

非物质文化遗产传承视角下孟村八极拳发展现状调查

——以沧州市区和孟村回族自治县为例

作者：孙逸飞 王佳琦 方曼 公续杰

指导教师：高爽

【摘要】八极拳是中国传统武术重要的一支，属于我国非物质文化遗产，它的传承在传统文化、技击对抗、健身娱乐、文化产业等多方面都有重要价值。通过访谈法、问卷调查法、实地观察法等在其主要传承地沧州市区和孟村回族自治县对其发展情况进行了调查。调查发现，八极拳发展区域性明显，传播面较小，大众学习愿望较低。其原因包括传承人无法兼顾各个方面，政府重视程度不够，产业化程度不足，基础设施建设不到位，相关人才匮乏等。可以通过提供资金支持，拓宽宣传渠道，推进产业化进程，加速武术进校园等手段促进八极拳的发展。

【关键字】八极拳；发展情况；沧州市；孟村回族自治县；非物质文化遗产

一.前言

1.1 研究目的和意义

八极拳全称“开门八极拳”，发源于河北省孟村回族自治县，迄今已有 300 年的历史。1988 年被国家体育总局审定为中国传统武术十大优秀拳种之一，2008 年被列为第二批国家级非物质文化遗产。拥有中医，经络，套路，身体素质训练方法等多门类系统完整的内容。八极拳以其刚猛爆裂的风格，朴实无华的动作，舍身无我的精神，在武术界占有独特地位，素有“文有太极安天下，武有八极定乾坤”一说。如何使八极拳能够不断传承，并紧跟时代脚步，快速发展是我们的当务之急。这既是中华民族传统文化与精神的弘扬，也是对民族自信心的凝聚。它所具备的文化、技击、经济等多方面价值对中国社会发展也具有重要意义。

1.2 研究对象

本文以八极拳习练者，沧州市区和孟村回族自治县民众，其他武术习练者为研究对象，对年龄，性别，学历，习练人数、目的、场所，教学，宣传等方面进行研究。

1.3 研究方法

1.3.1 访谈法

为了解八极拳发展情况以及民众对八极拳的认识,采用了面谈和网络交流形式进行,采访了5位第八代传人,部分教练,学员和当地民众。了解传承人弟子和学员情况,教学情况,宣传情况等。了解学员和各类民众对八极拳所持态度和习练情况。

1.3.2 问卷调查法

为了更好地了解人们对八极拳的认知及为其更好的发展探寻出路,结合本研究方向,设计了针对不同人群的调查问卷。对孟村县民众发放纸质问卷284份,有效问卷262份,填写者为商户、购物者、行人。对沧州市市民发放纸质问卷237份,包含问卷一160份,问卷二77份,回收有效问卷一149份,问卷二15份。填写者为商户、购物者、行人、用餐者。问卷一填写者为从未听说过八极拳的人,问卷二填写者为听说过八极拳的人。对一武术协会(非八极拳武术协会)成员发放网络问卷,填写者来自33个省市自治区及国外,可能包含极少量武术协会会员家属,回收有效问卷515份,收到建议312条。

1.3.3 文献资料法

根据研究需要通过中国知网查找传统武术和八极拳方面的专业资料,为确定调查方向和调查内容提供依据,为调查结果提供支撑。

1.3.4 实地观察法

通过对武馆,训练基地,公共场所训练场地的实地考察,了解其练习人数,占地面积,基础设施建设情况等,为调查分析提供参考。

1.3.5 数理统计法

对调查问卷所得数据使用SPSS软件进行数理统计和相关性分析。

二.价值体现

2.1 文化价值

八极拳作为国家级非物质文化遗产,以其严密的哲学思想,系统的技术理论,完整的训练体系,在具备御敌防身、修生养性功效的同时,还与经济、军事、医疗、宗教等一系列社会活动紧密相连,相互渗透。八极拳的指导思想“六练八要”(也称八练)歌诀中,五练五脏气功到,体现了道家的呼吸吐纳的思想;六练筋骨皮肉合,体现了释家大而无外,小而无内的哲学理念;七练尊师与仁义,八练

