

孫祿堂武術與成德之思想初探

劉 繼 堯(香港浸會大學)

- | | |
|-----------------|------------------|
| I. 引言與回顧 | IV. 孫祿堂武術思想形成的背景 |
| II. 孫祿堂的“氣論” | 以及折射出的思想伏流 |
| III. 武術與成德——致中和 | V. 總結 |

I. 引言與回顧

孫祿堂(1860-1933, 內文簡稱為孫氏), 諱福全, 號涵齋, 河北完縣人, 孫氏9歲喪父, 因家境清貧而停學, 為免受人欺負, 因而學習拳術。師從當地吳姓拳師, 練習童子功, 散手等, 打下武術基礎。1872年, 隨李奎垣學形意拳, 因李奎垣推薦, 從李氏之師郭雲深深造形意拳; 期間又得宋世榮·車毅齋等前輩親授。孫氏形意拳功夫深得真傳。1882年, 孫氏從程廷華學習八卦掌, 並得其中三昧。1885年至1888年, 孫氏四處遊歷, 在武當得內丹術, 又訪有武藝者, 與之切磋。遊歷後, 回家鄉設蒲陽拳社。1910年, 孫氏舉家前往北京。1914年, 孫氏遇郝為真, 得其傳授武式太極拳精髓。¹⁾ 1918年, 孫氏由於

*拙文成文, 必須感謝雷明輝師傅。雷明輝師傅教授詠春拳, 以“中道”講述拳理, 使鄙人能類推至孫祿堂“中和”之說, 因而啟發成文。

1) 孫祿堂師從多位師傅, 及受到眾多前輩指點, 其『拳意述真』對以上前輩都有記載。現摘要記之如下: 李奎垣, 諱殿英, 字奎垣, 直隸涑水縣山後店上村人。孫祿堂受教於李奎垣時, 李奎垣之技術未甚精妙, 自得道後, 常為書記, 不輕言拳術, 七十餘歲而終。郭雲深, 諱峪生, 字雲深, 直隸深縣馬莊人。幼年喜好習拳術, 習之數年, 無所得。後遇李能然, 收其於門下。郭雲深得傳之後, 心思會悟, 身體力行, 至七十餘歲而終。宋世榮, 宛平人, 喜崑曲·圍棋, 又好拳術。在山西太谷開設鐘錶鋪, 聞李能

得形意·八卦·太極之精華，將之融匯而一，而成獨具風格的孫氏太極拳。

自1915年至1932年，孫氏前後撰成『形意拳學』·『八卦拳學』·『太極拳學』·『拳意述真』及『八卦劍學』五本重要專著，以及『論拳術內外家之別』等文章。1928年，孫氏受聘於南京中央國術館，任武當門門長；同年6月由被任為江蘇國術館副館長兼教務主任。1931年孫氏因九一八事變，憂心國家而回北京。1933年在家鄉無疾而逝。²⁾

由於孫氏精於武術·內丹術·易理等，加上才有天授，因此能綜合·匯和諸家思想，將武術昇華與道相合，成為近代武術名家。民國時期出版的『國術名人錄』說孫氏“著有太極拳學，形意拳學·八卦拳學，孫客奉時，曾擊走俄大力士，降伏惡道士，其事蹟均為武術家所稱道者”。³⁾ 孫氏傳世的著作有：『形意拳學』·『八卦拳學』·『太極拳學』·『拳意述真』及『八卦劍學』，分別成書於1915年·1916年·1919年·1923年及1925年。⁴⁾ 孫祿堂在『八卦

然拳術高超，名冠當時，拖人引見拜為門下。自受教後，晝夜勤苦習練，迄不間斷，所學五行拳及十二形，無不各盡其妙。車毅齋，諱永宏，字毅齋，山西太谷縣人。家中小康，師李能然學習拳術。自得道後，隱居田間，教授門徒，八十餘歲而終。程廷華，直隸深縣人，居北京花市大街四條，性喜武術，未得門徑。後經人介紹，拜董海川為師，習練遊身八卦連環掌數年，得其精微。郝為真，諱和，字為真，直隸廣平永年縣人，受太極拳術於李亦畬。詳見孫祿堂，『拳意述真』（『孫祿堂武學錄』），pp.271-280；又可以參考金恩忠，『國術名人錄』（太原：山西科學技術出版社，2000）。

2) 有關孫氏生平的其他事跡，可以參考：許霽厚「孫祿堂先生行狀」·陳微明「孫祿堂先生傳」·「孫祿堂先生傳」·「孫祿堂先生大事記」等，以上文章收入孫祿堂著：孫劍雲編：『孫祿堂武學錄』（北京：人民體育，2000年），第383-411頁。『孫祿堂武學錄』的編者孫劍雲女士，是孫祿堂之女。孫劍雲在『孫祿堂武學錄』的前言說：“先父的5本武學專著（筆者按：『形意拳學』·『八卦拳學』·『太極拳學』·『拳意述真』及『八卦劍學』）於60多年前初次出版，珍藏本已極為罕見。為了繼承和弘揚中華武術，滿足廣大習武者的要求，現將這5本武學專著匯集出版”，見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』。另外，孫劍雲編的『孫祿堂武學錄』，又集結了孫氏曾發表的文章以及時人對孫氏的記載，是十分寶貴的武學錄。

3) 金恩忠，『國術名人錄』，p.98。

4) 「孫祿堂先生生平及大事記」一文指出孫氏五本專著的大要及重要性，說：“1915年，撰寫出版『形意拳』一書。該書為公開出版有關形意拳之第一部專著。先生參儒道兩學·合丹經易理重構形意法·理，完善形意拳體系。開亘古之未有。1916年，撰寫出版『八卦拳學』一書。該書是有關八卦拳之第一部專著。先生論拳，參丹經·合易理，提出一以貫之·純以神行之道，創先後天八卦相合之技術·理論體系，授以神化不測之功用，開拳學研究之里程碑。……1919年，出版『太極拳學』一書。該書為太極拳

拳學』指出：

大聖賢正心誠意，無不與拳術之道息息相通。⁵⁾

“正心誠意”與拳術有何關係？兩者之間的結合點是甚麼？孫氏以甚麼方法將兩者結合？

孫氏是近代武術名家，以其為研究對象的著作及論文為數不少。⁶⁾關於孫氏的武學思想，童旭東指出：“自1915年起，孫祿堂率先撰寫了『形意拳學』·『八卦拳學』·『太極拳學』·『拳意述真』·『八卦劍學』及一系列武學專著，創立並闡明拳與道合的武學思想及理論技術體系……孫祿堂的武學體系是以拳與道合的武學思想為總綱，以易·丹二經及儒釋道之學為理論”。⁷⁾

孫氏的武學與儒釋道相合，已有不少先行者提出。⁸⁾本文的重心在於探討孫氏武學與儒學的關係。⁹⁾由於本文討論重心所限，這裡只會回顧有關探討

發展史上第一部公開出版的著作。先生在該書中指出太極拳之本質不過是研求一氣伸縮之道。……1923年，撰寫出版『拳意述真』。先生在書中闡發與道合之理並論述通過修拳而至煉虛合道之親身體悟，揭示出由拳悟道之進階之梯，……1925年，撰寫出『八卦劍學』一書。先生在該書中闡發劍學真諦，創立由拳劍而生慧劍之法理，使劍合于道·人通于仙，見『孫祿堂先生生平及大事記』（孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』），pp.402-405。

5) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.130。

6) 萬會珍撰『孫祿堂武學研究綜述』一文，將研究孫祿堂的著作文章加以分類，得五項：1. 對孫祿堂其人的研究；2. 孫式太極方面的研究；3. 孫氏武學的產生；4. 孫祿堂武學思想體系；5. 孫式武學的繼承與發展，見萬會珍，『孫祿堂武學研究綜述』（『搏擊·武術科學』第2卷 第8期，2005年 8月），pp.24-26。本文主要探討孫祿堂的武學與儒學的關係，而不是孫氏武術的動作·技巧等。因此，研究孫祿堂武術的動作·技巧等文章，不會詳述於文獻回顧。

