

原创成果

术道并进:中华射艺的价值审视与定位反思 ——兼评《学箭悟禅录》

张 波¹, 孙 静²

(1. 上海对外经贸大学 体育部, 上海 201620; 2. 上海视觉艺术学院 体育部, 上海 201620)

摘要: 中华射艺的当代传承面临概念纷争、文化缺失、定位局限等困境。为深入挖掘中华射艺的文化价值,明确未来发展定位,以德国哲学家奥根·赫里格尔关于日本弓道的著作《学箭悟禅录》为经验借鉴,在文化碰撞中以“它山之石”反思中华射艺的传承与发展。认为:射之术在中国哲学“身心一统”认识论的影响下具有内外兼修的特点,其“无艺之艺”的炼心价值追求将射引入“道”的精神层面。术与道的兼容并重使得中华射艺成为人悟道的生活实践。“术道并进”的发展定位将使人们在中华射艺中发现价值理性,从而为中华传统体育超越工具理性的认知提供一种精神向度。

关键词: 术; 道; 术道并进; 中华射艺; 工具理性; 价值理性

中图分类号: G80-05

文献标志码: A

文章编号: 1000-5498(2021)04-0026-09

DOI: 10.16099/j.sus.2021.04.003

体育以其健身强体的功能为人们所认可,成为服务人们健康生活的重要手段。体育又以其竞技休闲的乐趣为人们所喜爱,成为丰富人们精神生活的重要手段。这都是人类工具理性^[1]的表现,将体育的功能最大化,服务于人的生活。那么在工具理性之外,对于体育(尤其是东方体育)的认知,是否存在以其自身为目的、超越功利性的价值理性?

为尝试回答这一问题,笔者以德国哲学家奥根·赫里格尔关于日本弓道的经典著作——《学箭悟禅录》(*Zen in the Art of Archery*)为切入点,从不同视角考察现存的现象,并结合中国传统思想,激发对中华射艺当代传承的审视与反思。笔者借助日本弓道中“术”与“道”的案例,从中国哲学“身心一统”认识论出发,尝试重新认识存在于中华射艺中的价值理性,并以“术道并进”的概念作为中华射艺当代传承与发展的指导理念。其中,射之道的价值引领为我们提供了一种可能存在于东方体育中的价值理性。

收稿日期: 2020-05-31; 修回日期: 2020-11-20

基金项目: 教育部人文社会科学基金项目(18YJC890028)

第一作者简介: 张波(Orcid: 0000-0002-4023-3488),男,山东潍坊人,上海对外经贸大学副教授,博士; Tel.: (021) 67703219, E-mail: zhangbo20042008@163.com

通信作者简介: 孙静(Orcid: 0000-0003-0670-8061),女,山东滨州人,上海视觉艺术学院讲师; Tel.: (021) 67823039, E-mail: 349411466@qq.com

1 研究方法

1.1 文献资料法

借助现代信息检索系统,在先秦两汉时期的101部原典著作中,检索与“射”字相关的所有文献段落共计2 249段,检索古文献达568万字。查阅与“禅”“道”相关的著作,以及中国古代哲学、古代思想史方面的研究著作。在中国知网进行检索:以“射艺”为主题词,检索到181篇文章;以“禅”为主题词并选择“体育”学科,检索到160篇文章;以“学箭悟禅”为主题词,检索到1篇文章。以上资料为本文提供了重要的文献基础,并为了解当下研究状态、丰富研究思路提供了支撑。

1.2 专家访谈法

为更好地理解《学箭悟禅录》一书的观点,笔者访谈了该书的译者余觉中先生。为深入了解射箭项目的技术特点、规律,笔者多次访谈了前中国国家射箭

队总教练徐开才先生、李淑兰女士,亚洲射箭联合会副主席、中国射箭协会副主席、2020年东京奥运会射箭技术代表郭蓓女士。为深入理解中国传统礼射,笔者访谈了清华大学彭林教授、日本神户外国语大学秦兆雄教授等学者。

2 中华射艺当代传承的困境

中华射艺是中华优秀传统体育文化,在中国历史发展中起到了重要的社会教化作用;然而,其在当代的传承面临如下困境。

2.1 概念纷争背后的定位迷局

在商周时期将“射”纳入祭祀活动,并将“射”与“礼”相融合,创造出独特的礼射活动。孔子将之纳入“六艺”作为教育贵族的必修课程。在中国古代的发展历程中,军事意义上的射箭和人文教育意义上的射箭长期并存发展,均具有重要地位,但近代射箭活动逐渐没落。随着现代体育的兴起,西方竞技射箭进入中国,取代了中国传统射箭。直到21世纪初,中国传统射箭才逐步开始在民间复兴。

射箭在中国的历史极为悠久,加之现代复兴的时间较短,导致在称谓上尚存争议:关注射箭技术层面者多将射箭活动称为射术、射技或射法;关注射箭礼仪者以射礼或礼射来指称;关注射箭的精神培养价值者则使用射道或禅弓的说法。徐开才将“术”提升到“艺”的层面,著有《射艺》一书。全国大学生射箭(射艺)锦标赛也以射艺专指中国传统射箭比赛。马明达的《中国古代射书考》^[2]认为,中国古代有关射箭的学问通常被称为“射学”“射艺”“射法”等,其中以“射学”最为恰当,并提出构建中国射学的观点。彭林等^[3]则关注乡射礼所展现的中国古代体育之道,编有《礼射初阶》。贞琰等^[4]专门就中华射艺的概念进行研究,认为:统合性称谓“中华射艺”的提出使今后传统射箭领域的研究师出有名。笔者认为,中华射艺的概念既有中华的特指,以区别于其他国家和地区的传统射箭活动,又符合当代传承与发展的实际情况,可以表达中国传统射箭的特点,因而使用中华射艺指称中国传统射箭活动。

