

·体育人文社会学·

## 晚明时期士人尚武风气与武术“游戏化”转变

马廉贞<sup>1</sup>, 黄银伟<sup>2</sup>

(1.华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006; 2.暨南大学 体育学院, 广东 广州 510632)

**摘要:** 晚明武术在保留实用技击功能同时, 呈现出带有游戏色彩的多元面向。引入赫伊津哈的游戏理论, 从规则、空间、时间及精神4个维度, 考察这一转型的演进逻辑。晚明武术展现出的游戏特征, 并不是否定其实用功能, 而是特定文化语境下的一种主动适应与价值重塑。士大夫阶层对“文武合一”理想的追求、商品经济的演进及心学等思潮的流行, 共同促使武术超越纯粹的技艺层面, 融入更丰富的文化意涵。具体表现为: 武术规则与仪式趋向精细化, 习练空间多元化并带有区隔性, 武术的精神价值与修身意义得到强化, 并与日常生活、文化象征产生更紧密的联系。“拳派化”的兴起更是集中体现并推动武术的结构性转变。

**关键词:** 武术; 游戏; 士大夫; 拳派化; 晚明

**中图分类号:** G852 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2026)02-0024-08

### Literati's martial ethos and the change with gamification of martial arts on the late Ming Dynasty

MA Lianzhen<sup>1</sup>, HUANG Yinwei<sup>2</sup>

(1.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China;

2.School of Physical Education, Jinan University, Guangzhou 510632, China)

**Abstract:** During the late Ming Dynasty, increasingly exhibiting multifaceted characteristics of game while retaining its practical combat functions meanwhile. Applying Johan Huizinga's theory of play, this paper examines the evolution logic of this transformation based on four dimensions of rules, space, time, and spirit. It can be concluded that the emerging features of game for martial arts on the late Ming Dynasty were not a denial of its practical functions, but rather an subjective adaptation and value reshaping under a specific sociocultural context. The literati class's pursuit of the "unity of literary and martial arts" ideal, the development of commodity economy, and the prevalence of ideological trends like the school of mind collectively prompted martial arts to transcend purely technical aspects and then integrate with richer cultural connotations. Specifically speaking, this manifested in increasingly refined with rules and rituals of marital arts, more diverse and demarcated practice spaces, an enhanced emphasis on spiritual value and self-cultivation significance, which would be more closely to daily life and cultural symbolism. And meanwhile, the rise of martial arts schools seems to be more particularly embodied and propelled its structural change.

**Keywords:** martial arts; games; literati; martial arts schools; late Ming Dynasty

明代是我国古代武艺发展的一大高峰期<sup>[1]</sup>。特别是在其中后期, 自明宪宗成化(1465年)至思宗崇祯(1644年)年间, 整个社会正经历着剧烈政治、经济与文化转型<sup>[2]</sup>。火器的兴起悄然改写了战场秩序, 而传统

武艺, 在军事领域的决定性地位有所旁落之际却并未走向沉寂, 反而在社会文化的广阔天地之间焕发出新的生机。其最突出表现便是在保留自身实用技击特征的同时, 日益呈现出带有游戏色彩的多元面向, 昔日

收稿日期: 2025-02-27

基金项目: 国家社会科学基金项目(23BTY081)。

作者简介: 马廉贞(1978-), 男, 教授, 博士, 博士生导师, 研究方向: 民族传统体育。E-mail: malianzhen@qq.com

克敌制胜的杀伐之术,此时渐被赋予仪轨规范、身心修持与精神寄托等新内涵。这不仅是技术的流变,更是特定时空语境下的价值重塑与功能拓展。长期以来,学界对明代武术的研究多集中于军事应用、技术传承及社会影响<sup>[3-5]</sup>,较少从文化形态演变的视角,特别是其游戏维度的生成上进行深入探讨。为此,拟借约翰·赫伊津哈(Johan Huizinga)的“游戏”理论作为核心分析视阈来阐释此一转型。诚然,以西方理论观照中国历史需持审慎态度,然赫伊津哈将游戏界定为一种超越物质功利、在特定时空内遵循自愿接受的规则、追求精神愉悦与秩序感的创造性文化活动<sup>[6]</sup>,该理论为剖析武术如何建构内在规则、划定演练时空,并赋予超越性价值提供精密的分析框架<sup>[7-10]</sup>。更重要的是,其游戏精神与中国文化中源远流长的“游”的观念之间存在深刻共鸣。无论是汉乐府中“游戏宛与洛”描摹的士人悠游自得、不受拘束的心境<sup>[11]</sup>,还是庄子《逍遥游》追求的“乘天地之正,而御六气之辩,以游无穷者”,那种超越世俗、追求精神无限自由的至高境界都揭示出“游”在中国文化中蕴含的超越功利、安顿身心的深层意涵。这种精神契合表明,将游戏作为一种分析范畴用以解读晚明武术演变,既有坚实的学理基础,亦具备深层的文化适切性。

武术“游戏化”,不是指脱离实用、沦为嬉戏,而是指在深厚历史文化动因推动下出现的一种发展趋势。成化以降是一个充满活力和躁动的时代,工商勃兴而世风日变冲击着传统社会的结构与价值观念,尤其对士大夫阶层的自我定位和价值追求产生了深远影响<sup>[12]</sup>。与此同时,“西风东渐”将新的知识体系与世界观带入中国,并激发人们对个体价值和精神世界的关注<sup>[13]</sup>。研究将循此视角,重点考察晚明武术在规则、空间及精神维度上的重构,分析士人尚武风气的兴起、商品经济的发展及心学思潮的流行是如何共同催生这一结构性转变,并最终“以拳派化”的兴起为缩影,揭示其转型的社会文化动因,为理解中国武术传统的复杂性与文化适应力提供新的阐释视角。

