我的太极拳小史

胡晓明

太极拳是中国的国粹。人无分男女老幼，地无分南北西东，学无分老庄孔孟，时无分春夏秋冬，只要有华人的地方，就有太极拳。太极拳精深博大，藐予小子，习拳几何？敢撰私史？然练的人不写，写的人不练；有内史，也有外史；有个人史，有家族史。小人物、边缘人、旁观者，也可以从各个侧面去丰富、注解、诠释宏大叙事的历史。对于一个像太极拳这样无比深厚的对象，当然不是只有垄断的一种史。

先要说起我的太极拳“前史”。那就得从外祖父讲起。外祖父是贵州毕节经商的，长年在外东跑西颠。他老人家跟我讲小侠艾虎、南侠展昭、接镖还镖的故事，听得一帮子少年血脉偾张。又说他年轻时曾在地方上打过擂台，将刘四爷一脚踢翻下去。我便缠着他教几招，因为我那个时候身体单薄，经常受到附近小孩子的欺侮。于是我从他那里知道了“白鹤亮翅”“推窗见月”“青龙出水”。然而失望的是这些完全不能实战。据母亲说，主要是怕我们弟兄出去惹祸，伤了别家的小孩子，外祖父就只教太极不教散打。然而再后来我才知道，什么打擂台之类，全是他老人家的一番“意淫”，喝酒时下酒的幻象。太极拳不是拿来打架的，这个我早就明白了，所以近年来拳坛上的那些有关打斗的花花絮絮，仿佛是穿越时光，回到了多年前外祖父微醺时分的酒话。当然，我的母亲十四岁受剑仙侠客书的影响，带着三两闺蜜离家出走，往四川峨眉山访师求道，差点回不来。也因缘际会，藉一副侠义心情转而投身革命，这也是史前史，基因里的种子。

大学本科时喜欢武术，就不讲了。话说五年前，“师姐”（我太太）从首届太极拳班结业回来，兴冲冲拉我一定去第二届，说好得很。于是凌波微步、六脉神剑、打狗棒法、独孤九剑……全都“隔窗云雾生衣上，卷幔山泉入镜中”，这样成了“黄浦拳校”（学校工会的培训班）第二期学员。

有一回，我和“师姐”在长风公园练拳，特别是“师姐”，打得有点偏偏倒倒的样子（这文章不可告诉她看）。旁边，一个中壮年男子，一直坐在长椅上，这时实在看不下去了，上前问“你们是跟谁学的？学了几年了？”然后兀自示范表演了一番陈家沟的老架七十二式，峭拔古腴，高人在民间呵。从此我们都绝不敢轻易说出师傅的名字，怕辱没了师名。

师傅,陈家沟传人。最近看了我的视频，说了一句:“当初钱穆他们就是这样打的。”——表扬乎？批评乎？师傅清刚老劲，大气磅礴，拳风兴会飚举，直入画境，无须我表彰，吾校数百余名老师员工，人无分男女老幼，都是他麾下的“俘虏”。噫！华东师大百千强，无人不知李富刚。

然而我五年的太极拳史，之所以可以成“史”，是罕有人像我这样不厌不弃地坚持这个东西，刮风下雨，打雷闪电，几乎从不间断。这是可以自表的。出差旅游在外，无论是北海道的雪地，多伦多的空街，甚至长途飞行的航班机尾处，轮船晃动的甲板上，都留下了我的身影。疫情隔离期间，不是说要增加免疫力么？也乘着月黑风高，在小区里无人隐僻处，不戴口罩坚持每天打二十分钟。那段风险时期，如幽人往来，孤鸿缥缈，别有一番意味在心头。太极拳，最重要的是三句话，第一句话是坚持，第二句话是坚持，第三句话还是坚持。只有如此，才对得起如此千年国粹。

我的太极拳史，分成好几个阶段。不同的阶段有不同的体验。第一个阶段，是探究神秘。禅宗说一开始是看山是山，而我一开始就是看山不是山，打拳不是拳。从马王堆出土的西汉早期导引图，庄子说的“吹呴呼吸，吐故纳新，熊经鸟伸”，就已有太极拳的身影在其中晃动。“导”就是“导气会和”，引就是“引体会柔”，是呼吸运动和躯体运动相结合的一种功夫。我一开始就认定太极拳不是体操，也不是武术，关键就是要能行气，这个太神秘了。能不能做到？如果找不到气感，那就不过是做一套操。在培训班的时候，我内心里不时讥笑我们大家都不过是在一起做体操。然而，李老师就从来不讲“以气运身”“炼气化神”的那一套玄学。