概念纷争反映的是中国传统射箭模糊的发展定位和价值追求。作为一个表象事件,其反映的深层问题也是整个中华传统文化当代传承的难题。在现代商业化、娱乐化氛围的冲击下,对于传统文化价值的认识、判断和选择在社会层面产生了分歧。中华射艺的娱乐、竞技、教育等功能不断交织于认识体系中,导

致其定位模糊。

2.2 传承乱象映射的文化缺失

中华优秀传统文化是中国当代发展的内源性动力,这一点毋庸置疑,但如何挖掘、提炼并将之融入当代社会是一个很大的挑战和难题。中华射艺的当代传承便面临这一困境。当开展中国传统射箭竞赛时,用的是西方现代射箭的环靶,显示了我们的无奈与尴尬。当将礼仪加入大学生射艺竞赛规则时,反对者认为这是对日本弓道的模仿。这是一种文化自信缺失的表现,反映了当下对于中国传统文化的无知和狭隘的民族主义心理。当弘扬汉服文化的部分从业者穿着“长袍大袖”去射箭时,并不知道古人是左袒习射的,也很少有人用心研究基本的射箭技术。现代影视剧中经常出现破绽百出的射箭器材、技法,甚至某博物馆里还出现过将弓弦装反的闹剧。

这些传承乱象映射出当下传统文化的缺失。这种缺失表现在2个方面:一方面,对于传统文化缺乏了解,如很多大学生都不知“六艺”具体为何;另一方面,将传统文化作为“噱头”,缺乏对传统文化的深刻理解,如很多人将传统文化随意拿来,为我所用,任加阐释。如何将传统文化与现代社会融合是极为复杂的难题,既要兼顾大众的接受程度,又不能迎合消费文化的流弊。文化缺失带来的更深层问题是文化自信的不足。在中华射艺的传承过程中,家长、校方都会对该项目的功用产生疑问。在学生体育课中大多为西方体育项目,中华传统体育项目处于边缘地位,这也是文化自信不足的表现。

2.3 术之定位潜藏的发展局限

由于中华射艺的当代复兴较晚,2000年之前,会制作传统弓箭、掌握传统射箭技术的人寥寥可数。因而,当下对于中华射艺的定位更偏重于“术”的层面。随着近几年的快速普及和发展,虽然射艺的称谓越来越多,但总体而言,尚未形成普遍认同。将中华射艺定位于“术”的层面,以射准作为目标,在现阶段以及未来的发展中都无可厚非,也是必要的。笔者担忧的是,将“术”作为中华射艺唯一或最高的价值定位与目标是有局限性的,将制约其未来发展。尤其在以娱乐为中心的环境下,以“术”作为最终追求会导致射箭项目的功能性泛滥以及文化价值缺失。如果将“射”仅作为功能性手段,缺乏文化内涵的价值引领,很容易在实践活动中迷失方向。

早在2000多年前,中国思想家们已创造了一种独特的“射”文化,其价值追求早已超越了“术”或竞技

的层面,与社会制度、思想意识产生了深度的正向融合。礼、德等精神价值与“射”的深度融合均是中华射艺发展中文化价值的体现。这些文化价值在日本弓道中得到了传承,射之“道”引领日本弓道成为世界性的文化活动。奥根·赫里格尔通过日本弓道而悟禅的实践体悟,展现了射艺在“道”这一层面的价值追求,其《学箭悟禅录》对于中华射艺的当代传承具有较好的借鉴意义。

3 奥根·赫里格尔的挑战:跨越东西方的文化对话

人们认识世界的理论体系主要有宗教、哲学与科学。哲学与宗教均关注人的思想与精神领域,并以各自自治的体系认识、解释人与社会。二者之间的藩篱似乎牢不可破,加之与科学之间的矛盾,不断激发智者们进行探索的兴趣。更有趣的是,总有一些卓越之士喜欢进行“跨界”的挑战:作为一名基督徒,牛顿早在1687年出版了《自然哲学的数学原理》一书;爱因斯坦对哲学有浓厚的兴趣,并曾言“人类应该更多地感谢释迦牟尼、摩西和耶稣那样的人物,而不是有创造性的好奇的头脑的成就”^[5]。不同领域的思想火花总能激发一些伟大的思想,进而慢慢影响大众,为每个人的生活提供一种新的“可能性”。这种“可能生活”^[6]对于任何个人而言均有重要的现实意义。

奥根·赫里格尔在1953年进行的一场“跨界”挑战也开创了这样一种“可能生活”。他的《学箭悟禅录》被译为多种语言,问世60多年来,成为东西方的畅销书,被一版再版,仅国内就有3种译本。拉弓和射箭既是东方文明中一种悟道的身心活动,又是西方文化中一种竞技的身体活动。这一现象的存在似乎为两种不同文化间的交流架设了一座桥梁。奥根·赫里格尔正是通过这座桥梁打开了东方文化的大门,以致此书畅销至今。

