

·体育人文社会学·

陈鑫《太极拳图画讲义》的文献价值及学术地位

张志勇

(华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006)

摘 要: 通过分析陈鑫《太极拳图画讲义》出版的历史背景、过程及出版前后相关陈氏太极拳的著作和人物, 认为这部著作不仅是我国发现最早一部关于陈氏太极拳的经典著作, 也是对温县陈家沟传统太极拳理论与实践研究的重要文献。这部遗著集陈鑫太极拳学思想精髓与理论创新之大成, 表现为确立陈氏太极拳的基本概念、凝聚太极拳的文化思想、提出“缠丝劲”法的技术特点、创新“十三势”程式化的教学法。长期以来, 这部著作未能得到学界普遍承认和客观评价, 甚至学术思想被明显歪曲和篡改, 其原因与20世纪30年代初以来, 唐豪和陈子明指出的“陈王廷创拳说”观点相悖有直接的关系。

关键词: 体育文化; 武术; 太极拳图画讲义; 陈鑫

中图分类号: G852.11 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2017)01-0012-08

Literature value and academic status of An Illustrated Introduction of Taijiquan written by CHEN Xin

ZHANG Zhi-yong

(School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China)

Abstract: By analyzing the historical background and process of publication of An Illustrated Introduction of Taijiquan (hereinafter referred to as the Introduction for short) written by CHEN Xin, collated the information about the works and people in relation to CHEN style Taijiquan before and after the publication of the Introduction, and put forward the following opinions: the Introduction finished by CHEN Xin before his death is not only the earliest classic CHEN's Taijiquan teaching textbook found so far in China, but also an important work for studying the theory and practice of traditional Taijiquan in Chenjiagou, Wen county in the early Republic of China; this posthumous work is a comprehensive work on the ideological essence and theoretical innovation of CHEN Xin Taijiquan, which are shown in establishing the basic concepts of CHEN style Taijiquan, extracting the cultural thoughts of Taijiquan, putting forward the technical characteristics of the wire wrapping power approach, innovating on the “thirteen-move” proceduralized teaching method; for a long time, the Introduction was not commonly recognized and objectively evaluated by academic community, even some of its academic thoughts and theories were obviously twisted and falsified, whose reason was directly related to that they contradicted the view in “the theory of boxing being created by CHEN Yu-ting” put forward by TANG Hao and CHEN Zi-ming since the early 1930s.

Key words: sports culture; Wushu; An Illustrated Introduction of Taijiquan; CHEN Xin

陈鑫(1849—1929年), 字品三, 河南省温县陈家沟人, 陈氏太极拳理论家。据其自述, 幼时即随父辈习文练武, “耳闻目见, 熏陶日久, 穷于是艺, 管窥一斑。”^[1]晚年致力于家传拳法的传承和研究, 生前编著完成第一部陈氏太极拳理论与实践教材《太极拳图

画讲义》(简称《讲义》)。^①遗憾的是, 受当时复杂的社会环境和家庭经济条件的限制, 陈鑫的这部长约6万多字和近百幅画图的《讲义》文稿, 直到陈鑫去世5年(1935年)后才由其弟子陈绩甫编撰成《陈氏太极拳汇宗》(简称《汇宗》)一书, 由南京仁声印刷局印刷

收稿日期: 2016-05-20

作者简介: 张志勇(1958—), 男, 教授, 硕士研究生导师, 研究方向: 太极拳理论与实践。E-mail: zzy5826@163.com

并公开出版。但是，因受到之前(1933年)出版的四卷本《陈氏太极拳图说》(简称《图说》)的干扰和影响，陈鑫这部遗著一直没有引起学界的重视，甚至被有些学者错认为是《图说》的演绎本。究其原因，与20世纪30年代初唐豪和陈子明等人错误提出“陈王廷创太极拳说”有直接的关系。因此，对陈鑫遗著《讲义》的文献价值和学术地位进行客观的分析和比较研究，既可纠正陈鑫太极拳理论和思想研究存在的一些错误和偏见，也是对学者唐豪和顾留馨等在“太极拳源流”研究中存在观点错误的修正。

1 《讲义》创作与出版的历史背景

清末民初，受当时国内新体育、新武术思想的影响，一直在民间传播的武术开始在官方倡导下，不断走进各级学校，成为近现代体育课的重要内容。1909年，上海精武体操学校成立时提出“以体育居先，复以武术为主，参以时代各种运动”^{[2]273}。1912年中华民国政府建立，近现代学校武术课程建设正式起步。1915年全国教育联合会提出在全国“各学校应添授中国固有武艺”的具体号召和要求。在学校武术教育发展的同时，民间传统武术也不同程度地受到影响。1927年，由一批当时政府要员联名发起“要求改武术为国术”。^[3]同年，“中央国术馆”在南京成立，其《宣言》提倡并解释“国术是我们固有的技能，是锻炼体魄的方法。从前习练国术，只知其然而不知其所以然，只从近数十年来，许多同志们，用了科学的方法，来估计我们国术的价值，才晓得我们的国术，不但不是反科学，而且在科学的立场上，还有崇高的位置。”^{[2]300}随着各省市和县级国术馆、社的相继成立，国内民间武术得到空前的繁荣。1925年，由陈泮岭发起创办“河南武术会”，各县市相继成立分会及武术社，标志着河南省有组织推动和发展武术的开始。1928年秋，原“河南省国术会”更名为“河南省国术馆”，陈泮岭任馆长。温县“县立国术社”也于1928—1929年间成立，并特聘一批陈家沟拳家在该社教拳。据《汇宗》记载，陈绩甫也曾一度在该社内教拳^{[1]18}。证明当地武术活动当时确实得到了一定繁荣与发展。