这个阶段很快就过去了。因为，中国文化，最神秘的就是“气”。有人说此气就是神经，有人说是生物电，有人说是人体内的一种特殊分泌物，有人说是人体内的一种特殊功能系统等等，都是乱猜，根本就不是一回事，是用现代人的科学思维来替换古人的思维系统。而且，中国道家文化最讲自然而然，不要刻意去求一个东西。庄子说的心斋坐忘，其实正是去执化滞。老子说的，“抟之不得，名曰微”，“复归于无物，是谓无状之状”。一开始就想如何“神气鼓荡”，肯定是不可能的。这个阶段我得到的是平常心是道，最奇崛者最寻常，把一招一式打好。

第二个阶段，追求好看。半套太极拳，二十多分钟，翩若惊鸿，婉若游龙；动如脱兔，静如处子。若是当文章写，像一篇骈文，如庾子山《为梁上黄侯世子与妇书》：“想镜中看影，当不含啼；栏外将花，居然俱笑”；若是当律诗读，或绮情丽绪，纷蕤相引，或气静机圆，襟怀高旷；若是当书法撰，又像一副好对子：花花自相对，叶叶自相当，雷霆走精锐，冰雪净聪明；若是当舞蹈看，自我感觉有凌云气、吴带当风，古意盎然，摆脱人世间种种凡猥，而自入千古文人侠客梦。

这一个阶段比较久。也有一些意外收获。那年在京都出差，住的那个小酒店没有院子。干脆，顺着房子的消防梯，攀爬至楼顶处，在水箱之间的狭窄空地打了一轮。打毕，鸟瞰周边，发现不远处有一神庙，庙有院落，小而幽静。第二天遂往神庙，打的感觉特别好，思接千载，遥想唐代东渡的僧人，传播华夏文明。后来每出差京都，一定要在神庙或古寺幽僻处练拳。还有一次在大阪的酒店旁边，竟有松尾芭蕉刻石题诗的小公园，旁边有一大庙，钟声悠悠之间，穿插跌宕自喜之一招一式。当然，最难忘的是北海道那年，有《北海道星野度假村晨起练拳三首》纪其事，第一首云：

千山鸟绝静无声，
门掩远村夜雪深。
莫怪冰寒不入骨，
九天风露鹤精神。

然后发朋友圈、发朋友圈……让日常生命富于美的享受，这是太极拳所赐之礼品。但是有时候是要付出代价的，尤其是异国他乡，人生地不熟，时差倒不过来，后半夜起来打拳，不免有些安全之虞。那年在多伦多开会，酒店旁边寻一空地，街灯远近昏黄，静寂之中，偶有一二路人在寒风中踽踽而过。我担心安全，幸而找到一处可以按紧急警铃的柱子。一边打，一边留心周边情况。然而打完之后，发现原来是多伦多旧时唐人街遗址，无任何建筑物，只有一长列横排的说明纪事碑，有图有真相。怪不得这拳打来神气鼓荡？（今天想来，城市建设中，有无法恢复的故居旧街，不要新造假古董，也不要毫发不留痕迹，不妨如此标注一番，存一份温情敬意。）另一次也是在加拿大，温哥华本拿比的一处自然保护区。大森林极美妙，然打完拳之后,天刚亮,才看清一块牌子上写的字:“请不要喂食郊狼。”——忽然冷汗，这拳能打狼不？

第三个阶段，从累与烦中反省。我前面说过，太极拳难就难在天天练，风雨无阻。然而时间一长，未免单调而重复，身心俱疲。又不可能天天出差有好风景，再美的音乐与文章，天天重复，必生倦怠。现代人是求新求变的动物，似乎很难永远守住一个东西，浮躁而趋新，是现代病的根子。不过太极拳似乎启示我们换另一副思路看世界。生命是要锤炼的，身体不是拿来享受，而是拿来修行的。身体是一个九转灵丹的火炉。这正是古人区别于现代人的要义。于是我这样又坚持了一两年，渐渐地，开始体会到其中一个“慢”字，极有意味。“慢”既是心性的修行，也是身体关节的耐力，即肉身即性情，炼气化神。“慢”又是城市人生每天都有的桃花源，是这个快节奏重压力生活的对照项，就看你打开不打开。“慢”还是忍，是舍，是生命的反省回看与提醒，提醒运动变化之际，是否立身中正，足跟是否浮起飘渺无着落。