奥根·赫里格尔通过亲身体悟,向西方世界展现了东方射箭的魅力,也对日本弓道的国际传播发挥了重要作用。作者在开篇先提醒读者,这本书所要写的射箭极不寻常。透过作者的视角,可以看到现代西方人对于射箭的基本认知,首先是格斗器械,然后是竞技运动,他们难以理解射箭会与一种纯粹的精神活动产生关联。奥根·赫里格尔通过亲身挑战,向西方文明展现了“射”之“道”的深层哲学价值,使得射箭在“术”或“艺”的层面之外产生了一种精神的向度和生活的可能性。日本弓道中身体与精神合一的禅修打

动了这位西方哲学家,促成了一个经典的文化传播实例。对于这一实例的研究和分析有助于深入挖掘中华射艺的当代价值。日本弓道源自中国,与中华射艺有很多相似、相通之处,我们应该也需要有足够的自信构建中华射艺的当代传承体系。我们应在现代社会生活中重新审视“射”的价值和定位,以期通过“道”的引领,配合德礼之射的精神文化传承,通过日本弓道与现代射箭的比较,从中国传统哲学智慧中探寻中华射艺在技术实践与精神探求两方面的文化意义与当代价值。

4 学射的难题:射术蕴含的东方哲理

射箭的历史极为悠久,各民族都在实践中摸索、总结其技法要领。正是在身体控制的技巧中,先人发现了射箭身体动作与人的内在心理、精神层面产生的关联互动,加之中国传统文化对于人整体性的认知,射术被赋予了自然万物之哲理。这一点也体现在日本弓道的技法体系中。东西方的射箭存在很大不同,足以激发奥根·赫里格尔的哲学深思。奥根·赫里格尔就像一面镜子,他在学射时经历的困境和思考将射术的深层价值映射得淋漓尽致。借助他对射术的领悟,结合“道法自然”“身心一统”等中国哲学思想,可重新审视中华射艺技法中所蕴含的哲理。

4.1 拉弓的困境——认识呼吸的力量

初学射箭时,都是先学基本站姿、身姿和手法,然后讲解用力的原理与技巧,目的是让初学者能够稳定地拉开弓。奥根·赫里格尔面临的第一个挑战便是“禅意地”(spiritually)去拉弓。从射箭技术学习的角度看,即学会放松地把弓拉开。这里面临一个看似矛盾的问题,如何放松地拉弓?拉弓是用力的过程,放松是拉不开弓的。事实上,此处是指学会控制身体,放松不用力的肌肉,从而让人整体上放松,这是一个很难的身体控制过程。在世界射箭联合会主办的射箭教练员培训师课程中,放松地拉弓是高级技巧。由此可见,这一技术学习是射箭项目本身的核心要点之一。日本弓道注重通过呼吸放松:“不是我求之而未得的技巧,而是控制呼吸,将其新的、深具潜力的各种可能发掘出来。”^{[7][16]}现代射箭也非常重视呼吸的训练。呼吸与拉弓之间看似难以建立联系,而奥根·赫里格尔将之称为用“神意”去拉弓,这一表述增加了理解的难度。笔者认为,这是东方文化通过身体经验所获得的一种合理的身体运用方式,其中包含“道法自然”的哲理。人们在做任何事情的时候,都会配合呼

吸的节奏,只是自己没有意识到而已。例如,穿线时先吸气,线与针孔对准时屏息,穿过后呼气。这是一种很自然的状态。拉弓前完成上一步动作的呼气,以吸气开始拉弓,呼吸与动作的完美配合可使人更自然、自如地运用身体,这一奥妙与东方的身体认知有关。

4.2 放箭的困境——集中精神的放松

学射1年之后,奥根·赫里格尔遇到了第2个难题——撒放。他很真实地记录了自己遇到的困难:“每当我放箭时,手总免不了要猛烈地抖动一下,这使我的全身也明显地摇动一下,而且还影响到弓和箭。”^{[7]19}相比之下,大师的放箭却是那么从容,仿佛是儿童玩耍似的。关于撒放技术的动作原理,徐开才^[8]曾提到“滑弦撒放”的概念,意思是弓弦是从手指里滑出去的,是屈指肌的放松,而非伸指肌的用力,即放箭不是主动用力,而是一种放松的过程。如果要正确放箭,肢体的放松还须配以大脑与精神的放松。大师看似儿童戏耍的自如放松,实际是高度合乎运动技术原理的,这既有大量练习所带来的技术自动化,也有大师注意力集中在自己身体上所带来的精神专注与放松。在放箭时,假如注意力稍有分散,就会失去对身体的精细控制,从而产生明显的动作问题。这一技术本身要求身与心的高度配合一致,尤其是对于内心的专注与放松,要求达到一种忘我的状态。

撒放是极为精细化的技术,需要长时间的打磨,以娱乐为目的的业余参与者多数会在此停滞不前。他们没有足够的意志力支撑自己,无法排除意识的干扰而做到精神的完全放松。这种放松需要严肃、认真的态度,不仅是射箭时,在射箭训练之外,也需要磨练这种意志力。例如,奥根·赫里格尔在学射箭时,要求他“在路上必须凝神收心,把注意力集中到练习厅里所发生的事上。经过任何地方都要做到目不旁视,就好像世上只有一件事是重要的,是真实的,那就是弓道”^{[7]25}。这一方法强调专注,通过凝神收心达到精神自由、放松的状态。射艺对人整体的内心状态要求较高,既可服务于技术的提升,也可服务于精神的修炼。这是典型的中国传统思想中“内外兼修”的体现。