民国初期，国内武术发展直接影响到太极拳的发展，具体反映在：

一是，民间太极拳家的社会地位得到迅速提升。随着国内学校武术教育和民间“国术”活动的普及，一些活跃在地方上的武术拳家们的身份和地位也随之发生较大的变化。原先主要以“打拳卖艺”为生，或靠保镖“养家糊口”的拳家，迅速走进学校和社会成为一种新时期的专家，并开始以体育教师身份承担一

种社会职业。这些改变都与近现代我国学校体育和大众体育运动的兴起有直接的关系。从中华民国成立开始，由于都市太极拳活动日益活跃，大量活跃在乡下或都市街巷中比较知名的拳家，开始接受一些学校和机构的邀请进入到体育领域中发挥作用，如1912年许禹生在北京创办“北平体育研究社”就邀请吴鉴泉、赵鑫洲等民间武术家授课。1916年改为“北京体育讲习所”后，再聘杨健侯、杨少侯、吴鉴泉、杨澄甫和孙禄堂等太极拳名家任教。1920年，“北京体育讲习所”在“经呈请教育部派员考查，批准改为北京体育学校”^{[2]303}后，太极拳以及八卦拳、形意拳和少林十二式等拳术和马刀、枪术等都成为该校体育课的主要内容。太极拳的存在与中国近现代体育的发展联系起来。陈鑫作为陈家沟太极拳的代表人物，在晚清和民国初期“国术”大发展的时代背景下，较早接受并响应政府“国术振兴，馆校增设”的号召。凭借自己的心得，开始着手整理和编著以陈家沟拳术发展为主线，并结合太极拳普及和教学需要的《讲义》。陈鑫^{[1]15}称其“既有益于己，又有益于他人，并有益于天下后世，卫身卫国两收其美，岂不快哉。”在确定自己研究方向和目标时，一方面积极贯彻我国“国术”普及和体育教育的纲要；另一方面也借此弘扬陈家沟传统拳术的代表——“陈氏太极拳”。与此同时，受国内太极拳发展的影响，陈家沟个别优秀拳家也走出乡村，走进都市传播陈氏太极拳，如陈发科、陈子明和陈绩甫等。可以说，从民国初期开始，以陈鑫和陈发科等为代表的陈家沟拳家在推动我国太极拳整体发展，特别是陈氏太极拳理论和实践的传播发挥了重要的作用，也促使陈氏太极拳技术开始逐步走向成熟，成为我国近现代太极拳迅速发展的重要标志。

二是，“术、学”并重，太极拳理论得到健康发展。学界普遍认为，河北永年拳家杨露禅于19世纪中叶开始在北京传授“传统武术”，并以“删繁就简，去难求易”的革新思想率先创立以缓慢、轻灵、圆活和自然为技术特点的太极拳术；半个多世纪以后，太极拳开始在国内迅速传播；一百年后，太极拳开始远播海外，其规模和影响力已经超出任何人的想象。回顾和研究这段历史不难发现，太极拳的成熟和发展与几代太极拳家们在理论和技术上不断坚持继承与创新有直接的关系。无论是清末年间开始的杨禄禅授拳和武禹襄的《太极拳谱序》开篇；还是民国时期许禹生《太极拳势图解》(1921年)、孙禄堂《太极拳学》(1924年)、陈微明《太极拳术》(1925年)、徐致一《太极拳浅说》(1927年)和陈鑫的《太极拳图画讲义》(1929年)等，均在太极拳理法体系研究方面凸显出辉煌，与其同时

期的其他武术相比都毫不逊色,在“术学并重”的发展方面似乎更有超越之势,成为我国武术养生理论发展的重要标志。而陈鑫的拳学思想,对陈氏太极拳民国以来迅速成熟与发展产生着更为重要的影响。一是形成陈氏太极拳理论的基本框架;二是确立以“十三势”为基本内容的技术体系。至今许多陈氏太极拳理论著作和教材,很大程度上都还难以达到或超过陈鑫这部遗著的理论水平。尽管从整体上看,陈鑫遗著还存在许多的问题,有些看来还可能是错误的,但是陈鑫在理论知识与太极拳技术结合方面所表现出的创造力,为今天的太极拳家们树立了榜样。

2 《讲义》的创作思想及其演变

民国十年(1921年)陈鑫在其所作的《太极拳原序》中谈起“前清光绪三十四年(1908年)初创太极拳草稿书于孟邑养蒙书馆”到“民国庚申十有三年,而后其书始成。”^[115]表明从清末到民国初期的13年间,陈鑫经过整理,已经初步编著完成《太极拳图画讲义》书稿。虽然陈鑫本人在《序》中没有明确该著作的书名,而仅以“太极拳草稿”表示,但从1921年,陈鑫表兄徐文藻为其著作所作《序》中可以看到书名,即“吾表弟品三,本易经著《太极拳图画讲义》而又特于易经所著阴阳错综变化与神禹所传五行之相生相克者不少悖谬。”^[116]作为中国最早的太极拳著作,陈鑫明确使用《讲义》书名,显然意在作为一种教学目的和任务。这一时间,与堪称我国最早的太极拳专著,即许禹生1921年编著完成的《太极拳势图解》正好同时,说明陈鑫《讲义》具有很高的史料和研究价值。

