41]俞大猷“长剑”显然与“荆楚”有更多的意含。

2.2.1 闽与楚之种族、文化及民俗信仰的关联性

“楚”为战国七雄之一——国名之称,后演变为一个历史、地理与文化的代名词,今指湖北、湖南一带。战国时期,楚国一度十分强大,《战国策·楚策》记其:“地方五千里,带甲百万”。公元前 334 年,楚威王灭越,此后“越以此散,诸族子争立,或为王、或为君、滨于江南海上,服朝于楚。”^[27]越国覆灭不仅导致越人四走,部分进入闽,而且其地亦成为楚国属地,清人张琦的《战国策释地》有记:“楚威王灭越,今浙、闽之地尽属楚,两广亦隶焉”。

楚文化对闽文化的灌输自此始。既然楚灭越迫使越人南迁,那么当暴秦横扫六合、“灭弱吞小”、雄霸天下之时,部分亡国楚人也自然会远走福建。秦汉之际,闽越国王无诸挑选精兵良将与梅鋗率领的岭南越军聚集在番阳令、楚人吴芮麾下参加反秦战争,“无诸、摇率越归番阳(即鄱阳)令吴芮,从诸侯反秦。”^[49,27]番阳旧属楚地,与当时的闽越国毗邻,而且芮为楚人,地缘上的近邻,以及与楚军共同抗击秦军的过程中,吸收楚文化是自然而然的。地下考古也证实了楚文化在闽地的存在。20 世纪 80 年代,考古学者对福建庄边山 9 处墓地出土的鼎、豆、盒、壶、陶器等与长沙出土的文物比较后认为,“颇有楚文化作风”、“保留了楚文化遗制”^[19]。战国以迄秦汉,南下的越人、楚人与福建地本有的“七闽”土著共同构成了秦汉闽越族的文化与种族基础。

民俗信仰文化上,楚文化与闽、台文化亦有着近似的地方。楚文化有着极浓厚的巫风色彩,无论宫廷抑或民间都对鬼神奉祀虔诚至极,而当前闽、台民间普遍的神灵崇拜、鳞次栉比的庙宇依然闪耀着祖先的“神光”。闽、台这种浓重的淫祀之风更多遗传自古越族,但显然也不排除楚人巫风的浸染。

2.2.2 楚之刚健有为与转借自喻

历史上荆楚、吴越地区盛产名剑,而且上至朝堂下至乡野的楚人皆热衷佩剑,映射了楚人的尚武阳刚精神,恰如《九歌·国殇》诗:“带长剑兮挟秦弓,首虽离兮心不怨。”

正是这仗剑前驱、死不还踵的勇武刚健精神成就了楚国睥睨天下的国势。浓烈的尚武之风造就了荆楚多奇才剑客、武勇之士的地域文化景观,如“力拔山兮气盖世”的楚霸王项羽、“鸿门宴”拔剑而舞意在沛公的项庄都是楚国赫赫有名、威震天下的剑术高手。降至汉匈战争时期,荆楚剑客仍是汉军的有生力量,如李陵所率部众“皆荆楚勇士奇材剑客”可“力扼虎,射命中。”^[1]这里的“荆楚之剑”是勇武敢战的象征。俞大猷文武兼长,晓熟历史韬略,《正气堂余集》卷一《饮马长城窟》即记载了楚汉战争中“少学一人之剑、可十当十绝”的楚霸王项羽。废弛的海防、怀柔畏缩的疲软当朝导致了沿海倭患终明不绝,爱国正直的俞大猷渴望拥有有这样一把象征刚健敢战的斩倭之剑。

壮志未酬的著名爱国诗人、楚大夫屈原即“带长铗之陆离兮,冠切云之崔嵬”,这里的“长铗”为楚人方言,即长剑,正如杨雄在《方言》中讲:“长剑,楚人名曰长铗”。楚地是道家的发祥地之一,战国老子学说衍变为庄子的哲学和齐国稷下精气说,屈原为合纵连横以抗强秦多次出使齐国,深受齐国“稷下学宫”形成的道家精气学说的影响。冯天瑜诸先生自屈原《离骚》中诗句“跪敷衽以陈辞兮,耿吾既得此中正”认为,此“中正”就是精气、正气,而这种精气、正气即具体体现为屈原忧国忧民的热烈情怀和疾恶如仇的刚烈品性^[11],而屈原随身携带、象征身份地位的长剑成为其忧国忧民与正直品性的物化载体与象征。俞大猷矢志报国、为保境安民而殚精竭虑,然却被几夺世荫、南调北谪而郁郁不得志,其处境与楚人屈原何其相似,加之楚与闽在种族、文化、民俗等方面的幽幽亲缘关系,因而俞大猷取“荆楚之长剑”以喻其志是极有可能的。俞大猷留有《试剑石》诗曰:“名剑渊沉谁得知,无端自跃欲何为?祇从贼子斩顽石,莫若终沉在水时”,又有诗道“半生磨剑白于霜,此日观光始露芒,一担纲常千古重,两肩忠孝百年忙,王臣伯佐君何拟,孔思周情我自忙,圣主中兴多士进,试看麟阁孰流芳”^[42]。《正气堂集》无处不充斥着俞大猷殷殷报国情结、勇于承担的匹夫之责,正所谓“大丈夫之生当经纶一世,垂名千古”。纵使年迈垂暮亦不曾丝毫松懈,仍积极请缨留用,颇有“廉颇未老”之遗风,“平胡壮志,报国雄心,竟不一试,恨遗千古。”^[38]从中或可体会俞大猷铭剑以宣其志的入世情怀。

2.3 以剑“彰”棍:剑的文化泛化与再生产

汉以降唐,剑逐渐退出军事历史舞台,但伴随冶炼技术的进步以及在民间的发展,剑反倒声名日隆。器物的剑因使用者不同,而引申出不同的功能和文化意义,实现其文化再生产^[8]。南朝梁时人陶弘景的《古今刀剑录》记载了帝王刀剑自夏启至梁武帝凡四十八事,诸国刀剑自刘渊至赫连勃勃凡十八事等^[28],剑成为君权、身份地位的象征和尚武精神的显示。在民间,剑成为一种信、义等君子品性的化身,如“季子挂剑”等。作为一种武术器械,历史上

不乏著名的能剑者和剑术理论。能剑者如“十步杀一人，千里不留行”的李白、“一舞剑器动四方”的公孙大娘及其弟子李十二娘等。成为后世追溯原点的剑术理论如《庄子·说剑》、《吴越春秋·越女论剑》等。除了“权利之剑”、“身份之剑”、“礼之剑”、“技击之剑”，剑更成为“神仙之剑”、“艺术之剑”等。千百年来的积淀，使剑盛载了其他任何兵器所难以企及的文化负载量，已成为与武相关的诸文化事象的象征和代名词。

武术史学的拓荒者唐豪先生认为：“（《剑经》——研究者注）其所以名为剑者，盖中国古以剑为重，明此所以尊也。”^[29]向恺然先生也认为以“剑”代“棍”是托名寄高之举，进一步强调了唐豪先生的观点：“俞虚江所著《剑经》，以棍为基，而通其法于各器。其以《剑经》名篇者，盖以剑为诸器之祖，而兹篇棍法之所自出也。”^[34]其实，兵以剑为先、为尊的明确记载在明代茅元仪的《武备志》卷一百零四《器械三·剑》中即已指出“古之论兵必言剑”，但因“剑无今古”而转录曾公亮《武经总要》中两剑以图示^[22]。以上诸家更多从兵器本身的角度出发，因历史上剑广受尊崇，而成为俞大猷以剑名棍的可能理由。古今中外都不乏寄托挂附、名彼及此之例，剑更超越“器”本身而成为与“武”相关事象的通用指代。程大力先生认为剑在中国古代是武、武备、武功、武术、尚武精神的象征，并从古希腊的“诗”与“文艺”、中国古代的“剑客”与“侠客”、杜甫《观公孙大娘舞剑器行》诗中的“剑器舞”与“武舞”等凡例佐证了“剑”的指代作用，认为《剑经》完全可名之为《棍经》、《武经》^[2]。由此也不难看出，程先生与唐、向二先生观点的一致性。这种以“剑”代“武”的事例，史不乏载：