4.3 审固的困境——心无旁骛的忘我

3年后,奥根·赫里格尔“还是不能等着箭‘脱手而出’。跟以前一样,除了有意识地放箭,我别无选择”^{[7]35}。这是每一位希望提升自我的射手必然要面对的“瓶颈”。在学会撒放之后,只是能够把箭放出去。若要随心所欲地发射、命中,还有一个“审固”的环节,《礼

记》载:“持弓矢审固,然后可以言中,此可以观德行矣。”^{[9]3663}这是必须要经历的一种飞跃,也可称之为“顿悟”。对应西方的射箭,这个环节被称为“瞄准”,即从拉弓结束(靠位完成)到撒放之前,大约有3 s的时间,需要射手达到一种高度的专注和身体稳定的状态,所以中国古人称之为“审固”。这是实现“动作一致性”的重要保障。卢元镇在观看少林禅弓赛后,称之为“哲学的三秒钟”^[10]。在访谈时徐开才告诉笔者:“我从事射箭60年,这‘哲学的三秒钟’说到我们射箭的核心了,是弓箭的主人,还是弓箭的奴隶,就看这三秒钟。”

审固时要排除杂念,进入思想高度集中的状态,要放空自己的思维,达到“忘我”的境界。当你的思想稍有分心波动时,这一箭一定会偏离目标。这种高度的稳定状态需要精神的放松和思想的集中,也就是放下自我、心无旁骛的状态。正如阿波研造所言:“你做不到在合适的时机正确地放箭,就因为你没有放下自我。”^{[7]22}所谓的放下自我,实际上是注意力的高度集中,但不是集中在外部目标(是否射中)上,而是回归到自身的一种极致状态。只有凝神,才会忘我。这种身体与内心高度融合一致的状态非常接近禅的立意,同时也与中国传统哲学“身心一统”的理念高度相似。通过射之道可参悟神秘的禅之意境。更重要的是,通过射之道,可以理解中国哲学关于人的精神生活的一种向度。通过学练射箭技术,实现身与心的修炼,在人的世俗生活中,为纯净心灵提供一种现实可操作的方法。思想高度集中的忘我也是体育竞技的最高境界。在比赛中,任何臻于完美的运动员都能使自身处于一种忘我的境界,这种忘我的精神状态近乎神秘的禅境,却是可感、可悟、可理解、可表述的。这是体育所具有的“道”之要义。

5 多方位修行:由术入道的精神之旅

无论是在古代中国,还是在现代日本,射艺之术都蕴含了中华传统思想的意蕴。射箭这一东方传统文化现象极为注重身体修行中所产生的精神价值。它将对“道”的体悟融入生活实践,与仪规相结合,进入纯粹的炼心境界。再以奥根·赫里格尔学射为例挖掘中国传统哲学思想对中华射艺多方位修行的文化创造。

5.1 超越功利的“道”之实践

弓箭曾是狩猎和战争的实用工具,进入现代文明之后,其实用性的功能才逐渐消失,转为一种满足人

类精神需求的文化现象。中西方在这一点上是共通的,但各自满足的精神需求不同。在东方文明中,弓箭很早开始便进入纯粹的精神领域,在中国表现为礼和德,在日本的弓道中可用以修禅。“弓道仍是件生死攸关的事情,它是射手与自身的较量,这种较量不是可有可无地摆摆样子,而是与一切外部较量的基础。在这种射手与自身的较量之中,这种艺道隐含的实质便显现了出来”^{[7]2}。射道可能已不关乎“死”,但关乎“生”,而且是抛开功利性的“生”,即进入“道”的层面。基于此,“射”可以不再是健身手段、休闲工具和竞技形式,而是衍生出一种严肃的内在价值,可直接丰富人的生活,成为“道”的实践。

这种形式的“道”之生活实践很难被西方人理解。在学习弓道的过程中,奥根·赫里格尔曾认为,放箭是为了射中目标,拉弓是达到目的的手段。大师却认为:“你想要射中目标的意愿太强了。”奥根·赫里格尔对此极为困惑,并提出:“你自己常跟我说射箭不是消遣,不是无目的的游戏,而是生死大事!却为何说 I 主观意愿太强了呢。”大师最终指出:“射一箭,毕生力。”这里蕴含深厚的东方哲理,每一次射箭,射出的每一支箭,都需要用毕生之力去实现,足见其严肃性,虽已不再关乎战场上的生死,但也绝非消遣娱乐。这种严肃性甚至超越射中目标的外在功利性。射之“道”的目的性不仅在于是否中靶的外在目的性,更在于人在射之中所体悟的精神实践生活的内在目的性。“道”存在于人们的社会生活中,就在人的举手投足、一呼一吸之间,虽寻常,却不可“儿戏”。倾尽一生之力的严肃性使射道进入“天人合一”的哲学领域,成为丰富人们精神生活的实践,却又没有脱离身体的存在,这便是“射之道”的独特追求与价值体现。

5.2 仪式、仪规的凝心敛神

早在我国商周时期,“射”与“礼”便实现了融合,创造出世界文明中独有的礼射文化。中国最早的体育竞赛——射礼曾经盛极一时^[11]。礼射传入日本后,经过本土化改造,形成了今天的日本弓道。礼射的仪式化特点在日本弓道中得到了充分展现。“为了更容易进入拉弓放箭这一过程,射手跪在一边开始入静,然后起身,庄重地走向箭靶,深深地鞠一躬,像献祭品似的奉上弓箭,然后搭箭、举弓、拉开……在闪电般放出箭,解除了紧张以后,射手仍处在紧随放箭时所采取的姿势上,直到他在缓缓呼气以后不得不重新吸气。接着,只有当他放下胳膊,向箭靶鞠过躬后,如果无箭可射了,才可静静地退到场地的后边”^{[7]28-29}。借