从1921—1928年间,陈鑫对《讲义》的草稿又进行仔细的修改和补充。正像陈鑫所讲述的那样,已近80岁的自己,不顾年老体弱和生活贫困,“又强振精神,急书于简,虽六月盛暑不敢懈也。”^[117]证明该《讲义》书稿是在陈鑫晚年80岁时才最后定稿,这时离他逝世仅有1年。其著作的理论价值和重要思想因此也获得太极拳界的广泛肯定。杜严在1929年《讲义》的出版所写的序言中评价陈鑫,“夙精拳术,又学理,积数十年之心得著太极拳真诠一书。己巳初夏策杖,过余须鬓飘然年已八十有一矣。”^[118]而经过1935年陈绩甫《汇宗》编撰,所展现的这部陈鑫《讲义》遗稿最终有6万多字和48幅图画。包括12篇跋序、太极拳理论部分(《太极拳图画讲义初集目录上卷》)和太极拳教学实践部分(《太极拳图画讲义初集卷二》)。其内容基本反映陈鑫对民国初期陈家沟陈氏太极拳传承、发展的认识与评价,也是一部比较简单和实用的陈氏太极拳“十三势”教材,为当代陈氏太极拳理论和实

践研究提供依据。

1929年,陈鑫去世后不久,《讲义》书稿曾一度被陈家沟个别拳家误传“遗失”,其实这只是1933年陈雪元和陈椿元等人,为出版所谓《陈氏太极拳图说》而编造的理由罢了。陈鑫的弟子陈子明在1932年出版的《陈氏世传太极拳术》一书曾提到:“吾师陈品三先生致力于太极拳者计七十余年著《太极拳图画讲义》四卷洋洋十余万言,立论精详。余往日录其要义以备研探。今先生之书流落他处,未见梓行问世。”^[119]这里清楚指明陈鑫《讲义》手稿被其他人以帮助出版为由带走,但一直未见出版。1932年开始陈鑫的胞侄陈雪元和陈椿元在陈子明和唐豪等人的支持下,便着手以“陈鑫名义”重新编辑和整理陈鑫“遗著”直到1933年公开出版四卷本“陈鑫著”《图说》,但是在内容和观点上,与陈鑫另一弟子陈绩甫1935年收录在他编著出版的《汇宗》一书中,真正的陈鑫《讲义》遗稿相比存在较大差距。关于这部《讲义》遗稿的真实性陈绩甫在《汇宗·自序》中有过说明,即他在1935年春返回家乡陈家沟时,遂“将长兴公、品三公(陈鑫)遗著揣之来京,刊印供世,俾陈氏数百年拳学,免致淹没失传耳。”^[120]客观来看,陈鑫遗著以这样的方式出版,显然不是陈鑫乃至其众弟子们真正的心愿,然而比起“遗失”来说,能有“汇宗”版《讲义》留世也总算是太极拳界一大幸事。所以,赵乾杰在2007年为陈东山点校出版的陈鑫《太极拳图画讲义·序》中就曾谈到“可喜的是,《图说》付梓二年后,被称‘遗失’的《太极拳图画讲义》文稿,于1935年重现于世。”^[121]2003年,陈东山公开表示“《陈氏太极拳图说》是在先祖陈鑫所著《太极拳图画讲义》的基础上,经后人整理、修订,重新补写而成。”^[122]至此开始澄清了多年来太极拳界关于《汇宗》和《讲义》“身世”难以确定,甚至故意将其边缘化的问题。

3 陈鑫太极拳学思想精髓与理论创新

3.1 确立陈氏太极拳的基本概念

陈鑫晚年所进行的太极拳学整理和研究工作从一开始,就受到国内武术普及和发展的影响。陈鑫长期坚持拳法实践和理论研究,这使他敏锐感觉到民国初期社会带给民间拳家的一次机遇。陈鑫这部《讲义》的出现正是晚清和民国初期我国体育发展和民间武术繁荣的一个产物。但是对于民间武术家而言,要在新体育思想的要求下,科学规范和宣传武术也绝非易事,陈鑫《讲义》应算是这一时期比较成功的一部经典著作。《讲义》作为我国最早出现的一部用于陈氏太极拳理论和实践教学的教材,对太极拳历史、技术概念和

特色都进行了比较清楚的说明，同时也对太极拳法与文化的结合做了比较深入的分析。与之前武禹襄《太极拳谱》和《杨氏传抄老谱》相比，陈鑫《讲义》的理论与结构更加符合现代教育要求，强调理论与实践并重，尤其是在涉及到太极拳文化渊源与拳术概念等基本理论分析方面基本做到层次分明、融会贯通。具体反映在：(1)概念界定。陈鑫在《太极拳分段解》中指出：“太极拳者实本太极之理，自然而然者，借官骸以呈其象，有非人力所能为者圣贤以此理实行与人伦、日用之间。拳家以此理实运于耳目、手足之际，气保全身心性命之理，以储其用行舍藏之理，道无二致也。”^[131] 比较具体地说明太极拳以太极哲学文化为基本原理，而借助于身体所表现的拳法技术实现外在运动与身体的和谐作用以及将性命修养的目标统一起来。(2)渊源考释。陈鑫在《太极拳体》一文中强调“太极拳之道开合二字，尽之一阴一阳之谓拳。”^[142] 根据太极“阴阳”哲学原理对拳术的技术动作进行分析，从而明确太极拳的技术方法和理论特征。(3)源流推论。陈鑫在《太极拳论》中特别强调太极拳与悠久的中国武术传统之间的渊源关系，“自古圣人有文事者必有武备，拳之运动乃武备之一，端耳不足尚也”和“拳之一艺究不知昉自何时？并昉自何人？”^[153] 较客观地回答太极拳产生和发展的基本问题。(4)标准确定。陈鑫论《太极拳规矩》，以“身”“心”“理”“气”“意”“志”“情”“景”“神”等9个方面提出对练习者具体的行为和品质、心理等方面的要求。以“身”为例，明确“身体必以端正为本。身一端正，则运动无不端正矣。”^[137]；(5)特色凝炼。陈鑫在《太极拳发蒙》一文中提出以“缠丝劲”法为主要技术核心陈氏太极拳法运动观，并阐明太极拳在一曰“沉心静气”；二曰“秀若处女，不可带张狂气，一片幽闲尽是大雅风规”；三曰“顺应自然，合进退、缓急、轻重之宜”等方面的基本特性。(6)揭示功能。陈鑫结合对体育的原理，分析陈氏太极拳的主要功能，推演了始祖“陈卜”创建陈家沟之初的就“以卫生为先，身体健壮而后，可以有为焉”^[154] 表明陈氏习武具有悠久的历史习惯和传统。

