



## 从人类武技的文明化进程探析传统武术拳种的未来出路： 体系化传承、创造性转化、创新性发展

杨建营

(华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200241)

**摘要:**为使传统武术拳种走出困境,并更好地服务社会,运用对比分析法剖析人类武技的发展趋势,提出传统武术的未来发展之路。研究认为:自18世纪以来,文明化是人类武技发展的大势所趋,欧洲、日本的武技先后跨入竞技体育行列,实现了“由术至道”的转型,而中国的传统武术至今尚停留于实用技术层面;传统武术的未来发展既应提炼核心技法,将其创造性地转化为适宜规则引导下的对抗性竞技运动,实现文明化的历史跨越,也应大力开发精神教育价值,将其创新性地发展为“以武育人”的实践途径,还应发挥自身特色,构建由根脉核心层、拓展延伸层、综合套路层等多层技法构成的独特技术体系,实现体系化传承。

**关键词:**传统武术;拳种;武技;体系化传承;创造性转化;创新性发展

中图分类号:G852

文献标识码:A

传统的中华武术以拳种为单位,每个拳种都是由诸多技术环节组成的体系,这种体系与国外的武技有很大区别,集中体现了中华民族对技击术的独特理解,是中国传统文化的传承载体<sup>①</sup>。然而,由于种种原因,目前的传统武术拳种发展面临着严重的生存危机和信任危机。特别是2017年之后,一系列民间拳师对战现代搏击运动员事件均以民间拳师惨败告终的事实,不仅使传统武�能否运用于实战成为大众谈资,而且导致大众对传统武术的态度经历了从质疑到否定,再到嘲讽乃至不屑的变化。传统武术上一次成为社会关注的焦点是在20世纪80年代,受一系列武打影视作品的影响,全国各地武校如雨后春笋般兴起。前后不到40年,之所以出现完全相反的结局,是因为长期以来传统武术拳种流落民间,得不到应有关注,致使其技术体系处于支离破碎的状态,远离了技击本质。

近年来,国家层面高度重视中华优秀传统文化的传承发展,如2012年党的十八大提出“建设优秀传统文化传承体系”,2013年十八届三中全会提出“完善中华优秀传统文化教育”,2017年党的十九大提出“推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展”,特别是2017年中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》,确立了“到2025年,中华优秀传统文化传承发展体系基本形成”的总体目标。如何使传统武术拳种摆脱当前的危机,并根据国家大力发展中华

优秀传统文化的方略,建立起中华优秀传统武术拳种的传承发展体系,成为武术界应该深入研究的重点课题。既有研究揭示了传统武术拳种发展的问题,但尚且缺乏针对传统武术拳种传承发展体系的系统性研究,以及以人类武技的发展趋势为背景的相关研究。本研究紧扣以上问题,以世界范围内人类格斗发展的大势所趋为切入点,探析20世纪传统武术拳种发展落后于世界武打技艺演进步伐的原因,进而探讨如何借鉴世界武技的经验,既不失传统武术拳种安身立命的根本,又实现文明化跨越,同时完成体系化传承、创造性转化、创新性发展,从而解决自身的生存危机,更好地为国家民族发展发挥自身应有的社会价值。

### 1 近两个多世纪以来人类格斗发展的大趋势:实现文明化“质的飞跃”,跨入体育竞技胜负的阶段

20世纪前期,西方竞技体育开始登陆中国,其中令武

收稿日期:2021-12-20; 修订日期:2022-05-09

基金项目:国家社会科学基金一般项目(19BTY113)。

作者简介:杨建营(1972-),男,教授,博士,博士研究生导师,主要研究方向为武术基础理论、武术文化教育、武术传承发展,  
E-mail:yjianying@163.com。

①需要说明的是,由于现在的“武术”更多是专指中国的武打技术,所以文中用“武技”一词指代世界范围内的武打技术,下文的“武技”是一个包括中国武术在内的更广的概念。

术界感到新奇的是“西洋拳”，即拳击(boxing)，这种拳法非常凌厉，一般拳师根本无法招架，而且其比赛方式完全不同于中国古代的擂台赛，并非可以使用任何技术，也不必签“生死状”，而是规定只能运用直、摆、勾几种简单拳法进攻对方腰部以上部位，而且还必须戴拳套。后来人们发现，日本的柔道对技法使用也有诸多限制，也是较为文明的比赛方式。这种限制技术、穿戴护具的比赛完全避免了一拳毙命、骨断筋折的惨局，是人类格斗术文明化发展的体现。

历史上的拳击与中国武术一样，致伤、致残、致死是普遍现象。早在公元前688年举行的第二十三届古代奥运会上，拳击运动就被列为正式比赛项目，但因职业化后比赛结果极为残酷(要么获胜，要么重伤或惨死)，公元394年罗马皇帝西奥多雷斯下令禁止一切拳击活动。公元8世纪欧洲的法庭裁决中出现了一种称为“司法决斗”(judicial duel)的斗审制度，即法官无法裁决时，让诉讼双方通过决斗方式决定谁最终胜诉。贵族通过斗剑决胜负，而平民则通过拳击决输赢，这种决斗的失败者一般重伤或惨死。直到18世纪前期，拳击比赛仍然是完全没有防护的徒手“生死”型格斗，既没有手套，也没有规则和时间限制，格斗直至一方丧失比赛能力为止(永松英吉，1988；于德顺等，1998)，类似于中国古代的打擂台。