## 1 晚明士人尚武风尚的兴起

### 1.1 晚明社会与士人价值观的转变

“文武合一”是中国文化深层结构中恒久流传的理想。宋以降,文贵武贱之风弥漫,直到晚明王朝遭遇空前严重的内忧外患之际,这一古老的文化基因又重新勃发,被注入强烈时代精神。明太祖朱元璋虽出身草莽,却深谙武备关乎国统安危,立国之初就试图打破“重文轻武”的传统,如在国子监中设立“武学”,要求士子兼习经史与武艺,甚至试图在科举中加入骑

射内容,以培养“文足以经邦,武足以戡乱”的全才<sup>①</sup>。《大明会典》的记载也反映出明廷对武备的重视:“洪武二年,诏府州县立学校,学者专治一经,以礼、乐、射、御、书、数分科而教之。三年,又定学校射仪。二十五年,又定《礼》《射》《书》《数》之法。凡遇朔望,习射于射圃,盖所以观德容而习礼乐,责之以文事武备也。”<sup>②</sup>这些举措彰显明初官方对“文武合一”的倡导,虽未得全面推行,却也为明代士人尚武的风气埋下伏笔,亦奠定了制度基础。

明代中后期,北方受蒙古铁骑袭扰,东南沿海被倭寇肆虐,社会矛盾日益尖锐。嘉靖年间,倭寇大举进犯东南沿海,戚继光等将领奋起抗倭,方才勉强稳住局势<sup>[14]</sup>。而国内则土地兼并加剧,赋税沉重,吏治腐败,民不聊生。积弊日深之下,农民起义此起彼伏<sup>[15]</sup>。内忧与外患交织,加速明王朝的衰落,也使整个社会笼罩在动荡不安的氛围之中。而更为致命的痼疾,在于军事人才的匮乏和武备的废弛。选拔机制的紊乱,使得军中充斥着徒有虚名之辈,真正具备实战能力的人才寥若晨星。据记载,正德年间,冒功升官者多达三千余人;至嘉靖中时,武官冗员更如雨后春笋般涌现,詹事霍韬指出“成化中增太祖时军职四倍,今又增几倍矣。锦衣初额官二百五员,今至千七百员,殆增八倍。”<sup>[16][17]</sup>如此冗兵,徒耗国帑,却无御敌之能。军纪败坏,士气低迷,明廷这才意识到“文盛武衰”的弊端,重振武备,势在必行。崇祯九年(1636年),山东道御史陈学伊针对武备颓废现象上疏建议“士子讲习武备”。经多次讨论,明廷自崇祯十年(1637年)始,选拔童生及乡试、会试的考试内容增添入“五经论策,马步射箭”的科目,并规定“无者不准取,滥取者究治。”<sup>③</sup>在此背景下,社会各阶层竞相谋求武职,尤其士人阶层更是争相投身其中<sup>[17]</sup>。此时,“文事武备”的思想也日益流行,士人不再仅以文治为志,武人的尚文之风亦愈加盛行。王士禛在《儒将诗》中提到“明名将如郭登、戚继光、陈第、万表,皆有诗名”<sup>[18]</sup>。可见,文人崇武、武人尚文成为届时社会风潮,也为士人阶层所认同,此既为时代变革之需,亦是个人理想与社会责任的三重投射。

### 1.2 晚明士大夫的国防实践与武术“游戏化”

晚明士人身处内忧外患之时,深感武备事关国家安危,遂积极投入军旅。然而,习武对其而言并非仅为实战之需,更寄托“文武合一”的理想追求。士子寓武于文,将武备融入日常生活与文化活动中,使之转化为涵养身心、陶冶性情及追求精神超越的载体。这不仅为晚明武术融入游戏元素提供了契机,更为其文化形态的嬗变奠定了坚实基础。

王学、心学等明代儒家理学的兴起及“知行合一”思想的流行,则从思想层面为武术“游戏化”转型提供理论支撑。王阳明<sup>[19]</sup>的“知行合一”学说,强调将知识应用于实践,将文武之道视为一体,指出“文武只是一事”。这激励着士大夫走出书斋,于“行”中体悟“知”,在“武”中实践“文”,将习武视为修身养性、提升道德修养的途径。明代儒将陈第(季立)将兵法与经学相结合,认为兵法的精髓与儒家经典的精神相通,“行阵整肃,《礼》也;三千一心,《乐》也;劳以歌谣,非《诗》乎?申以誓令,非《书》乎?奇正相生,变化无穷,非《易》乎?”<sup>[20]</sup>清初遗民颜元更将“武”提升到“经世致用”层面,讲求“文武缺一岂道乎!”<sup>④</sup>这反映了士大夫阶层对武术所蕴含的“游戏”面向的独特理解。

与此同时,晚明社会经济的发展也促使武术的功能进一步分化,并在民间展现出勃勃生机。官方对民间武力的态度也似乎经历了从严厉防范向某种程度“利用”的微妙转变。一个值得注意的社会现象是商业性武装护卫组织,即“镖局”的兴起与发展<sup>[21]</sup>。镖局的出现,是商品经济繁荣、长途贸易需求增长以及地方治安复杂化的直接产物。镖师们依靠其武艺专长,为商旅提供安全保障,客观上维护了社会秩序。这反映了武术在军事功能之外,其社会实用价值在特定领域得到了认可和应用,是民间武术力量在经济领域活跃的缩影。

