

中国竞技武术套路的流变与思考

吕艾文¹, 李翔²

(1. 上海体育学院武术学院, 上海 200438; 2. 集美大学体育学院, 福建 厦门, 361021)

摘要:为促进新时代中国武术套路的发展与传承,文章采用文献资料法、历史分析法、对比分析法、逻辑分析法等研究方法对中国武术套路的历史变迁进行了系统的梳理。研究认为,中国武术套路起源于原始社会的武舞,经历了从“武舞”到“套子”再到“传统武术套路”的漫长演变过程,新中国成立后,武术套路朝着奥林匹克化的竞技体育道路进行了创新与改革,使现代竞技武术套路一度成为中国武术的主流。竞技武术套路的发展不仅要注重把握技击意识,突出拳种意识,推崇养生意识,还应在融入竞技体育大家庭的同时始终保持一种具有中国传统武术文化内涵的独特魅力。

关键词:武舞;中国武术;武术套路;竞技武术套路

中图分类号:G852

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2022)06-0015-05

The Change and Thinking of Chinese Competitive Wushu Routine

LYU Ai-wen¹, LI Xiang²

(1. Martial Arts Institute, Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China;

2. Jimei University Sports Institute, Xiamen 361021, China)

Abstract: In order to promote the perfection and development of Chinese martial arts routines in the new era, the research methods such as literature review, historical analysis, comparative analysis and logical analysis are adopted to sort out the historical changes of Chinese martial arts routines, and it is believed that Chinese martial arts routines originated from the martial dances in the primitive society. After the founding of the People's Republic of China, Martial Arts was innovated and reformed towards the Olympic competitive sports, which made modern competitive Chinese Martial Arts become the mainstream of Chinese Martial Arts. There are still some problems of today's competitive Chinese Martial Arts, therefore putting forward the competitive Chinese Martial Arts should pay attention to grasping the art of consciousness, highlighting practiser consciousness, promoting health consciousness. Hope in the future the development of Chinese Martial Arts can be integrated into the big family of competitive sports and maintain a unique charm of Chinese traditional martial arts culture simultaneously.

Key words: Martial Dance; Chinese martial arts; martial arts routines; athletics martial arts repertoire

武术,作为中国传统文化的一部分,在民间流传了数千年,源远流长,博大精深。冷兵器时代,传统武术作为一种技击术,成为保家护国的重要手段;而在当今社会,中国武术以“竞技武术套路”的形式出现在竞技体育的大舞台,成为向世界展现中国优秀传统文化以及促进中外友好交流的重要窗口。中国武术套路的起源问题,是武术理论研究中的基本问题,若不研究、不了解中国武术套路的起源,则很难准确地把握其本质规律和文化内涵。然而在以往的研究成果中,不少学者将“武术的起源”与“武术套路的起源”混同在了一起。如宋丽丹在“传统武术套路起源

问题探讨”一文中对“武术套路起源于劳动”“武术套路起源于模仿”“武术套路起源于巫术”“武术套路起源于军事”“武术套路起源于表演和健身”等武术套路起源学说进行了分析,认为“传统武术套路的起源与形成就是以上各种因素相互作用的结果”^[1];王国辰在“从发生学的角度谈武术套路的起源”中则认为“武术套路起源不是多元的而应该是多因的,劳动、舞蹈、狩猎、娱乐健身、军事、模仿本能、原始戏剧等是促进武术套路形成的因素”^[2]。武术作为中国古代的一种技击术,是中华民族发展到一定阶段的必然产物,其起源必然受到了众多因素的影响与推动;而武

收稿日期:2021-03-29

第一作者简介:吕艾文(1993—),女,天津人,上海体育学院在读博士。研究方向:民族传统体育学。

术套路作为一种具有程式化的、经过编排整理的武术形式,是武术大概念的一个分支,其起源应与“武术”有所区别。从这个意义上讲,武术与舞蹈有着共同的起源,也就是我们常说的“武舞同源”。