动手要留德，是儒家“仁”的思想的体现。八极拳对“意无定向，招无定形，力无定处”武术境界的追求，则是对伊斯兰文化中“阴阳”“无形”理论和道家“太极”的诠释与融合。八极拳发展过程中，各种文化的相互融合，使其从单纯的搏击技术发展为一个集力学、医学、生理科学、哲学于一体，兼蓄儒、道、释和伊斯兰文化的多门类文化学科，对研究中华传统文化和人类社会学具有重要的参考价值。

2.2 技击价值

八极拳向来以实战能力强著称，有“太极十年不出门，八极一年打死人”的说法。其技术以刚猛爆烈、崩撼突击、挨傍挤靠、贴身劲发为特点，攻击性极强。八极拳的套路都是从实战出发，结构严整，简洁精练，质朴无华。^[1]训练中的靠桩、排打功、摔掌（铁砂掌）等内容又增强了习练者的抗击打能力和动作杀伤力，再加之散手训练，使习练者拥有丰富的实战经验。公安、武警、特种部队都曾多次邀请八极拳传人进行讲学，吸收其精华，增加擒拿格斗技术的实战性。个人将其作为防身自卫的技术也会产生良好效果。

2.3 健身价值

八极拳训练涉及身体的各个部位，动作刚柔相济，虚实结合，长期的训练可以使身体各项机能得到提高。研究数据显示，八极拳活动对心血管系统、身体柔韧性，减少腹部脂肪厚度等都具有明显的促进作用。^[2]八极拳门规和八极拳精神中崇尚武德、习武为国、尊师重教、临危不惧等要求是中华民族精神的体现，对于习练者的心理健康和品格塑造都具有重要意义。长期的站桩、套路、对打训练，对提升习练者的意志力、团队协作能力也有良好的促进作用。

2.4 经济价值

八极拳经济价值主要表现在直接和间接两个方面。传承人开设武馆，招收学生，出版书籍，举办交流活动都可为其带来直接的经济收益。其附属产业，如服装、器械、场馆建设等，也带来了不小的经济效益。不定期的电视节目，武术文化节不仅可以带动当地旅游产业发展，而且对八极拳的宣传作用也不可小觑。孟村八极拳国际培训中心正在政府支持下，由单一培训机构转型为文武学校，将有力促进当地发展。已投资 1.2 亿元，以八极拳宗师为主体的网剧也正在筹拍，对相关产业也有一定的带动作用。

2.5 观赏价值

八极拳初创时，以实战为目的，习练者并不注重其观赏性。发展过程中，八极拳逐渐吸收其他门派动作，以胡义忠等老一辈拳师又为生计建立了戏班，其对身形招式的改变使八极拳在观赏性上不断提升。如今，在八极拳的演练过程中，观看者可感受到惊心动魄的气势，沧海横流、青山矗立的凌云壮志，刚柔相济、虚实结合带来的对比，亦可感受到可体味“力拔山兮气盖世”的情怀。