这种民间武术的活跃和社会功能的拓展,与士大夫阶层对武术的文化性探索形成有趣对照,共同构成了晚明武术生态的复杂图景。正是在这样一个武术实践多元化、社会对武力需求与认知发生变化的更广阔背景下,士大夫群体一方面可能因时代动荡而关注武备实用,另一方面,面对商品经济冲击带来的身份焦虑和社会变迁,他们也更有条件和动机将武术从单纯的实用技艺中剥离一部分出来,赋予其修身养性、文化娱乐、精神寄托等新的内涵。可以说,民间武术的实用性发展和社会认可度的提升,为士人阶层将武术引向更具文化色彩和游戏意味的方向,提供了社会基础和参照空间。在士大夫推动下,武术逐渐发展成为一种融合健身、文化、教育等多种功能的活动,深刻影响着明清两代的社会风尚和文化观念。明代小说中侠客形象的转变,从早期的快意恩仇转变为后期的忠君报国、扶危济困<sup>[22]</sup>,也一定程度上反映出社会对武力伦理化、秩序化的期望,亦折射出更广泛的社会心态。

从赫伊津哈的游戏理论视角来看,晚明武术所显露的游戏特征主要表现于对武术的规则、空间、时间及精神层面的重塑。这折射出晚明武术在保留击本

质属性之外,亦发展成为士大夫阶层探索自我价值、追求身心和谐、提升精神境界的重要途径,更表露出晚明社会独特的文化风貌和精神诉求。诚然,晚明武术“游戏化”转型并不是一蹴而就的,在时代条件的限制下,部分弊端也逐渐显露。如过度追求“劲道”和对“花法”的热衷,在一定程度上导致武术对抗中实践能力的弱化。这或许是武术在其文化形态演变、融入游戏元素过程中难以避免的代价,亦是后世传承者需要认真审视和反思的历史教训。

## 2 晚明武术的游戏特质:规则、空间与精神的重构

### 2.1 规则与秩序:武术“游戏”的范式

赫伊津哈曾指出,游戏之所以成为游戏,就在于其自成规则的特性<sup>[69-70]</sup>。这些规则如同游戏的框架,界定了秩序和结构,也为参与者提供公平竞技的平台。晚明武术的发展就呈现出一种在实用技击基础上,规则日益规范化、愈发带有游戏特征的转变趋势。无论是官办科举,抑或是民间武艺传承,都愈发注重规则的制定和秩序的维护。

明代武举制度的演变就很好地展现了武术规则意识的增强。早期的武举考试内容简单,主要考核力量、骑射等基本技能,但随着晚明局势日益严峻,考核的内容和形式均发生显著变化。明朝廷意识到单凭武力难以应对复杂的战争形势,需选拔出既有武艺,又通晓兵法的将才。于是,隆庆二年(1568年),太常寺少卿武金建议将“策略”也纳入考试范围,使考试内容拓展至军事理论层面,以期选拔出文武兼备的人才<sup>⑤</sup>。时至万历十一年(1583年),兵部进一步明确考试的“范式”。首先规定武举考试应同会试一般,首场为骑射四箭,达标者入次场再步射两箭,再达标者入第三场策论考试,全部合格者方可录取。至万历四十七年(1619年)时,武科应考的要求进一步提升,首场就要包括“试弓箭及枪、刀、剑、戟、搏拳、击刺等法”。在此导向下,弘治十七年(1504年)到崇祯四年(1631年)期间武举录取的人数不断攀升,崇祯四年(1631年)时“取翁英等百二十人”<sup>[161]708</sup>,数量可谓惊人。这种考核方式循序渐进的优化反映出明廷对规则意识的重视。而录取人数的接连攀升则印证了制度的不断完善和进步,这不仅促进了人才选拔,也推动了武术技艺的规范发展。

除了官方的推动,民间武术的发展也自发地走向规范化和体系化。特别是拳谱开始频繁出现,这些拳谱对拳法的动作、套路、劲力等都进行了详细记录和规范,恰好体现出武术训练的规则化和体系化。这与西方中世纪骑士比武的规则手册极其相似,都体现出

游戏的规则意识。以明代武艺家程宗猷为例,其著作《少林棍法阐宗》是至今为止最具代表性的古代棍法著作,书中所论“兼枪带棒”的技艺理论与传训模式,直接影响到后世南北棍法发展的基本格局<sup>[23]</sup>。书中详细阐述了棍法的技术动作,制定出包括“势、套、用、试”四环节的训练规则,并绘制五十五幅棍势图,每幅均附配文字解读和歌诀<sup>[24]</sup>。这种图文并茂的编排方式为习练者学习和理解提供了巨大帮助,也从形象说明的角度进一步体现出程宗猷对棍法规范化传承的重视。他希望通过建立一套系统的训练体系,将棍法技艺更加完整地传承下去,使其更带有规则约束下的演练与竞技色彩。

晚明武术规则意识的增强,不仅体现在对既有技艺的规范化整理上,更突出表现在以拳术为核心的新形态,也就是“拳派化”的兴起上。明清之际,“拳”的概念逐渐超越单纯的徒手格斗,甚至可以涵盖一个门派的技艺体系,成为武术的重要代名词。虽然如戚继光在《纪效新书》中仍认为“拳法似无预于大战之技”<sup>[25]</sup><sup>[39]</sup>,视其为兵器训练的基础,但拳法因其便捷易学、不受器械场地限制的特点在民间蓬勃发展,并逐渐形成具有独特技术体系和传承谱系的众多流派。这种“拳派化”趋势本身就意味着武术内部“规则”的细化与多样化,不同的拳派即代表着不同的技术规则、训练体系和风格特征。