7) 童旭東，『不朽的武學思想 劃時代的武學宗師——紀念孫祿堂逝世七十周年』（『體育文化導刊』2003年 11月），p.71。

8) 除了童旭東一文外，尚有尤志心，『孫祿堂武術思想初探——為紀念孫祿堂先生誕辰150周年而作』（『搏擊』第11期，2010），pp.71-75。亦有先行者提出孫祿堂的重要處在於提出“以拳入道”，習拳與修道相合，並指出拳術背後，有哲學思想作為原則，詳見李志明，『孫祿堂拳學的身心教育觀』（台北：阿含文化有限公司，2003）。

9) 武術與儒釋道有千絲萬縷的關係。先行者對此已有一定研究，例如喬鳳杰，『中華武術與傳統文化』（北京：社會科學文獻，2006年 12月）。陳剛和蔣蘇，『三教武魂貫千古——儒·道·釋對中華武術的影響』（『搏擊』第5卷 第5期，2008年 5月），pp.3-4。

孫氏武學與儒學思想關係的研究。

童旭東指出孫氏的武學體系與儒學有關，並說：“孫氏武學體系首次歷史性地使武術從一種搏鬥技能昇華為一門以體用兼備為特徵，以開啓人的良知良能為目的的修身實學……孫祿堂的武學體系也是對當時武學研究水平的全面超越”。¹⁰⁾ 童氏對孫祿堂的評價不可謂不高，可惜童氏沒有進一步考究孫氏武學與修身之間的關係，特別是武術如何修身，及其方法。另外，亦沒有將孫氏武學著作與其同時代的人物作比較。

萬會珍與駱方成的「孫祿堂武學思想的儒家文化印痕」，¹¹⁾ 比較詳細談論孫氏武學與儒學之間的關係。他們在文中指出四點：1. 以易闡拳；2. 中和之道；3. 無極而太極；4. 格物致知。¹²⁾ 孫氏說：“大聖賢正心誠意，無不與拳術之道息息相通”，拳術與正心誠意之間的關係如何？武術通過甚麼方法來通向正心誠意？以上這兩問題，似乎還需要進一步解說。

李巧玲，「儒·道·釋家思想對武術文化的影響」（『搏擊』第8卷 第7期，2011年 7月），pp.20-23。對於儒家與武術的關係，多數研究指出儒家思想包括無極太極·德行·儀禮等思想對武術產生影響。對於德行與武術，先行者的重點在於闡發儒家思想外在規範的作用。亦有先行者提出，儒家修養德性的思想對武術產生影響。問題是，就儒學而言，修養德性可從“道問學”或“尊德性”切入，而武術通過甚麼方法來修養德性？孫祿堂的武術思想，無疑提出一個比較有系統的說法，即是通過練習武術可以培養自己的德性，這便是本文討論重點之一。

10) 童氏認為孫祿堂的武學技理方面有五點貢獻：一·創立了拳與道合的武學思想體系，率先提出拳學修習的目的在於完備人的良知良能，並建立了相應的理論技術體系。二·創立了以『易』學為核心的武學基本理論。即：先後天八卦相合理論和明·暗·化·三步功夫進階理論。三·創立了以中和和內勁為核心的三拳合一的技術體系。四·提出了“空而不空，感而遂通，不勉而中·從容中道”，“拳無拳·意無意·無意之中是真意”和“得來萬法皆無用，身形應當似水流”等拳學體用的道藝標準。五·提出拳術能體物不遺及文武一理互補兼融的體育思想，詳見童旭東，「不朽的武學思想 劃時代的武學宗師——紀念孫祿堂逝世七十周年」，p.71。

11) 萬會珍·駱方成，「孫祿堂武學思想的儒家文化印痕」（『網絡財富』2008年 7月），pp.144-145。

12) 萬氏尚有其他論文談論孫祿堂的武學思想，獨著有：萬會珍，「孫祿堂武學研究綜述」（『搏擊·武術科學』第2卷 第8期，2005年 8月），pp.24-26。合著有：萬會珍·陳彬，「孫祿堂武學思想的文化價值剖析」（『體育成人教育學刊』第22卷 第6期，2006年 12月），pp.14-15, 18。萬會珍·駱方成，「孫祿堂“拳與道合”的武學思想」（『搏擊』第5卷 第6期，2008年 6月），pp.20-21, 23。萬會珍·駱方成，「解讀孫氏太極拳的中國傳統哲學思想」（『搏擊』第5卷 第1期，2008年 1月），pp.17-18, 20。

有不少先行者探討武術與儒學的關係，例如探討儒家思想中的仁・愛國・尊師・謙讓・以德服人，及自強不息等觀念，如何影響中華武術的內涵，發展以及對習武者的要求。這些研究是討論儒學如何影響武術，並從而產生一套外在的規範。¹³⁾亦有先行者指出儒學與武術之間內在銜接的一面，例如喬鳳杰的“超驗心”認為儒學與武術終極目標相通；¹⁴⁾黃莉的“正己修身”，認為“修行的好壞・德行的高低・功夫的深淺不在於外界的條件・而在於修煉者內部環境。”¹⁵⁾這些研究討論練武者內在的品德修養，但武術如何能培養品德，尚需要具體考察。

本文的重點有四：一・就孫氏的研究而言，已有先行者指出孫氏武學與儒學有關，但武術如何達到修身成德，這點尚需解釋。二・就武術與儒學的關係而言，瞭解孫祿堂用何方法，使武術能通向修身成德，這點可以進一步厘清練武如何造就人格的問題。三・孫祿堂為何要打通武術與修身成德，這需要將孫氏的論著放入清末民國的場景下，配合當時的武術家，及知識份子的言論，以考其關懷。最後，筆者認為研究孫祿堂的武學思想，尚需要配合當時武術家的論著，¹⁶⁾以及明清時期的武術論著，¹⁷⁾加以比較，才見其獨

13) 這類研究有，例如：毛勇・吳光遠，「儒家倫理思想對傳統武術道德的影響」（『山東體育學院學報』第14卷 總第39期，1998年 第2期），pp.37-38。林之剛，「儒家“仁禮”思想對武術的影響及其現實價值」（『山東師範大學學報』第21卷 第2期，2006年 6月），pp.159-160。曾凡鑫，「儒家文化思想對中華武術技術風格的影響」（『搏擊』第3卷 第11期，2006年 11月），pp.4-5。賈還如，康慶武，「儒家思想對武術的重要規範作用」（『湖北體育科技』第25卷 第5期，2006年 9月），pp.583-584。董元元，郭學松，「儒家武德中蘊含的儒家思想」（『三峽大學學報』第32卷，2010年 12月），pp.179-180。

14) 喬鳳杰提出：“從孔子開始，儒家就已經開始關注可以作為道德理想之終極依據・能夠導致人們最理想道德行為的超驗心・超驗心，是規範形式的製作依據，是道德行為的直接發出者”，武術的理想狀態都是超驗心的表現，於是武術與儒家得到很好的銜接，詳見喬鳳杰，「無極而太極——論武術與儒家在超驗心層面的思想會通」（『廣州體育學院學報』第26卷 第2期，2006年 3月），pp.105-108。

15) 黃莉，「中華武術與儒家文化」（『武漢體育學院學報』第35卷 第3期，2001年 6月），p.23。這類研究還有張君賢・成承，「中國武術的終極目標：修身養性」（『搏擊』第9卷 第6期，2012年 6月），pp.21-25。

16) 關於民國時期的武術著作，筆者主要參考由山西科學技術出版的古拳譜系列。這系列所收集的作品主要民國時期的刊本，更為重要的是他們的作者為不同武術的傳人。

特處。

至於本文的目的，主要是闡發孫氏的武學思想。從中國武術史的角度而言，武術與成德，早已有聯繫，但主要是通過學武時的規條來規範個人行為，這是外在的制約。孫氏將學武成為成德的渠道，練武同時是培養德性，這是內在的覺醒。自此，武術對個人的德行培養，從外內二面切入，如鳥之雙翼。無獨有偶，孫氏重德的武術思想，又暗合民國以來重視道德的思想伏流。因此，梳理孫氏的武術思想的意義有二：1. 協助理解中國武術史中有關練武與成德的發展；2. 了解孫氏武術思想折射出民國思想界的一股伏流。¹⁸⁾