《史记》卷一百三十《太史公自序第七十》曰：“非信廉仁勇不能传兵论剑，与道同符”，这里的“剑”指兵法。受教者的品性惯用以衡量是否传于武艺的标准，《昆吾剑箴言》强调：“可传之人不传，失人；不可传之人而传，失剑”，这里的“剑”又有“道统”之意。《史记》卷八十六《刺客列传第二十六》载：“荆轲尝游过榆次，与盖聂论剑，盖聂怒而目之”，这里的“剑”指剑术理论。“论剑”有比试剑技之意，“论剑”后来演变为比武较技的泛指，武侠小说中的“华山论剑”（金庸《射雕英雄传》）即指天下英雄汇聚华山之巅比试武艺，当然，并非单比剑术。这一词语也被延用于完全脱离“武”意的带有交流、比赛意味的情景，如学术会议、辩论会、谈判等。以“剑”代指它兵的现象在深受中国武术文化影响的东临日本亦不乏表现，日人“以剑代刀”，如日人将佩戴的腰刀称之为“剑”，刀的实战技术称“剑道”，刀的比试称“击剑”^[9]。

时至今日，武术界以“剑”铭“武”的现象亦不乏见，如上海体育学院的“神拳大龙”蔡龙云大师书房名为“琴剑楼”并有《琴剑楼武术文集》问世，暨南大学的马明达先生书房名为“说剑书屋”并有《说剑丛稿》传世等，这里的“剑”

显然是超出其本体之外的。此类武术家文武兼长，他们亦多对剑技本身颇有研究，蔡先生尤对剑的“把法”见解独到，并著有《剑术》专书，马先生则对短兵对抗有切身实践。诸先生以“剑”名其“楼、斋、屋”及著作，表达的是一种幽幽的书剑情怀，相信与俞大猷“名剑实棍”以“剑”名《剑经》有着相似的情结。

《剑经》之“剑”具体指向兵事（早期《剑经》中有射和阵的内容，及以兵法喻武技的相关论述）、武艺（棍技），形器而上，更寄托着俞氏浓郁的书剑情怀。此种现象的存在，无疑是剑文化泛化及再生产的又一案例。

3 融通创新：《剑经》的形成

3.1 转益多师，博采众长：《剑经》的武技之源

3.1.1 以剑“裕”棍：《剑经》中的“剑影”

实为棍术专著的《剑经》以“剑”名篇是由于剑在武术文化中的独特地位所决定的，那么《剑经》所载棍术与剑术到底有无瓜葛？俞大猷的棍术主要成熟于抗倭实践，而倭寇的长技为倭刀，俞大猷、戚继光等直接参与抗倭战争的将领都曾致力于倭刀的研究，戚继光更亲习倭刀法并著有《辛酉刀法》传世。至今，日本依然将刀称为剑。俞家棍显然是制倭利器，那么俞大猷在研究克倭长刀技艺的过程中极有可能“师倭长技以制倭”，或依敌之长技创造“剑棍法”，或直接吸收倭人剑技丰富棍法。

《剑经》强调“棍为诸器之基”，“若能棍，则各利器之法，从此得矣”，这“各利器之法”自然不排除剑法。茅元仪《武备志》卷八十四《阵练制·教艺一》更明确了棍技与剑技的互通，“短器凡六等，曰剑、曰刀、曰枪、曰镗钯、曰狼筅，而棍者所以习夫手足，为短器之本。”^[22]马明达先生旁征博引认为俞大猷可能将剑法融入到棍法之中，是借棍存剑，不然何以称棍法著作为《剑经》呢？《剑经》中确能读到一些有助于悟解长剑技艺的内容^[23]。

俞大猷的棍法主要受之于泉州人李良钦，但关于此人的史料记载却十分匮乏，《剑经》中俞大猷屡屡提到李良钦惯用某某棍法，可见在李教授俞棍术的过程中示范、试艺是经常性的，从中或可窥视其所传棍技中剑法的痕迹。赵恒志撰《征蛮将军都督俞公大猷功行纪》记载了俞大猷与其师李良钦比试棍术的情景^[17]：“（俞大猷——研究者）从李良钦击荆楚长剑，法即得，良钦故批公手，公还与斗，良钦释剑谢曰：“公异日剑术天下无敌者。”

“击”字反映了李良钦所传这种“剑法”的对抗形式是双方持械“相击”，“批公手”将相击的目标指向对方的持械“手”。击剑常用技术之一就是攻击对方的持剑手（或手臂），以达到就近最快解除对方战斗力的目的，此类剑技历史上多有记载。曹丕“折蔗为杖”与能“空手入白刃”的奋威将军邓展斗剑“三中其臂”^[14]。茅元仪在其《武备志》中收录了“好事者”得自海外的一套朝鲜双手剑法，“击”是其

主要技法之一(击法有五:豹头击、跨左击、跨右击、翼左击、翼右击),其中第三势“左翼势”有云:“左翼势即左翼击也,法能上挑下压,直杀虎口”^[22]。棍法理应以劈、扫等技法为主,棍是无刃兵器,那么因何《剑经》中几乎每个招式最后均为“杀”(刺)、点(啄)、削(剃)等锋刃兵器的标志性技法,这些技法显然带有长剑技的遗影,其中尤其是“啄”字,在《剑经》中“鸡啄”已成一种技法指代,这种技法的攻击目标显然非手即脚,形象描述了点棍与点剑的相通性。

3.1.2 兼枪带棒:《剑经》中的诸师枪棍技艺

《剑经》为俞大猷的心力之作不假,但没有无源之水,服务于提高临战实用的格杀目的,俞大猷善于采诸家之长。从这个意义上而言,《剑经》已超越一部棍术专著而成为一部极具时代特色的武术元典性著作。俞大猷剑法最初受教于泉州同乡李良钦,而且技术上主以李氏为基,其中又糅入了他家枪法、棍法、剑法等,如另一泉州同乡刘邦协的拍位撒手杀棍法^[50]、童琰父随机应变的棍法原则、山西偏头关教师林琰的拍位金枪技艺(“偏头关”,即今山西偏关县。明政府为防御北方蒙古的南犯而在边陲设立的九镇之一,其中,“偏头关所”为明成化十一年(1475 年)置,与宁武、雁门合为太原三关。俞大猷就是在嘉靖末驻守山西偏头关期间得到林琰枪术指益的,但林琰具体为何地人尚不能断。^[51,26]、乔教师的弹枪棒槌技艺等。他研究了当时山东、河南各处教师相传杨家枪法,否则也不会得知“其中阴阳虚实之理与我相同”,将其最妙的“左右二门拿他枪法”收为己用,自信将其与己步法相结合定能“无敌天下”。从《剑经》中普遍的“刺”、“点”、“剃”、“削”等技法推测俞大猷的棍法中吸收了“长剑”的技法。

从技法上看,除了对长剑法的融摄,俞氏棍法中最突出的它器技法当属广纳之各地域拳师的枪技,对枪技的糅入亦成为后来棍法向“兼枪带棒”、“三分棍七分枪”的技术路径发展的先声。

3.2 棍为诸艺之基:追求“通艺”心理的时代诉求

由上分析可见,《剑经》之剑是一个涵盖多重指向的统和性指代词,在个人可铭志,在兵可指军事、兵法,在武艺可指以棍法为基础的各种兵器技艺等。《剑经》内容虽以棍法为主,但亦包括弓矢和阵法,即明示了其多维的兼通性。名为“剑”而实为棍,而且是吸纳了包括长剑技、枪等兵器武艺为一体的棍技,作者更希冀通过习棍可以兼通钩、刀、枪、钺等各利器之法。在这种追求“通艺”心理的驱动下,作者穷数十年将兵法、易理、它域它器之艺融为一炉,铸就《剑经》,以至于习棍可通它器之艺就不足为怪了。这样,脱胎于战场实际检验的、理法兼备的棍术自然可以对抗包括倭刀在内的不同敌兵。值得注意的是,俞氏这种“棍为诸艺之基”的“通艺”认识与其同时代及后起之军事家、武术家的观点惊人相似(或首提于俞大猷亦未可知),如戚继光认为“拳为初学入艺之门”,又开发短兵长用与长