1 相关概念的辨析与梳理

1.1 武舞的概念

在学术界,有关武舞的表述莫衷一是。如张秋红认为,武舞是“将武术的技击之术用艺术性、娱乐性的形式展现出来,使单纯的攻防技击具有了宣泄内心精神情趣的功能”的身体活动形式^[3];邱丕相认为,武舞在武术攻防中提炼了手眼身法步、精神气力功,把格斗技术进行再创造和升华,是对武术技击动作的夸张和超脱。其根本出发点是直接表现战斗、技击,通过演练者的攻防技术、劲力、节奏、神采来表现战斗的“生活”^[4]。本文认为,无论武舞的概念如何表述,我们应始终坚信武舞的真正魅力在于艺术,而非实战。无论是舜、禹时期用作“武力炫耀”的干戚舞,或是周朝用以展现“辉煌战果”的大武舞,亦或是盛唐“以武助兴”的剑器舞,都逃不开被界定为“舞”的宿命,“舞”较之临阵杀敌的军事武艺仍有着本质上的差别。可见,武舞是一种将技击攻防动作或军事技能等武术动作通过舞蹈的形式予以抽象再现,以抒发情感或表现技击方法为目的,且不具备攻防实战功能的技巧性表演。

1.2 套子的概念

从历史演变的脉络来看,套子出现的时期介于武舞与武术套路之间,因此可将其界定为古代武舞与传统武术套路的过渡形态。相比于武舞,宋代的套子鲜有音乐辅之且无故事情节,表现内容多为纯粹的武术技艺,彻底摆脱了“舞”的属性,并在名称上指出其本质为具有一定程式的“套”;宋代的套子已不具备宗教祭祀、军事操练以及武力炫耀等抒发情感的功能,仅作为一种供人观赏、娱乐的身体活动;宋代的套子舍弃了武舞施展于郊庙祭祀、朝贺、宴享等大典的舞台,普及成为“乡井市民”在瓦舍、勾栏里用以谋生的一项武艺表演,深受社会普通大众的推崇和喜爱。正如周伟良在《中国武术史》中所述:所谓“套”,就是一种“势势相承”的预设性编排。明人何良臣也曾曾在《阵纪》中用“套子武艺”一词来指称一些套式武艺。^{[5]62}由此,本文将“套子”概括为一种将预先编排好的、具有一定程式性的武术技击动作流畅地展现在众人面前、供人观赏

和娱乐的武艺表演,也可称之为“舞武”。

1.3 传统武术套路的概念

中国武术套路起源于原始社会的武舞,萌芽于宋元时期的套子武艺,后因清政府严禁民间习学拳棒,在各类以秘密结社组织为形式的活跃习武活动中武术套路得以发展成熟。与宋元时期的套子武艺相比,明清时期形成的武术套路表现出较为完备的拳种套路体系:套路的拳种名称相对固定,有些拳种名称沿用至今,经久不衰;此外,拳种的动作技术结构相对稳定,便于套路的传承和发展。值得注意的是,明清时期的武术理论对于套路的训练价值也给予了充分肯定,如明代程宗猷在《耕余剩技》中所述:“不有成法相授,能身臂指使动如意乎”,将本来并非套路形式的日本刀法按中国方式编演成套,目的是“有恐临敌掣肘”,便于平时练习。^{[5]100}可见,武术套路是一种以技击动作为素材,由攻守进退、动静疾徐、刚柔虚实等矛盾运动的变化规律编成的,用以展现技击强弱,方便教学演练和记忆传承的整套运动形式。

1.4 竞技武术套路的概念

在阐述竞技武术套路的概念之前,我们不妨先看一看竞技武术与传统武术的概念区别:竞技武术指高水平武术竞技,是为了最大限度地发挥个人运动潜能和争取优异成绩而进行的武术训练竞赛活动,其特点是专业化、职业化、高水平、超负荷、突出竞技性^[6];而传统武术则是指在中国农耕文明背景下形成并发展至今的,以套路、散打包括功法练习为有机活动内容,以家传或师徒传承为载体,以提高技击能力为主体价值,注重体用兼备的中华民族武术传统体育活动内容^[7]。通过二者的对比可知,竞技武术与传统武术在传承方式、运动内容以及功能价值等方面都存在明显差异。由此可以推断出竞技武术套路的概念:以传统武术套路为依据,参照西方竞技体育的模式发展形成的以裁判员、教练员和运动员为主体,依照既定的竞赛规则和评判方法,以最大限度发挥个人运动潜能、争取优异成绩为根本目标,突出“难度大、质量高、形象美”的新型武术套路形式。然而,无论武术套路如何创新,其本质都应属于“舞武”而非“武舞”。较之传统武术套路,竞技武术套路淡化了武术的技击功能,把“舞武”的模式发展到了极致,且愈发表现出一种“艺术化”的发展趋势。