文献记载印证这种流派纷呈的局面。戚继光在《纪效新书·拳经捷要篇》中便罗列了“宋太祖三十二势长拳”“六步拳”“猴拳”“温家七十二行拳”“吕红八下”“绵张短打”“山东李半天之腿”“鹰爪王之拿”“千跌张之跌”“张伯敬之打”等诸多拳法名目,以及当时“有名者”如少林寺棍法、杨氏枪法、巴子拳棍等<sup>[25]</sup><sup>[39]</sup>。除戚氏所录,其他文献如《阵纪》有载“曹聋子之腿,唐养吾之拿”“童炎甫、刘邦协、李良卿、林琰之流,各有神授,世称无敌”<sup>[26]</sup>。这些记载清晰勾勒出晚明拳术流派众多、各具特色的景象。甚至地方志也反映了习拳风气的普遍,万历年间《南昌府志》记载:“湖广浏阳,下连武宁、奉新、靖安,荒僻阻险,人民豪横或招纳强僮,或养交侠客,百十为群,歃盟自结,辩者构讼,谍勇者习拳棒,争雄角胜,执杖持兵,殖党聚徒,夺牛抢穀,倚人命则屋舍。”<sup>⑥</sup>清初官方文书亦提及“少林僧徒,素以教习拳棒为名,聚集无赖、邪教之人,专意煽惑此等人入伙”<sup>⑦</sup>。可以说,“拳派化”的兴起极大地丰富了武术的规则体系,使得不同流派下的习练与竞技,都在各自约定俗成的游戏规则下展开。

明代射箭技术的进步也佐证了这一趋势。明代著

名弓箭家高颖在其《武经射学正宗》中,对射箭的技巧和要点进行了详细阐述,并提出“审、彀、匀、轻、注”5个要点,每一个要点都解释得清晰透彻,为后世学习射箭提供了宝贵的参考资料。不仅如此,他还在书中对当时民间射箭竞赛采用的“射远”与“射准”两个规则进行了简要记述<sup>[27]</sup>。这种对技艺的精细化阐述和对规则的明确制定,使得晚明的射箭技艺更具科学性和系统性,也使其游戏特质更加凸显。《武经射学正宗》一书对明清射书的影响甚为深远,其技术内容被广泛摘录与引用。明清两朝最为流行的武闾用书,如明代黄献臣辑《武经开宗》、清代朱墉辑注《武经七书汇解》附《武经汇解末卷》等,多有摘录该书的技术内容。清初代表性射书《学射录》也节录了部分内容。《学射录》作者李塨是颜李学派的代表性学者,影响巨大,故《学射录》为《清史稿艺文志》子部兵家、《中国古籍总目》子部兵家类等著录,并收在《畿辅丛书》之中。这表明,高颖建立的射箭规范不但影响明清两代的武艺发展,也使其游戏的面向更为凸显,并为后世射艺的传承和发展奠定基础。此外,高颖制定的射箭规范对同时期日本、朝鲜射箭技艺发展的影响很深,至今仍被广泛采用和传承,这更进一步证明其射学体系的价值和影响力,亦折射出武术具有的游戏面向的跨文化传播。

## 2.2 空间与时间:武术“游戏”的仪式化

武术的空间实践自古便有制度化的场域安排,择地设场、择时成规,力求使专门场所与习武活动相匹配。这一传统在晚明时期愈加凸显,习武场域也更加多元,从校场、书院到寺庙、私宅,乃至专门的武馆和拳场,皆成为武艺演练和切磋的场所。伴随城市经济的繁荣和人口的增长,武馆如雨后天春笋般涌现,成为习武者聚集、交流技艺、传承武学的中心。据朱汝珍记载:“技击拳术,古来甚重,各乡皆有武馆。”<sup>⑧</sup>冬令时节,拳场设立,习武者“膳讫纷赴各场,舞刀剑戈矛,至夜午乃止”<sup>⑨</sup>。

这些特定场所与时间的结合为习武提供独立时空,同时也赋予武术超越其技击功能的文化意涵和仪式价值。习武者远离生死搏杀的严酷场域,在相对安全和规训的环境中锤炼身心、传承技艺,这契合赫伊津哈关于游戏的“隔离性”特征,即游戏是在特定时空和规则框架下与日常生活相隔离的活动。这使其转化为一种带有象征意涵的社会文化场景,进而推动武术文化形态中游戏维度的发展。更有甚者,原本用于军事训练的演武场,也逐渐演变为兼具军事操练、节庆娱乐和公共聚集功能的场所,成为城市政治文化生活的重要组成部分。顾炎武曾记载,卫所之军“各有

总旗,有小旗,有操军操,有演武场”<sup>⑩</sup>;而到了明代后期,演武场已成为“挟妓饮演武场,投壶蹴鞠为乐”的公共社交空间<sup>⑪</sup>。演武场功能的转变恰如晚明武术发展的缩影,它从军事技击走向文化娱乐,最终融入日常社会生活,在一定程度上完成了从侧重实用向兼具文化游戏意蕴的转变。