为了从单调与重复中反省，又体会得一个“缠”字。有一回，台湾大学的李丰懋，道教学者，在一起吃饭聊天，他问我打什么招式，我说陈式。他说陈式最重要的是一个“缠”字。后来看到陈派学者如顾留馨、沈家祯的文章《陈式太极拳特点之三：顺逆缠丝的螺旋运动》，更增加了对这一个字的认识。然而其实不止陈式，全部太极拳的特点也正是这一个字，文章里说到的前辈，“杨少侯先生在晚年独创的小架子，只见发劲，不见运劲。此乃运劲圈儿小到看不出，仅将发劲显露出来的具体表现，是紧凑不见圈的纯熟功夫”，杨少侯就是杨式太极拳第三代高人。“缠”有很多技术细节的讲究，这里且不表。我的体会，从古典学上说，“缠”义甚丰，其一曰形体与身位的“缠”，如欲左反右，欲起先沉，欲外先内等。其二曰意念与心神的“缠”，如虚中含实，阴阳互缠，刚柔兼济等。其三曰拳外功夫的“缠”，即苦乐一体，执与不执的缠，这里有很深的学问。什么叫苦乐一体？学者开始尝到太极拳是苦，才见真章，那些表演，我不太看得起，知道重要的是天天练，天天练即天天品尝人生之苦，然而每练完，通体舒泰，精神焕发。如饮醇醪，如吸那啥，上瘾之后，一日不练，似乎六脉不通，关节锁闭，神情不喜。因而，苦即是乐，痛即是爽，病即是药。

讲了半天，离题万里，李老师会不会看了又说：民国那些读书人就是这样看太极拳的。朱熹说：“读六经时，只如未有六经，只就自家身上讨学问，其理便易晓。”所以读者诸君要原谅我拳外说拳。我的每一阶段，都是层层递进，后一阶段，包含了前一阶段。这最后的反省还在继续，它融汇了美的享受与人天交感的神秘。记得那年在浙江丽水的一处深山里，那天一大早，青山浓翠如滴，山腰白云如纱，在农家一空地晨练，抱桩、起势，金刚捣碓、六封四闭、单鞭……噫！山谷里的白云，竟不期然而然，随着身形手势而起舞，而飘动，而升沉，此情此景，深意领略，自有解人。

二〇二〇年六月十二日

西游记（国画）关良画 刘海粟题

选自上海中国画院与文汇报社联合主办的“海上风标——谢之光、林风眠、关良诞辰120周年作品展”

笔会

“文汇笔会”微信二维码

从悟空的形象说到《西游记》的主题

陈大康

孜孜不倦地寻找主题源于惯性思维，从小学一年级开始就学着给课文提炼中心思想，经过十几年培训，作品得有个主题似已是天经地义。然而，即使给短篇故事提炼主题也不容易。

胡适曾说《西游记》是“一部很有趣味的滑稽小说，神话小说”，作者“并没有什么微妙的意思，他至多不过有一点爱骂人的玩世主义”。鲁迅也说此书“出于游戏”。他们不赞同“透过纸背去寻那‘微言大义’”，包括大闹天宫在内的整部小说，只是让人看了感到“好玩”而已。

动画片《大闹天宫》有段原著没有的情节：马天君视察御马监，百般刁难孙悟空，悟空不甘欺凌，反出天廷，回花果山去也。这个“马天君”纯是因“马”而杜撰，编剧似不清楚中国神话里，华光天王因名马灵耀而就叫马天君。电视剧《西游记》将马天君换成武曲星君，掩去此破绽，却仍保留原著没有的悟空受欺负情节。按原著描写，悟空上任后倒也勤勉，“昼夜不睡，滋养马匹”，但一旦知道弼马温只是“未入流”小官便勃然大怒：“养马者，乃后生小辈，下贱之役，岂是待我的？”先前他一听到太白金星说“请你上天，拜受仙录”，便笑道：“多感老星降临。”可见很乐意到天廷当官，但只给个小官可不干。