II. 孫祿堂的“氣論”

駱方成，萬會珍「解讀孫氏太極拳的中國傳統哲學思想」一文，論述孫氏太極“氣論”時，說：“孫氏太極拳包涵有形意拳的思想，故孫氏太極拳也是講究用‘氣’的，主張不求呼吸，以致真息，式正氣從”。¹⁹⁾

駱方成與萬會珍雖重點解釋孫氏太極拳的“氣論”，但已經借用孫氏形意拳“氣論”的解釋，可見研究孫氏武學思想，《形意拳學》·《八卦拳學》·《太極拳學》等著書是互通的，可以互相發明。²⁰⁾ 駱氏與萬氏解釋孫氏“氣論”近

在「古拳譜出版說明」可見該出版社出版的要旨，“本叢書影印的目的，旨在共各界武術愛好者鑒賞……保存國粹，後學者不失真傳。原書為中華民國時期的刊本，作者皆為各武術學派的嫡系傳人。他們遵從前人苦心精詣遺留之術，恐淹沒，故集數十年習武之心得，公之於世”，詳見「古拳譜出版說明」（金恩忠，《國術名人錄》）。

17) 根據由周偉良編的高等學校教材《中國武術史》，明清時期的主要武術論述有唐順之《武編》·俞大猷《劍經》·戚繼光《紀效新書》·程宗猷《耕余剩技》·吳兌《手臂錄》·黃百家《內家拳法》·袁乃周《袁氏武技書》·王宗岳《太極拳論》和《十三勢力解》，張鳴鸞·曹煥斗·張孔昭《拳經拳法備要》，詳見周偉良編，《中國武術史》（北京：高等教育，2003年），pp.101-103。

18) 孫氏如何令武術成為成德的渠道，並在理論上加以貫通。這是孫氏接續前人，又加上自己的闡發而成。這會詳論語第二·三節。至於孫氏武術思想的形成背景，以及與民國思想界的關係，這會在第四節討論。

19) 萬會珍·駱方成，「解讀孫氏太極拳的中國傳統哲學思想」（《搏擊》第5卷 第1期，2008年 1月），p.18。

於內丹術的一面，說“不求呼吸，以致真息”。²¹⁾ 本節，筆者主要討論孫氏“氣論”匯通儒學的一面。

孫氏沒有專門文章論氣，而是散見於其著作，他在『形意拳學』說：

虛無生一氣者，是逆運先天真一之氣也。但此氣不是死的，便是活的其中有一點生機藏焉。此機名曰：先天真一之氣，爲人性命之根・造化之源・生死之本・形意拳之基礎。²²⁾

在『太極拳學』說：

夫人生於天地之間，秉陰陽之性，本有渾然之元氣。²³⁾

據徐震的考察及經驗，“先天真一之氣”和“元氣”是一種體內的類似氣流的現象，或者是神經的波動，它雖不是鼻中呼吸之氣，卻與呼吸之氣相應。前者用於道書，後者用於醫書。²⁴⁾

明清時期的武術著作言氣，有言氣爲“先天真一之氣”・“元氣”一類，例如清人萇乃周『萇氏武技書』“中氣者，即仙經所謂元陽，醫者所謂元氣，以其居住人身之正中，故武備名曰中氣。此氣即先天真一之氣”。²⁵⁾ 亦有言“氣”

20) 孫祿堂於『八卦拳學』說：“形意拳・八卦拳與太極拳，三家匯合而爲一體，一體又分爲三派之形式，三派之姿勢雖不同其理則一也”，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.179。

21) 萬會珍・駱方成，「解讀孫氏太極拳的中國傳統哲學思想」（『搏擊』第5卷 第1期，2008年 1月），p.18。

22) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.16。

23) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.189。

24) 徐震：『萇乃周武術學』（太原：山西科學，2006年），p.36。

25) 萇乃周，『萇氏武技書』（馬力 篇，『中國古典武學秘籍錄 下卷』，北京：人民體育，2005年），p.228。需要說明的是，萇乃周在『萇氏武技書』“論正氣”一節，指出“志一撼動正氣，氣至動志，磨礪持志，善養浩然之氣，剛大充塞天地，人之賦性稟受，輾轉寤寐思維，其大無外小無內，費而隱兮隱而費”（詳見萇乃周，『萇氏武技書』，p.283）。似乎萇乃周論氣，也包含“浩然之氣”。可是，萇乃周只是在此節論浩然之氣，而不在其“養氣論”・“練氣訣”・“納氣”等節加以論述。可見，萇氏未將“浩然之氣”與“元氣”“先天一之氣”等同起來。萇氏言的“浩然之氣”，是傾向勇氣，萇氏在“勇氣根源”說“天氣正氣集吾中，盛大流行遍體充。孟氏所謂浩然之氣，更有何氣比其能”，詳見萇乃周，『萇氏武技書』，p.251。有研究者亦言萇氏論氣，“不是儒家孟子知言養氣那一

爲“浩然之氣”，例如明人畢坤『混元劍經』說：“昔亞聖云浩然之氣，至剛至大，直養無害，塞於天地之間。夫浩然之氣，在於天地間則保合太和之氣，以之生成。在人則空靈無間之氣也，卽真氣”。²⁶⁾畢坤之說可謂開了將“浩然之氣”等同體內“真氣”的先聲，可惜畢坤沒有詳細指出練氣的方法，以及將武術與修身養德等同起來。

民國時期的武術著有將氣解釋作“元氣”一類的解釋，例如黃柏年『龍形八卦掌』指：“以修養正氣，活動關節爲主……每作深呼吸，濁氣多爲之排除矣”；²⁷⁾劉殿琛『形意拳抉微』指：“人非血氣不生……若先天之氣虧，後天卽須補救，補之道，要在充其氣，養其血”。²⁸⁾亦有將“氣”解作“浩然之氣”，例如薛顥『象形拳法真詮』言：“論語鄉黨篇言，孔子屏氣似不息者，老子謂虛其心實其腹；莊子云，至人之息以踵；孟子曰，善養吾浩然之氣。此四者，不但得武術之三昧，及養生秘訣，並且存心養性，守中抱一，得列聖相傳之道統……吾儕之欲研究國術者，豈可不尊爲神明，以爲卻病延年衛國保民之基礎”。²⁹⁾薛顥之言，與孫氏將“元氣”“先天真一之氣”“浩然之氣”打拚歸一，非常相似。就著作出版先後而言，孫氏著作在先，薛顥著作在後。兩者一先一後，頗能見民國武術思想發展的次第。

孫氏論氣的特別之處，是其“氣”，包含了浩然之氣·先天真一之氣·以及元氣。武術中的“氣”包含浩然之氣，已見於明清的武術著作，出現在孫氏之前。孫氏接續前人，並更進一步，明確指出如習武練氣，不但使“身體生發”，還“能進於德”，一舉兩得。孫氏在『形意拳學』說：

乾道成男，坤道成女，而人道生焉……氣無二氣，理無二理。然物得氣之偏，

套，乃是由道家丹法及醫學上轉化而來的”，詳見龔鵬程，『武藝叢談』，p.220。

26) 畢坤，『混元劍經』（馬力 篇：『中國古典武學秘籍錄 上卷』），p.176。

27) 黃柏年，『龍形八卦掌』（太原：山西科學，2000年），p.1。黃柏年(1880-1954年)，拜師於民國武術名家李存義門下，學習形意拳及八卦掌。

28) 劉殿琛，『形意拳抉微』（太原：山西科學技術，2003年），p.1。劉殿琛，爲形意拳名家劉奇蘭之子，『國術名人錄』記“奇蘭之子殿臣（筆者按，卽殿琛），得其精奧，並著形意拳抉微一書”，詳見金恩忠：『國術名人錄』，p.137。

29) 薛顥，『象形拳法真詮』（太原：山西科學技術，2007年），p.19。薛顥(1887-1953)，曾任天津國術館館長。其『象形拳法真詮』在1932年出版，在孫祿堂著作之後。

故其理亦偏。人得氣之全，故其理亦全……至於人，則全受天地之氣，全得天地之理。今守一理，而不能格致萬物之理，以其全其性命，豈非人之罪哉。……今人若能於十二形潛心玩索，以思其理，身體力行，知行合一，不惟能進於德，且身體生發，亦可以日強矣。³⁰⁾