18世界英国工业革命后，人类进入现代社会，残酷的拳击运动才逐渐文明化。如果深究到最本质的一层，现代社会发展的内在机制是“以资本为物质支柱、现代形而上学为精神支柱”的现代性(吴晓明，2006)，该机制的最大优势是能促进人类物质财富及各项事业突飞猛进地发展。如马克思所言，资产阶级在不到一百年的时间内创造的财富比过去一切时代所创造的全部生产力还要多、还要大(中共中央马克思恩格斯列宁斯大林著作编译局，1995)；罗荣渠(1994)统计指出，1860—1960年一个世纪间，世界工业品的总产量增加了35倍。这种发展机制在体育运动领域的具体体现是，将人类早期的运动游戏高度制度化、规范化，以竞赛规则为导向，以“更快、更高、更强”“不断超越”为目标，通过竞赛制度促进运动技艺的飞速提高。与现代性发展机制源于英国一致，现代意义上的体育竞赛也是以源于英国的竞技运动为主线，伴随着人类进入现代社会而逐渐形成。自中世纪后期，英国就流行摔跤、拳击、击剑、射击、足球、网球、田径等竞技运动，18世纪工业革命之后，随着生产生活节奏的加快，人们更是把户外运动和竞技运动作为生活的调节手段，英国也曾因此获得了“运动王国”的美誉。当时，各种体育团体纷纷建立，1742年第一个滑冰组织爱丁堡俱乐部成立，随后保龄球、网球、射箭等运动组织相继建立。19世纪前期，英国的运动项目急剧增多，全国性的统一组织开始出现，竞技运动逐渐正规化。19世纪中后期，欧洲的各

种运动竞赛迅速增加，比赛规模不断扩大，以1896年第一届现代奥林匹克运动会的举办为标志，现代竞技体育的庞大项目体系基本形成(《体育史》教材编写组，1996；颜绍沪等，1990)。正是因为竞赛制度的建立和现代竞技体育的形成，人类运动技才得以突飞猛进地发展。

现代社会的一个典型特征是文明化，在这种情况下，传统的武技想要生存延续，必须保障参赛者的人身安全，避免伤亡事故，即由实用格斗技能转化为文明化的运动游戏，否则就被时代淘汰。具体到拳击运动，1743年，被称为“现代拳击之父”的约翰·布劳顿以减少伤害事故为出发点，制定了最早的拳击规则(后来被命名为“布劳顿规则”)，其中规定不准打击已倒地者，不准打击腰部以下任何部位；1747年，约翰·布劳顿发明设计了软皮拳击手套。这些改变在很大程度上减少了伤害事故，从而开辟了拳击运动的新方向。为了适应拳击运动的高速发展，1838年，在“布劳顿规则”的基础上颁布“伦敦拳击锦标赛规则”，经过1853、1865年两次修改后，又颁布了“昆斯伯里伯爵规则”，其中明确规定拳击手在对抗过程中必须戴拳套，禁止搂抱、摔跤，每个回合要打满3分钟，中间休息1分钟，拳手被击倒后开始数秒，如果10秒之内不能站起来则判对方胜等，该规则正是现代拳击竞赛规则的基本框架。在1904年美国圣路易举办的第三届奥运会中，拳击被列为正式比赛项目。可见，以“昆斯伯里伯爵规则”颁布、现代拳击竞赛规则的基本框架为标志，拳击运动完成了现代转型，跨入了拳法技艺飞速发展的快车道，实现了文明化的历史跨越，同时，也因竞赛机制的逐渐完善而促进了拳法技艺的飞速提升，使拳击技艺朝愈发精细化的方向发展。

日本各类传统武技的现代转型稍晚，但进展迅速，从19世纪末拉开序幕，到20世纪前期逐渐完成。与古代的西方拳击、中国武术类似，日本的传统武技也曾是“生死型”格斗术，但在1868年明治维新后，因与现代社会格格不入而逐渐没落。在即将被文明的现代社会淘汰之际，东京帝国大学哲学专业的学生嘉纳治五郎发现了传统柔术蕴含的教育价值，在1882年成立“讲道馆”，率先开始了改造传统柔术的实践。他首先剔除了柔术中致伤、致残的危险技术，然后又提炼原理，将其发展成为注重“技击之道”的独特运动。受此启发，其他传统武技也迈开了现代转型步伐，1926年日本官方将各项传统武技统称为“武道”(郑旭旭等，2011)<sup>43-44</sup>，标志着日本传统武技的主体实现了现代转型，完成了“由术至道”的跨越。这种跨越既汲取了西方竞技体育的优点，也保留了自身特色，特别是突出了自身的文化性。例如，日本柔道界为解决柔道进入奥运会之后过于竞技化而淹没了“日本武道的个性”、丧失了“柔道精神”的问题，曾于2001年发起“柔道文艺复兴”活动，其宗旨是使柔道回归嘉纳治五郎的原点，即“通

过武道来塑造人”“通过柔道来追求理想、友情、敬与爱、挑战”。而日本的剑道则无意于成为奥运项目,因为其理念是“通过剑的(原)理(方)法的修炼,形成高尚人格”(郑旭旭等,2011)<sup>174-184</sup>。由此而言,日本武技在现代转型过程中虽然借鉴了西方竞技体育的发展方式,但最终却形成了有别于西方竞技体育、更注重文化精神的新形态。而日本武道在现代发展过程中得以保留的突出文化都源于中国,是以先秦时期的道家文化、儒家文化为根基发展起来的。

综上,从18世纪中期西方拳击改革到19世纪中期形成现代拳击竞赛规则的基本框架,以文明化为特征的现代转型是人类武技发展的新趋势,日本武技紧随其后,于20世纪初实现了全面转型,并立足于东方文化形成了自身的特色。