民国初期，与杨氏、吴氏、武氏、孙氏等太极拳明显趋于柔和、缓慢的技术风格相比，陈家沟传统的拳法都曾显得格格不入。而随着陈鑫在《讲义》一书中提出的一些太极拳理论之后，特别是关于陈氏太极拳“缠丝劲”特点的提出，陈氏太极拳不仅迅速跟上国内太极拳技术发展的历史步伐，而且成为太极拳流派中最具特色的一种技术。陈鑫对此领域的研究也成为这一时期太极拳理论的经典学说，并获得社会广泛的认可。顾留馨就因此而评价陈鑫，“其志尤在阐发陈

氏世代相传之太极拳理法。”^[1736]

3.2 凝聚太极拳的文化思想

以“易”解释“拳”是陈鑫《讲义》的创举。首先，陈鑫参考并依据《河图》《洛书》《来子心易发微伏羲太极图》《古太极图叙》《古太极图说》《先天六十四卦图解》《三才图说》《来子太极圆图》《弄圆歌》《伏羲八卦方位图》《文王八卦方位图》和《来瞿唐先生分伏羲文王错综图说》等学说，试图对太极拳文化内涵和特征进行比较充分阐释。但显然效果并不理想，对太极拳的技术实践的研究很难把握得具体和充分。其次，只能在太极拳运动形式和内容，以及技术特征等方面做一些基本的分析。与之前武氏拳家李亦畲传抄《山右王宗岳太极拳论》所记载：“太极者，无极而生，(动静之机)阴阳之母也。”的太极拳基本哲学思想相比，陈鑫^[114]“理本太极，故名太极拳”的观点也有异曲同工之妙。陈鑫对太极拳定义的描述强调拳技与《周易》理论之间存在文化上的渊源。

从整体上看，陈鑫《讲义》没有在太极拳与太极、八卦和五行思想具体渊源问题上有更多“纠缠”，也没有走杨氏和武氏太极拳家“手舞八卦，脚踏五行”教条式的老路。陈鑫仅仅参考明代来知德(来瞿唐)“易理”学说对太极拳技术中的一些力法、节奏、身形等方面做了比较简要的概述，并且在《讲义》中明显不谈太极拳与道教之间有任何联系，虽没有直接拒绝道教，但从来知德学说的引用可以看出，他独树一帜“儒家”的立场和态度在他的这部《讲义》中反映的比较充分，这或许符合陈鑫出身文武世家和幼小习文练武的家庭传统。从他在《讲义》所表述的主要观点来看，首先他把太极、八卦学说看作太极拳运动的理论基石，借以在实践方面强调其在技术中的重要性，即“太极拳之道，开合二字尽之一阴一阳之谓拳，其妙处全在互为其根。”^[116] 另外，陈鑫按照儒家的礼仪文化标准去对太极拳运动的外形美进行要求。他提出太极拳“外面之形秀若处女，不可带张狂气。一片幽闲之神，仅是大雅风规！”^[133] 以“谦谦君子，卑以自牧”作为对太极拳演练者最基本的形态要求。从而将陈氏太极拳与杨氏太极拳的柔和、缓慢等技术要求统一起来。其次，陈鑫并非完全否定道家，他在《讲义》中仅有一处谈到“道家”，即以“精、气、神”在太极拳运动养生练气中的作用和功效方面推崇道家的“积精归气、积气归神”学说。陈鑫认为“神有精神之神，有神妙之神。精神之神以神之存于中者言之；神妙之神以神之行于外者言之。存于中者如道家所言者积精归气、积气归神之谓也。”^[111] 并强调只有精神充足，外在的心、手、眼等身体运动才能协调如一。所以运动(太极

拳)可使精神得到“自足”而没有疲惫之态。从这种意义上看,陈鑫大有偏重于外在形体表现,而推崇儒家也正是从礼仪和教养上体现孔子“仁义”学说。

《周易》是我国古老的文化经典,也是中华民族精神和智慧的集中体现。陈鑫在《太极拳初集目录上卷一之一》中,虽然试图对来知德的易理进行解释,但是效果并不明显,原因是过分看重“图”的形,“易”的理,而忽视与“拳术”实践联系,造成大部分内容虚玄难懂的后果,限制和影响对太极拳文化思想的理解。这或许是陈鑫“拳易观”尚不成熟的一个明显的“缺陷”。