“乾道成男，坤道成女”是引自『易•繫辭』；³¹⁾ “氣無二氣，理無二理。然物得氣之偏，故其理亦偏。人得氣之全，故其理亦全”，“至於人，則全受天地之氣，全得天地之理”則來自呂祖謙『東萊左氏博議』。³²⁾ 『繫辭』為『易傳』之一，錢穆指出『易傳』與『禮記』是“改進道家自然主義之宇宙觀以完成儒家傳統的人文主義之人生論之要旨”。³³⁾ 至於呂祖謙之說，是指出天理落實到人身上，就形成了人的德行。人之一身，由於得氣之全，於是天理也完備。³⁴⁾ 孫氏此論，明顯烙下儒家思想的痕跡。

“氣”在儒學中是含有“德性”的意義，借徐復觀之言便是“良心(道德理性)的自覺”。³⁵⁾ 孫氏在『詳論形意八卦太極之原理』指出：“至大至剛，養吾浩然之氣，與儒家誠中形外之理，一以貫之。此形意拳之大概也”。³⁶⁾ 孫氏論氣，明顯糅合了儒學元素。

孫氏的“氣”論，是醫家“元氣”·道家“先天真一之氣”·儒家“浩然之氣”的綜合，名雖異而實一。故孫氏說：

夫人誠有是氣至聖之德，至誠之道，亦可以知，亦可以為矣……學者知此，則形意拳中之內勁即天地之理也。又人之性也，亦道家之金丹也。勁也·理也·性也·金丹也，形名雖異，其理則一。其勁能與諸家道理合一。³⁷⁾

30) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.51.

31) 周振甫 譯注，『周易譯注』（北京：中華書局，1991年），p.230.

32) 呂祖謙，『東萊先生左氏博議 卷三』（北京：中華書局，1985年），p.22.

33) 錢穆，『『易傳』與『小戴禮記』中之宇宙論』（『中國學術思想史論叢(二)』，合肥：安徽教育，2004年），p.31.

34) 以上對呂祖謙思想的解說，是參考蔣偉勝，『合內外之道：呂祖謙哲學研究』（杭州：浙江工商大學，2012年），pp.129-130.

35) 徐復觀，『孟子知言養氣章試釋』（『中國思想史論集』，台北：台灣學生，1959年），pp.146-147.

36) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.376.

37) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.100.

又說：

中庸所謂致中和，孟子所謂直養而無害皆此氣也。³⁸⁾

人的浩然之氣(元氣・先天真一之氣)本來完備，但因某些原因而出現流失。孫氏說：

先天元氣，賦予後天性質，後天性質，包含先天元氣，故人爲先後天合一之形體也。人自有知識情欲，陰陽參差，先天元氣漸消，後天之氣漸長。陽衰陰盛，又爲六氣所浸入，七情所惑。故身軀日弱，而百病迭生。³⁹⁾

孫祿堂武術著作皆說以養正氣或浩然之氣爲宗旨，⁴⁰⁾其氣論由於包括了“元氣”“先天真一之氣”及“浩然之氣”，即是將“體內的氣流”以及“良心的自覺”結合爲一。於是，習武不僅“身體生發”，並“能進於德”。下一步需要追問的是，練氣的具體方法如何？這便進一步考察孫氏的中和論。

III. 武術與成德 - 致中和

孫氏重視“中和”，認爲這是拳術核心之一。孫氏說：

極未動時，爲未發之和，極已動時，爲已發之中。所以拳術一道，首重中和。中和之外，無元妙也。⁴¹⁾

研究孫氏的先行者，已經察覺孫氏甚重視中和。萬會珍與陳彬在「孫祿堂

38) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.117.

39) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.177.

40) 孫祿堂在『形意拳學』・『八卦拳學』・『太極拳學』說：“是編發明此拳之性旨，純以養正氣爲宗旨”，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，pp.11, 123. 在『太極拳學』則說：“是編拳術不尚血氣，純任自然，不能傷其後天之力，專以善養人之浩然之氣爲主”，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，pp.181-182.

41) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.377.

武學思想的文化價值剖析」一文說：“孫祿堂的武學思想將貴和持中的思想體現得淋漓盡致”。⁴²⁾ 萬會珍與駱方成「孫祿堂武學思想的儒家印痕」一文說：“孫祿堂非常看重中和，認為守中和是太極拳的最高原則之一”。⁴³⁾ 二文重點在於解釋孫氏如何運用“中和”解釋拳術，而筆者這節的重點是解釋“中和”如何能培養“浩然之氣”。

孫氏的『形意拳學』・『八卦拳學』・『太極拳學』及『八卦劍學』中的招式都是由無極到太極。孫氏說：“以無極式爲之根，以太極式爲之體。斯二者，乃拳中萬式之基礎也”。⁴⁴⁾ 既然無極太極二式在孫氏的武學中如此重要，我們不妨借此二式窺看孫氏武學達到“中和”的方法。

孫氏在『形意拳學』的太極學・兩儀學說：⁴⁵⁾

起點身法由靜而動，不可前栽，不可後仰，不可左斜，不可右歪，要和而不流，中立而不依。……起點之時，心意如同人在平地立杆，將立定之時，心氣自然平穩沉靜，亦無偏依，謂之心與意合，意與氣合，氣與力合，此之謂內三合也。不如是心，始有一毫之差，而終有千里之謬也，“身子仍直立，不可左右歪斜”。⁴⁶⁾

在『八卦拳學』無極學說：

起點面正，身子直立，兩手下垂，兩足爲九十度之形式，如圖是也。⁴⁷⁾

在『太極拳學』無極學說：

42) 萬會珍・陳彬，「孫祿堂武學思想的文化價值剖析」（『體育成人教育學刊』第22卷第6期，2006年12月），p.15。

43) 萬會珍・駱方成，「孫祿堂武學思想的儒家文化印痕」（『網絡財富』2008年7月），p.144。

44) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.181。

45) 孫祿堂在『形意拳學』中的“形意無極學”・“形意太極學”・“形意兩儀學”及“形意三體學”是形意拳三體式的演化過程。三體式在形意拳非常重要。幾乎形意拳的所有動作都出於三體式，故孫氏說“萬法皆出於三體式，此式乃入道之門，形意拳中之總機關也”，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.20。

46) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.17。

47) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.133。

起點：面向正方，身子直立，兩手下垂，兩肩不可向下用力，下垂要自然，兩足爲九十度之形式，如圖是也。⁴⁸⁾

在孫氏武學裏，作爲起源・總綱，及貫穿所有動作的無極學及太極學，都有一要旨：直立・中立。在外形上，直立中立的姿態是不前栽・不後仰・不左斜及不右歪，亦即中正。孫氏之女孫劍云說：“所謂中正，既爲不前俯後仰，又不左偏右依，軀幹・手足・上下呼應，內外一體”。⁴⁹⁾

明清，民國一些武術論著，亦要求動作“直立”，“中立”，“中正”(下文統一稱中正)。例如清代張孔昭『拳經拳法備要』“身法提要”中提到“直豎身”，⁵⁰⁾李塏『學射錄』“身端體直”，⁵¹⁾紀鑒『貫虱心傳』“立身之法，狀似蹲鷹，勿挺勿曲”。⁵²⁾

民國時的武術著作如黃柏年的『龍形八卦掌』說：“凡初學者，其姿勢之正確與否，實爲將來比較勝負之結果。故習時，先必忌四形：(1) 不可前伏。(2) 不可後仰。(3) 不可左斜。(4) 不可右歪”。⁵³⁾金一明『中國技擊精華』說：“最忌者，初學拳時，身歪步斜，手遲目鈍，全無身法步法”。⁵⁴⁾

孫氏論中正的精彩處是，通過中正的姿勢，便可以後返先天，兼修養德性。首先人在原初，元氣完備，孫氏說：

人自賦性含生以後，本藏有養生之元氣，不仰不俯，不偏不依，和而不流，至善至極，是爲眞陽，所謂中和之氣也。⁵⁵⁾

可是，由於種種原因，元氣日減，孫氏說：

48) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.190.

49) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.258.