## 2 20世纪中国传统武术拳种的发展:没有跟上世界武技的演进步伐

无可否认,中国古代的武术也是一种技击术(温力,2019),是中华民族在长期的实践过程中形成的徒手或使用器械的实用格斗技术(邱丕相等,2009)。马明达(2019)认为,自近代以来“武术”取代“武艺”是古典武艺转化为现代武术的主要标志,大致经历了民国的“国术”时期、新中国“竞技武术”时期、改革开放以来的“后竞技武术”时期3个阶段。然而这几个阶段的转型之路并不顺畅。

20世纪前期,中华武术拉开了从实用技击术向现代竞技体育转型的序幕,但由于外因而被迫中断。张之江于1928年成立中央国术馆后举办了第一届国术国考,由于无必备规则、无体质分级、无年龄组别、无时间规定、无统一护具、无技法限制,拳打脚踢均可,骨断筋折、血流满面者大有人在。据当时的《晶报》记述,“其考试中有八十余岁之老翁,有六岁之儿童,亦可谓盛矣”(天马,1928);《新闻报》记述,“各应考员无不精神抖擞、拳脚敏捷,有一经交手胜负立决者,有相持甚久……因比赛不慎而受伤者,亦有六七人,均由卫生队为之疗治”(佚名,1928)。1929年在杭州举办的国术游艺大会虽有了简单规则,规定“每次局三分钟,三局两胜,不准挖眼、扼喉、打太阳穴、取阴”,但由于规则规定“比试时不带(戴)面具手套等件”(佚名,1929),比赛场面仍十分惨烈,被称为“拼命擂台”。应该说,这种国术游艺大会仍有古代擂台比武的残酷痕迹,但已拉开了向文明化技击方向迈进的序幕。1933年中华民国第五届全国运动会上的国术比赛充分吸取了西方现代体育竞技的模式而变得更加规范,不仅按体质分为“重量级、中量级、轻量级”,而且按年龄分为中年级、老年级。1933年的《国术比赛规则(转录二十二年全国运动会订定本)》对于“拳术犯规”规定:(一)击对方面部及用指戳咽喉或击踢裆部者;(二)有暗伤对方

之一切行为者;(三)在未发开始命令前而先动手,及既发停止令后而仍继续攻击者。在应遵守事项中规定:(一)比赛时不准穿硬底鞋,靴,及于靴鞋之前后置有他物;(二)比赛时不准携带任何物品;(三)应做友谊之比赛,不得视对手如仇敌。继之举办的第二届国术国考的规则更加安全文明,采用“点到为止”的比赛方式,其中规定“不许打眼,掐喉,踢裆,违者即取消其资格。对打之人,周身皆穿软甲,保护胸部肋部及腿部,以防意外之危险……此次采取打中即作为胜之办法,乃因注重其灵快,并不似以往必须打倒方作为胜也”(李剑秋,1933)。由此可见,从国术游艺大会到全国运动会国术比赛,再到第二届国术国考,中华武术技击一步一步迈向文明化。然而,随着抗日战争的全面爆发,包括武术在内的各项事业的正常发展之路都被阻断。

20世纪50年代,“左倾”思想盛行,传统武术拳种和民国时期曾采用的技击对抗形式因被视为旧社会的产物而被全面“打倒”,取而代之的是于20世纪50年代中后期创编的以艺术表现为评判标准的新型武术(时称“新武术”)。大力发展“新武术”,冷落更贴近技击本质的传统武术拳种,是当时整个武术事业发展的大趋势。中国武术自古遵循“击”和“舞”两个方面发展(蔡龙云,1957),而历史上“舞”的方面是旁支,“击”的方面是主体。传统武术拳种的功法、套路、散手基本上都是围绕“击”展开的,而“舞”的方面主要是用于街头卖艺表演,历来被武术家所不齿,被普通百姓视为“花拳绣腿”。然而在这一时期,武术发展的旁支取代了主体。“文革”时期对传统武术拳种的打压发展到了顶峰,一些人宣称“简化24式,提高套路88式是无产阶级的拳,可在公园教练,其他拳都是资产阶级的,不准在公园教练”(赵双进,2003a),许多优秀传统武术拳种的存续和发展被忽视,传统武术瑰宝遭受空前的浩劫(易剑东等,1998)。在这种境况下,传统武术拳种难以演进转型。

20世纪后期,国家层面曾投入巨资抢救传统武术拳种,但受多种因素影响而止步中途。改革开放后,原国家体育运动委员会(现国家体育总局)副主任李梦华曾指出,武术发展最主要的问题莫过于“对先人留下来的多姿多彩、繁花似锦般的各门各派、多种不同拳种的武术没能大力扶植、全面发展,偏离了‘百花齐放’的方针,即所谓‘一花独艳’的偏向”(赵双进,2003b)。正因此,国家层面于1983—1986年耗资百万在全国范围内展开了对传统武术拳种的挖掘整理工作。然而,随着20世纪80年代末武术进亚运、20世纪90年代末武术进奥运目标的确立,武术发展又转向原来的以“新武术”为核心的竞技武术,致使大批“挖整”成果被束之高阁,尘封至今。值得欣慰的是,在此期间经过试点而形成的现代散打对武术技击的现代发展起到了巨大推动作用。然而,由于20世纪70年代末

试点散打时武术技击被禁止了20多年，只能借鉴国外格斗术。技术借鉴本无可厚非，人体大致相同的生理结构，决定了有共通的拳法、腿法，民国时期中央国术馆也曾把“西洋拳”纳入教学课程，但问题在于传统武术拳种独特的技击内涵在这一借鉴过程中被逐渐淡化。随着以套路、散打为主的竞技武术技术格局的形成，特别是竞技武术进奥运目标的确立，传统武术拳种的生存境遇更加严酷，健身效应成为其主要属性，中华武术拳种众多、流派纷呈的优势未能得以有效利用。