兵短用之法等;淹贯博通的军事家茅元仪认为“棍者,所以习手足,为短器之本”;以棍法擅名的程冲斗更认为“棍为诸艺魁首”等。

这种追求“通艺”的心理取向是明中、后期现实的时代环境造成的,当事人多既为军事家又为武术家的双重身份和经历进一步强化了这种诉求。东南沿海倭患泛滥、绵延不绝,倭寇战无定规、游移无常,斗无定势、挥刀跳跃、奇诈诡秘,以至于数十倭寇却可流劫千里,与之斗技又“长技每每常败于刀。”^[3]在北方,则有擅骑射之胡人觊觎边陲。面对入侵之敌所擅武艺的不同,尤其是军旅武术家们苦心孤诣于寻求一种可以兼通、一劳多收的武艺形式用以提高兵将的战斗力,最大限度的克敌长技。俞大猷深谙韬略、熟谙易理、武艺高强、转战南北的见识为其创造融兵法、易理和武技于一体的棍法奠定了基础。实践证明,俞大猷长剑技的确无敌于当时,《剑经》至今仍为各拳种流派、海内、外武技所借鉴,也可见其普遍的兼通性。《剑经》中“学至于此,全不看见他是枪是刀,只认定他手前杀他身而已”,即明白体现了这种追求形诸“器”而上的通艺诉求,这也许是因何《剑经》历数百年而不衰,成为各拳种流派武技理论汲取营养之不竭上源的内因吧。

克敌安邦赋予的时代使命之下,俞大猷在融汇诸家剑、枪、棍等技艺的基础上,将易理兵法的韬略浇注其中,从某种程度上说,《剑经》之棍法是俞氏糅合武技和兵法的综合创新。

4 理明法备:《剑经》的技理解读

4.1 “一阴一阳谓之拳”:《剑经》的哲学意涵

“阴阳”是中国传统哲学最核心的对立范畴,以此释棍成为《剑经》最突出的特点之一。《易经》上囊天文、下括地理,究天人之际、察人间百态,是一部中国古典哲学经典之作,而阴阳化成是其亘古不变的命题。“一阴一阳谓之道”,阴阳是中国古代哲学的最基本范畴;“一阴一阳谓之拳”,阴阳又成为武术技理挥发的最基本辩证观。虽然早在先秦吴越地区越女的剑术理论中即有“道有门户,亦有阴阳”的论述,但此后好像直至明代阴阳范畴并未成为武术理论构筑的基石,有学者依据《剑经》中关于山东、河南相传杨家枪法中“阴阳虚实之理”的记载,认为“明代时武术理论已经开始应用阴阳学说来阐释拳理。”^[2]从某种程度上而言,《剑经》又实为一部以武释《易》之作,俞大猷在通读其师赵本学《韬铃内外篇》后认为其皆“根于《易》”,随后遂作《剑经》“以衍其意”。《剑经》可能是正式将阴阳运用于技击格斗实践的首部武术专著。兵法的实质即为“兵阴阳”,临阵胜敌关键在于奇正相生的变易。《剑经》中使用了许多阴阳范畴来阐释拳理,首先,将兵家阵、车、骑之法与人之个体的格斗相类比而并举,其中,无处不阴阳;其次,俞大猷将阴阳纳入《剑经》总论歌诀中予以时刻强调,

如“阴阳要转”、“更有阴阳诀,请君要熟识”等;再者,阴阳在棍法习练与对搏过程中的具体运用,如“转阴阳不可太早,临时一下乃不费力,明之明之”、“棍提起手阳,杀去及打去俱手阴,阴阳最要识透”等。

阴阳是一对可化通的对立范畴,因此,除了上述直接体现为阴阳转化的记载外,《剑经》中衍用了一系列服务于“攻防”的辩证语对,如“刚乘他力前,柔乘他力后”之刚柔与前后,“彼忙我静待”之动静,“上乘落,下乘起”之起落,“学到上下、高低、硬软、直破打、上下接”之上下、高低、软硬,“既要快便,又要似进实退”之进退,“旧力略过,新力未发”之新旧,“以静待动,以逸待劳”之动静与逸劳,“最妙是左右二门拿他枪手法”之左右,“高不过目,低不过膝”之高低,以及直接表现为技法对立的滚与剃等。

4.2 后发制人,固守待进:《剑经》战术思想的主旋律

《剑经》以棍法为主,同时还纳有箭法和阵法,从内容上看,显然具有极其浓厚的军事色彩。从军事武艺的角度看,《剑经》又是一本以棍为主的各种兵器的斗法之书,其中集结和浇注了俞大猷受之诸师、战场积累、练武体会而来的攻防谋略。历代兵家在战术上各有主张,俞大猷则以后发制人为主要斗战原则,这与其在抗击南倭北虏过程中一贯主张的稳健、全胜战略一脉相承。

“后发制人”思想是建立在自我保护与防御基础之上的,“杀敌一万,自折八千”显然非明智之举,因此,俞大猷强调:“千言万语,不外乎致人而不致于人”。“以卵击石”结果只能是壳破蛋流,故而“先为不可胜以待敌之可胜”不失为上上之策,《剑经》不仅强调按部就班进行武艺练习,而且疾呼“生疏莫临敌”。这一战术思想也贯彻在俞大猷教将练兵实践中,“倘得数万之兵,教阅经年,东倭何逞?”搏斗过程中俞大猷主张“后人发先人至”,即待其“旧力略过,新力未发”之际迅速发动进攻,俞公更将“旧力略过,新力未发”八字定为《剑经》的“全书总要”。知己知彼方能百战不殆,盲动必遭失败,因此俞大猷有:“起手之法,后人发,先人至。知此,决不可一发便要伤人,徒使自势发尽,为他所伤。戒之,戒之”之言,又强调不可轻敌,要“视不能如能”严阵以待。在双方周旋过程中需要“明了攻守,善度形势”,俞公认为只有掌握如“刚在他力前、柔乘他力后”的“拍位”规律和时机方可以“任君斗”。一味等待显然不可能后发致人,只有善于“示形用诈、声东击西、敢于用奇”方能得到有利于己的战机,《剑经》中随处可见的“哄诱”技法的使用使我可以“不打他先一下,只打他第二一下”。俞大猷之师李良钦显然深谙这种诱晃战术,“都是前一下哄我去,然后转第二下求接救,顾救得速,故能胜也。”

“后发致人”是俞大猷棍法的主要战术策略,但也不乏其他战术。无论沙场对阵抑或拳场对搏,双方形势都处在瞬息万变之中,只有“奇正相生、虚实相映”方能“致人而不致于人”,也即《剑经》中请君要熟识的“阴阳要诀”。这种

战术思想指导下的技击格斗表现为注重下盘稳固、遍身着力、步步前进,在或防守反击或诱敌深入之后,实现一击必杀的“完胜”战斗目的。同时,从上辑述的战术理论亦不难看出俞大猷受之于其师赵本学《孙子兵法》的影响(俞大猷后来将赵注《赵注孙子兵法十三篇》辑入《续武经总要》)。

4.3 知拍任君斗:《剑经》的攻防之道

“拍位说”是俞大猷对格斗运动的一大贡献,拍位贯穿斗战始终,恰如俞大猷所言:“千千万万步,俱有拍位”,掌握了拍位即可“任君斗”。“拍”原指音乐的节拍、韵律,俞大猷将其引入《剑经》诠释搏棍之道,赋予了“拍位”更为宽泛的意指。

4.3.1 时机、空隙、破绽

拍位为发动进攻的时机,这一时机又表现为对手发力、进攻的间隙或暴露破绽之时,这里的拍位来自于敌我双方。来自于敌方的即所谓“旧力略过,新力未发”的“我顺人背”之时,如敌方刺棍时双臂伸直送棍过老等。来自于我方的则为主动制造拍位,在“后发致人”战术思想指导下,这样的拍位往往出现在示之以虚、击之以实的诱敌战术之后,所谓“要在哄使虚乘之”。

4.3.2 韵律、规律

“拍位”是攻防过程中劲力和招法变换之处出现的有一定历时长短节奏的规律^[20]。那么这个规律如何把握?俞家棍为双手持握的硬把棍,对搏之时磕碰之声不绝于耳,这棍撞之声即为换劲变招的关节点,如“响而后进,进而后响,分别明白,可以语技矣”,正如童教师所言“一声响处值千金,彼失提防我便赢”,又如“此当(古代音韵,这里指棍碰声——研究者)字,如曲中之拍位,妙不可言”。