戚继光在《纪效新书》中,对校场练兵场景的描绘,也为理解武术“游戏化”提供了鲜活例证。详细记述了校场比武的规则和流程:“比枪,先单枪试其手法、步法、身法、进退之法。复二枪对试真正交锋。复以二十步内立把一面,高五尺,阔八寸,上分目、喉、心、腰、足五孔,每安一寸木球在内。每一人执枪,在二十步外,听擂鼓,擎枪作势,飞身向前,截去孔内圆木,悬于枪尖上,如此刺遍五孔止。”<sup>⑫⑬⑭</sup>校场虽非真正的战场,却在规则与仪式建构下,形成类似赫伊津哈笔下“魔圈”般的特殊空间<sup>⑮</sup>,它与现实生活相对隔离,却又与之紧密相连。游戏需要特定的时空,以及自成一体的规则<sup>⑯</sup>。校场正是游戏场域,它以仪式化手段将生死搏杀转化为可控的竞技,赋予技艺演练以一种超越单纯模拟的秩序感与严肃性。

引入福柯“异托邦”概念,可更深层揭示校场文化意涵。这种与现实世界有所分离的空间,恰反映出更深层次的社会结构和价值观<sup>⑰</sup>。在校场这个“军事异托邦”中,士兵们暂时摆脱日常生活的束缚,进入一个以技艺为中心的秩序体系。戚继光对校场布局、训练科目及考核标准的详尽描绘,揭示出这一独特空间的构造逻辑。通过标准化的训练和规则化的考核,校场模拟战争的残酷性,但又将其限定在可控范围内。士兵们在此磨砺技艺,体验竞争,更在精神上接受洗礼和锤炼。这种介于“游戏”与“实战”之间的微妙张力构成校场的独特魅力,更折射出晚明武术的独特游戏面向,即在保留实战内核的基础上,通过规则与仪式寻求精神的探索与内在的升华。

于文人雅士而言,书院和私宅则成为他们追求文武兼备理想的“游戏场”。相较于刀光剑影的战场,这些充满书卷气的场所,更能彰显士大夫阶层对武术文化的独特理解和精神追求。恰如赫伊津哈所言,游戏是“一种自由的活动”,与现实保持距离,并在特定“空间”中自成目的<sup>⑱</sup>。士大夫在书院和私宅中开展的武术活动,正是这种“自成目的”的游戏,它不是实战厮杀,而是为修身养性,陶冶情操,追求一种身心和谐的境界。以明代文武通才耿橘(庭怀)主持的虞山书院为例,内设有射圃和讲武厅。据《虞山书院志》记载,射圃位于书院后山,内设“箭道”“观德门”“智圣堂”,空间布局尽显儒家“射以观德”的思想<sup>⑲</sup>。讲

武厅则位于庭院中央,旁有“文武泉”,与弦歌楼、洗砚池等共同构建起书院“文武兼修”的景观生态。这些充满书卷气的场所,与喧嚣的市井生活形成鲜明对比,为士人提供远离尘嚣、修身养性的精神家园。他们在此研习武艺,提升心性,将习武视为一种身心养性的游戏,而非生死攸关的战场搏杀,这也正是晚明武术呈现出更多游戏特征的重要体现。

伴随“拳派化”的风潮,俗称“套子武艺”的套路演练日益兴起,演变为各流派传习的核心。作为预先编排的连续动作组合,套路要求习练者置身于拳场、庭院或厅堂等特定场域,严格遵循既定的顺序、路线与节奏反复操演,因而具备强烈的时空规定性与仪式感。这种对独立且受控时空的依赖,与赫伊津哈所谓游戏必于“魔圈”内进行的特征若合符节。晚明武艺著作如程宗猷《耕余剩技》中的《少林棍法阐宗》与《单刀法选》,即为套路规则化与文本化的明证。书中不仅详录被称为“势”的单体招式,更将其串联为名为“套”或“趟”的连贯序列,辅以图解、口诀及路线指引,确立规范化传承的蓝本。其棍法与刀法借由“趟”的运行逻辑,整合直线与曲线的步法身法,构建出具备内在韵律的完整结构。这种程式化的实践,使武术演练升格为一种遵循严格程序、循环往复的“仪式化游戏”,其重心亦随之从单纯的即时格斗效能,逐渐转向对技艺程式的精准掌握与完美呈现。

此外,寺庙和宗祠也成为武艺传承的重要空间。吴旻《手臂录》就记载在报本寺向石敬岩学习枪法的过程:“崇禎癸酉,敬岩至娄,寓报本寺,余约同里夏君宣、玉如、陆桴亭,拜学焉。”<sup>⑳</sup>而少林武艺在明代的大放光彩,更是不必赘述的显例。《江南经略》详细记录僧兵天员是如何在普照寺组织训练僧兵队伍的:“天员遂于五月二十一日从苏州起兵,二十六日至松江……天员招选四方僧八十四人,拟立将领……天员遂于五月二十一日从苏州起兵,二十六日至松江,又选蛇山兵一十八名与月空合为一枝,共一百二十人,劄营于普照寺。密雇皮工造皮甲,竹工造毛竹甲。皮甲在内,竹甲在外。铁工造钢叉二十四把,钩枪二十四把,铁棍一十二条,密与松江府取靛青佩诸身畔。封固刹门,分为十营,定派兵器而演习之。”<sup>㉑</sup>从这段记述可以看到,普照寺除提供日常食宿外,还成为一个封闭式训练场,天员在此招募僧兵,打造兵器,进行队列操练,使寺院俨然成为一座军事堡垒。通过“翁家港之捷”认识到僧兵所习武艺用于实战的真实效果,说明寺院在晚明武术训练和军事活动中的特殊地位。