助严肃的仪式、仪规,“射”本身成为表达或阐释“道”的仪式。

日本弓道对于礼仪的细节要求很高,练习1组箭花的时间通常是现代射箭的10倍以上。这种仪式化一方面是为了表达严肃性和尊重,另一方面是为了入静、专注,这也是对意志力的控制、对内心的修炼。仪规的细密同样考察、考验一个人的心态,看你的心是否纯净、专一、放松与入静。奥根·赫里格尔以水墨画家和插画师作比喻,“创作前的准备活动会同时将自己引入合适的创作心态之中。在准备过程中,那沉静悠闲的动作会使他得到至关重要的放松与浑身所有力量的均衡,并使他收心敛神”^{[7]31}。仪式本身的力量与射箭的静力性特点可以共振出极佳的修心效果。中国古人也正是看到了这一特点,才将“射”与“礼”融合,并用其“观德”,培养“君子”。一个浮躁的人难以忍受这种礼仪过程。当下很多传统射箭爱好者甚至排斥简单的礼仪,认为这跟射准毫无关系。笔者认为,中华射艺中的“礼”不仅表达尊敬,而且修心。它可以成为克服浮躁、管理情绪的训练方式。中国古代将射礼用于贵族教育也是出于这种考虑,这也是当代传承中华射艺的出发点之一。

5.3 纯粹炼心的“无艺之艺”

当奥根·赫里格尔困惑于如何才能放下自我、从容放箭时,大师指出:“真正的艺术是没有目的、没有目标的!你越是想学会以射中靶子为目的的射箭,你就越射不好箭。”这是一段令人困惑的论述,乍看违背了基本的逻辑规律。射艺如果没有目标,人们为何要去射箭呢?事实上,射箭有其内在的价值与追求。“炼心——单是由于这一点,射箭技巧才变成一种艺术,而且,如果一切进行得顺利,会不断完善,使之成为‘无艺之艺’”^{[7]4}。所谓“无艺之艺”即纯粹的精神修炼、以炼心为目的的艺术,可称为禅或道。因而,射艺并非真的没有目标,而是有更为深层的目标,这种目标存在于精神层面。“无艺之艺”的解释展现了射箭目标在物质与精神上的二维区分,一个是箭靶,另一个是内心,即以精神上的炼心目标超越物质上的箭靶目标,从而成为没有目标的炼心之艺。

中国古代也有“不射之射”的说法。当列御寇(列子)展现其高超的射箭技巧时,伯昏无人曰:“是射之射,非不射之射也。尝与汝登高山,履危石,临百仞之渊,若能射乎?”^{[12]353}只有达到忘我的境界才是不射之射,才能超越外在事物的影响,哪怕临万丈之渊也能不为所动。这是人向内在维度的深度挖掘与探索,通

过“射”实现身体与内心的高度融合,或者说是人与外界自然的融合。正如铃木大拙所说:“假如一个人真想精通一门艺术,光有技巧方面的知识是不够的。他必须超越技巧,让艺术成为一种源于无意识的‘无艺之艺’。”^[7]出于炼心的目的,射艺被提升为一种纯粹的精神活动,但并非是脱离了身体活动。这种“身心一统”的东方哲学为我们认识体育现象提供了一种新的视角,带来更深刻的启示。事实上,很多东方体育项目,如太极拳、瑜伽等,都有身心兼修的特点。“身心一统”认识论下的东方体育认知定位问题将另撰文探讨,在此不赘述。

6 反思与启示

6.1 奥根·赫里格尔神秘主义表述的缺憾

奥根·赫里格尔的学箭悟禅提供了对于“射”之“道”价值追求的启示,也令人深入反思中华射艺的传承走向问题。但略有遗憾的是,哲学出身的奥根·赫里格尔对于弓道中禅意的描述和理解,略带神秘主义色彩。他开篇便指出:“禅和所有的神秘主义一样,要理解它只有当自身成为神秘主义者,且不受不正当手段的诱惑去获取神秘的体验所不容他获取的东西。”^[7]^[5]这种神秘主义的表述并不利于读者的认知。在奥根·赫里格尔射不到远处的靶时,也有对于射箭神秘主义的理解。大师为他指出“一个为普通经验证明了的事实:一个优秀的射手用中等强度的弓能比一个非精神(unspiritual)射手用强度最强的弓射得更远。靠的不是弓,而是大脑的沉静,射箭时所依赖的活力与灵觉”^[7]^[4]。对这一看似神秘的事件,笔者有过亲身体验。在一次比赛中,得到前中国国家射箭队领队孟繁爱的点拨,放松放箭,在其他条件没有改变的情况下,竟然比之前射远了10 m。这种改变确实并非由弓引起,但也并非神秘的精神力量和灵觉,而是大脑与身体协调放松的结果。