综上，20世纪中华武术的现代转型之路并不顺畅，除了部分非主体内容完成了现代转型之外，曾经作为中华武术主体的传统武术拳种仍停留于实用技术层面，只能以民间拳师的微弱力量维系奄奄一息的生存境况，其发展落后于世界武技发展近100年。近年来，传统武术与现代搏击的数次对决之所以都毫无悬念地惨败，皆与长期以来得不到应有的关注、至今尚未实现现代转型有关。

### 3 传统武术拳种的未来发展出路：实现文明化跨越，完成体系化传承、创造性转化、创新性发展

传统武术要在现代社会得到飞速发展，当务之急是实现以文明化为标志的现代转型，然后再充分发挥自身优势，谋求更高层次的发展，实现体系化传承、创造性转化、创新性发展。具体实践路径是兼容并蓄，在适当借鉴西方竞技体育和日本武道发展经验的基础上，重点突出自身独有特色。

#### 3.1 提炼核心技法，将传统武术拳种创造性地改造为适宜规则引导下的对抗性竞技运动，实现文明化的历史跨越

竞技体育源于西方，是运动游戏标准化、规范化、竞技化的产物。运动游戏是人类追求更高层次精神生活的体现，如三大球、三小球是典型的游戏方式的规范化，田径是比赛跑、跳、投能力的游戏规范化。而人类武技则是出于最基本的安全自卫需要而形成的，与追求更高层次的精神生活关联度不大，因此，其本质不是游戏，而是一种能致伤、致残、致死的实用技能。以拳种为单位的传统武术要想在现代社会获得广阔发展空间，必须首先实现由最底层的实用技击术转向更高层的突出精神追求安全文明的对抗形式。回顾历史，武术拳种大致形成于明代，本质上是“偏于一隅”的技击术，是在缺乏竞赛（擂台）交流机制的情况下，不同习武者对在技击实践过程中获得的某方面技击体验反复钻研，将其向纵深发展，并以之为核心而形成的技术训练和传承体系（杨建营，2018）。诚如明代戚继光所言：“山东李半天之腿，鹰爪王之拿，千跌张之跌，张伯敬之打……虽各有所长，各传有上而无下，有下而无上，就可取胜于人，此不过偏于一隅”。（戚继光，1996）后来形成的八极拳擅长挨帮挤靠、贴身近打，太极拳擅长引进落空、粘逼发放，劈挂拳侧重于放长击远、鞭

打抽击，形意拳侧重于脚踏中门、直推直进，八卦掌侧重于避正就斜、走偏门进攻，番子拳“双拳密如雨，脆快一挂鞭”，侧重于中近距离连打带撞，螳螂拳手法密集，双手如刀，侧重于近身刁拿。可以说，不同拳种都偏重于技击的某一方面，而且还在某一方面非常独到精深。所以对传统武术拳种的定位是既“偏于一隅”又“精于一隅”的技击术。西方拳击在现代转型过程中受竞赛规则引导也发展成了“偏于一隅”的技击术（偏重于拳法）。鉴于这种状况，传统武术拳种完全可以借鉴西方拳击的文明化转型路径，一方面，通过“鼓励某方面技法、限制其他技法”的方式，制定最适于本拳种技击特长发挥的竞赛规则，通过规则保证拳种特色，另一方面，以保证安全为前提，形成多个安全、文明、规范的竞技运动形式。

源于西方的竞技体操本来是西方人比赛谁动作难、动作美的运动游戏规范化的结果。现代竞技武术套路正是以此为参考而将传统武术拳种的套路规范化、美化而形成了一种新型武术运动，但这种武术运动远离了技击本质，发展成了一个纯粹的表现唯美型运动项目。这可以作为武术现代发展的一个方向，但绝不能成为主体，因为技击是武术安身立命的根本。武术可用于养生，可演练展示，但这仅仅是武术的衍生价值，这些价值可以开发，但不能舍本逐末。

嘉纳治五郎改造传统柔术的实践对当今中国传统武术走出困境也有一定启示。他虽然极为强调柔道的教育价值，非常突出柔道技术的哲理，提出“教育的柔道”“哲学的柔道”，但实现这些价值的前提是“实力柔道”。他认为柔道的本质属性是一种徒手搏击术，在日本传统流派林立的柔术中要立足，就要以实力说话（郑旭旭等，2011）<sup>129</sup>。正是基于这样的认识，嘉纳治五郎紧紧立足技击本质改造传统柔术，首先通过化繁为简、提纲挈领的方法抓住了传统柔术的技术核心，然后摈弃了暴力性的踢打技术以及绞住对方咽喉、折挫关节等致伤、致残、致死性技术，最后在保证安全的前提下以两两自由对抗作为主要练习形式，从而使学员在激烈而又有限制的徒手自由对抗中达到锻炼身体、掌握格斗技能、修养品德意志、探索技术原理的目的。其讲道馆培养的学生在各种比武较技中屡战屡胜，由此树立了“讲道馆柔道”的绝对权威，乃至后来数万人成为讲道馆会员，并使“讲道馆柔道”遍布全日本，得到了国际柔道联盟对“讲道馆柔道”的高度认同（郑旭旭等，2011）<sup>129</sup>。综上，以绝对的技击实力为基础对传统柔术进行改造是嘉纳治五郎的“讲道馆柔道”成功的关键，安身立命的技击本质是柔道实现其教育价值、哲学价值、健身价值、观赏价值的依托。