4.3.3 方位

拍位的出现是有方位的,李良钦认为“千千万万步(这里指棍法——研究者)俱有拍位”、刘邦协之传拍位在中间,而林琰师的拍位在左右,俞大猷在对比三师所传之后,认为他们都以拍位规律指导攻防对搏,而且拍位可存在于任何方位,一招一式间皆有拍位。

4.3.4 阴阳化生

《剑经》是一部充满易理的武术专著,每一处阴阳运化之际都是拍位出现之时。恰如有学者云,“一贯乎万”的“拍位”秘旨,是指充满阴阳互变规律的武艺之道^[52]。

4.3.5 势

拍位有时又表现为一种势,得势者胜,失势者败。孙子云:“势如转圆石于千仞之山”。何良臣认为:“艺虽倍精于敌,又不可失势也,势一失,恐无隙复乘矣。”^[15]拍位则表现为对势的控制,语云:“顺人之势,借人之力”。失势意味着乱了拍位,或没有把握住拍位,此时即要积极采取措施再次控制拍位,如“我扁身入深(进入敌人圈套——研究者),此时不顾生命了,只两目认他胸前。棍上空,急穿上;棍下空,急穿下。”

及至今日,俞大猷的拍位理论对武术运动仍有借鉴和指导意义。现代“虚拟攻防”的套路运动,激烈对抗的散打运动都离不开对“拍位”规律的掌握和驾驭。套路演练练了拍位不仅难以体现其精神气力功,更难以表现攻防意境;对抗运动缺失拍位只能受制于人而被动挨打。

4.4 “一打一揭”,“招不过三”:《剑经》的实用格杀性

《剑经》是俞大猷数十年军阵实践经验的结晶,其棍术带有鲜明的军旅武艺色彩,那就是一击必杀的实用性。俞大猷棍法朴实,可以用“一打一揭”四字概括之,然而却可以驰骋天下而无敌,俞大猷棍技余存,至今流传于高山少林寺的《五虎拦》也描写其似“老农耕地”,但却绝不可“平平视之”,皆出于其粘棍即杀的格杀性。《剑经》中虽未明确提出反对“满遍花草”之花法套路的主张,但其所辑录各种击法的简捷性、攻击部位的致命性、战术的巧妙性,以及围绕最大限度发挥其实战性而形成的步型步法、距离控制等都将明末武术定位于重实用而反花法。

棍法古朴简洁,除“习步法”和“总步目”看上去像是短小棍套外,其余条目皆为或攻或防或对击的棍及其他器械的攻防拆解和技理歌诀,所列技法几乎是一来一往即杀而极少超过三招,更不乏直奔主题之技,如“直符送书杀”。使用的技法主要为点、刺、劈、挡、格、戳、挑、削等,少有当前棍术中的舞花、扫、抡等技法。在战术运用与时机把握上,强调巧打敢战、稳固硬打,在自保的前提下顺人之势借人之力,从而击杀敌人。攻击的部位皆指向致命的头、喉、胸,间接批手、点脚、扫腿的技术或在于解除对手兵器或在于转移注意力,而紧随其后的一击依然直奔前述的要害部位。使用的步型、步法限于弓步、丁步、进步、退步等,而少有蹿蹦跳跃、闪展腾挪。在距离控制上,要求无过不及、恰到好处,以利于攻防转换,如“他大门来,我大门接一下,只离一寸;他小门来,我小门接一下,只离一寸”,又如用小剪(棍势——研究者)治伏棍、低棍的时候只需“离他手前一尺之间,他急过大门,我或揭进打亦可”等。

今天,闽、台地域普遍尚棍,而且民间依然称其棍术为“军棍”的传统,演练套路短小精悍、法简技实的风格特点,都依然散发着俞大猷棍技的实用芬芳。

5 追根溯源:《剑经》的闽文化透析

5.1 闽地文武奠定《剑经》成书基础

宋代,福建文化崛起于东南,历元至明形成了以朱熹为代表的独树一帜的“闽学”地域文化流派。蔡清主要承袭朱熹闽学一脉,成为继朱子之后独秀闽中的又一闽学大家。《易经》的研修是闽学流派的主要内容之一。蔡氏在泉州开元寺集结二十八人(时号“清源治《易》二十八宿”)组社研究《易》学,成果颇著,出版论著近百部,形成了以蔡清为中心的“清源学派”,其影响遍及彼时全国。当时人称“今天下言《易》都皆推晋江,成、宏间士大夫谈理学,唯清

尤为精诣”,由此,积蕴了泉州兴盛的闽学之《易》风。赵本学为蔡清高足,赵氏擅长以《易》理推衍兵法,为俞大猷最主要的授业恩师之一。一方面,俞大猷成长于泉州闽学文化氛围之中,是闽学的代表性传承人之一,为其后来著书立说夯实了坚实的文化基础;另一方面,“以《易》衍兵”的思维及功底成为俞氏将其嫁接于武术技击的思想素材。此外,俞大猷的“剑”技主要得自泉州人李良钦,可以推知其早年武艺亦习自八闽本土,《剑经》中提到的钹、钩均为闽地武林最为常见的兵器也可为之一证。因此,闽地原乡的文武赋予俞氏写就《剑经》的基础。

5.2 “相悖思维”在《剑经》中的体现

《剑经》是一部闽南人基于闽南文化之语言、思维方式写就的武技论著。由于闽南地处东南,背山面海,这样的地理位置决定了闽南人性格的复杂性,不仅具有豪爽、彪悍、敢拼、团结、吃苦、耐劳的一面,同时也兼具势利、权谋等特征,具有“相悖性”。性格决定思维,从某种意义上,《剑经》折射了这种思维方式。《剑经》所列棍法实战格杀性超强,一打一揭间即取对手要害,是爱拼敢赢性格的体现,但这种性命相搏又建立在自我保护的基础之上,稳固待进、步步前趋等技术风格体现了这种思维。为最大限度的自保与致人,《剑经》又极讲究战略战术的运用,这其中不乏闽南人骨子中务实但势利、敢拼但尚谋的思维。这种思维方式反映在《剑经》内容的安排与谋篇布局上则表现为率性而为,只以棍技棍理的阐释为要,而不拘条框束缚,体现了一种务实而不拘小节的性格,使初学者、非闽台本地武者颇有杂乱无章之感。这种务实而不拘虚套的思维表现为棍技一来一往的、极其简捷的实用格杀性,而极少关注于虚花的套路编排(仅有两个短小精悍的专用于练习步法和基本棍法的套路,这也是“生疏莫临敌”务实思维下的产物)。如果说俞大猷的棍技出自军旅并处在武术发展的较前端,重实用而轻套路是自然的。历经数百年后的今天,当形色各异、绵绵不绝的套路遍行天下之时,因何闽、台南派武术依然不重套路而表现出鲜明的技击性,甚至为了迎合现代武术比赛计时的要求而不得不重复演练短小精悍的套路以避免因时间不够而扣分?研究者认为这与闽、台人务实但不尚虚套、创新但不丢传统这样一种思维方式有关。

5.3 “雅俗共赏”的闽南语言特色

《剑经》用词通俗甚至于很多时候完全是口语化的,这些“俗语”符合闽南人的语言惯习,是人们常见、常用的语言,用于表情达意最合适不过。人所共知的日常习惯用语,如脚(腿)、大门(左门)、小门(右门)、革(为围追堵截之意)、分分(一点点)、大粗(粗大)、转角(转换角度,躲闪)等;武者所一目了然的技、战术用语,如杀(向前直刺戳)、滚(由上向下刮削对方持棍手)、剃(由下向上崩或刮削对方持棍手)、剪(棍端向左上方绕半圈,再向左下方扣打称

大剪；相反为小剪）、打（下劈）、揭（向上挑拨）、凿（双手持棍向前后左右突刺）、哄（示之以虚的战术）、直捧（把棍持平）、滚手（舞花棍）等。用语的通俗性甚至只是“情之所至”的或提醒或自我陶醉式的语言，如“记之，记之”、“妙、妙”、“明之，明之”等。