3.3 提出“缠丝劲”法的技术特色

“缠丝劲”法是陈氏太极拳的基本技术特点,也是陈鑫在《讲义》一书中最核心的理论内容。在此之前,从未发现任何拳家有对这一技术理论的提法。证明“缠丝劲”法是陈鑫根据陈家沟拳法的实践总结出的理论成果。研究发现,陈鑫不仅对陈氏拳法中这种技法定义进行清楚的界定,即他认为“缠丝劲”是类似于一种在圆形器物上做缠丝线似的形象动作,而且对其基本技术的身体运动规律也有深刻的理解。他解释以手和手臂沿圆进行顺和逆的方向缠绕的动作,并可分为“顺缠”“逆缠”和大缠、小缠两大类。基本特征重点表现是手和手臂的引导下身体圆缓运动,即一是进行由内而外和由外而内的运动;二是由小到大和由大到小的运动;三是由柔到刚和由刚到柔的节奏变化等等,将陈氏太极拳基本动作的圆直变化以“缠丝劲”反映出来。同时,就推手运动而言,他也提到“圆劲”为内劲即采用顺随劲,而“方劲”为外劲即直发劲。陈鑫强调“太极拳缠法也”^[145]足显示他不仅注重理论,而且有丰富的技术实践经验,以此形成两者结合、独特的太极拳理法。

关于太极拳“缠丝劲”的文化内涵,陈鑫认为是依照《古太极图说》中的阴阳变化理论,即“太极拳仿和土左缠丝劲圆图。河图为缠丝劲之祖”而“洛书为方形之祖,太极拳仿洛书做形体方正图”并由此生成太极拳的“缠丝”技术,由此确定“仿河图作缠丝精(劲)圆图。河图为缠丝精(劲)之祖。”^[151]按照陈鑫的观点,太极拳技术的形成受到我国古代“易经”变化的影响,并成就自身运动技术的法则。更进一步看,太极拳运动的变化规律也正是依据于天、地、人的运动法则而“上下同流,万物一体(拳岂外此)”。陈鑫在理论上既明确陈氏太极拳“缠丝劲”的基本技术特色,也从技术实践中,努力把握太极文化的精髓,从而形成比较完善和系统的太极拳学说,以致形成“易拳交融”的精彩理论:“太极两仪,天地阴阳;开合动静,

唯柔与刚;屈伸往来,进退存亡;一开一合,有变有常;虚实兼到,忽见忽藏;健顺参半,引退精详;或收或放,忽驰忽张;错综变化,欲逆先扬;沿路缠绵(即缠丝劲),静运无慌;肌肤骨节,处处开张;不先不后,迎送相当;前后左右,上下四旁;转接灵敏,缓急异常;高擎低取,如愿相偿;不滞与迹,不涉于虚;至诚(至实也,即太极理与气之实处)运动,擒纵有余;天机活泼,浩气流行。”^[164]从对立和统一的复杂关系中去理解太极拳与太极“阴阳”两分对立统一的辩证法思想。他最终肯定“缠丝精(劲)为拳之筋脉,故运动皆不可离,一离缠劲不惟拳。”^[166]明确指出“缠丝劲”才是陈氏太极拳最核心技术,缺少“缠丝劲”的拳法不能称其为陈氏太极拳。这一观点从理论到技术实践,从整体到局部的阐释都极为精妙,堪称我国太极拳史上最为经典的理论学说。

3.4 借鉴提出“十三势”方法论

清光绪七年(1881年),河北永年武氏太极拳家李亦畬在其抄本《太极拳谱》首次提到“太极拳一名长拳,又名十三势”^[173]。而在民间流传很久的杨氏“八门五步”说,也同样说明杨氏太极拳最早与“十三势”有密切的关系。据《杨氏太极拳传抄老谱》记载,太极拳“以中土为枢机之轴,坏藏八卦,脚趾五行,手步八五,其数十三,出于自然十三势也。”^[8]说明在清代末期,“十三势”也指太极拳,其名共用。只不过“十三势”名与太极拳名相比,更在于强调太极拳与“八卦”与“五行”数字之和“十三”有关。从一定意义上看,依据“八卦”和“五行”说提出的“十三势”,也可以扩大太极拳在普通民众中间的传播影响,提升太极拳的“文化”品位有间接的关系。而由于联系了“八卦”和“五行”说与“道士张三丰创太极拳”之说,也暴露出我国封建社会末期,武术观念上的愚昧、落后。从晚清太极拳成熟和发展的历史看,太极拳一名与“十三势”大致出现时间应是在19世纪中、后期,也就是从杨露禅进京授拳之后。光绪年间出自永年武氏拳家李亦畬的“抄本”即《老三本》被认为是目前最早的太极拳文献资料,其中就最早使用了太极拳名和“十三势”名。唐豪由于缺乏资料和文献依据在1958年《太极拳考原》一文中,曾推断清末清初陈家沟人陈王廷“采取戚继光拳经二十九个势编入长拳,采取十三势编入十三势”^[9],这种提法显然是错误的。陈鑫作为陈家沟拳家代表人物既强调和使用“十三势”,同时又不“同流合污”,而是从另外一个角度发现和解释“十三势”和“十三节”,即牵强地提出太极拳“闰月”“十三势”说。陈鑫在《讲义》中以“太极拳分为十三节(俗名十三势,带闰月以象十三月)”^[160]强调太极拳动作与民间农历“闰月”的

说法一致，把太极拳12个拳势以农历12个月份来表示，并将多出的13以“闰月”表示，用于补齐“13”的和数。很明显，陈鑫的太极拳“十三势”和“十三节”提法牵强，看似比杨、武两家的“十三势”说法有些进步，其实也不科学。