当今传统武术拳种要走出困境，应化繁为简、提纲挈领，立足于“所偏一隅”或“所精一隅”的技术，整理提炼出各自的核心技法，并把安全前提下的两两自由对抗作为

主要活动形式,制定适合各自核心技法发挥的最适宜竞赛规则,将技击对抗比赛常态化。将基于防身自卫需求而生的实用技击术转化为满足精神需求的安全文明的对抗运动,是一个创造性的过程,也只有实现这种创造性的突破,传统武术才不至于被文明的现代社会淘汰。

### 3.2 将传统武术拳种创新性地发展为“以武育人”的实践途径,大力开发其独特的精神教育价值

古代武术是一种实用格斗技能,其最主要的社会价值是攻击和防卫,一方面用于军事格杀,一方面用于民间私斗。除此之外,也有精神培育和道德涵养的价值,例如,孔子儒家的教育体系中一直将武艺作为培育三达德之一的“勇”的实践途径;清初的吴殳在《手臂录》中指出,虽然在军事中“击刺抑末矣”,然“不能此末艺,则不敢身至阵前,无以定将士勇怯,而行不逾时之罚,人无畏心,战何能胜”(吴殳,2006)。由此而言,武术除了用于军事格杀外,还是培育勇往直前的大无畏精神的实践途径。

此外,由于古代习武者掌握着破坏性很强的暴力技术,在整个社会层面如何限制习武之人对技术的滥用,成为一个无法回避的话题。不同国家采用了不同的限制方式,受儒家思想影响,中国文化更侧重于道德自律,即从道德品行方面对习武者这个特殊群体提出更高要求,引导习武者不随便使用武力,由此,便产生了武德。最初的武德正是指具有技击能力的人在运用武术时应具备的以仁爱为核心的道德品行。在后续发展过程中,武德的外延逐渐拓展升华,武德逐渐拓展为涵盖意志品质、日常伦理、精忠报国、行侠仗义等多方面内容的道德品行、行为准则和人生旨归(杨建营,2019)。由此而言,武术也具有涵养道德的社会价值。

随着人类社会的发展,特别是跨入文明的现代社会以来,武术的攻击和防卫价值日益衰微,其精神教育和道德涵养价值逐渐上升为最主要的社会价值。例如,孙中山于1919年为精武体育会亲自题赠“尚武精神”的匾额,正是希冀通过武术培育中华民族急需的尚武精神;蒋介石从1929年到1935年之所以连续4次申明“研究国术”是“救国要途”,也是“冀以涤除东亚病夫之恶谥,振起民族固有之精神”。再如,中华人民共和国成立以来,2004年《中宣部教育部关于印发〈中小学开展弘扬和培育民族精神教育实施纲要〉的通知》提出体育课应适量增加中国武术等内容,响应了党的十六大提出的“坚持弘扬和培育民族精神”;2020年习近平总书记在谈思政课程时强调“要挖掘其他课程和教学方式中蕴含的思想政治教育资源,实现全员全程全方位育人”,以及同年《教育部关于印发〈高等学校课程思政建设指导纲要〉的通知》将立德树人成效上升为检验高校一切工作的根本标准以来,具有涵养道德的社会价值的中华武术得到了越来越多学者的重视。

虽然中华武术是精神培育、道德涵养的宝贵资源,但长期以来对这方面教育价值的开发并不理想。学校武术中的教学内容一直采用20世纪50年代创编的各种初级套路,这些内容一方面剥夺了格斗功能的主导地位(石华毕等,2010),偏离了武术的本质特性,不符合社会的发展和人们的需求(翟少红,2005a,2005b),另一方面使学生形成“武术就是做操”的片面认识(王文辉,1998;张东宇,1998)。陈旧初级的教学内容连最基本的技能传授目标都很难实现,就更不用提技术背后更深层次的精神培育、道德涵养了。在这种状况下,只有改变传统武术课堂上学生统一操练的单一模式以及缺乏比赛和对抗的现象,才能提升武术课程的趣味性和吸引力(杨刚等,2022),因此需要在传统武术中挖掘提炼各拳种的技击对抗形式,重点开发其精神培育和道德涵养价值,从而真正实现中华武术在新时代最主要的社会价值。

以源于中国的日本传统柔术为例,其在现代发展过程中之所以能够取得巨大成功,除了立足于传统柔术的技击本质、讲求实力之外,更重要的是立意高远,大力开发了柔道的教育价值。嘉纳治五郎是日本著名教育家,以教育为出发点是其改造传统柔术的初衷。他认为,就重要性而言,应按德育、智育、体育排序,而就教育实践顺序而言,则应按体育、德育、智育排序(郑旭旭等,2011)<sup>66,73-77</sup>。他还提出柔道修行的三个层次:其一,在武术格斗层次,通过“乱取”“形”等练习掌握攻防实战技巧;其二,在精神修养与身体锻炼层次,通过攻防实战使肌肉发达、身体强健、思维敏锐、品行端正;其三,在应用层次,将在柔道修行中培养的品格、智能、强健的身体及领悟的原理应用到社会生活中,为人类社会作贡献(郑旭旭等,2011)<sup>98</sup>。在将传统柔术改造成一种教育实践途径的过程中,嘉纳治五郎十分注重其哲学价值的提升。他认为柔术对抗原理可以拓展到人生的各种事业,遂从传统柔术“以柔克刚”“借力顺力”的技术理念中总结出“最有效地使用身心之力”,进而深化为“精力善用,自他共荣”的哲学理念,这在日本和世界上都产生了广泛影响(郑旭旭等,2011)<sup>66,71</sup>。嘉纳治五郎在与清末重臣张之洞的谈话中曾说,“柔术是古代传下来的以决生死为目的的武技,但是,这种柔术已经与维新的时势不适应,因此,我以时势为鉴,充实以道德教育,让青少年练习,作为心身锻炼之方法。将‘柔术’改为‘柔道’,是因为‘柔术’为力与力的相争,由技术来决定胜负的,我所提倡的‘柔道’,则是探究何以胜之,何以败之,探讨原因,发现原理,从原理再指导技术,再由原理之道,作为修养心智之法,所以称为柔道”(郑旭旭等,2011)<sup>71</sup>。客观地讲,柔道中的这些道德教育、原理之道都源于中国先秦时期的儒家文化和道家文化,其成功的关键正是充分挖掘了这种源自中国的优秀传统文化。