在通俗的同时，《剑经》用语又走向另一个极端——至雅，不仅千锤百炼出“一语不能加”的至今仍熠熠生辉的指导武术技击的“总歌诀”，而且亦凝练出一系列如滴水献花、铁牛入石、喜鹊过枝、马前斩草、二龙争珠等以形喻势的技法。这些技法四字一顿、言简意丰，既形象又透着艺术性，是俞大猷深厚人文修养的体现。这些技法势式不仅与闽台武人的认识接轨，而且也后世它域拳家所接受和延用，如“献花势”被程宗猷《少林棍法阐宗》转录，“直符送书势”在茅元仪《武备志》收录的“朝鲜双手剑势法”中有所体现等。

6 遗泽武林：《剑经》对它域乃至东方武技的传播与辐射

6.1 俞大猷武艺与八闽武术

6.1.1 广传剑技

嘉靖四十三年（1564），俞大猷自金门调任它处，当地父老为其所建生祠记述了其功绩，其中即有传剑之功，《都督俞公生祠记》载：“有荆楚剑法以教士卒”。金门人非但流涕为其建祠，而且“其丁壮习剑法者给役其家不肯去^[17]。”谪守汀漳期间又作读书易轩与博士弟子为文会，日教士击剑。俞大猷棍法不仅成为自己所带军队的必修技艺，亦成为它域军队的武技范本。俞大猷率部征讨广西古田壮族韦银豹等叛乱期间所致广西巡抚兼理军务殷正茂的书信中即言：“愚尝用数十年心力，求得其法，著为《剑经》，各把总哨官取读而习之，以转教哨长，哨长转教各兵，则总管之技艺既熟，一人之伍法皆精，可以全争天下矣。”^[4]俞大猷的武艺还间接通过其战友、门生、部将、子辈得以在军中和民间传承。邓城^[18]、汤克宽等自幼与俞大猷一起于清源山读书练武，后来成为其抗倭、戍边的战友和得力部将，他们皆武艺高强，时有“俞公棍邓家拳”之谓。邓城的儿子邓钟出身武举，文武双全（邓钟撰有《筹海重编》，为俞大猷门生、部将，甚得俞大猷喜爱，“猷之衣钵得门徒如第（陈第）者，近又得新登武科邓钟者，其才学志向足与第相驰骋。”^[43]俞大猷的儿子俞咨皋亦为武举出身，武艺得自家传，继俞大猷后成为福建总兵。

通过直接和间接的传承，使俞大猷的武艺广泛普及开来，俞大猷也渐趋被尊为泉州武术“教父”，恰如明末泉州士人黄景昉所言：“余所接善棍者，皆言其父、其大父亲承都护所指教。”

6.1.2 《剑经》成为闽、台武术的技理导向

鉴于俞大猷高超的武技，及其南抗倭寇北御胡虏的历史功绩，俞大猷不仅成为武术界的骄傲，而且成为闽、台历

史一个里程碑式的人物，广受两岸人们爱戴，其《剑经》对福建武术影响至深至巨，时至今日，印痕依然清晰可见。风格特点上，无论是拳抑或是棍钯等器械皆以“步步前进”为法，技法简约、实用，套路短小精悍，注重下盘稳固、腰马合一，与《剑经》强调的后发制人、一打一揭等旨趣相契合^[53]。在器械内容上，棍、钯在闽、台武术界尤为普遍，几乎每个拳种都有此器械套路^[49]，亦不乏一辈子只练一套棍或钯的武者，在棍、钯的基础上又延伸至扁担、锄头等生产、生活器具，但细观其技法皆遵循着《剑经》的技术要义——“阴阳要转，两手要直，前脚要曲，后脚要直，一打一揭，遍身着力，步步前进。”技术用语、姿势习惯上，无论拳谱抑或民间习惯，均延续着《剑经》的传统，如“大门”指自身的左侧、“小门”指右侧，再如起势行拳多以“右前左后”为范，等等。拳术理论上，《剑经》的战术理论成为福建武术的普遍指导，如五祖拳的动静论、刚柔论，永春白鹤拳的动静论，泉州少林花拳的刚柔拍位说：“刚无常刚，柔无常柔。借势化之，知拍入之”^[42]等。俞大猷棍法惟“一打一揭”朴实无华，然却可“驰骋天下”，皆因其注重身姿、步法、功力、基本技法等的反复操练，这一点又与福建武术各拳种皆将“三战”作为入门之艺相契合，“拳好三战找”的武谚讲的即是这个道理。

6.2 《剑经》的“北传”与“西渐”

少林武术名扬天下，从来源上看，少林武术来自各地域民间，是八方武术的集萃。少林武艺首先以棍显，十三棍僧救唐王、明代少林僧兵抗倭等事迹均显于武林晓于天下，武僧们入世有为、建功立业的武艺首推棍术，而少林棍术的扬名与有序递传离不开闽人俞大猷棍法“继继续微”式的北传。无论是少林棍术源头的理论与历史追溯，抑或今天仍在少林流传的部分棍法，《剑经》均明白无误的证实了两者的一脉相承性，也是现存关于少林武术起源的史料中经得起推敲的最为确凿的记载之一。

6.2.1 继继续微：俞大猷棍法“北传”少林

1. 北传少林棍法的历史

明嘉靖年间，一方面，因北虏南迫屡犯我边境；一方面，因东南抗倭战场诱捕海盗魁首王直一案的派系牵连，俞大猷被远谪戍守北部边关（胡宗宪诱捕海盗头目王直，致使王直余党自浙流窜入闽，因此，遭以李瑚为首的在京福建籍官员的弹劾，胡宗宪怀疑是俞大猷私下授意，转而推责并污蔑俞大猷“纵之南奔、播害闽广、宜加重治”，大猷因而入狱，后经锦衣卫首领陆炳联合幕僚斡旋得以脱狱，并于嘉靖三十八年远谪山西大同戍边）。当东南倭患一日猖獗一日之时，又回调俞大猷南下，因而才有了“自云中归，取道至寺”传剑少林的一段机缘。正是这次北谪而后的再次南归，促成了俞大猷棍术与少林棍术的交流，也是南棍与北棍的一次交流，成就了武术史上南、北武术交流的一段佳话。

关于俞大猷北传俞家棍的记录均集中于《正气堂集》原集之后的《正气堂续集》之中,据清道光二十二年龙溪孙氏刻本的记载,其中《新建十方禅院碑》^[44]、《诗送少林寺僧宗擎有序》^[45]、《少林寺僧宗擎学成予剑法告归》^[46] 3 条与少林武术关系最密。这 3 条记录透露了俞大猷北传俞家棍的机缘、地点、时间、人物等信息。其一,俞大猷因明朝面临南倭北虏的战事威胁而北上继之南归,少林寺位河南嵩山与其归途并不顺路,是久闻少林寺棍术,而刻意“取道”前往,但观后却大失所望,慨叹“真诀尽失”,继而择选“僧之精壮者”宗擎、普从二僧随其南归。一来说明,明末频仍的战事迫使当朝不断强固武备,军队的流动拉动了各地域武艺的交流;二来俞大猷是在“久闻而未识”的心态驱使下上的少林,说明少林寺棍术在此之前即已闻名天下;三来也可见当时少林棍已和当时大多数武术流派一样流于花法而遗失“真可搏打”的实战性。其二,传艺的时间、地点。宗擎与俞大猷第二次见面在万历丁丑年(1577 年),据此前“十四、五年”(1562—1563 年)正值嘉靖末年(嘉靖年为 1521—1566 年)福建倭患最为泛滥的时候,宗擎、普从必然“既学艺必试敌”,因此,二僧的棍技是在俞大猷的指导下于福建抗倭前线 3 年实战历练中传袭的,而后间接通过二僧,主要是宗擎再回传少林。俞大猷与宗擎第二次相遇于京畿的时间距俞大猷去世(1580 年)仅 3 年,此时《剑经》已是十分成熟的棍术理论,尽授宗擎。宗擎先在福建后在大明京城全面承袭了俞大猷的棍技与理论。其三,宗擎、普从是有源可考的嘉靖御倭僧兵群体的杰出代表。唐豪先生依据元代少林方丈福裕所订立的“七十字派”考证,明代御倭法名可考的僧兵仅宗擎、普从、了因 3 人,除法号外,唐先生的另一依据即《新建十方禅院碑》,“俞大猷携往南征之宗擎、普从二僧,自无可疑。”^[30] 其四,当日,俞大猷至寺得到包括住持小山上人的隆重接待,十数年之后,为俞公当初提议新建禅院一事,少林寺继任住持幻休大师仍记挂在心,且专门委派僧人普明前往亲谒俞公请提《新建十方禅院碑》,说明俞大猷的声名与“剑技”当时也是天下闻名的。同时,当时寺内自负“精”于棍术的武僧有“千人”之众为俞大猷表演,可见当时少林武风之盛,如此规模武僧的存在说明当时明廷是鼓励民间练武的,少林僧兵是彼时明廷征调御边的一支有生力量。其五,强化了“南少林”与“北少林”的维系纽带。南少林已成为闽、台及其外延的海外华人世界的一宗武术文化现象,而俞大猷传嵩山少林棍技成为闽、台武人追溯南、北少林武术的维系之一。有学者认为俞大猷曾从赵本学其祖传于宋室开鼎始祖赵匡胤的太祖拳,又据“剑诀禅戒”、“学成伏虎剑”、“洞悟降龙禅”等蕴含佛偈的语词认为俞大猷北传少林棍技是“回传”,既是师承少林为完成回报恩师夙愿,又是本人受泉州少林寺佛学禅机的影响^[4,5],此说待考,仅备于此。