3.5 创新“十三势”程式化的教学法

陈鑫《讲义》有两个重要的创新点，其一，确立陈氏太极拳基本的理论体系；其二，提出陈氏太极拳技术“十三势”程式教学法。所谓太极拳“程式”教学法是指在实践中逐步形成一整套固定、固有的单势和组合动作教学模式。其中有一个关键环节是由于太极拳是一种连贯性的动作技术，因此，单个动作姿势很难一次性完成教学过程。例如，在《讲义》中第六势“搂膝拗步”教学时，就要连接前后的动作，即承前“庇身捶、演手捶、肘底看拳、倒卷红、白鹤亮翅，再到搂膝拗步”，称之为第六势，实际上是第六节。因此在教学中把握动作的连贯性变化就成为太极拳教学的一大特征。陈鑫《讲义》中所推出的“十三势”和“十三节”动作教学模式既突出动态教学的理念，强调运动的“轨迹”变化，也突出形象化比喻和说明，如将第一势“金刚倒碓”定义为“金刚神名修炼之精如金刚其手持降魔杵也。人右手持拳如杵之形。左手屈如白之形。右手落左腕中，如石杵倒碓，象形也。”^[167]将第二势“揽擦衣”定义为“左肱屈住手插住腰摩擦其衣故名象形也。”^[168]以此类推地对“十三势”中的12个具体动作分别进行名、势说明。陈鑫根据太极拳动作技术教学特征而采用程式分进式，即每一动势和每一节都采取“节解”“图示”“引蒙”“内精”“手身运行图”“取象”和“七言(四言、五言)俚语”等七八种方法教学模式分步说明：即以“节解”分析、讲解动作细节，以及之间的连贯和衔接；以“引蒙”分析拳法的招式变化和技击特点，并阐释拳术动作技术的变化和运动规律；以“内精”来解析动作技法的结构与具体要求；以“取象”来对动作进行形象化的分析和讲解；最后以“总论发明”来总结和分析动作前后衔接和转变的方法。通过对节、势等技术动作变化规律的说明以及“四言俚语”“五言俚语”和“七言俚语”的运用，来具体安排和实施拳术动作教学实践的形式和内容。陈鑫对陈氏太极拳“十三势”进行具体的“程式化”教学法既体现了他在太极拳技术教学方面的心得，也凸显他对太极拳理论和实践方面的独特创意，极大丰富了太极拳教学思想和实践内容。另外，与同时期的其它各派太极拳著作或教材相比，它的一个明显优势是利用动作和易学、医学经络方面的“图示”全方位解释动作的要领、行动轨迹、技击原理和运动效果。在所使用

14个人体动作图示和18个“节解”和“内精”等图示中，就包括了金刚倒碓(锥)“左右手沿路运行图”、正面顺缠图、背面逆缠图和揽擦衣右手沿路运行图等表现方式，对于正确和全面认识和理解动作概念和方法有很好的启发和示范意义。

4 后人对陈鑫著作和思想研究存在的主要问题

4.1 陈家沟拳家对陈鑫拳学思想的分歧与矛盾

陈鑫作为陈家沟近现代著名的太极拳理论和实践家，其著作思想和主要观点不仅代表当地太极拳家一种普遍的认识，而且也直接影响到当今陈氏太极拳的传承与发展。然而，1929年陈鑫逝世之后，陈鑫的弟子之间先是针对陈鑫《讲义》遗稿的保存与出版产生隔阂；接着在1930、1931年，受唐豪赴陈家沟调查“太极拳源流”的影响，又开始在“家传太极拳”的渊源问题上产生分歧。1932年陈子明在其编著的《陈氏世传太极拳术》一书中首次提到陈鑫遗著文稿“流落他处，未见梓行”。1933年陈雪元和陈椿元等随之在陈子明、唐豪的支持下，根据陈鑫遗留的一些“零散资料”，以陈鑫的名义公开整理出版《图说》一书。其中一些主要内容歪曲和篡改了陈鑫遗著原有的观点，附和陈子明和唐豪关于“陈王廷创太极拳”的观点。1935年陈鑫另一弟子陈绩甫不仅收录陈鑫《讲义》遗稿在其《汇宗》一并出版，而且因《拳经歌诀》《拳经总歌》和《太极拳十要论》究竟是陈长兴还是陈王廷的问题上产生重大分歧，并形成陈姓拳家内部两大学术阵营。这场看似观点不同，实质则是关系到一些家族利益和“太极拳创始人”观点上的矛盾。

陈子明在《陈氏世传太极拳术》书中以《陈氏太极拳家列传》公开提到并且直接推荐给《图说》附会《陈氏家乘》，并冠陈鑫之名。继而穿凿附会地把陈王廷《长短句》与陈鑫陈氏太极拳“源流说”联系起来，为唐豪草率提出“陈王廷创太极拳说”提供虚假证据。其结果明显背离陈鑫在遗著《讲义·太极拳论》中提到的关于拳术“不知昉(仿)自何时，并昉(仿)自何人”以及论“陈卜传拳”^[162]的陈氏太极拳传承观。而由陈子明和唐豪所支持，由陈雪元、陈椿元等亲自编辑整理出版的《图说》则是一部仿冒陈鑫遗著《讲义》的“假经典”。从内容方面，这部《图说》收录了不少似是而非的陈鑫遗留下的“零散”资料，使其字数、章节等大大超出陈鑫原著《讲义》的范围，一些重要的理论观点也与陈鑫遗著《讲义》相悖。相反，1935年，陈绩甫打破关于陈鑫遗稿“遗失”的传言，将所收藏的陈鑫《讲义》文稿直接带到南京由“仁声印书局”正式收录在《汇宗》一书中出版，使陈鑫的遗著最终得

以公开问世和流传。但由于《汇宗·讲义》出版时间晚于《陈氏世传太极拳术》和《图说》，又不符合当时唐豪和陈子明等提出的“陈王廷创太极拳说”观点，因此，出版后就长期受到排斥。新中国成立以后，虽然在1988年陈绩甫《汇宗》也曾由中国书店影印出版，但也并未引起国内学者的重视。直到2009年赵乾杰在一本名为《太极拳图画讲义》出版的《序》中不得已而提到“《图说》付梓2年后，被称‘遗失’的《太极拳图画讲义》文稿于1935年重现于世。陈鑫原作之其他遗稿在近百年之后，于今也有新发现。”^[9]证明陈鑫遗著《讲义》确实存在的事实。