在中国武术的现代化发展过程中,不仅应提炼其核心

技术,形成在一定规则引导下以直接对抗为主要形式的运动形式,更应该充分挖掘这种直接对抗形式背后“以武育人”的教育价值,将其应用于学校教育,以培育广大青少年刚健自强的民族精神和以仁爱为核心的道德修养。对抗类运动既可以培育青少年勇于拼搏、顽强不屈的意志品质,也可以培养其规则意识和体谅弱者的道德品质,这种教育价值是个人演练型的套路不可比拟的。只有将从传统武术拳种中提炼出来的核心技法以对抗形式纳入学校教育,并配之以相应的道德礼仪教育,才既有利于实现“以武育人”的深层次精神教育价值,又有利于传统武术文化精神的当代传承,从而能够真正实现传统武术拳种在新时代的创新性发展。

### 3.3 构建由根脉核心层、拓展延伸层、综合套路层等多层次技法构成的独特技术体系,实现体系化传承

如果仅仅完成作为第一步的化繁为简,即提炼核心技法、创造对抗性竞技运动,传统武术拳种的诸多内容将会流失,中华武术文化的内涵多样性会受到破坏。即使增加第二步,即充分挖掘以传统武术核心技法为载体的精神教育价值,也仅仅是发挥了传统武术最主要的社会价值。除此之外,将传统武术拳种的完整技术体系传承下去、发展起来,突出传统武术独树一帜的技术特色,才是传承发展中华优秀传统武术文化的关键。

受不同文化背景影响,世界不同地区的武技呈现出不同发展方向。西方的武技停留于简单实用层面,而且技法逐渐精简,如拳击运动最终只保留了最核心的直、摆、勾三种拳法,但对三种拳法的技术训练非常精细化;日本武技则走了不同的道路,在历史发展过程中形成了大量风格不同的流派,每个流派传承了大量实用攻防技法;中国武术更复杂,不仅门派众多,拳种纷呈,而且不同拳种都有多个套路,每个套路包含数十个甚至上百个技法,甚至有些套路在流传过程中还产生了艺术化倾向,有些内容还与导引养生术结合。当然,传统武术拳种中也包括作为单招单势的核心技法,以及各种预设型实用技法。也就是说,西方武技始终停留于原始核心层,日本的武技则向外拓展了一个层面,纳入了大量非核心技法,中国武技又向外拓展,产生了艺术表现型和健身养生型技法,形成了三个层次技法(图1)。

传统武术拳种发展的当务之急是实现体系化传承。与西方武技、日本武道相比,中华武术虽然涵盖了三个层面内容,但由于缺乏系统化整理,显得杂乱无章、纷繁无序,又由于只重视套路,而忽视了内核。在传承内容方面,整理提炼传统武术拳种中的技法,是传承中华优秀传统武术文化的关键一步。以日本的少林寺拳法联盟为例,宗道臣把在中国历时17年学得的少林拳法根据日本武道形式,整理出3法25系600多种技法,号称把“少林寺拳法”移植到了日本,这些技法以“两人对抗小组合”的形式呈

现,在日本吸引了上百万学习(郑旭旭等,2011)<sup>155-158,163</sup>。而反观我国本土的少林拳,受20世纪中后期武术整体发展方向的影响,逐渐弱化了对抗,向表现型的艺术形态发展。在传承主体方面,目前民间拳师对传统拳种的传承大多是原始传承,分不清核心技法与非核心技法、艺术演练性技法与养生性技法,而且还把更多精力放在拆招讲招(第二层次的技法)方面,津津乐道于这些技法的巧妙,误以为这就是技击实战;各个层面的传统武术比赛则以艺术表现为价值取向,按照竞技武术套路比赛的旧版本套路规则发展传统武术拳种的艺术演练型套路(第三层次的技法),完全忽视了核心层及中间层的技术。