2 武术套路的起源与流变

原始社会是人类历史上出现最早的社会形态,氏

族部落间因掠夺财物及复仇等战争不断,原先的生产工具逐渐转化为作战武器,部分生产技能也相应转化为战斗技能。为了在频繁的战事中获胜,对格杀技能的训练成为原始先民生活中不可缺少的一部分,根据史料及有关民俗学提供的资料,原始先民多采用“舞”的形式。《韩非子·五蠹》中记载:“当舜之时,有苗不服……乃修教三年,执干戚舞,有苗乃服”,“干”即盾、“戚”即斧,手执干戚而舞,使苗族臣服^[8]。这种“以舞的形式执行武的效能”的“武舞”,为中国武术的萌发奠定了不可缺少的基石。周代的“象舞”“万舞”“大武舞”等便是从武舞发展而来的,其活动式样和功能也发生了新的变化,如“大武舞”是周武王为庆贺灭纣成功而作,全舞分六段,以表现武王伐纣胜利的全过程。

兵械活动的艺术化发展为秦汉时期的文体娱乐活动增添了一抹色彩,如在鸿门宴上项庄以庆寿为名为项羽、刘邦舞剑——“君王与沛公饮,军中无以为乐,请以剑舞”,可见当时在军中饮酒以“武舞”助兴并非稀罕之事。艺术化的剑技活动唐代以前已不乏记载,而进入唐代后更是达到了相当高的水平。唐人李冗在《异闻志》中记裴旻舞剑“走马如飞,左旋右抽,掷剑入云,高数十丈,若电光下射”;又有杜甫的《观公孙大娘弟子舞剑器行》:“如羿射九日落,矫如群帝骖龙翔。来如雷霆收震怒,罢如江海凝清光……玳筵急管曲复终,乐极哀来月东出。”这些记载无不形象地显现出唐代剑舞倏忽多变的绝妙形态。值得注意的是,这种剑舞尽管动作上或骤如急雨、或疾如射日、或威如雷霆、或静如凝光,但终究是一种有配乐的技巧性表演,与战场格杀之术不能同日而语。宋代,出现了一种“势势相承”的套式武技,吴自牧在《梦粱录》中记载:“先以女魑数对打套子,令人观睹,然后以膂力者争交”。“套子”的出现,是中国武术发展趋于成熟的显著标志。作为中国武术文化结构中的重要组成部分,套路正式形成于明清时期,一时间被冠以各种拳名的套路蔚为可观,如太祖拳、少林拳、内家拳、梅花拳、八卦掌、形意拳、太极拳、洪拳等,至今仍沿传不衰。

辛亥革命以后,为解决内政腐败、外强入侵及国民体质羸弱的严重问题,国民政府大力提倡发展武术项目。与此同时,各种西方体育活动的强势介入促成了围绕武术开展的“土洋体育之争”,敦促着人们改变旧有的思维方式,对武术进行时代的审视。为推进中国武术的发展与交流,中央国术馆举办了两次“国术考

试”,为促进武术走上近代竞技舞台积累了经验。1936年第十一届奥运会期间的中国武术表演,正式向世界体坛展现了这一东方人体看文化的魅力与风采,同时也为扩大中国武术在世界的影响起到了积极作用。新中国成立以后,我们把进军奥运作为武术的最高追求,对传统武术进行了大刀阔斧的改革,逐渐形成了朝着“高、难、美、新”发展的现代竞技武术套路,并在其后的发展中一日千里、日新月异,一度成为中国武术的主流。2002年,武术新竞赛规则出台,武术套路比赛的动作难度加大,裁判评分标准更接近于体操等观赏性运动项目。进入21世纪的竞技武术套路已逐步发展为表现“刚健有力的艺术美和惊险动人的难度美”的艺术性表演,许多动作虽有象征性的技击含义,但已失去了原有的技击功能^[9]。中国武术经历了从“武舞”“套子”到“传统武术套路”的漫长演变过程,最终形成了如今的“竞技武术套路”形式,但如若不能及时转换思路,保持武术中的本源内涵,那么竞技武术套路便在当代社会展现出一种轮回为“武舞”的发展趋势。