悟空从石头中蹦出后“眼运金光，射冲斗府”，玉帝只是说“下方之物，乃天地精华所生，不足为异”，未采取什么针对性举动。接着，孙悟空到龙宫强要金箍棒与披挂，又大闹冥府，强销生死簿上猴属死籍。玉帝原想遣将擒拿，后听从太白金星建议，决定既往不咎，招悟空上天当官。悟空见了玉帝只是躬身，不拜伏参见，玉帝也原谅他不知朝礼。原著对悟空当弼马温的原因交代得很清楚：玉帝招来文武百官，“看那处少甚官职，着孙悟空去除授”，因只有御马监少个“正堂管事”，便下达了任命，其间操作并无羞辱意味。大闹龙宫、冥府后没事还当了官，天廷对悟空还算是宽宏，悟空嫌官小就反出天廷，说来多少有点理亏。现在可以理解动画片与电视剧为什么要改动原著了，因为增添了受欺负情节，悟空身上便闪耀出反抗压迫的光芒，却不知这并非原著本意。

悟空回到花果山后仍做大王，还仿效天廷那一套，让大小猴等与降服的妖王“排班朝拜”。在鬼王怂恿下，悟空新目标是当齐天大圣，电视剧还给他加了句“与天高，与地齐”的台词，颇有自立天地的气概，但原著却写悟空还是希望由玉帝册封，并让哪吒传话：封这个官衔，“我自皈依”，如果不封，“定要打上灵霄宝殿”，还是想到天廷当官。玉帝原想发兵征讨，太白金星劝道：那只猴子“只知出言，不知大小”，不如给个空衔“养在天壤之间，收他的邪心”。见太白金星再次到来，悟空估测“定有好意”，便下令“大开旗鼓，摆队迎接”，自己则整肃衣冠，“急出洞门，躬身施礼”。齐天大圣总算当上了，悟空“遂心满意，喜地欢天”，玉帝则告诫他，“官品极矣，但切不可胡为”，只将悟空看作是胡闹的猴子，并无有心压迫的念头。

悟空在天上无事可干，整天“无事闲游，结交天上众星宿”，玉帝怕生出事端，便让他去管蟠桃园。猴子管桃园的结果闭着眼睛也能知道，不久便是“树上花果稀疏，止有几个毛蒂青皮的”。玉帝固然是用猴不当，而悟空监守自盗，恐怕没有哪个上司能够容忍。听说蟠桃会不曾邀请自己，悟空又径自前往，肆意享用佳肴异品，他的心思很显然：你们不带我玩，那就让你们也玩不成！接着他又到兜率宫，“如吃炒豆相似”地扫荡了太上老君的仙丹。悟空自知“这场祸，比天还大”，便“使个隐身法逃去”。事件结局大家都知道：悟空被如来压在五行山下，直到唐僧相救，前去西天取经。

胡适曾说《西游记》是“一部很有趣味的滑稽小说，神话小说”，作者“并没有什么微妙的意思，他至多不过有一点爱骂人的玩世主义”。鲁迅也说此书“出于游戏”，“我们看了，但觉好玩，所谓忘怀得失，独存赏鉴了”。他们不赞同“透过纸背去寻那‘微言大义’”，包括大闹天宫在内的整部小说，只是让人看了感到“好玩”而已。在较长时期里，这是占主导地位的意见。

用阶级斗争理论诠释《西游记》始于上世纪五十年代，不过意见常不一致。就拿猪八戒来说，一些人认定这是“新兴市民”形象，更多人认为他是“农民小私有者的典型代表”，但具体分析却又有分歧。或认为八戒有些“小毛病”，但“到底是个正面人物”；或认为他是“旧社会中一般俗人的肖象”，显示出“私有者的可笑、可鄙以至可恨”；或因八戒当过天蓬元帅，故而是“原来阔过后来没落的劳动者，原来是剥削者后来变为被剥削者的典型反映”。讨论煞是热闹，八戒的成分却一直定不下来。悟空的成分倒不难定：拥有偌大的花果山，平日大小猴们前呼后拥地服侍，定个地主并不为过。不过人们忽略了这一点，而是将天廷视为封建统治的象征，大闹天宫则证明孙悟空是反抗封建剥削与压迫的斗士。