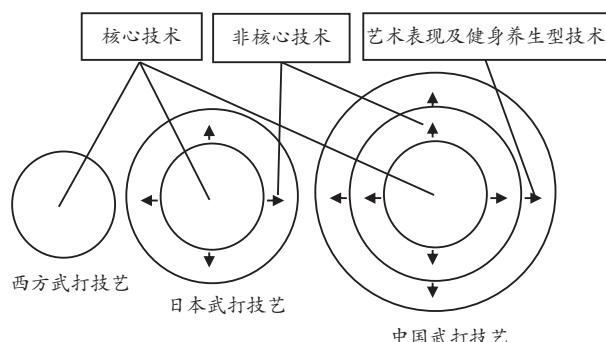


图1 不同地区武打技艺的发展状况

Figure 1. Development of Martial Arts in Different Regions

实际上,传统武术拳种的技术本来是有层次性的,例如,劈挂拳的十二趟子手、八极拳的八大招、形意拳的十二型、八卦掌的老八掌、太极拳的老三招等都是各自的核心招法,只是在后续发展过程中形成了以套路为主的局面,从而出现了“眉毛胡子一把抓”的现象。对于这些核心技法,习练精熟之后,完全可运用于一定规则下的技击实战。除了核心技法之外,每个拳种的套路中都包含在一定场景、一定条件下能够应用的实用技法,只是缺乏像宗道臣那样对少林寺拳法所进行的体系化的整理提炼。每个拳种的不同套路也是各有侧重的,例如,八极小架是基础性套路,用以调节身形和劲力,八极大架则是诸多技法的汇总,用于外场展示,螳螂拳的八肘套路侧重于贴身近打,螳螂的摘要套路则有放长击远的意味。需要对传统武术拳种这三个层面的技法进行系统性地整理提炼,形成层次分明的技术体系,从而使人们更加清晰地认识传统武术拳种是如何从最初的简单实用技术层层累加形成技法丰富、价值多元的技术体系的,这实际上也是一项恢复传统武术拳种本真的大工程:首先,应提炼出各个拳种的核心技术,按照单招单势的形式进行反复的单操练习、喂招练习、半对抗练习、自由对抗练习,并制定最适合这些拳种技术特色发挥的竞赛规则,开展相应的对抗性比赛,从而形成拳种的根脉核心层技术体系。并可将其推进学校,以“一校一拳”的思路实现“以武育人”的精神

教育价值。以太极拳为例,可以从中提炼出既集中展现太极拳的技击精华,又较为文明化的推手对抗形式。由于这种对抗安全文明,失重即输,邱丕相等(2007)称之为人类格斗术文明化进程中继嗜血的格斗、约规下的决斗、体育竞技的胜负三个发展阶段之后的最高层次——“心理的较量”。其他拳种也可进行类似的对抗形式提炼。其次,可以将拳种中难以在以上对抗比赛中运用的技术提炼成多个由2~5个攻防元素组成的固定攻防组合,以固定模式下的对练形式保留下来,从而形成拓展延伸层

的非核心技术体系,应通过该层次技法发挥中华武术的文化传承价值。最后,将拳种的不同技法串编成不同套路,用于记忆招法、传承技艺、协调身体、磨炼心性、提升境界、外场展示,形成全方位的综合技法体系。也就是说,不同传统武术拳种基本上都可提炼成由核心技术(单招单势)、非核心技术(固定攻防组合)、全方面综合技术(成套技术)三个层面组成的小体系,从而构成中华武术的大体系(图2),既实现文明化的跨越,也实现体系化传承、创造性转化、创新性发展。

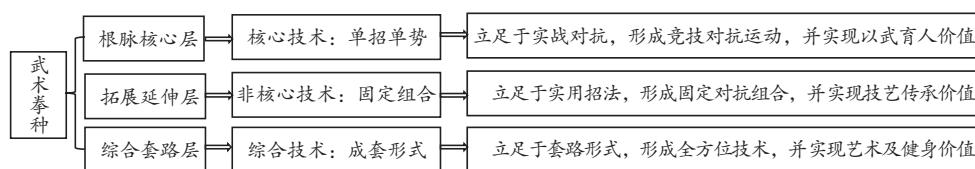


图2 传统武术拳种的体系化传承

Figure 2. Systematic Inheritance of Traditional Wushu-Sorts

#### 4 结论

在人类武技的历史演进过程中,文明化是人类武技发展的大势所趋。西方武技于18世纪率先拉开了文明化的序幕,逐渐发展成为具有安全保障的竞技运动;日本武技于19世纪末开始文明化转型,到20世纪前期实现了“由术至道”的全面跨越。中华武术在20世纪的发展中仅完成了部分内容的现代转型,曾作为其主体的传统武术拳种仍停留于实用技术层面,因没有顺应世界范围内人类格斗术发展的大趋势,而难以迈开快速发展的步伐。以拳种为单位的传统武术要想摆脱当前的危机,走出困境,并在现代社会中快速发展,当务之急是完成文明化跨越,实现现代转型,然后充分发挥自身优势,谋求更高层次的创造性转化、创新性发展。具体而言,应提炼核心技术,将其创造性地改造为适宜规则引导下的对抗性竞技运动,实现文明化的历史跨越,从而跨入飞速发展的快车道;大力开发精神教育价值,将其创新性地发展为“以武育人”的实践途径,从而实现其精神教育价值;特别是根据自身独有特点,构建由根脉核心层、拓展延伸层、综合套路层等多层技法构成的独特技术体系,从而实现体系化传承,承担起文化传承的重任。

#### 参考文献:

- 蔡龙云,1957.我对武术的看法[J].新体育,(2):20-21.  
 李剑秋,1933.南京国术国考盛况各省参加国考者共四百八十余人  
 每日参观者必在二万人以上[J].清华副刊,40(4):26-27.  
 罗荣渠,1994.“现代化”的历史定位与对现代世界发展的再认识[J].  
 历史研究(3):153-165.  
 马明达,2019.论武学与武术文献[M]//马廉祯.武学:武术史与武术  
 文献学(第三辑).广州:广东人民出版社:71-76.  
 戚继光,1996.纪效新书[M].北京:中华书局:165-166.  
 邱丕相,王震,2007.人类生态文明视域下的未来武术[J].武汉体育

学院学报,41(9):1-4.

邱丕相,杨建营,2009.武术概念研究的新视野[J].上海体育学院学  
 报,33(6):1-5.

石华毕,翟少红,2010.学校武术的教育性与开展形式的反思[J].西  
 安体育学院学报,27(3):366-370.