3 武舞视域下中国竞技武术套路的机遇与挑战

中国武术套路由最初的武舞到拳种套路的成型历经了数千年,在漫长的演变进程中,武术汲取了哲学、美学、伦理学、养生学、军事学等多种传统文化的精髓,形成了完备的技术体系和理论体系,逐渐展现了除技击价值以外的健身价值、观赏价值、教育价值等多重价值功能,显现出了基本的体育属性。而宋元时期出现的有组织、有规则、有奖品的拳棒擂台赛,则表明了中国武术同时也具备一定的竞技属性。新中国成立以后,武术套路的改革有条不紊地进行,且取得了一定的成功,让全球人民关注到了中国武术,关注到了中国文化。但我们同时也注意到,竞技化改革一方面促进了武术的繁荣发展,另一方面随着中国武术在竞技体育道路上的渐行渐远,面临着机遇与挑战。

3.1 中国竞技武术套路在设计上应合乎“顺其自然”的无为之道

庄子在《齐物论》中有对庖丁解牛的论述如下:“依乎天理,批大郤,导大窾,因其固然。”^{[10]42}庄子以此来告诫人们应遵循事物发展运动的规律,顺应事物本身的性质与特点。中国武术发展至今,无论演变出了如何丰富多样的价值功能和表现形态,都应依乎武术之“天理”,因乎武术之“固然”,不能忽视了对武术技击本质的坚守与遵从。而如今竞技武术套路过于重视

动作难度和演练效果,套路中原有的一些技击攻防动作因难以适应当下的竞赛规则而被其他动作代替。如早期的旋风脚接叉后扎刀,整体动作兼顾左右,忽上忽下,攻法莫测,既美观又具有一定技击含义;而后创新出旋的风脚 720 度转体,增加了运动员对落地后接叉动作平衡的掌握难度,若再做扎刀动作就极易导致重心不稳、器械触地,从而严重影响最终的比赛成绩。为此,不少运动员将套路中的“扎刀”改为“平举刀”,在保持“高、难、美、新”要求的同时增加了难度分值,还减少了动作失误的可能性,但这种“平举刀”的动作却因丧失了技击属性而变得华而不实,背弃了武术的初衷。再如,缠头裹脑是刀术套路中的基本功法,刀绕头、背左缠右裹,以拨架对方器械,向后缠裹化解后即顺势进攻,常与劈、砍、扫、斩、挂、撩、抹等刀法连接使用。在传统套路演练中,一串快速连贯的缠头裹脑动作,刀舞手随如雪花盖顶,气势迅猛;而如今在竞技武术套路中,因这一动作极易因“器械碰身”而导致被扣分,逐渐被各种刀花代替,除炫技之外,毫无攻防技击之功用。

中国竞技武术套路要“顺其自然”,就应该把握技击意识。竞技武术作为现代武术运动的标志性符号,无论是竞技比赛或社会推广,均具有强烈的“官文化”色彩,其活动内容和样式对社会武术活动都将产生极大的影响。^[5]¹²⁸可见,竞技武术作为当代中国武术的重要组成,若放任其“按照竞技体育的发展模式去无限追逐奥林匹克精神,最大限度地发挥竞技体育功能”^[7],那么实现竞技武术与传统武术互不干扰的“双轨制”模式也并非易事。因此,我们既不能完全倒退至传统武术套路发展的时期,也不能放任竞技武术套路肆意发展,应采取干预手段,使现代竞技武术套路至少保持在“武”的基本属性上,避免其向“舞”的方向无限制地发展,对此我们首先要明确地区分竞技武术(武)与艺术武术(舞)。倘若放任竞技武术套路向“去技击化、趋艺术化”的势态发展,必将导致技击功能的同化和消亡,从而脱离了“武”的属性演变为一种“以艺术作为形式载体,融合舞蹈、音乐等艺术形式,运用艺术的表现方式对武术进行另类演绎和表现”^[11]的艺术武术,这与武舞并无本质上的区别。此外,我们也应清楚地意识到当代竞技武术所推崇的“高、难、美、新”只能做锦上添花之用,不能作为评判竞赛成绩的关键因素。而从实际情况来看,在一场竞技武术套路比赛中即使运动员的演练水平不凡,若某一高难度动作出现了失误,即意味着与前三名失之交臂,甚至有名落孙山的可能,未免有本末倒