三.发展现状与分析

3.1 民众了解程度

如图 1，在八极拳的发源地孟村，284 位受访者中，仅有 3.4%的人从未听说过八极拳。

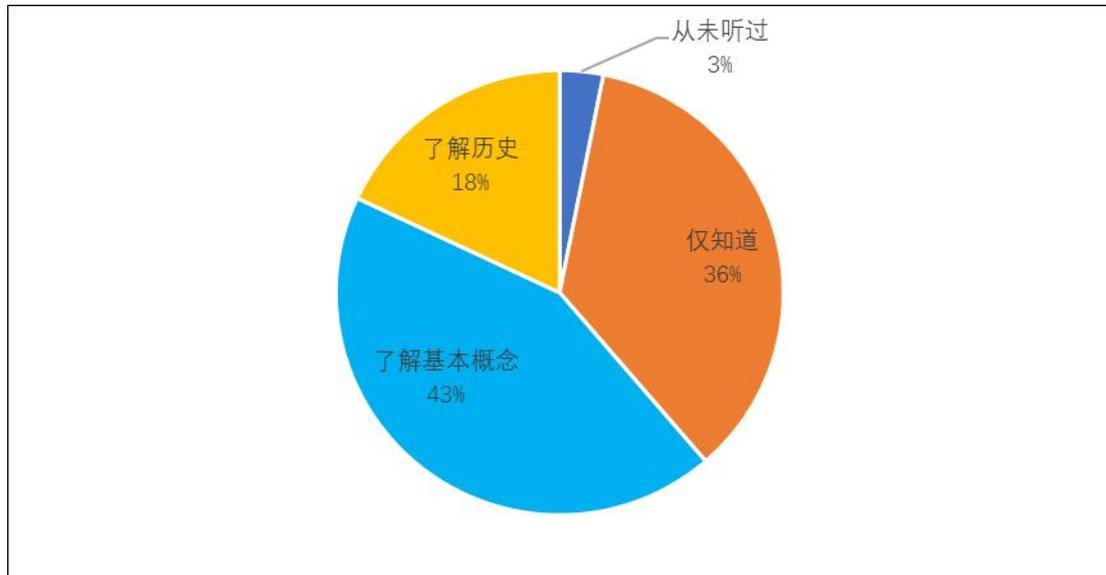


图 1 孟村县受访者对八极拳了解情况

在沧州市区，237 位受访者中，有 90.8%的人表示从未听说过八极拳，9.2%的人听说过八极拳。如图 2，在武术协会，515 位参与者中，83.3%的人听说过八极拳，但在五个拳种中仍是最低的。受访者外中听说过的人数有 12 个省市在 80%左右，2 个省在 70%左右，其余在 90%左右。

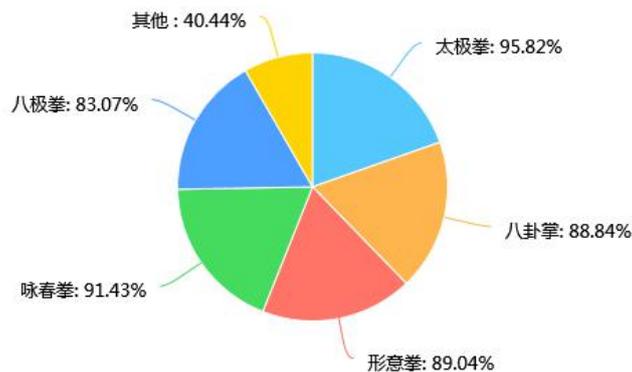


图 2 武术协会受访者对八极拳了解情况

表明八极拳在民众中了解情况受地域因素影响较大，在武术习练者和爱好者群体中则与地域无明显关系。主要原是八极拳为回族拳种，习练者大多为回民，早期仅在孟村县一代流传，近几十年才逐渐向外传播。而沧州为枢纽地区，八极拳传人经常在当地或外出与其他拳种习练者进行切磋，民国时期，又有多名八极拳传人在政府和军队担任要职，使八极拳之名在武术界流传甚广。

3.2 习练人数

如图 3，孟村县受访者中，有 71.8% 的人没有练过，25.6% 的人曾经练过，2.7% 的人一直在练。根据相关性分析，性别与是否练过八极拳显著相关，50.0% 的男性曾经练过或一直在练，而女性仅为 16.1%。