### 2.3 精神与价值:武术“游戏”的超越性

晚明士人对武术的理解与实践,呈现出一种复杂

的双重性。面对内忧外患的严峻现实,习武首先承载强烈“经世致用”色彩,关乎个人安危、地方秩序乃至国家存亡,这成为士人尚武风气兴起的重要驱动力。然而,与此同时,晚明士人并未将武术仅仅视为纯粹的杀伐或防卫工具。深受儒家“文武合一”理想、心学“知行合一”思想以及社会文化变迁的影响,他们亦在武术的研习与实践,注入丰富的文化意涵和精神追求,使其在实用功能之外,呈现出显著游戏特征。武术中这种游戏倾向的增强,非但不是对武术实用价值的否定或取代,实则一种文化调适与价值增生,是在特定历史语境下,士人阶层平衡现实需求与精神世界的一种方式。

赫伊津哈指出游戏具有自愿性、规则性以及特定时空内进行的特点<sup>[69-71]</sup>。虽晚明士人习武多带抗倭、强身等现实目的,但其习练过程、社群互动及价值认知,常自觉或不自觉地融入游戏元素。例如,对武术规则和仪式的日益重视,前文所述的武举规范、拳谱制定、特定场所的习武仪式,使得习武活动本身超越了纯粹的技术训练,带有了某种秩序感和仪式美。即使目标是为了提升实战能力,这种在规则框架下的磨砺、切磋与自我提升,也蕴含了赫伊津哈所描述的游戏精神,即一种在限定条件下追求卓越、体验过程乐趣和实现自我满足的倾向。因此,与其把晚明武术游戏特征的出现,简单看成脱离功利的“纯粹游戏”,不如把它理解为实用目标与精神追求交织于一起的一种复杂现象。

这种交融在晚明诸多文武兼备的士人身上得到体现。俞大猷戎马一生,功勋卓著,其《剑经》的核心是实用棍法,旨在提升战场杀敌效率。但他同时以“用棍如读四书”<sup>⑥</sup>为喻,强调习武需如同研读经典一般,遵循法度、循序渐进,体现对规则和秩序的尊重。其“致人而不致于人”的境界追求,固然源自实战中的主动权意识,但也折射出一种超越具体胜负、追求技艺精纯与运用自如的精神向往。他在《正气堂集》中留下大量军旅诗,如“倚剑东溟势独雄,扶桑今在指挥中”“匣内青萍磨砺久,连舟航海斩妖魑”,既抒发平定倭患的现实抱负,也展现出通过武功实现个人价值和精神寄托的情怀。其诗赠学成归去的少林僧宗擎,“剑诀有经当熟玩,遇蛟龙处斩蛟龙”<sup>[30]</sup>,更是将实用的技击要诀与经世的担当紧密结合,并赋予其传承的文化意义。

同样,唐顺之精通枪法射艺,编撰《武编》总结实战经验,其投身抗倭直至殉国的经历<sup>[31]</sup>,是“经世致用”的极致表现,但他同时也强调武艺是士人全面发展的一部分,蕴含文化修养的意义。王阳明心学“知

行合一”的思想,更为这种融合提供了哲学基础。“文武一事”的观点,意味着武术实践不仅是身体的锻炼,更是心性磨砺、道德实践和体悟“良知”的过程。习武不再仅仅是为了应对外部威胁,也成了士人完善自我、实现内在精神和谐的重要途径。这种外部事功与内在修养结合的追求,赋予武术活动以深层价值,使其在追求实用效能同时,也带有修身养性的游戏色彩。顾炎武所言“士大夫皆有有用武之心”<sup>[32]</sup>,正点明了这种普遍的时代心态,体现出当时“用武”一词既是现实需要,也是精神自觉和价值实践。

因此,晚明武术呈现出的游戏化趋势,其深层寓意是在维护实用性的基础上,通过规则化、仪式化以及儒、释、道、心学等思想的融合,丰富和提升武术的文化内涵与精神价值。“尚武”精神被注入忠君报国、抵御外侮的时代内涵,戚继光《过文登营》中“遥知夷岛浮天际,未敢忘危负岁华”<sup>⑦</sup>的诗句将之形容的淋漓尽致。而“尚武”的进一步民间化则以“侠义”精神的形态通过文学作品得到了进一步传播,成为民间推崇的道德准则,这些都反映了武术超越纯粹技击,成为承载社会价值观和民族精神的文化符号。同时,武术与养生术的深度同构也为晚明武艺注入追求身心自洽的内在维度。这一时期,士人阶层对性命修持的极度关注,使调息导引、内功静养等养生法门顺理成章内化为武术的技艺肌理。高濂《遵生八笺》与文同《二六功课》等著述便是这种身心技术跨界融合的生动注脚。这种技击与养生的互渗,实质上完成了一次对武术本体的扩容。它不再仅仅是克敌制胜的手段,更演变为一种复杂的文化综合体,在保留现实锋芒同时,通过对精神世界的内向探索,构建起具有超越性与自足性的游戏空间。

值得注意的是,“拳派化”的兴起不仅带来技术体系的分化,也促进武术在精神内涵和内在体验上的深化,这同样体现了其超越纯粹实用性的游戏向度。相较于早期军旅武艺强调的直接杀伤效果如“丛枪戳来、丛枪戳去”或戚继光强调的“拳打不知”<sup>[25][39]</sup>,许多新兴的拳派武术开始更加注重对内在力量,即对“劲道”的体悟、掌握和运用。如黄宗羲《王征南墓志铭》所载内家拳,其要诀即在于“以静制动,犯者应手即仆”<sup>⑧</sup>,强调内在的感知和对力量的巧妙运用,而非蛮力对抗。这种对“劲道”的精微探求,使武术练习超越外在招式的模仿,转变为一种内向的、体验式的身心修炼。不同拳派对“劲道”的理解与表达各异,如后世太极拳的“以柔克刚”、八极拳的“崩撼突击”、通备劈挂拳的“吞吐开合”,这种差异性本身也为武术习练和交流增添更多的趣味性和探索性,使其带有更浓厚的智