置之嫌。

3.2 中国竞技武术套路在美感上应顺应“过犹不及”的中庸之道

《论语·庸也》有云:“中庸之为德也,其至矣乎”^[12],强调我们要有不偏不倚、折中调和的处事态度。在现实生活中,“物极必反”的例子并不少见,如父母的溺爱会对孩子的成长不利;夏季长期躲在空调屋里的人们会生病;快餐便捷了人们的生活却导致了肥胖等等。在竞技体育道路上发展得如火如荼的竞技武术套路也未能免俗,如长拳的基本跳跃动作腾空摆莲;前进助跑、腾空向后外摆腿;击响腿摆动幅度大、力度强。这些动作富有技击攻防含义,与“回马枪”有异曲同工之妙。而如今的竞赛套路中出现的原地外摆腿 540(720)度落地接马步,因对动作难度和美观的追求而不得不以牺牲动作技击本质为代价。再如现代竞技武术对艺术美的追求,促使运动员们愈发注重对竞赛服饰的要求,由竞技体育发展初期的纯色表演服,到后来服装上的少许图案点缀,再到如今竞赛服饰上天花乱坠、少有留白的复杂纹饰,总给人一种喧宾夺主的视觉冲突,印证了老子“五色令人目盲,五音令人耳聋”^[13]的朴素辩证理论。

中国竞技武术套路要做到“过犹不及”,首先要突出拳种意识,尽量避免或减少与突显拳种特色无关的因素。近年来,针对武术入奥的问题,有关专家学者进行了深入的研究与讨论,普遍认同竞技武术的完善应突出民族特性,强化对运动员民族传统精神的培养。武术的民族性应是由内而外的,在对武术教练、武术运动员进行民族精神的培养之余,竞技武术套路本身的完善也十分重要。这主要体现在武术套路的表现形式上,如动作规格、动作质量、演练水平以及运动员在演练中的神态等。不同的比赛项目,运动员所表现出来的神态及心理活动也应有所不同,如太极拳宜怡然自得,注重呼吸吐纳;南拳宜严肃勇猛,注重寸劲发力。“审视民国学校武术教学内容的套路部分……不仅有着风格独特的拳理拳法、动作由来、思想意蕴等内涵,还有着拳种的人物、历史、地域文化、传承谱系,以及相关的各种极富教育价值的故事等外延,有着极高的教育附加值。可以说,一个拳种经典套路就是一个独特的、完善的、自成体系的知识与文化的综合体”^[14]。可见,打拳贵在“明拳理、知技法”,运动员在习练套路的过程中应突出拳种意识,加强对所习拳种套路技术特色的掌握,避免因武术套路的“体操化”和“舞蹈化”而导致的千篇一律、毫无

特色的现象。

3.3 中国竞技武术套路在理念上应注重“保身养亲”的养生之道

“吾生也有涯,而知也无涯。以有涯随无涯,殆已”^{[10]41},在庄子看来,刻意追求外物,不管是求名求利,还是求学求知,都有违自然之道,其论调虽有一定的消极性,却也可以在快节奏的现实生活中给予人们启示。无论是明清时期民间习武以自卫图存,亦或是民国时期政府提倡武术以强种强国,中国武术从来都不是争强斗狠的活动项目,它以“止戈”为其基本理念,注重和谐,不以打败对手作为根本目的。在竞技武术中,虽强调竞技性和比赛成绩,但在赛场上真正的对手不是别人而是自己。无论如何突破自我,首先做到的是顺应自然,以“保身”“全生”“养亲”“尽年”(保身体、保生命、培养精神、尽享天年),切不可因追求无尽的名利与荣耀而忽视自身健康。古希腊奥运会曾盛极一时,却最终因人们对神灵的崇敬和对荣誉的追求逐渐演变为世俗名利的追逐,为罗马皇帝废除奥运会提供了口实。而如今的竞技武术运动员习武也由最初的强身健体、强种强国的精神追求逐渐带有了某种功利性目的,加之竞技武术教育体系中技术训练的运动量和运动强度往往超出运动员本身可以承受的生理负荷,导致了运动损伤的普遍出现,违背了中国传统的养生之道,也背离了中国武术的基本初衷。