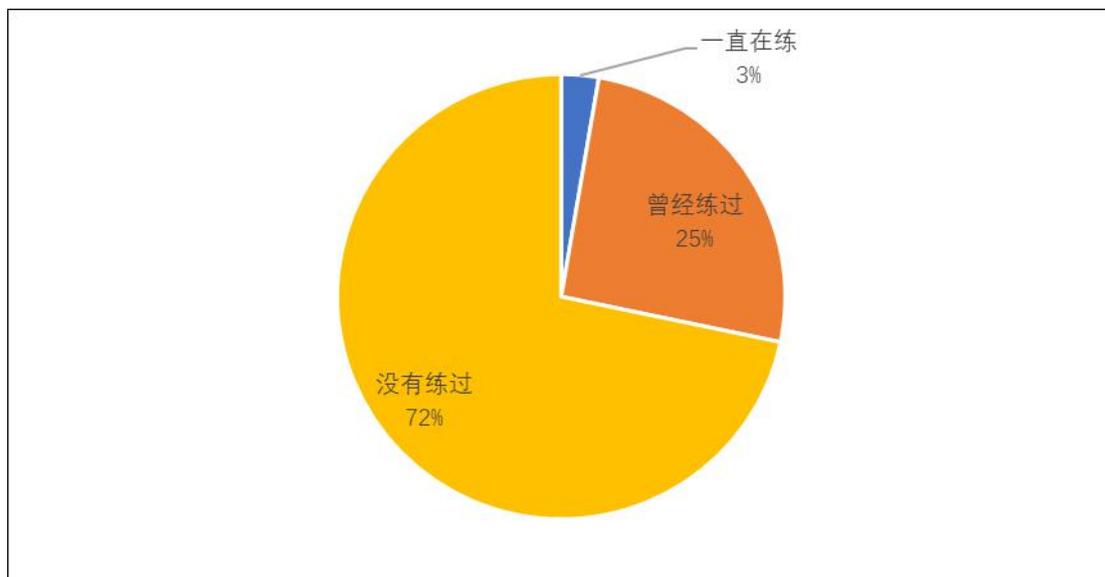


图 3 孟村县受访者习练八极拳数量

在沧州市受访者中，仅有 3 人曾经练过。在武术协会中，有 5.0% 的人曾经练习过八极拳。在调查的 4 个训练场所中，总体人员流动性较大，年龄从 6 岁

到 60 多岁不等，青少年占主要部分。

说明八极拳在孟村县普及度较高，在沧州市普及度较低。原因是八极拳为回族拳种，起初只在回族内部传承，且不教外姓，逐渐发展为不教外族。现在，八极拳传人的思想逐渐开放，品行良好之人均可学习。对于其中勤奋刻苦，真心求学的人，无论是中国人还是外国人，传承人都愿意将其收为弟子。加之孟村县为八极拳发源地，传承人数量远多于沧州市区，且武术进校园活动开展情况较好，当地居民从小就可接触八极拳，使孟村习练过八极拳的比例远超沧州市区。

3.3 习练场所

孟村县仅有 1 个独立八极拳馆，即八极拳国际培训中心。有综合训练厅 1 座，搏击训练厅 1 个，在建展演馆 1 座，配有办公室、食堂、商店、宿舍等附属设施，训练器材较为齐全，另有 10 多位公开教学的传承人，教学地点为广场公园或家中。沧州市区有 1 个与回民小学合办的训练厅，为舞蹈厅改建，仅有武术地毯和数件表演用器械。另有 1 位传承人在公共场所教学。

上述情况表明大部分八极拳习练者缺乏独立训练场地，也缺少训练需要的器械，如木桩、兵器、护具等。主要原因是传承人担心收费教学会导致教学质量下降，所以除培训中心外，大部分处于义务教学或象征性收费的状态。无法承担租赁或建设场馆费用，且缺少精力进行运营和维护。

3.4 教学情况

培训中心专职教练 5 人，其余各处 1-2 人不等。教学模式依然为传统的口传身授，相关知识均为口述，几乎不使用教材。教学内容有基础素质训练，套路训练，对打训练等，部分传承人会教授中医学，经络学知识，缺乏文化课。教学进度与过去相比明显加快。线上教学也有涉及，主要针对有基础的习练者，以上传视频为主。

导致内容和进度改变的首要原因是学员流动性大幅增加，除当地人，大多是短期学习，而没有文化课是缺少长期学员的重要原因。据培训中心统计，咨询的外地家长中有八成因没有文化课不再考虑让孩子学习八极拳。短期学习就要求所学成果在短期内可以表现出来，其基础素质的训练时间就会相应减少，也没有时间再教授中医学，经络学，乃至哲学思想。在健身作为主要目的的学员中，也并不需要完整系统的学习八极拳体系。教学过程中，孟村八极拳国际培训中心曾