2.《少林俞家棍》为俞大猷所传而非俞通海

德虔、德炎编著的《少林棍法大全》之《少林俞家棍》认为俞家棍传自明代水军提督俞通海。俞通海为明初著名将领,安徽人,擅水战。俞大猷的背景与俞通海不乏相似之处:俞大猷祖籍也是安徽,同姓、同籍及相似的从军背景可能是“张冠李戴”的主要原因之一。据《明史》卷一百三十三《俞通海传》记载“通海无子,弟通源嗣其官”,而俞敏至俞大猷已传续五代。此外,俞通海生活在明初,俞大猷则生活在明中、后期,同时,据记载俞通海擅长武艺为流星锤,而俞大猷以棍显,故此,此二俞显非一人。从《少林俞家棍》功诀和动作图解对比可见,今之少林俞家棍即俞大猷当初回传之俞家棍法。

(1)《少林俞家棍》“功诀”与《剑经》“总歌诀”一致

对比《少林棍法大全》之《少林俞家棍》^[10]“功诀”与清道光刻本《正气堂余集》中载录的《剑经》“总歌诀”数量相等,均为二十四句,仅从字面上看计有十三处不同^[50],概不外如下几种情况。其一,传抄笔误或发音差异:笔误如“打杀高低左右接”之“接”与“打杀高低左右接”之“接”;音误如“上刺下滚分左右”之“刺”与“上刺下滚分左右”之“剃”。其二,通假字,如“生疏莫临敌”之“疏”与“生疎莫临敌”之“疎”。其三,字异意同,如“动时把须固”与“动时把得固”、“嘱君牢记下”与“请君要熟识”、“刚在他人前,柔在他人后”与“刚在他力前,柔乘他力后”。其四,一处意义完全相反,如“一发皆深入”与“一发未深入”。其五,一处待考,如“更要使阴法”与“更要阴阳诀”。

通过比较《少林棍法大全》中俞家棍三段功诀与《剑经》总歌诀可见,除了一处相反、一处待考外,剔除音误、笔误及字异意同等因“久传而讹”造成的差异,显而易见,前者源出于后者。

(2)《少林俞家棍》图势与《剑经》图解一致

图势数量上,《少林棍法大全》中所绘《少林俞家棍》图势与《纪效新书》中配置的《剑经》图势两者数量相等,同为十四幅。在顺序上,《少林棍法大全》唯将《剑经》第一势“扁身中拦势”置于第十四势,其他图势顺序不变。名称书写上,两者略有出入,不乏著者粗心之故,比如《剑经》中每势均以“××势”命名,而《少林棍法大全》除“仙人托盘”、“直符医书”、“走马回头”三势不是以“××势”定名,其余皆是,显为疏漏。两者图之名称虽有差异,但直观图示却几乎同出一模,唯有“滴水势”一势差异显著。《剑经》中“滴水势”双方均是双手持棍,而《少林棍法大全》中一方则是单手持棍,是俞公棍法在少林传延过程中的创新发展抑或是著者笔误,尚难断论。十四图中有十三图完全相同已足以说明问题。值得注意的是,两书所载图势皆为“右前左后”的持棍姿势,这是闽南武者的习惯姿势,更说明了《少林俞家棍》的起源。

无论从功诀与歌诀的对比,抑或是图势的比较,都显

证了少林俞家棍是俞大猷的棍法，而非俞通海所传。

3.《五虎拦》为俞大猷棍法余脉

明末清初武术家吴旻《手臂录》卷四《大棒说》中有载：“少林有一家棍法，名曰五虎拦，惟一打一揭而已，急如农夫之垦土然，而久致工，打揭之势不可平平而视也。”^[32]该“大棒说”条首句言明：“纪效棍法胜于其枪十倍”，众所周知，《纪效新书》中的棍法是完全转录俞大猷之《剑经》，吴修龄所言五虎拦棍法自然非俞大猷棍法莫属。唐豪先生另从五虎拦“一打一揭，遍身着力”的技法理论角度考察，认为“棍名虽变为五虎拦，实为俞大猷传宗擎，宗擎传寺众的长剑技。”^[31]

6.2.2 辗转西北：俞大猷棍法“西渐”的种种迹象

武谚有云“东枪西棍”，天启棍和壳子棍是西北棍林的杰出代表，不少研究者及此二棍的正宗传承者认为其与形成于400多年前的著名棍法专著《剑经》有着一定的亲缘关系。方汝楫、侯尚达等在对广泛流传于西北五省的天启棍研究后认为，天启棍法同俞氏所著《剑经》存在诸多内在关联性，极有可能为俞氏荆楚长剑西传的子遗：战术上，《剑经》强调“扁身”、“哄诱”，而“哄使虚趁”、“八闪幌”等是天启棍主要战术之一，两者在如二龙争珠、喜鹊过枝、铁牛入石等势名上相同或近似；技术上，《剑经》中“后手出在前手”的方法就是天启棍中的“换手调把”；至于“阴阳手”、“阴手”等把法称谓，二者更是完全相同^[13]。

甘肃秦安县高家山地区流传的“壳子棍”的南棍特点更为鲜明，其“右前左后”行棍姿势、死把硬手的技法特点使其特立于西北棍林，独树一帜。壳子棍与《剑经》的亲缘关系更为明显。壳子棍又名“撒手棍”，每个壳子都由撒手开始，由撒手结束，是壳子棍的最基本棍法^[6]。“撒手棍”技术在《剑经》中早有记载，是一种寻找“拍位”后迅速放棍刺杀的技术，“中间有拍位，不用拨剃洗落，只撒手杀，则又紧矣。”^[37]甘肃地区不仅壳子棍，而且还有其他棍法也具有鲜明的南棍色彩，如20世纪80年代全国武术挖掘整理工程中天水刘松恒老师捐献的《二十八宿硬棍着》。马明达先生认为“壳子棍”和“二十八宿硬棍”棍法均属“南方硬棍系统，有些内容颇与俞氏《剑经》相合”，又进一步从“释名”和技术特点的角度推测，“壳”是“磕”的谐音，“磕磕碰碰”是死把棍对练的显著特点之一，因缘这种特点而约定俗成为棍名——壳子棍^[24]。俞大猷《剑经》中多处提到这一既让人精神振奋，又提醒双方防守和进攻时机的“磕碰”之声，如：“直磕一声就杀去”、“一磕一拨，后手一尺剃，一进杀”、“一声响处值千金，彼失提防，我便赢是也”，“响而后进，进而后响”等。