关于神秘主义的问题,笔者专门访谈了《学箭悟禅录》译者余觉中。笔者在指出奥根·赫里格尔略带神秘主义表述的问题时,余觉中认为用“道”的表述更符合射艺在中国未来的发展趋向。禅本身是佛教的事物,向来以“不立文字”著称,因此也不能过于苛责奥根·赫里格尔的表述。也正因此,笔者并未关注“禅”,而是集中于“炼心”的层面进行认识与思考。“以弓入禅”归根结底是控心的技术,可属于神秘的宗教,也可理解为一种哲学思想,即对于世俗功利,包括竞技结果的超越。只有超脱于世俗功利才能做到射不

动心。宗教神秘性的解释导致很多人将“射之道”理解为不可理解的玄学,难以学习、认同,从而将其束之高阁,不为所用。事实上,在梳理奥根·赫里格尔学射的过程后可以发现,弓道并非神秘难以理解。在中国古代的文献记载中,“射”本身已埋好了修心的伏笔。从《论语》中的“君子之争”、《礼记》中的“射以观德”,到《孟子》中的“反求诸己”、《庄子》中的“不射之射”等,中华射艺对于心的考验、对于内心把控能力的要求,以及对于精神层面“道”的体悟都已完备,即不借助于神秘性的参禅,中国入世哲学思想本身已表达了超越世俗之“射道”的价值与追求。

6.2 以儒家入世哲学重审中华射艺的内在追求

儒家思想关注世俗生活,人的外在行为及其内在道德构成其入世哲学的基本范畴。在儒家入世哲学思想影响下,“礼”与“德”等概念实现了对“射”的深层构建。中国传统射箭强调内在的精神追求,但很少关注出世的“体验”。这一点与日本弓道以射参禅不同。为了探寻中华射艺的当代发展定位,需回归中国传统实用理性的实用理性以及入世哲学中去。西周制礼作乐后,“射”与“礼”实现了融合,“射”从一种实用性的活动提升为一种实现社会秩序的礼仪教化活动。孔子“释礼归仁”之后,“射”与“德”产生了关联,“射”进一步提升为培育君子德性、内外兼修的活动^[13]。射箭时要求内志正、外体直,不仅考察个体的箭术,还考验人的内心专注、纯净程度,引导人通过将外在“礼”的秩序内化为君子之德,从而实现修身、齐家、治国、平天下的入世人文关怀。因此,孟子言“仁者如射”^[14],射是关乎个体内心的实践活动。王守仁^[15]也认为:“君子之学于射,以存其心也。”“射”对于“心”的修炼有很强的效用,使之可迁移到世俗生活的方方面面,这也是射之道的内在精神追求。

中国的入世哲学将射提升到“道”的层面,既有个体层面对修心的纯粹精神境界,又有社会层面对君子之德培养的世俗生活意义。射之道以其内外兼修、身心合一的特点达到了“天道”与“人道”的合一。在“天道”层面,射艺可有助于寻找超越世俗功利的精神价值追求,使“无艺之艺”进入生活实践,创造一种接近禅定的“可能生活”。铃木大拙曾说:“射手与靶子不再是两个对立的东西,而是融为一体。只有当一个人完全虚空,摆脱了自我,才能达到如此的无念境界,他与技巧完美地成为一体。”^[7]^[7]在“人道”层面,射艺可有助于重新认识“礼”的教化价值,将君子之德的修养作为射艺的发展定位之一,将“以德引争”的理念

作为价值引领,从而服务于人的培养以及社会和谐秩序的构建^[16]。以儒家入世哲学重新审视中华射艺的价值追求更符合中华传统文化的思维方式,有利于当下文化自信的构建。通过“射之道”的价值引领,可重拾中华射艺所积淀的对自然、社会乃至人自身的根本认识,从而改变人的生活态度与行为方式,进而在根本上确立“德”的价值,实现和谐社会的构建。以出世的态度做入世的事业是对中华射艺内在追求的再审视。

6.3 中华射艺之“道”的价值理性构建及其对工具理性的超越

道何求?道的本义是人走的道路,引申为规律、原理、准则、宇宙的本原等^[17]。后来“道成了表征中国古人了解的宇宙秩序、伦理秩序、精神秩序及其统一性的概念”^[18]。道从一个基本的生活概念逐步提升为规律与秩序的表达,但始终未曾脱离人的生活。中国人对于道的追求融于生活实践,与人的每一刻存在、作为、修养、意识贯通交融。“天道”“人道”相合一,即形成客观世界的规律性与主体存在的目的性相合一的“道”,于是人可以“参天地”“赞化育”,达到所谓“中和”的最高境界^[19]。人的主体性价值与宇宙运行规律的融合便是我们常说的“天人合一”境界。为了实现“道”的追求,人必须与“道”保持经常的接触(《中庸》:“道也者,不可须臾离也”),才能赋予其生活以精神价值和内在意义。这种接触通过精神实体“心”来实现,中国的精神传统是以“心”为中心观念而逐步形成的。“心”被看作是一切超越性价值(即古人所谓“道”)的发源地。余英时^[20]举了一个非常通俗的例子:心是房屋,打扫干净,让“道”可以住进来。荀子言:“人何以知道?曰:心。心何以知?曰:虚壹而静。”^[21]未经修炼(打扫)的“心”是无法达“道”的。射箭正是修炼内心以达“道”的极佳手段。射箭时要求内心高度专注,也就是静心状态,而心要修炼到虚壹而静的状态才可以知“道”。因此,中华射艺通过对心的修炼使得悟道成为可能。换言之,“道”的价值引领才使中华射艺成为一种纯粹炼心的“无艺之艺”。中华射艺通过修心以悟道,回归人的主体性存在,以人的发展作为最高追求。这是儒家将射艺纳入贵族教育的原因,也是其价值理性的体现。