使用过教学大纲等内容，但为防止他人抄袭，放弃了这种方式。且标准化程度不足，教材效果并不如口述效果。

3.5 技术传承发展情况

八极拳来源于生活，以实用为目的，动作大多刚猛迅捷，在技术上主要近身短打为主。在三百余年的传承中，八极拳秉承“开门”之意，不断吸收其他拳种的精华，如定阳针来源于形意拳，劈抱掌来源于劈挂拳，缠拦手来源于螳螂拳等。同时，近年来现代体育飞速发展，八极拳在体能、力量、耐力、反应速度等方面的训练上借鉴和吸收了现代体育训练的内容，训练时也会借助现代体育器械。传承过程中，部分传承人以戏曲表演为生，表演元素不可避免的加入进了八极拳的套路之中。多年来，八极拳的内容虽在不断变化，但其核心未变，依然保持着独特性，这也是八极拳能长久传承的原因之一。

八极拳在建国后历次动荡中受到严重冲击，但技术保留情况较好，并未出现一些拳种部分技法失传的现象。在现代，虽然八极拳习练人数不断增加，但是以八极拳谋生的人数量减少。且传承人普遍反映，现在的学生身体素质和吃苦耐劳精神不如过去的弟子。导致能够常年练习，并保证训练时间强度的很少。八极拳传人们对技术的教授态度更加开放，品性合格的学员和弟子会尽传所学，极少出现“留一手”的情况。但口传身授的教学方式，缺乏现代教育系统完整系统的教学培训，标准化程度不足，使学员接受程度较低，网络教学也只能针对有基础的习练者，水平达到将八极拳传承下去的人更是极少。

3.6 宣传情况

如图 5，八极拳在线下主要依靠民众口口相传。

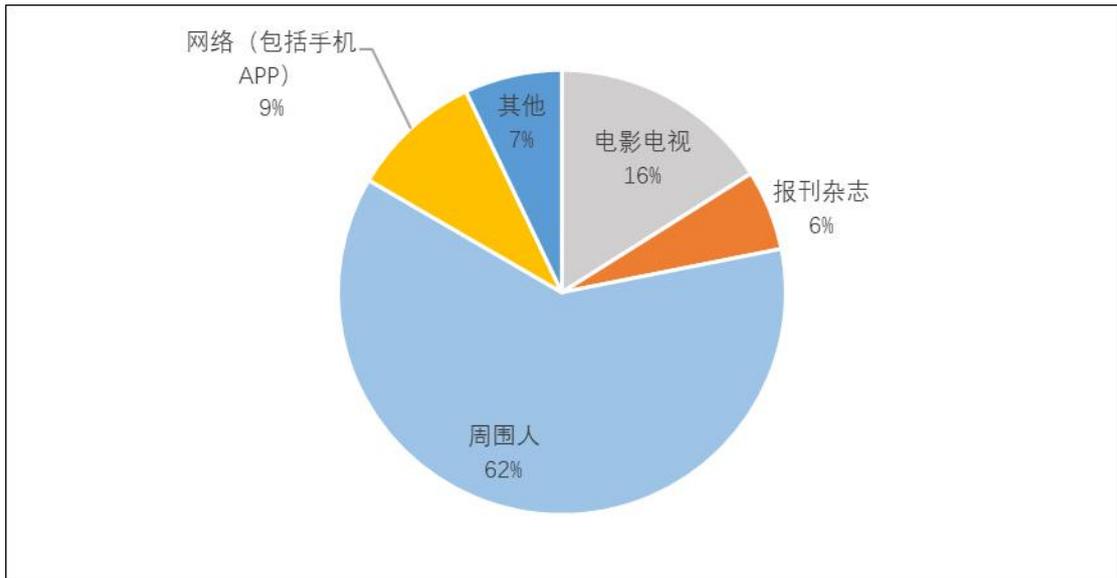


图 3 孟村县受访者了解八极拳渠道

线上建有一个网站，多个微信公众号，宣传内容主要为时讯动态，技术讲解，且内容更新不系统，更新频率低，月均 1 篇，阅读量在几百到几千不等。有不定期的各种电视台节目和武术比赛、展演。在各报刊杂志，网络平台也几乎没有广告投放。如图 6，即使在发源地孟村县也有 28% 的人认为宣传力度不足。