4.2 唐豪提出“陈王廷创太极拳说”是陈鑫遗著被替代的结果

1932年，唐豪刊载于陈子明编著的《陈氏世传太极拳术》书中的一篇《太极拳源流考》第一次公开提出“陈王廷创太极拳”一说，并有针对性地对陈鑫所谓的“陈卜创拳说”进行质疑和评判。但随着1935年陈鑫遗著《讲义》一书问世，原本可以证明其先前引用文献有误的唐豪等人，却又因“疏忽”而错过重新验证和纠错的机会。《图说》因此继续堂而皇之地取代《讲义》而成为陈鑫“亲手”完成的一部太极拳“经典”著作。国内部分学者从不怀疑受唐豪等人支持出版的《图说》会是一部“假冒本”，也更不会相信唐豪、陈子明，以及后来的顾留馨等对陈鑫遗著及其观点研究存在失误和瑕疵。至此，《图说》连同唐豪和顾留馨等所提出的“太极拳源流说”也才以假乱真、广受吹捧。直到2003年，《汇宗·讲义》重新整理出版，并在原有序言中指明《图说》的“易名”，并冒用陈鑫名义“重新整理、修订、补遗”的真相才被揭露^[6]。当年是陈子明等隐瞒真相，唐豪也未能对《图说》的文献和观点进行认真的考证，以致于轻信《图说》在涉及拳术源流问题上的错误，以及关于“陈王廷”材料的附会等，提出极不严谨的“陈王廷创太极拳说”。

唐豪在前后26年间，以极大热情投身于“太极拳源流”的研究，开创我国太极拳历史实地调查、访谈和文献研究的先河，取得一些比较可信的研究结果。但是由于资料考证上的疏忽，尤其是对陈鑫著作资料严重误判而最终导致在太极拳“创始人”问题上出现失误，具体表现在：一是受到陈子明推荐的一些“假冒材料”误导，误认“言陈之发明太极拳者始于道光以后人陈品三(陈鑫)”^[4]唐豪1957年依然在其《提出证据来谈谈太极拳源流》一文中坚持“我认为三十八年前陈鑫附会的陈卜和陈家沟太极拳外传以后附会的张三丰，同样是不足凭信的。”^[9]为其“陈王廷创太极拳说”扫除“障碍”。二是对1933年仿冒本《图说》

出版给予积极的支持，甚至对其明显背离陈鑫原著的问题也视而不见。正是由于唐豪的这种“固执”，使他对《汇宗·讲义》的出版也毫无兴趣，从不评价。三是对1931年陈家沟调查时发现的“陈槐三家藏有家谱一册”^[4]与陈子明1932年《陈氏世传太极拳术》书中的《陈氏太极拳家列传》为何在1933年摇身一变成了陈鑫《图说》笔下的《陈氏家乘》^[10]的奇怪现象竟丝毫不加“怀疑”。1935年，唐豪在《太极拳之根源》一文中仍然大讲“陈沟人至今只肯学习其祖先传下来的十三势——太极拳的一套，不肯学习外来的拳法。”^[11]完全无视陈鑫“拳之一艺，究不知昉自何时，并昉之何人？”的观点。1959年唐豪去世之后，顾留馨仍在1964年以“唐顾”合著的名义在《太极拳研究》中继续宣扬《图说》，贬低《讲义》。错误将《图说》说成“自1908年写起，至1919年完成。陈鑫亲手抄写……洋洋二三十万言。”^[12]指定“1935年陈绩甫(照丕)编著《陈氏太极拳汇宗》(南京办，两册)亦采入其图说，惟所采为别一稿本，内容较前书略少，位置亦间有不同。”^[12]以假乱真将《图说》与《讲义》混为一谈，制造“一著两稿”的假象，混淆视听、误导读者。如果说1958年唐豪在最后一篇太极拳研究论文中已经开始全面否定“陈王廷创太极拳说”，即以“陈沟拳经总歌、长拳谱、十三势谱一系列的理论和歌诀、拳势之采自戚继光拳经，凿凿有据。”^[9]作为最后表态，顾留馨所坚持的“陈王廷创太极拳”却更为荒谬。正如他误将“辽东巡按御史陈王庭”当成“陈家沟的陈王廷(家谱作王庭、族谱、墓碑作王廷)”^[12]一样，显得极为荒唐。

4.3 陈鑫拳学思想研究权威学说的错误与偏见

对陈氏太极拳的理论研究，陈鑫的著作一直被视作为最有价值和最值得信赖的重要文献。但是由于受唐豪提出“陈王廷创太极拳说”的影响，陈鑫的著作理论和主要观点在20世纪30年代初就开始被肆意歪曲和篡改。随着《图说》受推崇，真正的陈鑫遗著《讲义》反倒被边缘化。近年来，随着太极拳运动的迅速普及和太极拳理论研究的不断深入，以往有关太极拳历史问题的研究也开始受到一些质疑。而对于陈氏(陈式、陈派)太极拳理论研究来讲，一方面因为《讲义》被长期边缘化，而使陈鑫的学术思想得不到客观和公正的对待；另一方面，受制于被推上神坛的“经典”著作《图说》的压力，唐豪和顾留馨等关于“陈王廷创太极拳说”的错误也难以公开得到纠正。此外，尽管《图说》与陈鑫遗著《讲义》比较起来，存在许多明显的区别，但还是有人为《图说》“造假”进行辩护，甚至将二者的区别说成是“内容虽有一些不尽相同之处，论述角度和风格也有较大区别，但其理则一。”^[6]