《体育史》教材编写组,1996.体育史(第2版)[J].北京:高等教育出  
 版社:245-248.

天马,1928.国术国考开幕典礼中[N].晶报,1928-10-21(2).

王文辉,1998.高校武术普修课教学中存在的几个问题[J].六安师专  
 学报(综合版),14(1):58-60.

温力,2019.中国武术概论(修订版)[M].北京:人民体育出版社:5.

吴殳,2006.手臂录[M].太原:山西科学技术出版社:1.

吴晓明,2006.论马克思对现代性的双重批判[J].学术月刊,38(2):  
 46-52.

颜绍沪,周西宽,1990.体育运动史[M].北京:人民体育出版社:221,  
 260-263.

杨刚,吴建伟,吕晶,2022.重塑阳刚之气:学校武术教育时代使命和  
 践行路径[J].武术研究,7(4):84-88.

杨建营,2018.武术拳种的历史形成及体系化传承研究[J].体育科  
 学,38(1):34-41.

杨建营,2019.以字源为逻辑起点的中华武德内涵解析[J].武汉体育  
 学院学报,53(8):55-61.

易剑东,谢军,1998.中国武术百年历程回顾[J].体育文史,(5):27-29.  
 佚名,1928.中央举行国术国考续志[N].新闻报,1928-10-18(9).

佚名,1929.浙江国术游艺大会(本月十五日开幕)[J].中央国术旬  
 刊,(4):36.

永松英吉,1988.拳击[M].刘玉林译.济南:山东科学技术出版社:  
 2-5.

于德顺,高谊,1998.拳击[M].北京:北京体育大学出版社:4-10.

翟少红,2005a.试论构建“淡化套路,提倡技击”的武术教材体系[J].  
 体育文化导刊,(5):58-59.

翟少红,2005b.试论中小学武术教学改革的出路:从课程、教材、教  
 师、学生角度进行探讨[J].中国体育科技,41(6):82-84.

张东宇,1998.高校武术教学存在的问题及相应措施[J].上海体育学  
 院学报,22(S1):163-164.

- 赵双进,2003a.对八十年代武术工作的回顾与随想[J].体育文化导刊,(3):64-68.
- 赵双进,2003b.对八十年代武术工作的回顾与随想[J].体育文化导刊,(1):56-60.
- 郑旭旭,袁镇澜,2011.从术至道:近现代日本武术发展的轨迹[M].厦门:厦门大学出版社.
- 中共中央马克思恩格斯列宁斯大林著作编译局,1995.马克思恩格斯选集(第一卷)[M].北京:人民出版社:211.

## Study on the Future Way of Traditional Wushu-Sorts from the Civilization Process of Human Martial Art: Systematic Inheritance, Creative Transformation and Innovative Development

YANG Jianying

College of Physical Education and Health, East China Normal University, Shanghai 200241, China

**Abstract:** In order to make the traditional Wushu-sorts out of the predicament and better serve the society, this paper, mainly using the comparative analysis method, puts forward the future development of traditional Wushu on the basis of analyzing the development trend of human martial arts from history to future. Conclusions are as follows: 1) Since the 18<sup>th</sup> century, civilizing is the trend of human martial arts. European and Japanese martial arts have entered the ranks of competitive sports, and achieve the transformation from technique to Tao. Due to the special national conditions, Chinese traditional martial arts still remained in the practical technical level. 2) The future development of traditional Wushu should refine its core technique and creatively transform to the adversarial sport under the appropriate rules directed, so as to realize the leap of civilizing. We should also develop its spirit of education value, and novatively transform it into an educational practice. We should give full play of its characteristics to build the unique multilayer technique system composed of roots core layer, extended layer, comprehensive routines layer so as to realize systematic inheritance.

**Keywords:** traditional Wushu; Wushu-sorts; martial arts; systematic inheritance; creative transformation; innovative development

(上接第44页)

## Analysis of Outdoor Sports Destination Evolutionary Path and Stakeholder Behavior under Rural Revitalization Strategy —A Case Study of Anji County Based on Grounded Theory

XU Jiezhong, ZHANG Yiheng\*

Sports Department, China University of Geosciences, Wuhan 430074, China

**Abstract:** Using the advantages of resource endowment to develop rural outdoor sports and create outdoor sports destinations that can meet the consumption needs of outdoor sports participants can effectively guide and promote the flow of capital, talents, information, management and other production factors to the countryside, promote the integration of rural industrial factors and the extension of industrial functions, which is of practical significance for giving full play to the comparative advantages of rural areas and realizing the revitalization of rural industries. Taking Anji County as a case, the evolutionary path and stakeholder behavior of outdoor sports destinations were studied by using rooting theory: 1) The process of outdoor sports destinations from germination to maturity included three stages: point scattering, line connection, and surface gathering, showing the spatial evolution characteristics of “point-line-surface”; 2) due to the increasing ecological dividend generated by the entry of outdoor sports participants, the interest groups participating in the development of the outdoor sports market are gradually expanding, and finally form a multi-actor network system built by outdoor sports participants, local people, local governments, and external investors; 3) with the evolution of outdoor sports destinations, the behavioral characteristics of various stakeholders will continue to change, and the degree of participation in market development will gradually deepen. Based on this, the purpose of creating outdoor sports in rural areas should conform to the law of industrial development and form a comparative advantage; guide the participation of social capital and increase market vitality; attach importance to local people's participation and optimize the distribution of benefits; Innovate government governance methods to alleviate development dilemmas.

**Keywords:** rural revitalization; outdoor sports; outdoor sports destination; grounded theory; Anji County