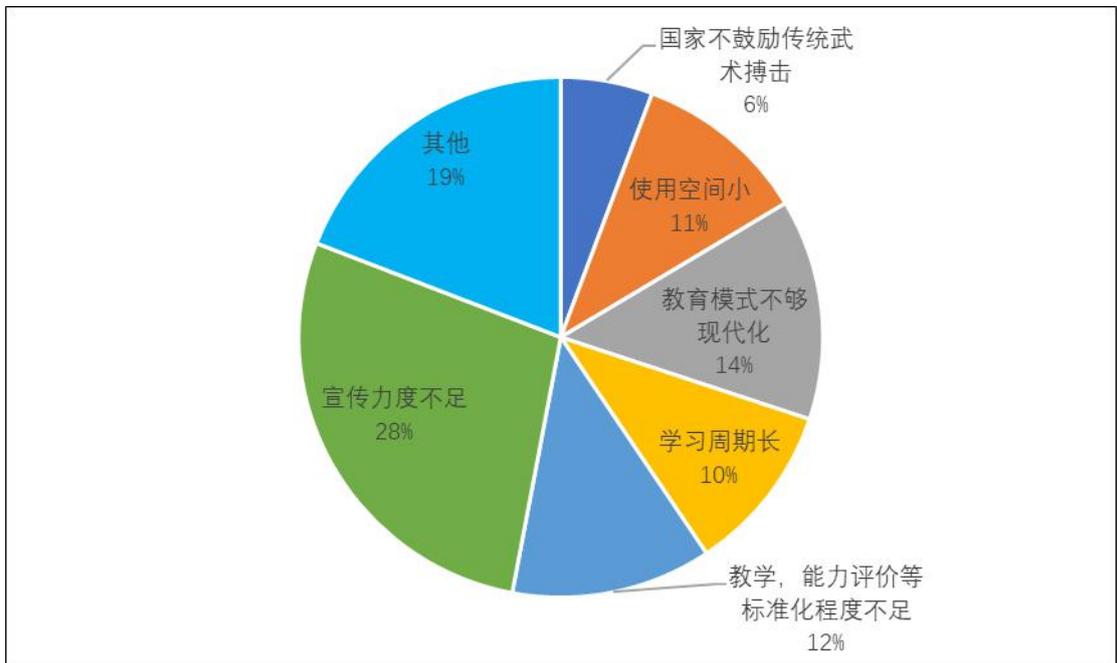


图 4 孟村受访者认为八极拳存在何种问题

八极拳整体宣传力度较弱，主要原因是作为主要领导层的第八代传承人对网络宣传的积极性不高，且缺乏网络维护运营知识，不能及时跟踪用户数据。线下宣传手段单一，缺少广告的使用，义务教学为主的传承人也无法承担大规模宣传

的费用。

3.7 学员发展方面

过去习练八极拳主要目的是保家护院，防身自卫，还有大量镖师的存在。时代变化使习练者的发展方向大幅转变。根据传承人统计，专业八极拳武者的主要发展方向有体育院校武术系，体育特长生，军人，武术教练，搏击运动员，保安等。非专业八极拳武者主要将其作为兴趣爱好，或用以强身健体等。

相比于其他体育项目，八极拳发展途径较为单一，没有形成完整的产业链。赛事举办不定期，没有专业的赛事解说、记者，赛事裁判也均为临时聘任，专职教练的培养也不够系统。政府和八极拳体系内也缺乏对建立武馆武校的指导，多靠自行摸索。很多习练者不得不为了生计中断练习。