50) 張孔昭 撰・曹煥斗 註，『拳經拳法備要』（『叢書集成續編』，台北：新文豐，1989年），p.531.

51) 李塏，『學射錄』（馬力 篇，『中國古典武學秘籍錄 上卷』，北京：人民體育，2005年），p.217.

52) 紀鑒，『貫虱心傳』（馬力 篇，『中國古典武學秘籍錄 上卷』），p.229.

53) 黃柏年，『龍形八卦掌』（太原：山西科學，2000年），p.7.

54) 金一明，『中國技擊精華』（太原：山西科學技術，2003年），p.34. 金一明(? -1966) 師承孫祿堂等武術大師.

55) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.180.

人自有知識情欲，陰陽參差，先天元氣漸消，後天之氣漸長。陽衰陰盛，又為六氣所浸入，七情所惑。故身軀日弱，而百病迭生。⁵⁶⁾

要補充元氣，必須後天返先天，以正中的要求習武，便是渠道之一。⁵⁷⁾ 孫氏說：

惟聖人知逆轉之機，修身之本，還元之道……一氣伸縮之道，明善復初之功，求立於至善之極點，以復先天之元氣。和而不流，中立而不依，可與後世做法，亦可為萬物立命。⁵⁸⁾

上節指出，孫氏的“氣論”除了包含醫書“元氣”·道書“先天真一之氣”外，還包含儒學具有德性的“浩然之氣”。因此以“中正”的姿態練武，日久便能後天返先天，回復“氣”的完備狀態，對“身體”“德性”皆有裨益。⁵⁹⁾ 故孫氏說：“身體力行，知行合一，不惟能進於德，且身體生發，亦可以日強矣”。⁶⁰⁾

武術向來重視“德”，明清·民國武術著作亦是如此，例如萇乃周『萇氏武技書』“學拳宜以德性為先。凡事恭敬謙遜，不與人爭，方是正人君子。……學拳宜以涵養為本，舉動要心平氣和，善其迎人，方免災殃”。⁶¹⁾ 陳鑫『陳氏太極拳圖說』中“學拳須知”說“學太極拳不可狂，狂則生事，不但手不可狂，即言亦不可狂，外面形跡必帶儒雅風氣，不然狂與外必失於中。……學太極拳不可凌厲欺壓，人一凌厲欺壓，即犯衆怒罪之魁也”。⁶²⁾ 孫氏接續先賢，將

56) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.177.

57) 當中還要配合其他要點例如九要·入門三害，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，第128-130頁.

58) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.133.

59) 需要指出一點，姿態中正與養氣有關。這觀點在孫祿堂之前有，例如紀鑒『貫虱心傳』“正己養氣篇”的要求是“立身之法，狀似蹲鷹，勿挺勿曲，雙膝力勻，不丁不八，兩足整平，間尺有咫，務與肩脗。前小指傍，對的中心；隨方正己，養氣凝神”，紀鑒：『貫虱心傳』，馬力篇：『中國古典武學秘籍錄 上卷』，p.231.

60) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.51.

61) 本註釋所引之文，乃萇乃周『萇氏武技書』中“初學條目”其中兩點。“初學條目”中尚有其他德行的要求，詳見萇乃周，『萇氏武技書』，pp.255-256.

62) 陳鑫，「學拳須知」（『陳氏太極拳圖說』，太原：山西科學技術，2003年），p.2. 陳鑫（1849-1929），河南陳家溝人。陳家溝以太極拳著名，陳鑫可謂學於家傳之學。

儒學“浩然之氣”融入武術中，配合習武時候的“中正”姿態，便能達到“致中和”的效果，從而後天返先天。這便是孫祿堂武術成德的基礎。故孫氏說：“若練至中和，善講仁義，動則以禮，見義必爲”。⁶³⁾

武術對習武者的德行要求，多是一種外在的規範。而孫氏的武學，“氣”除指“元氣”“先天真一”外，還有德性的含義，通過“致中和”的方法，練武的同時，兼修養自己德性，從而知是知非。於是，習武的德行，除了外在的規範以外，還可以通過內在的修養而成。孫氏以此武學觀來回顧歷史人物，關羽和岳飛皆知大義，這與其武功是密不可分的，孫氏說：“吾人立身涉世，處處皆是誠中形外，拳術何獨不然。試觀古來名將如關壯繆·岳忠武等，皆以識春秋大義，說禮樂而敦詩書，故千秋後使人生敬揚崇拜之心”。⁶⁴⁾無怪孫氏說：“大聖賢正心誠意，無不與拳術之道息息相通”。⁶⁵⁾易言之，孫祿堂的武學，是將德行與武術緊扣起來，武術從此成爲內在修養德性的渠道之一。

簡略而言，孫祿堂的武學至少有三特點：1. 接續先賢，將具有德性意義的“浩然之氣”，融入武術。2. 以“致中和”爲方法，道出武術除了健體外，還能涵養一己的德性。3. 武術對修煉者有一定的規範及要求，孫氏將這規範及要求，轉爲其個人內在的自覺。⁶⁶⁾

孫氏的武術著作，全在入民國以後出版。下節將會以民國作爲背景，嘗試探討孫氏將武術轉化成成德橋樑之背景，以及其思想暗合一股伏流。

63) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，《孫祿堂武學錄》，第379頁。

64) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，《孫祿堂武學錄》，第380頁。

65) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，《孫祿堂武學錄》（北京：人民體育，2000年），第130頁。

66) 需要說明的是孫祿堂認爲武學能通向德性這觀念，其實自由來源。孫祿堂的『拳意述真』可見其中消息，詳見孫祿堂 著，孫劍雲 編，《孫祿堂武學錄》，第263-330頁。萬會珍在『孫祿堂武學研究綜述』一文，指出“童旭東『孫式武學的產生與發展』文中論道，孫式武學產生于本世紀初，是孫祿堂先生在前人研究經驗的基礎上，經過自身數十年卓絕的研究與實踐，揭示出了武學的本質與基本規律，進而創立了拳與道合的武學思想及理論技術體系”（萬會珍：『搏擊·武術科學』第2卷第8期，2005年，第25頁）。按孫祿堂自身的記述，本文主旨主要討論孫氏武學中習武與成德的關係，故此孫氏武學思想的來源只能在此略爲一說。

IV. 孫祿堂武術思想形成的背景以及折射出的思想伏流

尤志心認為孫氏將儒釋道歸入拳術的原因有二：1. 強國·強種；2. 改造完善人格。⁶⁷⁾ 尤氏的考察，很有道理。除此之外，孫氏的武學思想，又反映了清末民初以來，中國武術發展的路向，以及孫氏的選擇。有意義的是，孫氏重視武術成德的一面，有暗合當時思想界的一股伏流。

武術與傳統文化息息相關，⁶⁸⁾ 這點應該是無容置疑。清末民初，由於國勢衰弱以及外來思想輸入，中國傳統文化面臨巨大的挑戰。作為傳統文化一部份的武術，亦面臨如此的挑戰。⁶⁹⁾ 林小美對這情況，有一簡要的考察，說：

在清末民初這樣特殊的時代背景下，受國人‘強國強種’願望的影響以及在西方近代體育思想的衝擊下，武術作為一種極具中國特色的體育被推上了歷史的舞臺。這一時期的武術發展並不同於以往單純在技術上的改進，而是一度出現了對武術進行全方位的詮釋，給予其全新的定義。⁷⁰⁾

簡言之，在清末民初這變動的時局下，需要重新發掘·闡釋武術的意義。周維良認為：“任何文化衝擊，說到底其根本的核心是觀念的衝擊。就武術而言，爭論的內容主要集中在兩個方面：武術是否具有鍛煉價值，提倡武術