力与身体游戏的色彩。

此外,作为“拳派化”核心表现形式的“套子武艺”,也日益展现出其独特的审美价值。晚明的武术套路,尤其是在文人参与或记录下的那些,不仅追求技击的有效性,也注重动作的连贯流畅、节奏韵律以及身法姿态的美感。《武备志》所录《朝鲜势法》双手剑,其剑歌诀中“摇头进步风雷响”“左进青龙双探爪,右行单凤独朝阳”“撒花盖顶遮前后”<sup>①</sup>等诗意化的描述,不仅点明技击要点,更赋予剑法套路以生动的意象和艺术美感。这种对形式美与意境的追求,将武术从纯粹格斗技术,提升为可供审美体验的文化活动,强化了游戏的愉悦性与超越性。

有趣的是,当时的日本也出现类似现象。江户时代中期,著名学者荻生徂徕(1666—1728年)对武士阶层中流行的“武艺游戏化”倾向提出了严厉批判<sup>[33]</sup>。他指责江户武士,由于国泰民安,逐渐丧失对技艺的严肃态度,不再重视实战,转而沉迷于抽象的武艺理论和招式的美化,甚至设计面具以减轻竹剑对抗时的痛感<sup>[34]</sup>。在他看来,这种倾向表面上热衷游戏,实则背离武士道精神。他主张,武士应当肩负社会管理,文武兼修,并通过改革武艺教育,重振技艺与精神的内在联系<sup>[35]</sup>。为此他编纂《射书类聚国字解》,将中国射学名著《武经射学正宗》等书传译为日文,意在借助中国传统技艺振兴日本武艺教育,并将武士道精神融入日本教育体系。荻生徂徕的思想,被视为日本近代“士道”思想的先声。他对技艺“游戏化”倾向的批判也反映了当时日本社会对文武兼备理念的再思考,折射出对传统武士道精神在时代变迁中的再审视。晚明士大夫阶层对技艺融入游戏元素的推动,与荻生徂徕的批评在时代背景和文化追求上,展现出某种相似性。

### 3 结语

晚明时期,在王朝兴替与火器兴起的双重变局下,中国武术迎来结构性转型的契机。士大夫阶层秉持“文武合一”理想,深度介入武术实践,经由规则精细化、空间仪式化及精神内涵的拓展,赋予其显著的游戏特质。置于赫伊津哈的游戏理论视阈下,这一趋势实乃武术在火器兴起、战场功能式微背景下,为求生存与发展所完成的一次成功文化调适与价值重塑。

首先,它为武术开辟了“身体修持”与“文化载体”的新路径,使之超越纯粹的杀伐之术,成为一种可以融入日常、关乎个人身心与精神境界的修养方式,奠定了近现代中国武术“健体防身、涵养武德”主流价值的根基。其次,以“拳派化”为标志的体系化进程,不仅丰富了武术的技术宝库,更重要的是建立起

一套套兼具技术、理论与伦理的传承范式,为武术知识积累与传播提供稳定框架,使之得以薪火相传。进一步来看,士人尚武所倡导的忠义、气节与担当精神,通过小说、戏曲等大众媒介不断传播渗透进社会价值观,既丰富了具有中国特色的“侠”文化,也潜移默化中影响了民族性格与集体精神的塑造。

晚明武术借助游戏维度拓展文化空间的同时,也无可避免遭遇功能置换的困境。对“劲道”的微观体认与对“花法”的审美追求,丰富了技艺表现力,但也导致武术与实战语境的疏离。当然,这种疏离不宜简单看作技艺退化,而是在武艺由残酷的“杀伐之术”转向文明的“修身之艺”的过程中,难以回避的一种异化与阵痛。这一点在跨文化视野中显得尤为清晰。相较于日本,晚明武术则选择了一条更为温和且人文化的路径,主动寻求与士人精神、养生观念的深度共生。这两种殊途异归的演化路径,揭示了身体技艺如何被特定的社会文化生态所规训与重塑。时至今日,晚明士人留下的这份遗产仍具有强烈的现实回响,如何在保有游戏赋予的深厚文化底蕴与持守技击代表的原始生命力之间建立新的动态平衡,依然是中国武术亟待解答的时代命题。回溯400年前的这场转型,即在历史棱镜中,为现代武术的价值重构探寻理性的边界与方向。

### 注释:

- ① [明]吕本等辑. 皇明宝训 太祖 卷 6. 明万历三十年秣陵周氏大有堂刻本: 253.
- ② [明]何愈修, 张时彻. 定海县志. 明嘉靖四十二年刊本: 101.
- ③ [明]顾煜辑. 射书. 明崇祯十年刻本: 17.
- ④ [清]李堪撰. 颜习斋先生年谱(卷上). 王氏谦德堂刻畿辅丛书本, 1879: 20.
- ⑤ [清]万斯同. 明史 卷 416. 清钞本: 3480.
- ⑥ [明]范涑修, 章潢纂. 新修南昌府志 卷 25. 明万历十六年刻本: 3.
- ⑦ [清]官修. 高宗纯皇帝实录上 卷 107. 清内府钞本: 136.
- ⑧ 朱汝珍. 清远县志 卷 20. 谢祖安修, 1937: 1928.
- ⑨ 董作宾. 续安阳县志 卷 16. 方策修, 1933: 231.
- ⑩ [清]顾炎武. 天下郡国利病书 第 17 册. 稿本: 1760.
- ⑪ [清]万斯同. 明史 卷 252. 清钞本: 6099.
- ⑫ [明]张鼐. 虞山书院志. 明万历刻本: 27.
- ⑬ [清]吴昱. 手臂录 卷 4. 清道光二十一年金山钱氏增刻指海本: 220.