6.3《剑经》对中国武术技击理论的影响

6.3.1 转载节录：《剑经》的扬名

《剑经》堪为中国武术史上最为经典的武术专著之一，因其理明法备及其独特的历史成因，广为后世兵家、武术

家转载、研修、采借，《剑经》通过自身以及他人的转传而迅速传扬。对《剑经》转传影响最大的首推曾与俞大猷并肩战斗于东南沿海抗倭战场的戚继光，在其《纪效新书》卷十二《短兵长用说》中全文转录俞氏《剑经》。非但整篇转载，而且多表溢美之词，如“短兵长用之法，千古奇秘，匪欺人也”、“其最妙者……”、“……极妙，极妙”等^[26]。此外，尚有诸多兵家、武术家或直接或间接转借《剑经》。明代何良臣在其《阵记》卷二《技用十五篇》中认为，棍法之妙尽于俞大猷《剑经》，“待其旧力略过，新力未发而急乘之”是其用棍之秘，并进一步强调只有俱得如“一打一揭欲我疾。阴手阳手令人疑，大剪小剪神变用。大门小门藏正奇，使拨剃滚杀起磕”等棍法之妙后乃可称棍，若能悉心研究上述秘之妙法，久之则自可称无敌也^[15]。俞大猷北传少林棍技50年后，徽州人程宗猷上少林转求洪转等师习艺10数年，尤精棍术，著有《少林棍法阐宗》传世，成为继俞大猷后又一棍术巨臂^[54]。从时间上看，程宗猷的棍技应该糅融了俞大猷棍技的诸多因子，虽然其通篇并未言明俞大猷及其《剑经》只言片语，这种承续依然不难识辨，如《剑经》强调能棍则钩、刀、枪、钯等技艺自通，《阐宗》则进一步明确为“棍为艺中魁首”；“哄”是具有八闽地方语言特色的技法，《剑经》中多处使用，如“要在哄使虚乘之”、“下哄，待他剪，上大门哄”等，这里的哄是虚晃、扰动的技战术，“哄”在《阐宗》中也多处出现，如披身势之“圈内先须发哄枪”、金刚琵琶势之“退步勾穿且哄”、高搭手势之“搭手单提，均是哄手”等^[7]；“刚在他力前，柔乘他力后，彼忙我静待，知拍任君斗”、“后人发，先人至”等技击理论也成为《阐宗》的技击纲领，如“艺中有先人发，后人至，旧力略过，新力未生之法，此等玄机真千古不发之秘”；又有势名相同或相通者，如左右献花势（“献花势”，棍法名，在《剑经》中常与“滴水势”相接，主要以打手、劈头等为主。这一势在《剑经》与《少林棍法阐宗》中不仅名同而且技用亦同）。从地域文化交流的角度着眼，作为八闽武术文化结晶的《剑经》间接通过少林寺影响程宗猷，进而对徽州武术文化也产生了影响。明末清初武术家吴旻《手臂录》后附有少林僧洪转著的《梦绿堂枪法》，该枪法中有“旧力略过，新力未生”之语。吴旻在论枪时说“《纪效新书》，枪法不及冲斗，而言棍甚精”，而取其通于枪者八条备列于后，这八条完全转采自《剑经》^[33]。

上述作者及其著作皆为武术技理追溯的上源，对《剑经》内容或全选或节选、或直接或间接的转录与采借从而使其广为传播。

6.3.2 理约技宏：《剑经》成为中国武术技击理论的渊藪之一

《剑经》是一部用武技解读中国传统文化的武术论著。《剑经》中诸如“顺人之势，借人之力”、“先之以发，后之以至”、“刚在他力前，柔乘他力后”、“阴阳要转”、“知拍任君

斗”等富含中国古典哲学意蕴、兵学谋略思想、巧打敢战的攻防之道等理论已超越闽、台武术而成为整个中国武术总的技战术理论准则。虽然,先秦时期庄子《说剑》及《吴越春秋》中越女都曾有过诸如“后之以发,先之以至”、“见之似好妇,夺之似惧虎”等理论阐释,但不免流于一种纯理论的空吟。将上述理论真正运用到武术技击实战中,以具体的攻防来解读的当首推俞大猷,如上理论“简约而可以宏用”,具有超强的挥发性,在当下的武术中皆有不同程度的体现,尤其在太极、八卦、形意等哲理化拳派中体现尤其突出,如太极拳的舍己从人、我顺人背、动静、刚柔、四两拨千斤等技击理论,与《剑经》有着惊人的相似性。

《剑经》是一部“由棍至拳”、“由术至道”的技击通论。除总歌诀、专习步法的“习步法”和基本棍法的“总步目”外,《剑经》通篇都在将棍技置于敌我攻防的语境下予以阐释。《剑经》中展示了数十种棍法,有学者归总为 36 种,其中拦、拿、滚、剃、剪、揭、当(挡)、戳、挑、捧、擢、劈十二种构成了核心技法群^[55],这些棍法基本囊括了俞公棍的主要技法。值得注意的是,这些技法并不是散乱无章的,而是各自服务于不同的技击目的,如防守型的挡、剪、拿,进攻型的杀、凿、劈,攻守合一的如滚、剃。明代是一个极其尚棍的朝代,当时著名者十数家^[35],这些技法不仅成为明代棍法的主导,而且成为现代棍术的基础。《剑经》主以言棍,但从技法上看,这里的棍是兼融长剑技、枪技、钗技等在内的复合型多功能的棍技,因此,习此棍技即可兼通诸器之法,亦即上述的一种“通艺”。在中国古典哲学、兵学等传统文化指导下的这种“通艺型”棍术,不仅超越棍术本身成为诸器之祖,而且可上升为具有普遍指导意义的拳艺。这也是为什么无论徒手乃至持械、无论套路乃至搏斗都可从《剑经》汲取自身所需养分的根本原因。

6.3.3 “胆艺观”的嬗传

俞大猷在《正气堂集》卷十一《续制双轮粮车式》中首次论述了胆、艺与兵的关系,认为胆气是兵强的基础,而胆气需要靠教练武艺来培养,“练兵必先练胆,练胆必先教技,技精则胆壮,胆壮则兵强也。”^[40]俞大猷的“胆艺观”广被后来军事家、武术家所采借和增益。戚继光认为,“怯敌还是艺浅,善战必定艺精,古人云:‘艺高人胆大’信不诬矣。”何良臣认为,“兵无胆气,虽精勇无所用”,“暴虎冯河”者之所以能勇而无畏皆因其胆力,而武艺是练胆强兵的必途,所谓“教练武艺为张胆做气之根本。”^[15]此外,程宗猷亦谓:“艺高人胆大。”^[3]

当今武术搏击中之敢打必胜、勇者无惧等技战理论,以及通过技术训练和增加实战以锤炼胆量和提高技、战术水平的武术训练方式、方法等都不乏俞公胆艺观的印迹。

6.4 梯海东渡:《剑经》与日本空手道和朝鲜双手剑

对于《剑经》本身的东渡,目前尚不明了,但全文转录《剑经》的《纪效新书》却早在万历年间即已东渐,《剑经》对

东方武技的影响当主要通过《纪效新书》予以间接实现的。

在《剑经》出版百年后,日本江户时代的柳生新阴流和宫本武藏的《五轮书》中所载的剑理与《剑经》颇多相通之处,其剑术即有“先之先”、“后之先”和知“拍”的理论论说,今日空手道松涛馆等也将其应用于指导徒手格斗^[21]。稍晚于俞大猷、戚继光的明人茅元仪的《武备志》中收录了一路传于朝鲜的双手剑法。马明达先认为,朝鲜势法与万历年间明军入朝抗倭有关,朝鲜势法可能出自戚氏门下以骆尚志为代表的“红衣浙兵”,也可能传自俞氏门下以许国威为代表的福建步兵,极有可能是他们将所习剑法教于朝鲜军队。虽不能确定朝鲜势法直接源自俞大猷的荆楚长剑,但从主要技法和势名不难看出其确受其影响。首先,《朝鲜势法》开篇明确了该剑法的主要技术为击法五、刺法五、格法三、洗法三^[22],《剑经》的主要技术也表现为击(打)、格(揭)、刺(杀)、洗等。其次,朝鲜势法“左翼势”为“即左翼击也,法能上挑下压,直杀虎口,右脚右手直符送书势”,“直符送书势”是《剑经》中标志性的技法术语。