中国竞技武术套路要“保身养亲”,就应推崇养生意识。中国传统的“和”文化孕育了中华民族清静淡泊、顺乎自然的性格,而修身养性、形神兼备及中庸和谐的基本理论则促使中华武术形成了以追求“健”和“寿”为目的养生观念^[8]。武术套路具有利用呼吸吐纳调养身心健康的功用,结合中国传统养生学理念以及哲学思想,可打通周身经络,其养生效果是其他体育项目望尘莫及的。因此在竞技武术套路的发展中,我们也应注重推崇武术套路本身所具备的养生属性,“发挥武术健身的独特功效,弥补群众体育发展的不足,提高人民健康水平”^[15],为武术全民健身提供良好的宣传。与此同时,在对竞技武术运动员进行训练时我们也应积极引进西方先进的运动生理学、运动心理学等科学的训练方式,与传统的中医养生理论相结合,避免运动员因不科学的训练方式造成不必要的运动损伤。与西方竞技体育“突破自我、突破极限”的运动理念相比,中国武术更多地表现出了一种含蓄、内敛的特质。或许,保持与西方竞技体育的独特差异性正是武术存

活和发展的关键所在。

4 结语

从历史的大脉络来看,中国武术套路经历了由舞至武再向舞演变的发展过程,如今竞技武术套路的艺术化已趋于一种人体极限的饱和状态。更多的专家学者也提出了当今武术发展逐渐背离武术技击、与传统武术渐行渐远的问题。但我们应意识到,竞技武术套路今后的发展路径势必会顺应时代的需求与广大人民的号召,逐渐向传统武术回归,“高、难、美、新”的艺术化发展趋势也终将有所回退。

参考文献

- [1] 宋丽丹. 传统武术套路起源问题探讨[J]. 河北体育学院学报, 2006, 20(3): 76-78.
- [2] 王国辰. 从发生学的角度谈武术套路的起源[J]. 焦作大学学报, 2007(2): 129-130.
- [3] 张秋红. “为武而舞”——武术套路发展理念略论[J]. 山东体育科技, 2014, 36(4): 22-25.
- [4] 邱丕相. 武术套路运动的美学特征与艺术性[J]. 上海体育学院学报, 2004(2): 39-43.
- [5] 周伟良. 中国武术史[M]. 北京: 高等教育出版社, 2003.
- [6] 全国体育院校教材委员会. 中国武术教程[M]. 北京: 人民体育出版社, 2003.
- [7] 张长思. 冲突与规避: 竞技武术与传统武术关系之研究[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38(7): 33-37, 58.
- [8] 吕艾文. 从国学视角论中国武术教育的发展与可行性研究[D]. 厦门: 集美大学, 2018.
- [9] 马勇. 辨析“武”、“舞”之本: 论当今武术套路[J]. 武汉体育学院学报, 2009, 43(11): 76-81.
- [10] 庄周. 图解庄子[M]. 思履, 注. 北京: 北京联合出版公司, 2016.
- [11] 王岗. “大武术观”视域下的中国武术发展路径研究[J]. 北京体育大学学报, 2013, 36(9): 20-25, 40.
- [12] 杨伯峻. 论语译注[M]. 北京: 中华书局, 2012: 90.
- [13] 老子道德经注校释[M]. 王弼, 注. 楼宇烈, 校释. 北京: 中华书局, 2016: 27.
- [14] 王晓晨, 赵光圣, 李洋, 等. 民国经验: 当代学校武术教育发展借鉴的历史遗产[J]. 西安体育学院学报, 2017, 34(4): 468-475.
- [15] 郭玉成. 体育强国视域下的武术发展方略[J]. 上海体育学院学报, 2012, 36(2): 54-58.

[责任编辑 江国平]