掩盖和模糊《图说》假冒《讲义》的事实。同时，也还有人利用《图说》存在的谬误诋毁陈鑫的名誉，并否定其在陈氏太极拳理论和实践研究方面的作用，如针对《图说》中出现大量“抄袭”明代来知德《周易集注》的问题，粗暴批判陈鑫“在这部书中堆砌那么多的易经知识，而实际又不真正结合陈氏太极拳实践，其实是拉大旗作虎皮愚弄读者。”^[14]实际上是不了解真相，错误将《图说》当成陈鑫的原著。

反观我国近几十年相继出版的许多太极拳辞书和权威《武术》教材，也不乏涉及歪曲陈鑫原著及其思想观点的问题。一是借《图说》再版为名，肆意增补和修改“原作”。自1933年《图说》出版以来，就一直在理论上与唐豪等所提出的“太极拳源流说”保持一致。而从20世纪开始，仍有人不断借《图说》影印版的出版一次次随意进行内容“增补和修订”，完全无视读者的利益和学术研究的需要。二是权威性辞书、著作和教材存在把关不严，缺乏深入研究的现象。近年来，随着武术和太极拳运动的日益普及和发展，大众对于各种太极拳理论和实践的图书、资料的需要大大增加。但在一些陈旧理论和错误观点仍旧反复出现在一些重要的权威性著作和文献刊物中。20世纪90年代出版的权威性《中国武术大辞典》就延续以往的错误，而误将《图说》说成“这是陈鑫一生心血的结晶，也是陈家太极拳的一次全面总结，成为后世研究太极拳的典籍之一。”^[15]而对《汇宗·讲义》却视为只能“对研究陈氏太极拳理论、技术均有参考价值”^[15]的一般性读物。应该看到由于对陈鑫著作及其理论宣传上的长期误导，极大干扰着学界对陈氏太极拳理论的研究与思考，也影响中国太极拳理论的提高与发展。

陈鑫作为我国晚清和民国初期一位卓越的太极拳理论家和教育家，在极其困难的社会环境和生活条件下，创编一部值得称赞的陈氏太极拳理论经典——《太极拳图画讲义》，从此也树立一座在中国太极拳史上有重要意义的理论丰碑。严格地看，虽然这部著作也存在一些理论上的缺憾，但就其文献价值看，它真正反映的是一位来自我国社会基层，并在晚清和民国初期就顺应国家振兴和普及“国术”的形势，长期致力于太极拳继承和研究的杰出拳家的遗著。庆幸的是这部著作不仅被比较完整地保存下来，而且随着我国太极拳理论研究的不断深入，对其文献价值的研究也必将引起我国学界的广泛关注。从学术价值看，这部著作之所以称得上是一部经典，原因就在于这部晚清和民国初期屈指可数的太极拳文献所阐释的理论及其观点

都较为真实，即作者及所讨论的人物比较真实，引用资料和文献比较真实，关键是著作及思想观点真实。我国学界以往对陈鑫及其著作思想研究的主要失误就在于受《图说》的干扰，而缺乏实事求是的对这部著作进行深入和全面的分析研究，也实际造成对陈鑫名义的伤害和对其著作理论和观点的误解、误判和误导。

注释：

① 陈鑫本人在世时未能正式出版《太极拳图画讲义》单行本，而相关内容在他人的两本著作中曾经涉及，一是1935年陈绩甫将陈鑫《太极拳图画讲义》遗稿全文收录于《陈氏太极拳汇宗》一书，此可算第一次出版；二是2009年陈东山以校对者的名义出版所谓《太极拳图画讲义》，而内容存在许多歪曲和篡改原著的《陈氏太极拳图说》，本文已做相应的论述。

参考文献：

- [1] 陈绩甫. 陈氏太极拳汇宗[M]. 南京：仁声印刷局，1935.
- [2] 成都体育学院体育史研究室. 中国近代体育史料[M]. 成都：四川教育出版社，1988.
- [3] 谭华. 体育史[M]. 北京：高等教育出版社，2005：15.
- [4] 陈子明. 陈氏世传太极拳术[M]. 上海：中国武术学会发行，1932.
- [5] 陈鑫. 陈鑫品三著太极拳图画讲义[M]. 陈东山，点校. 太原：山西科学技术出版社，2009.
- [6] 陈鑫. 陈氏太极拳术图说[M]. 太原：山西科学技术出版社，2003：序.
- [7] 李亦畬. 廉让堂太极拳谱[M]. 香港：长城书社出版公司，1993.
- [8] 杨振基. 杨澄甫太极拳[M]. 北京：中国国际广播出版社，2000：273.
- [9] 唐豪. 太极拳的发展及其源流[G]//武术运动论文集. 北京：人民体育出版社，1958.
- [10] 唐豪. 提出证据来谈谈太极拳源流[J]. 体育文丛，1957(4)：15.
- [11] 陈鑫. 陈氏太极拳术图说[M]. 初版. 开封：开明印刷局，1933：425-428.
- [12] 唐豪. 太极拳之根源[G]//太极拳考. 台北：东亚图书公司出版，1980：16.
- [13] 唐豪，顾留馨. 太极拳研究[M]. 北京：人民体育出版社，1996.
- [14] 桂村夫. 评《陈氏太极拳图说》[J]. 武当，2010(2)：32.
- [15] 马贤达. 中国武术大辞典[M]. 北京：人民体育出版社出版，1990.