- ⑭ [明]郑若曾撰. 江南经畧 卷8. 明嘉靖四十五年序刊本: 49.
- ⑮ [明]俞大猷. 正气堂集 卷4. 清道光孙云鸿味古书室刻本: 807.
- ⑯ [明]戚祚国. 戚少保年谱耆编 卷1. 清道光二十七年仙游崇勋祠刻本: 24, 30.
- ⑰ [清]黄宗羲. 南雷集 卷6. 景无锡孙氏小绿天藏原刊本: 151.
- ⑱ [明]茅元仪. 武备志. 明天启刻本: 1696.

### 参考文献:

- [1] 马明达. 说剑丛稿(增订本)[M]. 北京: 中华书局, 2007: 267.
- [2] 吴晗. 明史简述[M]. 北京: 中华书局, 1980: 41-50.
- [3] 林伯原. 明代武术发展状况初探[J]. 体育科学, 1982, 2(3): 8-19.
- [4] 李吉远, 谢业雷. 明代武术的发展——基于武术古籍的研究[J]. 体育学刊, 2015, 22(1): 113-117.
- [5] 关彦莉. 明代武术发展与明代社会[J]. 武术科学(搏击·学术版), 2005, 2(4): 17-18.
- [6] 约翰·赫伊津哈. 游戏的人: 文化的游戏要素研究[M]. 傅存良, 译. 北京: 北京大学出版社, 2014.
- [7] 张萌萌. 赫伊津哈游戏论研究[D]. 济南: 山东大学, 2013: 03.
- [8] 周爱光. 试论“竞技体育”的本质属性——从游戏论的观点出发[J]. 体育科学, 1996, 16(5): 4-12.
- [9] 刘欣然, 李亮. 游戏的体育: 胡伊青加文化游戏论的体育哲学线索[J]. 体育科学, 2010, 30(4): 69-76.
- [10] 焦素花, 孙南, 焦现伟, 等. 近代以来我国体育本体属性遮蔽的观念史考察——以赫伊津哈的游戏论为分析视角[J]. 北京体育大学学报, 2016, 39(3): 34-41.
- [11] 萧统辑. 诗人世次爵里(卷6)[M]. 郭正域, 批点. 凌蒙初, 辑评. 北京: 凌蒙初刻朱墨套印本: 265.
- [12] 余英时. 士与中国文化[M]. 上海: 上海人民出版社, 1987: 519-524.
- [13] 徐光启. 徐光启集[M]. 上海: 上海古籍出版社, 1984.
- [14] 朱国祯. 历代笔记小说大观(涌幢小品)[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2012: 765.
- [15] 谷应泰. 明倭寇始末[M]. 北京: 中华书局, 1985: 4-15.
- [16] 张廷玉. 明史(第6册)[M]. 北京: 中华书局, 1974.
- [17] 王鸿泰. 武功、武学、武艺、武侠: 明代士人的习武风尚与异类交游[J]. 中央研究院历史语言研究所集刊, 2014(85): 222.
- [18] 王士禛. 池北偶谈[M]. 济南: 山东画报出版社, 2004: 284.
- [19] 王守仁. 王阳明全集[M]. 吴光等, 校. 上海: 上海古籍出版社, 1992: 82.
- [20] 陈第. 一斋集(谵言)[M]. 北京: 北京出版社, 2000: 325.
- [21] 陈宝良. 中国古代镖局的起源及其兴盛——兼及标兵与镖局之关系[J]. 西南大学学报(社会科学版), 2014(5): 105-118+183.
- [22] 沈德符. 万历野获编(卷9)[M]. 北京: 文化艺术出版社, 1998: 265-266.
- [23] 马廉祯, 岳文言. 明代《少林棍法阐宗》版本及南北武艺的融通[J]. 西安体育学院学报, 2023(4): 470-479+506.
- [24] 程宗猷. 少林棍法阐宗[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2006.
- [25] 戚继光. 纪效新书[M]. 马明达, 马廉祯, 校. 北京: 人民体育出版社, 2021.
- [26] 张本正. 中华大典 军事典 军事制度分典 1[M]. 沈阳: 辽宁大学出版社, 2018: 848.
- [27] 马廉祯. 明代高颖《武经射学正宗》版本源流与价值研究[J]. 体育科学, 2021, 41(5): 53-62.
- [28] 宗争. 游戏叙述原理研究——以体育竞赛与电子游戏的叙述形态为例[J]. 四川大学学报(哲学社会科学版), 2016(1): 105-111.
- [29] 米歇尔·福柯. 词与物——人文科学考古学[M]. 莫伟民, 译. 上海: 上海三联书店, 2001.
- [30] 郭宇. 俞大猷诗文研究[D]. 扬州: 扬州大学, 2023: 34, 27.
- [31] 黄毅. 唐顺之与明代抗倭斗争[J]. 深圳大学学报(人文社会科学版), 2009, 25(6): 98-104.
- [32] 顾颉刚. 顾颉刚读书笔记[M]. 台北: 联经出版事业公司, 1990: 81.
- [33] 源了圆. 德川思想小史[M]. 东京: 中央公论社, 1973: 124.
- [34] NEWMAN J C. History of kyudo and iaido in early japan[M]. Bloomington: AuthorHouse, 2015: 215.
- [35] 菅野觉明. 武士道の逆袭[M]. 东京: 讲谈社, 2004: 144-147.