67) 尤志心，「孫祿堂武術思想初探——為紀念孫祿堂先生誕辰150周年而作」（『搏擊』第11期，2010年），pp.74-75。

68) 武術與傳統文化之間的關係，可以參考喬鳳杰，『中國武術與傳統文化』（北京：社會科學文獻，2006年）。

69) 關於民國時期武術發展的背景，周偉良指出：“在整個38年的民國期間，政治上先後經歷了民國成立初期，北洋軍閥時期和國民黨政府時期，當時時局動盪，戰火不斷。思想文化上，19世紀中葉開始隨西方列強‘堅船利炮’而湧入的西方文化，迅速剝蝕·瓦解著傳統大廈上的釉彩，各種社會思潮相互碰撞·衝突。作為近代西方文化之一的近代西方體育，這期間也在中國社會上得到了長足發展，而這種發展不能不對具有自身歷史文化傳統的中國武術造成巨大的衝擊”，周偉良：『中國武術史』，第105頁。林伯原指出：“民國時期，各派政治力量紛紛登上歷史舞臺，各種思潮之間進行了激烈的交鋒。所以，這一時期政治·經濟·文化等的變化對武術的發展都有重要影響”，林伯原，『中國武術史』（新北市：五洲，2012年），p.429。

70) 林小美等，「前言」（『清末民初中國武術文化發展研究』，杭州：浙江大學，2012年）。

是否符合中國社會需要”。⁷¹⁾ 回應這兩問題的答案，當時主要有四點：1. 強身強國之方；⁷²⁾ 2. 爲吾國粹；3. 合於科學；4. 進德之途。

關於第一點。民國時期出版的武術書籍，多強調武術是強身・強國之途徑，例如由侯敬輿・吳志清及異軍合著的『國術理論概要』指出：“國術重光，武風丕振，小而鍛煉筋骨，強健身心，大之衝鋒折敵，捍國衛敏，振萎靡怠惰之風”。⁷³⁾ 李劍秋在『形意拳術』說：“夫拳術爲用大矣，強健身體，防禦外侮，其大綱也”。⁷⁴⁾ 寶鼎『形意拳譜』說：“國民之體力，一國之強弱繫焉。……閱此者(筆者按：『形意拳譜』)循行而弗怠，必能韌筋礪骨，強毅有爲，以樹奇功於當世”。⁷⁵⁾

關於第二點。武術作爲傳統文化的一部份，相對與西方的體育而言，是中國固有的，因此將武術等同於“國粹”，⁷⁶⁾ 需要保留以及發揚，例如王尙同爲任致誠的『陰陽八盤掌』寫序言時說：“武術爲我國固有國粹”。⁷⁷⁾ 李存義在『南北拳術教範』說：“拳術實爲吾國固有之國粹……是書之編，亦正欲提倡武術，宣揚國粹也”。⁷⁸⁾

關於第三點。民國時期，新文化運動展開，“科學”成爲一種衡量的準則，甚至成爲社會發展所需要。在這思潮的影響下，武術的意義，亦需要與科學建立某程度上的聯繫，例如吳圖南在『國術太極拳』說：“吾人提倡國術之方針，在使國術科學化，太極拳則業經科學化之國術也”。⁷⁹⁾ 姜容樵認爲由於

71) 周偉良，『中國武術史』，p.115。

72) 當時有人認爲武術合乎衛生之說，可以成爲建體良方。這點與強身吻合，因此筆者不將此說，獨立成爲一點。

73) 卞人杰，侯敬輿 等著，『國技概論：國術理論概要』（太原：山西科學，2011年），p.48。吳志清，精於查拳等，在上海創中華武術會。侯敬輿，武術名家，曾任教與江蘇無錫國學專修學校。異軍，筆者未能查出其生平。

74) 李劍秋，『形意拳術』（太原：山西科學技術，2001年），p.1。李劍秋，形意拳名家，曾任教於清華大學。

75) 寶鼎，『形意拳譜』（太原：山西科學技術，2000年），p.32。寶鼎(1865-1942)，晚晴武舉人，後專攻武術。

76) 郝子華在「國術之源流及今後科學化之方法」指出：“‘國’字是表明此是我國一種固有的武術……毫無褒貶之意在內”，見『軍醫』第2/3期（1929年），pp.7-13。

77) 任致誠，『陰陽八盤掌』（太原：山西科學技術，201年），p.1。

78) 李存義，『南北拳術教範』（台北：東方文教，1951年），p.2。

種種原因，武術應該屬於社會科學，說：“國術現在成了純粹的社會科學了”。⁸⁰⁾

關於第四點。武術與德性向來有關，民國時期的武術著作亦如是觀，例如『國術理論概要』指出：“武術注重的，不只是強健的體格，而是高尚的德性”。⁸¹⁾下文會再談及。

就孫氏的武學思想而言，孫氏明顯沒有將國術學科化的傾向，至少在其武術論著裏，不見其將武術與科學拉上關係。孫氏同意拳術是健身強國之方，他說：“富強之道，在乎黎庶之振作。振作之注意在精神，若無精神則弱矣。人民弱，國何強？欲圖國強，須使人民勿論何界，以體操為不可缺之一科。如此則精神振作矣，國奚不强”。⁸²⁾另外，孫氏認為“拳術之理，亦所以與聖道合而為一者也，其理即與聖道相合”。⁸³⁾孫氏雖未曾明言拳術為國粹，但觀其說拳術能與聖道合，拳術與國粹之間，確實有一定的聯繫。拳術為國粹之一，這應該不悖於孫氏之武學。

孫氏既然認為武術能健身強國，又為中國國粹。孫氏為何還要完成一套以拳術“改造完善人格”的武學？這問題在於健身強國與國粹不能突出武術的重要性。拳術是傳統文化的一部份，視之為國粹，這分屬自然。但拳術僅為固有的東西，其價值並不突出。至於拳術可作健身之用，繼而強國。拳術若退至健身之作用，這便可以被其他運動所取代，拳術→健身→強國，可以替換為任何運動→健身→強國。這必然稍弱拳術之重要性。

79) 吳圖南，『國術太極拳』（太原：山西科學技術，2001年），p.2。吳圖南，蒙古人，吳式太極名家。武術科學化對中國武術的發展，也有一定的裨益，周偉良指出“在這一時期（武術科學化）可以看到，一些較有學術的論著層出，其中許多研究成果至今閃閃爍爍難能可貴的理論光彩。儘管有些闡釋也許在今人看來似覺膚淺，在研究方法上有的也顯得稚嫩·不足，但這些研究者所盡力營建的是一座不同與前代的武術理論殿堂”，周偉良，『中國武術史』，p.117。

80) 姜容樵，『從哲學科學說到國術』（『求是月刊』第2卷 第11/12期，1936年），pp.361-366。

81) 卞人杰，侯敬輿 等著，『國技概論：國術理論概要』，p.50。

82) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.8。有關武術列入體育·體操一科，可參考林小美 等著，『清末民初中國武術文化發展研究』（杭州：浙江大學，2012年3月），pp.77-101。

83) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.173。

拳術本具有技擊之用，可是自火器出現後，拳術的功用開始減退，任致誠『陰陽八盤掌』說：“自民國以來，科學武器日精，技擊一道，幾失其效用”，⁸⁴⁾亦有人指：“謂近代科學倡明，時代巨輪日趨演進，世界列強之所以制霸者乃機械之精良，非武技之優長也。我國武術已成落伍，可以休矣”。⁸⁵⁾孫氏也有類似的考慮。據尤志心的記載“他(筆者按：孫祿堂)的師傅程廷華先生於1900年死於八國聯軍的火器之下，給他很大的震動。他認識到功夫再好，也經不住火器的攻擊。所以他後來的教學就更注重學術的教化功用。他的三本武術著作『形意拳學』·『八卦拳學』·『太極拳學』，隻字不講技擊法，只講修身養性”。⁸⁶⁾

火器出現使拳術效用日減，如尤志心的記載確實，這是孫氏將武學轉移至教化的重要原因。可是，拳術在民國以前已有教化，注重道德的功能，孫祿堂為何還要創立一套與“聖道”相合的武術思想？問題便要回歸於周偉良所說：“武術是否具有鍛煉價值，提倡武術是否符合中國社會需要”。從孫祿堂的武術著作來看，孫氏分別在『形意拳學·凡例』說：“此十二形之體操，關係全身精神。久疾者能愈，不起者能痊，又不僅於習拳已也”，⁸⁷⁾在『八卦拳學·凡例』說：“此八卦學術關係全體精神，而能祛病延年，又不僅於習拳已也”，⁸⁸⁾『太極拳學·凡例』說：“是編專講究修身而作”。⁸⁹⁾加上本文以上的考察，孫氏確實是非常重視武術修養德性的功能。

民國時期將武術與德行掛鉤，並進一步認為是當時社會所需。這並不鮮見。時人如白劍英，其撰『國術與道德』一文，說：

在國家飄搖，社會窳敗的險惡環境中，道德的藩籬，早已被邪魔攻破！……我們打算挽救中華民國目前的危機，首先就要恢復中國固有的道德……在人們的腦海裏，放射出光輝，須把我們祖宗遺留下來的健身禦侮最寶貴的國術：提倡起來。⁹⁰⁾

84) 任致誠，『陰陽八盤掌』，p.4.