另外,中华射艺之“道”是礼乐相合的理想社会秩序构建之“天道”与君子式社会公民培养之“人道”的合一。当人的存在与发展(人作为主体的目的性)和外在社会规律相统一时,便实现了修身、齐家、治国、

平天下的理想,即“天人合一”之道。中华射艺早在先秦礼乐文化中便成为一项中国人安放于内心的实践哲学,从而超越外在功利性目的。对中华射艺文化基因的解码将为中华传统体育文化确立一种精神的向度。中华传统体育具备符合人主体性发展的价值理性,可在当下生活实践中阻止“器物至上”的工具理性泛滥^[22]。它不再仅是实现健康、休闲或竞技等目的的工具,而是以人“身心一统”“内外兼修”的全面发展为根本目的的修心悟道。这种价值理性的构建将超越西方体育将身体视为工具、过度追求竞技结果的工具理性。中华射艺对于“道”的传承是中华传统文化精神在体育现象中的繁衍,也将是中华传统体育对于消解现代体育异化的思想贡献之一。

6.4 中华射艺“术道并进”的哲学基础与价值追求

术何为?笔者开篇曾提出术之定位的局限性问题。阿波研造曾说:“即使你几乎能做到箭无虚发,充其量你也不过是个喜欢炫耀、技艺高超的箭手。对一个念念不忘命中率的职业射手而言,靶只不过是一张任其射成碎片的可怜的纸头而已。”^{[7][41]}术如果没有指引,确实容易陷入实用功利而不能自拔。工具理性泛滥是导致现代体育异化的典型原因。但也不能从一个极端走向另一个极端,将“术”视为可有可无的工具。掌握娴熟的技术是通达技艺的必备条件,经历过技术训练的磨练才能提升对于射艺的理解。射艺之术的训练本身蕴含着对身与心的双重影响,也具有内外兼修的特点。术是修炼的载体,必须达到相当水平的“术”,才能发挥其在炼心方面的价值。有了术的依托,道可见、可感、可悟;离开了术,道是难以理解、顿悟和通达的。为了避免中华射艺在“术”维度上工具理性的泛滥,以及陷入“道”维度上的虚空,需要重新审视二者之间的关联与定位。

如何定位术与道?宗争^[23]曾提出“射何以成道”的问题;龚茂富^[24]明确提出“由术至道”的理念,在完成由射术至射艺的创造后,有必要继续推动射艺向更精深的射道发展。这一判断是有前瞻性的。但笔者认为,“术道并进”的概念更符合中国哲学“身心一统”的思想内涵,更能展现中华射艺“内外兼修”的文化特点,这并非文字游戏。道是术之本,术是道之用。术无道不立,道无术不行,两者不可分割。龚茂富也提到“以道统艺,由艺臻道”的概念。“术”与“道”不应是递进关系,而应始终是并重关系。余觉中在《学箭悟禅录》译后语中说:“一味重道轻艺就会走向顽空,落入世人所说的假道学。相反,如一味重艺轻道就会产

生执着而不能自拔,最终死在艺上。”^{[7]61-62}在访谈中徐开才多次提及,其在60年射箭训练与执教生涯中悟出的中国射箭发展之路就在于“术道并重、内外兼修”。

“术道并进”的理念在中国传统文化中有其思想基础。庄子讲述庖丁解牛的故事时,借庖丁之口阐述了“臣之所好者道也,进乎技矣”,即道进乎技的概念。庖丁通过大量的练习,将高超的技术提升至心领神会、专凭精神活动行事之境(“臣以神遇,而不以目视,官知止而神欲行”)^{[12]45}。庄子将这种精神层面的游刃有余称为超越于技术的道。庄子^{[12]177-178}认为:“故通于天地者,德也;行于万物者,道也;上治人者,事也;能有所艺者,技也。技兼于事,事兼于义,义兼于德,德兼于道,道兼于天。”术是起点,技艺是基础条件,通过礼乐、德达到道的层面。道是人精神生活的最高追求与定位。因而,庄子认为“术”与“道”有着内在关联,是社会自治系统中的闭环。儒家思想虽与道家不同,但也强调在社会生活中,术、道并存于身体实践。《礼记》载:“圣立而将之以敬曰礼,礼以体长幼曰德。德也者,得于身也。故曰:古之学术道者,将以得身也。是故圣人务焉。”^{[9]3653}道作为精神引领,通过身体力行的实践活动实现。中华射艺在这种思想认知下,成为实现“术道并进”的实践载体。中华射艺“术道并进”的实践生活符合当下全方位育人的综合教育理念。它的价值追求可服务于立德树人的教育和文化自信的构建,这也是提出“术道并进”的意义所在。

为何术道并进?术主外,道主内,内外兼修。内是心,外是身,身心一统。身心一统的“人”对“术”之修炼可超越工具理性,进入“道”的层面。“人”入“道”,实现“天人合一”,即西方哲学所谓的“实现了人的价值理性”。