问题好像得到了圆满解决，可是如何对悟空后来的表现作阶级分析却成了麻烦。首先，他之所以能从五行山下脱身，是因为诚恳地为大闹天宫向观音认错：“我已知悔了”，又向唐僧承认“犯了诳上之罪”，用悔过换来了自由。其次，悟空扯出齐天大圣旗号反叛时，牛魔王立即声援，自称平天大圣，可是后来悟空却剿灭了牛魔王。以往都是悟空无奈时发出请求，天廷才出兵相助，这次却是不请自来，可见早就在等机会拿下牛魔王。至于西行路上打杀的那些妖魔，其实都是不服天廷管教的反抗者。第三，悟空对有些妖魔是手下留情，金角大王、银角大王是太上老君的烧火童子，青牛怪是他的坐骑，都杀不得，无底洞的老鼠精是托塔天王李靖的干女儿，也不能杀。灵感大王每年要吃一对童男童女，可他是观音莲花池里的金鱼，便安然无恙地回去了，狮、象与大鹏将一个城池的人都吃尽了，可谓血债滔天，但狮、象是文殊、普贤的坐骑，大鹏是如来的亲戚，悟空眼见他们离去也不出声抗辩。死在悟空金箍棒下的是那些没有后门，没有裙带关系的妖魔，而他们恰是纯正的天廷反抗者。

这些事实原著里都写得很明白，于是就有人据此批评悟空。张天翼先生是首开其调者，他首先揭示天廷与妖魔争斗的象征意义：“封建社会的统治阶级与人民——主要是农民——之间的矛盾和斗争”。孙悟空反抗失败后“投降了”，西行时“一路上和他过去的同类以至同伴作恶斗，立了功”，成为封建统治者的一员。《西游记》在批判胡适思想的运动中也被涉及：如果没有反抗封建统治的农民起义，“孙猴子大闹天宫这样的神奇情节是不能虚构出来的”，而教育部颁布《中国文学史教学大纲》指导教材撰写时，对评述《西游记》也有明确规定：“复杂社会生活与尖锐社会矛盾的反映——统治者对叛逆者的迫害（闹天宫的起因与后果）……”指导意见只集中于大闹天宫的反抗性，对张天翼先生提出的悟空皈依正道、镇压同类的现象不置一词，因为沿这个方向讨论，悟空就得戴上“叛徒”帽子，大闹天宫的反抗性也会受到损害。孙悟空毕竟是深受大众喜爱的文学人物，形象之正面已不可动摇，更何况后来又有“金猴奋起千钧棒”诗句的传诵。

上世纪八十年代，又有人重提悟空是叛徒的话题，认为作者宣扬“封建统治是天经地义的，永恒的”，悟空“为起义农民树立了一个‘改邪归正’的榜样”。不过更多人却在反省，用阶级斗争理论去套神话小说，“显然是一种穿凿附会”。几十年来，《西游记》主题被定为反抗封建剥削与压迫，如今不再用阶级斗争理论比附，立刻就出现了个新问题：作品的主题究竟是什么？

新的轰轰烈烈的讨论开始了，1990年至2018年，主题说至少有102种表述，按类归并后约有四十种，其中有些相当有趣。如认为《西游记》主题是“修心证道”，其情节都是唐太宗修炼时生理、心理的某一部分，据说这解释“为人体生命科学的发展开拓了一个广阔的前景”。有人认为主题是王阳明的“致良知”，唐僧师徒一路西行，“无不是在‘格物’无不是在‘正念头’”。更有人提炼出反腐倡廉的主题：“以丑恶铸造涵盖广阔的匡风巨镜，教化世人鉴丑而敛行止”。各种西方文艺理论也都用上了，如用桑塔亚那的理论分析八戒形象，用弗洛姆的观点对玉皇大帝定位，用卡西尔的论述解释作品内容的复杂等等。年复一年，新主题不断涌出，而此现象又得到肯定：“主题的难解性像一块巨大的磁石吸引着人们进行孜孜不倦的探究”。《西游记》主题的讨论，竟被弄成了哥德巴赫猜想。

孜孜不倦地寻找主题源于惯性思维，从小学一年级开始就学着给课文提炼中心思想，经过十几年培训，作品得有个主题似已是天经地义。然而，即使给短篇故事提炼主题也不容易。“孙悟空三打白骨精”里，悟空不顾唐僧念紧箍咒，坚持打死白骨精，主题当是除恶务尽；可是唐僧诸人看不出眼前就是妖怪，而悟空火眼金睛一眼识破，这岂不是透过现象看本质？一个情节尚且如此，整部书的主题就更没法说了。问题出在“主题”这个概念的使用范围，先有人们对作品中心思想的看法常常一致的现象，然后才有“主题”概念的抽象，因此它只适合于人们看法一致的作品，而主题归纳歧义迭出的《西游记》，并不在“主题”概念的覆盖范围之内，即还是应该赞同胡适、鲁迅将它归为无主题。如果文学研究中对使用的概念能仔细辨析，无谓的争论大概可少些吧。