85) 蔡儀庭，『太極蘊真·序』(宋史元，『太極蘊真』，太原：山西科學技術，2008年)。

86) 尤志心，『孫氏三十六手太極拳』(太原：山西科學技術，2012年3月)，p.26.

87) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.10.

88) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，pp.123-124.

89) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.182.

又如陳炳藜「精武與人格」說：

吾國今日之社會，道德墮落，民風澆漓，聲色貨利，機械詐變之事，日有加而無已……論者遂講道德教育，發展人格之說以救濟之……而精武能發展人格之偉大功效，知若纂鮮。⁹¹⁾

根據林小美亦的考察，她認為當時的武術發展，與道德迷失及振興道德有關。⁹²⁾ 上文曾言，武術本與道德相關，但只是外在的規範。孫氏苦心經營，完成一套武術與道德並行的武學，通過練武可以體悟“良知的自覺”。自此，學武既可以強身，又可以修德。另外，以上提到一些提倡武術者。他們認為當時的社會，是道德缺失的社會。武術有挽救這危機的功能。孫氏的武術論述，合武術道德而一，圖文並舉。從孫氏的武學論說，反映了武術雖然如林小美所說面臨衝擊，但仍有鍛鍊價值，以及符合中國當時社會的需要。

對於民國社會的問題是關於道德問題這觀察，不只是由一些提倡武術者提出，一些知識份子亦如是觀，例如王森然在『近代二十家評傳』自序，開宗明義說：

今日之社會，乃一黑暗卑污暴亂衰頹之社會。上自國政，下及民生，無份公家事業，及私人行爲；映於日聞於耳者，無不令人震驚迷惘失望傷懷。此種現象，既無愈於數十年前……救之之道，端在改正國民之根本信念。根本信念：一爲學術系統，一爲實用道德。⁹³⁾

馬一浮曾在給袁心燦的信件表露說：

今天下大患，惟在徇物肆欲而不知率性循理。此戰禍之所有來，不獨繫於一國家·一民族也……言富強者必極於不仁……至今垂百年，從變法自強遞變爲

90) 白劍英，「國術與道德」（金恩忠，『國術名人錄』），p.32.

91) 陳炳藜「精武與人格」，林小美 編，『民國時期武術運動文選』（杭州：浙江大學，2012年），p.142.

92) 詳見林小美，「道德迷失與武術認同」（『清末民初中國武術文化發展研究』，杭州：浙江大學，2012年），pp.72-75.

93) 王森然，『近代二十家評傳』（『民國叢書』第五編，上海：上海書店，1996年），p.1.

科學救國，爲革命抗戰，只是魏源流派所衍，不能出其範圍……三十年前出一梁啓超，驅人於俗，十餘年來繼出一胡適之，驅人於儉，國以是爲政，學校以是爲教……故謂克己復禮，正如收復失地戰勝攻克一般，須是紮硬寨·打死仗才行。⁹⁴⁾

孫祿堂生於1860，王森然與馬一浮分別生於1895年及馬一浮1883年。以年齡論，王氏與馬氏爲孫氏後輩，現多舉一個與孫氏年紀相約之知識分子一生於1865年的唐文治。

唐文治在「學校培養人才論」說：

培養之道，宜加意者，在講明道德，本身以作則。蒙嘗有言：道德，基礎也，科學，屋宇垣墉也。彼淹貫科學，當世寧無其人？然或忘身徇利，一旦名譽掃地，譬諸基礎未築，則屋宇垣墉，勢必爲風雨所飄搖而不能久固。⁹⁵⁾

唐文治·王森然·馬一浮對時局的考察雖稍有異，但他們對道德的關懷則一。民國以來一些知識份子，注重中國道德的社會效能，新儒家的學者則完成道德本體化的學理論證。⁹⁶⁾

於之相對的是，有部份知識份子認爲中國當前的問題，急切所需，是引入西方文明，“科學”是重點之一。羅志田指出：“民初中國學人的一個主要關懷就是要使中國學術預世界學術之流，而中國學術的‘科學化’是預流的重要先決條件”。⁹⁷⁾日後，出現著名的“科玄論戰”，⁹⁸⁾就是對“賽先生”的反擊，范永聰對這場論戰涉及的兩派有扼要論述，說：“科學派知識份子相信科學的力量無限，世間上所有事物均可用科學解釋；……玄學派知識份子質疑‘科

94) 馬一浮，《馬一浮集》第二冊（浙江：浙江古籍，1996年），pp.873-874。

95) 唐文治，「學校培養人才論」（劉露茜，王桐蓀編註，《唐文治教育文選》，西安：西安交通大學，1995年），p.29。

96) 關於民國時期，知識分子關注中國道德方面的研究。這涉及文化保守主義，可以參考何曉明，《返本與開新——近代中國文化保守主義新論》（北京：商務印書館，2006年）。

97) 羅志田，《裂變中的傳承：20世紀前期的中國文化與學術》（北京：中華書局，2009年），p.243。

98) “科玄論戰”，由1923年開始，到1924年結束，歷時約兩年。有關“科玄論戰”的論戰，可以參考鄭師，《思潮與學派：中國近代文化研究》（北京：北京師範大學，2005年）；郭湛波，《近五十年中國思想史》（上海：上海古籍，2005年）等。

學萬能論’，力斥科學絕對解決不了屬於人類意識道德人生觀問題。……在玄學派知識分子的心目中，心理・社會與人生觀的發展等等問題，始終無法用科學來決定或解釋”。⁹⁹⁾ 就當時中國的發展而言，有知識分子認為應該提倡科學，有知識分子提出其他路向。這與當時武術發展的多種面向，極為相似。至於選擇哪種面向，則是見仁見智。

孫祿堂與唐文治・王森然・馬一浮知識分子一樣，處於一個轉型的時代。無獨有偶，孫祿堂強調武術與成德的一面，這與當時一些知識分子注重道德的社會效能及對社會的重要性一樣。童旭東指：“孫祿堂的武學體系也是對當時武學研究水平的全面超越”。¹⁰⁰⁾ 這超越就像新儒家的學者完成道德本體化的學理論證，¹⁰¹⁾ 孫氏完成了武術道德本體化的學理論證，即是習武者可以通過練武來完善自己的德性。

孫祿堂之女孫劍云回顧其父傳授武術的情況說：

先父祿堂公一生傳授武術極重武德。故其所授莫不從修養兩字出發，在講武之暇訓誨學生：‘練拳宜自己下工夫，不要在人前賣弄精神。品論他人技藝長短，務以德行為先，要恭敬謙遜，以涵養為本’。¹⁰²⁾

從孫劍云之回憶，確實可見孫祿堂對德行的重視，亦可窺見處身於轉型時期的武術家，如何暗合當時思想的伏流，別出心裁而成就一套以武術通向成德的理論。從而指出武術在當時存在的價值以及可以對社會作出的貢獻。

V. 總結

本文主要考察孫氏武學思想中，武術與成德之間的關係。對於這問題，筆

99) 范永聰，「‘亞洲精神’與現代中國文化建設——1920年代初中國知識界內的文化爭論」（『中國史研究』第80輯，2012年10月），p.232。

100) 童旭東，「不朽的武學思想——劃時代的武學宗師——紀念孫祿堂逝世七十周年」，p.71。

101) 何曉明，『返本與開新——近代中國文化保守主義新論』，p.8。

102) 孫祿堂 著，孫劍雲 編，『孫祿堂武學錄』，p.182。

者主要依據孫氏的武學著作，傍及明清・民國時期的武術論著，將其綜合比較・考察，以顯孫氏如何接續前人之論，並加以闡發。

中國武術歷來重視德行，在孫氏之前，主要以規條來約束習武者的行為。孫氏的武學，在理論上打通武術與成德，中國武術對個人德行的培養，不再單靠外在的規範，而是可以通過內在的覺醒。這是孫氏武學在中國近代武術史上的一大貢獻。