7 结束语

孔子言:“志于道,据于德,依于仁,游于艺。”^[25]这是中华传统文化的认识论和方法论,也可作为传承中华射艺的立足点。“射”作为君子“六艺”之一,早在先秦时期便超越功利性,成为外习礼仪、内修仁德的社会教化活动。“射”与艺、礼、仁、德等的融合是当下传承中华射艺的重要内容。同时,“射”在“道”层面上的价值追求同样值得深入探索。奥根·赫里格尔的《学箭悟禅录》给了我们很好的启示,中华射艺在“道”的层面使“以术炼心”的价值理性得以服务于人的主体性存在,从而为超越世俗功利和工具理性的泛滥提供了另外一种价值选择。以“道仪为先”的精神传承突破当下“器术至上”的价值局限,可以最终实现“术道

并进”的中华传统体育文化发展之路^[26]。人们对于射艺的习练即“一场射手与自身意味深长的较量”^{[7]48}。

作者贡献声明:

张波:提出论文选题,设计论文框架,撰写、修改论文;
孙静:梳理文献,参与撰写、修改论文。

参考文献

- [1] 韦伯.经济与社会:第一卷[M].林荣远,译.北京:商务印书馆,1997:56-57
- [2] 马明达.中国古代射书考[J].暨南史学,2003(2):1-41
- [3] 彭林,韩冰雪.礼射初阶[M].北京:人民体育出版社,2016:1
- [4] 贲琰,郝勤.有的放矢:建构有关“中华射艺”的动态认知与挈领概念[J].成都体育学院学报,2018(2):6-11
- [5] 李醒民.爱因斯坦与哲学[J].河池学院学报(哲学社会科学版),2005,25(1):1-6
- [6] 赵汀阳.论可能生活:一种关于幸福和公正的理论[M].北京:中国人民大学出版社,2004:7
- [7] 赫里格尔.学箭悟禅录[M].余觉中,译.合肥:黄山书社,2011
- [8] 徐开才.射艺[M].桂林:广西师范大学出版社,2015:67
- [9] 阮元.十三经注疏·礼记正义[M].北京:中华书局,2009
- [10] 释永信.2017年首届少林无遮大会少林禅功邀请赛纪念集[C].香港:少林书局香港有限公司,2017:51
- [11] 张波,姚颂平.中国古代体育竞赛的历史文化研究:以先秦射礼竞赛为例[J].体育科学,2014,34(3):76-81
- [12] 庄子.庄子[M].方勇,译注.北京:中华书局,2010
- [13] 张波,姚颂平,季浏.秩序与德性:先秦射箭竞赛的历史文化解读[J].西安体育学院学报,2017,34(1):68-74
- [14] 阮元.十三经注疏·孟子注疏[M].北京:中华书局,2009:5852
- [15] 王守仁.王阳明全集[M].吴光,钱明,董平,等,编校.上海:上海古籍出版社,2014:274
- [16] 张波,姚颂平.中西体育赛会的文化比较:以古中国射礼赛会与古希腊奥林匹克赛会为例[J].上海体育学院学报,2018,42(5):87-92
- [17] 冯契.哲学大辞典:修订本[M].上海:上海辞书出版社,2001:220

- [18] 陈来.古代思想文化的世界:春秋时代的宗教、伦理与社会思想[M].北京:生活·读书·新知三联书店,2009:88
- [19] 李泽厚.新版中国古代思想史论[M].天津:天津社会科学院出版社,2008:107
- [20] 余英时.中国文化史通释[M].北京:生活·读书·新知三联书店,2012:195-198
- [21] 王先谦.荀子集解[M].沈啸寰,王星贤,整理.北京:中华书局,2012:383
- [22] 吴鲁梁,马学智,谢军,等.现代性语境下武德弘扬的二律背反与克服[J].天津体育学院学报,2019,34(4):358-363
- [23] 宗争.射何以成道:游戏文化机制的符号学研究[J].成都体育学院学报,2017,43(2):37-41
- [24] 龚茂富.由“术”至“道”:中国传统射箭的文化变迁与创造性转化[J].成都体育学院学报,2018,44(6):44-49
- [25] 李泽厚.论语今读[M].北京:生活·读书·新知三联书店,2004:193
- [26] 马文国.困境与超越:中国武术从“术”至“道”之路[J].西安体育学院学报,2020,37(4):470-474

Simultaneous Development of Technique and Tao: Rethinking the Orientation and Value of the Chinese Art of Archery

—Comments on *Zen in the Art of Archery*

ZHANG Bo¹, SUN Jing²

Abstract: The contemporary inheritance of Chinese Art of Archery is faced with such dilemmas as confusion of concepts, lack of culture and limitation of orientation. In order to deeply explore the cultural value of Chinese Art of Archery and determine its future development orientation, attempts are made to rethink the inheritance and development of Chinese Archery in the cultural collision, based on the Japanese experience of "*Zen in the Art of Archery*" written by a German philosopher. It holds that under the influence of the epistemology of "unity of body and mind" of Chinese philosophy, the technique of archery has the characteristics of both internal and external cultivation, and its value pursuit of "the art of no art" for mind training introduces archery into the spiritual level of "Tao". The compatibility of art and Tao make Chinese Art of Archery become a life practice of people's understanding of Tao. The development orientation of "simultaneous development of technique and Tao" will make it possible for people to find the rationality of value in Chinese Art of Archery and this will provide a spiritual dimension for the cognition of Chinese traditional sports beyond instrumental rationality.

Key words: technique; Tao; simultaneous development of technique and Tao; Chinese Art of Archery; instrumental rationality; value rationality

Authors' address: 1. Department of Physical Education, Shanghai University of International Business and Economics, Shanghai 201620, China; 2. Department of Physical Education, Shanghai Institute of Visual Art, Shanghai 201620, China