俞大猷系统地利用包括刚柔、阴阳、虚实、动静、奇正等东方哲理来指导格斗术实践。《剑经》的理论对于格斗文化的巨大贡献是毋庸置疑的。

7 结语

《剑经》兼容有棍术、射法、阵法,但以棍法为主,实为一部棍术专著。以剑名篇是俞大猷集汇武艺、兵事、志操为一体的综合概念,以“剑”名“棍”在明代绝无仅有。《剑经》是八闽文化的结晶,从某种意义上说也是一部地域武术文化典籍。《剑经》超越棍术而成为一部具有普遍指导意义的技击理论“宝典”,超越闽、台而对整个中国武术技击理论具有相当借鉴意义,其影响更远及海外。至今,其所载的理论对技击实践依然有效。通过《剑经》的研究,认识到凡属历史以来的“经典”,都需要与时俱进的现代性阐释方可永葆生机、服务当下,《剑经》如是,其他武术典籍亦如是;传播开来、公认的典籍如是,各拳种流派囿于传统而“敝帚自珍、秘不示人”的拳经拳谱亦如是,只有不断“被”研究、被品读,方可活态传承,乃至“成就”经典。

《剑经》的研究也给众武术典籍研究初步营构了一种范式,兹认为至少需要从如下几个方面着力:1)选取较为公允、珍稀的版本,并通篇反复阅读,深入剖析典籍所载技理,发掘与其他拳种流派的承袭关系;2)著者(或个人或群体)均或多或少承载着所在地域的文化传统,其著作必然留下该地域文化印痕,因此,需洞悉典籍的地域文化特征,从而探寻典籍的域内、外传播情况;3)旁涉相关历史背景、史书记载,并与方志、稗官野史、碑刻、民间口传相参证,方可钩沉释新、识辨研究历程中的存(争)疑之处;4)全面搜罗历史以来兵家、拳家等的相关著作对典籍的转载、评价和延伸研究,及前期研究者不同角度的理论成果,如此,方

能更好把控典籍的当下阐释。

参考文献:

- [1] [汉]班固. 汉书[M]. 北京:中华书局,1962:2451.
- [2] 程大力. 少林武术通考[M]. 郑州:少林书局,2006:204.
- [3] [明]程宗猷. 单刀法选[M]. 太原:山西科学技术出版社,2006:3.
- [4] 蔡金星. 俞大猷与南北少林[A]. 周焜民. 五祖门研究[C]. 北京:紫禁城出版社,1997:18.
- [5] 蔡金星. 南少林武术的人文价值[A]. 泉州市武术协会. 泉州南少林文存[C]. 香港:香港银河出版社,2010:31.
- [6] 蔡智忠. 壳子棍法研究[M]. 兰州:甘肃教育出版社,2002:3.
- [7] [明]程宗猷. 少林棍法阐宗[M]. 太原:山西科学技术出版社,2006:74-119.
- [8] 戴国斌. 武术的文化生产[R]. 上海:华东师范大学博士后研究工作,2005:33.
- [9] 棣华. 古代中、朝、日剑术交流的若干考察[A]. 中华人民共和国体育运动委员会运动技术委员会编. 中国体育史参考资料(第六辑)[M]. 北京:人民体育出版社,1958:52-62.
- [10] 德虔,德炎. 少林棍法大全[M]. 北京:北京体育学院出版社,1990:233-240.
- [11] 冯天瑜,何晓明,周积明. 中华文化史[M]. 上海:上海人民出版社,2005:327.
- [12] 福建省体育运动委员会. 福建武术拳械录[Z]. 内部刊行,1985:1-647.
- [13] 方汝楫,侯尚达. 天启棍研究[M]. 乌鲁木齐:新疆科技卫生出版社,1993:3.
- [14] 郭志禹. 中国武术简史[M]. 北京:人民体育出版社,2007:50.
- [15] [明]何良臣. 阵记[M]. 陈秉才,校. 北京:军事科学出版社,1984:100,137,101,22-23.
- [16] 花拳经[A]. 泉州少林古谱注译[M]. 郑连来,藏谱,郑昆明,注译. 厦门:厦门大学出版社,1996:191.
- [17] [明]焦兹辑. 焦太史编辑国朝献征录[A]. 编纂委员会. 续修四库全书[M]. 上海:古籍出版社,2002:213-244.
- [18] 抗倭英雄邓城. 泉州晚报海外版[EB/OL]. http://www.qzwb.com/gb/content/2006-02/23/content_1986976.htm. 2006-02-23.
- [19] 林忠干. 论福建地区出土的汉代陶器[J]. 考古,1987,(1):79-94.
- [20] 李良根,李琳注释. 剑经注解[M]. 南昌:江西科学技术出版社,2002:14.
- [21] 历史的上俞大猷与《剑经》[EB/OL]. http://blog.eastmoney.com/nb188/blog_150579463.html/2010-07-30.
- [22] [明]茅元仪. 武备志[M]. 中国台北:华世出版社,1984:4136,3065,3211,3208.
- [23] 马明达. 说剑丛稿[M]. 北京:中华书局,2007:192.
- [24] 马明达. 序[A]. 蔡智忠. 壳子棍法研究[M]. 兰州:甘肃教育出版社,2002:3.
- [25] 钱穆. 中国历史研究法[M]. 北京:生活·读书·新知三联书店,2009:44-45.
- [26] [明]戚继光. 纪效新书(十八卷本)[M]. 曹文明,吕颖慧,校. 北京:中华书局,2001:204,212.
- [27] [汉]司马迁. 史记[M]. 北京:中华书局,1975:1751,2979.
- [28] [梁]陶弘景. 古今刀剑录[A]. 纪昀. 景印文渊阁四库全书[M]. 中国台湾:台湾商务印书馆,1983:840-841.
- [29] 唐豪. 中国武艺图籍考[M]. 太原:山西科学技术出版社,2008:129.
- [30] 唐豪. 行健斋随笔[M]. 太原:山西科学技术出版社,2008:53.
- [31] 唐豪. 少林拳术秘诀考[M]. 太原:山西科学技术出版社,2008:79.
- [32] [清]吴旻. 手臂录[M]. 北京:中华书局,1985:89.
- [33] [清]吴旻. 手臂录[J]. 许禹生,校. 体育月刊,1935,3(8):9-10.
- [34] 向恺然. 子母三十六棍[A]. 周伟良. 中国武术史[M]. 北京:高等教育出版社,2003:74.
- [35] 习云太. 中国武术史[M]. 北京:人民体育出版社,1985:160.
- [36] [明]俞大猷. 正气堂余集:卷二送童教师序[M]. 15-16.
- [37] [明]俞大猷. 正气堂余集:卷四剑经并序[M]. 1,3,22.
- [38] [明]俞大猷. 正气堂集:卷二[A]. 清道光孙云鸿味古书室刻本. 程大力. 少林武术通考[M]. 郑州:少林书局,2006:202,202.
- [39] [明]俞大猷. 正气堂余集:卷二题云台山人望云存思[M]. 6.
- [40] [明]俞大猷. 正气堂全集[M]. 福州:福建人民出版社,2007:3,124.
- [41] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷一与蔡兰溪书[M]. 3.
- [42] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷二又[M]. 2.
- [43] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷一与陈我渡公书[M]. 57.
- [44] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷三新建十方禅院碑[M]. 6.
- [45] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷二诗送少林寺僧宗肇有序[M]. 7.
- [46] [明]俞大猷. 正气堂续集:卷二少林寺僧宗肇学成予剑法告归[M]. 10.
- [47] [清]张廷玉. 明史[M]. 北京:中华书局,1974:5601.
- [48] 中国武术大辞典编辑委员会. 中国武术大辞典[M]. 北京:人民体育出版社,1990:10.
- [49] 朱维干. 福建史稿(上)[M]. 福安:福建教育出版社,1985:26.
- [50] 郑连来藏谱,郑昆明注译. 泉州少林古谱注译[M]. 厦门:厦门大学出版社,1996:99,13.
- [51] 赵宝俊. 少林寺[M]. 上海:上海人民出版社,1982:100-102.
- [52] 周伟良. 传统武术训练理论[D]. 上海:上海体育学院博士学位论文,2000:75.
- [53] 周焜民,傅金星. 中国第一部武术专著——《剑经》[A]. 周焜民. 五祖门研究[C]. 北京:紫禁城出版社,1997:158.
- [54] 张银行,刘轶. 守成与思变视域下的徽州武术文化论绎:儒家文化的视角[J]. 上海体育学院学报,2013,37(6):65-71.
- [55] 赵鸿宾. 《剑经》技法阐要[A]. 周焜民. 五祖门研究[C]. 北京:紫禁城出版社,1997:166.