另外，就近代武術發展而言，不同的武術家為中國武術尋找存在的意義。這些意義包括：1. 強身強國之方；2. 為吾國粹；3. 合於科學；4. 進德之途。孫氏武學非走科學化的路，其將武學而德行結合，明顯是走上進德之途，當中有包含強身強國，保存國粹之意。

在清末民國時期，中國知識分子為中國的未來尋找出路時，有知識分子認為應該引入西方文明－民主與科學；有知識份子認為應該提倡道德。孫氏的武學思想，與提倡恢復固有道德的知識份子為近，亦可說他們是“同路人”。因此，孫氏的武學思想，除了反映中國武術在近代的發展外，還折射出當時思想界的一股伏流－重視道德重建。

若對持科學化觀點的武術家及知識分子而言，孫氏的武學思想，自然是逆流；可是，若對持提倡道德的武術家及知識分子而言，孫氏的武學思想，則是順流，並有莫大貢獻，因為孫氏在理論上說明了武術可以成就德性。不論孫氏的武學思想是逆流還是順流，這無礙於展示一位近代著名的武術家－孫祿堂，在轉型時期的中國，武術面對多種發展路向時的一個選擇。這選擇不但暗合了思想的伏流，而且反映了一個武術家的關懷，以及其為此所作出的努力。

周群在「中國近代武術家群體研究的視角問題」指出，近代武術家作為中國近代眾多不同社群之一，同樣面對社會轉型的問題，實值得深入探討。¹⁰³此文，希望能受拋磚引玉之效，使更多人關注民國的武術家。

103) 周群，「中國近代武術家群體研究的視角問題」（『安慶師範學院學報』第28卷 第7期，2009年7月），pp.58-61.

<主要參考文獻>（按筆畫）

- 毛勇·吳光遠，「儒家倫理思想對傳統武術道德的影響」（『山東體育學院學報』第14卷 總第39期，1998年 第2期）
- 王森然，『近代二十家評傳』（『民國叢書』第五編，上海：上海書店，1996）
- 李巧玲，「儒·道·釋家思想對武術文化的影響」（『搏擊』第8卷 第7期，2011年7月）
- 李志明，『孫祿堂拳學的身心教育觀』（台北：阿含文化有限公司，2003）
- 周偉良編，『中國武術史』（北京：高等教育，2003）
- 林小美等，『清末民初中國武術文化發展研究』（杭州：浙江大學，2012）
- 金一明，『中國技擊精華』（太原：山西科學技術，2003）
- 金恩忠，『國術名人錄』（太原：山西科學技術出版社，2000）
- 范永聰，「『亞洲精神』與現代中國文化建設——1920年代初中國知識界內的文化爭論」（『中國史研究』80，2012年10月）
- 孫祿堂 著，孫劍云 編，『孫祿堂武學錄』（北京：人民體育，2000）
- 馬一浮，『馬一浮集』第二冊（浙江：浙江古籍，1996）
- 馬力篇，『中國古典武學秘籍錄』（北京：人民體育，2005）
- 陳鑫，『陳氏太極拳圖說』（太原：山西科學技術，2003）
- 喬鳳杰，『中華武術與傳統文化』（北京：社會科學文獻，2006年12月）
- 黃柏年，『龍形八卦掌』（太原：山西科學，2000）
- 萬會珍，「孫祿堂武學研究綜述」（『搏擊·武術科學』第2卷 第8期，2005年8月）
- 劉殿琛，『形意拳抉微』（太原：山西科學技術，2003）
- 薛顥，『象形拳法真詮』（太原：山西科學技術，2007）

(Abstract)

Sun LuTang was one of the great martial art masters in Republican China. During Republican China, from 1911 - 1949, Like many Chinese martial art masters, Sun LuTang had to point out the values of practicing Chinese martial arts.

Unlike those masters who showed martial arts were a kind of science, Sun LuTang showed that martial arts were a bridge to self-cultivation and a path to seek the 'Way' (Dao). Firstly, this article focuses on Sun LuTang's explanation of 'Qi'. 'Qi', in Sun LuTang's theory, not only means 'Vital Qi'(Zheng Qi), but also having 'Virtue'.

Secondly, this article will discuss Sun LuTang's way to develop

‘Qi’. In Sun LuTang’s theory, to maintain a balance in every movement was very important. It was same as the ‘The Doctrine of the Mean’(ZhongYong), as in ‘the middle’. When we keep our balance at the center point, we keep health and cultivate ‘Virtue’. So, in Sun LuTang’s theory, martial arts were about more than keeping health. They were a way to self-cultivation. Sun LuTang regarded martial arts as a path to the ‘Way’ and to the cultivation of ‘Virtue’.

Finally, this article will point out that some intellectuals at that time, such as Tang Wenzhi, Ma Yifu, shared Sun LuTang’s ideas. They too thought that ‘Virtue’ was very important in Chinese traditions, and encouraged people to cultivate themselves by reading Classics.

In short, this article draws a picture of Sun LuTang’s martial art theory and how he nurtured martial arts as a way to cultivate ‘Virtue’. Sun LuTang regarded ‘Virtue’ as of paramount importance. His opinion was shared by some of his contemporaries.

(한글요약)

쑤루탕(孫祿堂)의 무술과 성덕(成德) 사상 초탐

라우 카이유 (劉繼堯)

쑤루탕(孫祿堂)은 중화민국 시기 대표적인 무술 교사중 하나였다. 중화민국 시기 즉 19119년까지의 대다수 중국 무술 교사들처럼 쑤루탕은 중국 무술 수련의 가치에 주목했다.

당시에 무술이 과학의 하나라는 점을 보여주려 했던 다른 일반 교사들과 달리 쑤루탕은 무술이 자기 수양의 가교 내지는 ‘도(道)’를 추구하는 길임을 보여 주고자 하였다.

이 논문은 먼저 쑤루탕이 ‘기(氣)’에 대해 표현, 즉 ‘정기(正氣)’ 뿐만 아니라 ‘성덕(成德)’에 이르기까지에 대해 주목하였다.

다음으로 이 논문은 쑤루탕이 ‘기(氣)’를 발전시키기 위해 지향한 방법을 논하였다. 쑤루탕의 이론에 따르면, 모든 운동에서 균형을 유지하는 것이 가장 중요한 것으로 지적되고 있다. 이것은 ‘중용(中庸)’과 같은 차원의 것이다. 우리는 자신의 중심을 잘 유지할 때 비로소 건강을 지키고 ‘덕’을 닦을 수 있다. 따라서 쑤루탕의 이론에서 무술 수련은 건강을 보다 더 잘 유지하는 것에 관한 것이었다. 이것은 또한 자기 수양의 방법이기도 하다. 쑤루탕은 무술 수련이 ‘도(道)’에 이르는 길이자 ‘덕(德)’을 닦는 길이라고 간주하였다.

끝으로 이 논문은 당시 탕원즈, 마이푸 등 일부 지식인들이 쑤루탕과 같은 생각을 하고 있었음을 지적하고 있다. 그들도 ‘덕(德)’이 중국 전통상 매우 중요하다고 생각하였고, 사람들에게 고전 독서를 통해 스스로 수양할 것을 권장하였다.

요컨대 이 논문은 쑤루탕의 무술 수련 사상을 개관하고 그가 어떻게 ‘덕(德)’을 연마하기 위한 수단으로 무술을 수련했는지를 설명하였다. 쑤루탕은 ‘덕(德)’이 가장 중요하다고 강조하였고, 이러한 사상은 당시 자신의 동료들에게도 공유되었다.

주제어: 쑤루탕, 무술, 성덕, 도

關鍵詞: 孫祿堂, 武術, 成德, 道

Keywords: Sun LuTang, martial art, the cultivation of ‘Virtue’, ‘Way’(Dao)

(원고접수: 2013년 10월 23일, 심사완료 및 심사결과 통보: 2013년 12월 16일, 수정원고 접수: 12월 20일, 게재 확정: 12월 26일)