3.8 标准化情况及困境

现代科学发展使各领域标准化程度不断提升，有“得标准者得天下”一说。如图 7，大部分孟村县受访者认为应该提高教学和训练的标准化程度。

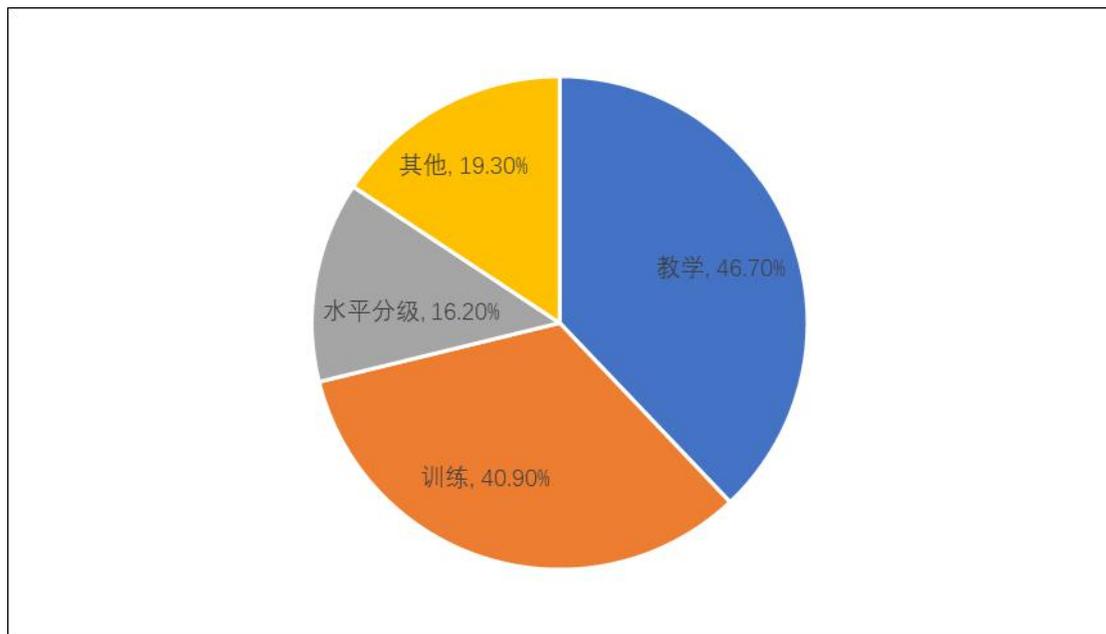


图 7 孟村县受访者对标准化看法

受访的 5 位传承人也都认为八极拳标准化程度较低。部分高水平传承人进行过标准化方面的尝试，出版过多部书籍，但实际效果不好。由于八极拳自身动作较为复杂，仅凭教材和教学光盘无法完全的表现其技术要求，发力，劲道也无法表现出来。根据个人身体条件，如身高臂长等方面的变化，技术要求也会有所变化，单纯用距离、角度来进行规范可行性不高。此外，缺乏专业科研人员进行研究也

限制了八极拳标准化进程，在中国知网中仅有 2 篇文章通过生物学、力学等手段对八极拳动作进行研究。

四.对策建议

4.1 拓宽线上宣传渠道

现代通讯技术和互联网技术的飞速发展使宣传渠道更加多元化。除已有的网站和微信公众号，今日头条、百度百家号、抖音、快手等一大批自媒体平台正在崛起，且具有运营操作简单，用户数量庞大，传播范围广等特点。调研团建立的各种公众号累计阅读量已超过 7 万次，说明其实施可行性较高。利用这些平台进行宣传推广，可加速八极拳在民众中的普及速度，扩大八极拳的知名度和影响范围。同时由政府传承人进行认证，保证内容的可靠性。

4.2 推动产业化进程

通过政府的引导，改变当地传承人担忧收费影响教学效果而义务教学的现状。对武术专业学生开设体育管理学、体育经济学、市场营销学，教育学心理学等课程，聘请有关经济学、营销学，教育学方面的专家对有关武术人员进行培训。^[3]组织有关人员对行业发展进行规划，形成专业的赛事组办、教练、裁判、理论研究等职业，使习练者能通过相关职业谋生，才能增加八极拳的生命力和活力。

4.3 提高民众认同程度

没有任何一种民族文化的长久传播能够建立在本民族大众不认同，仅仅依靠外民族本能似的文化好奇心基础之上。^[4]除现有对时讯动态的宣传，技术的讲解，还应从精神内涵、哲学思想、防身自卫等多个角度，通过对八极拳文化价值、健身价值、技击价值等多元价值的深度挖掘与推广，塑造各界人士对于八极拳全面而立体的认知。只有民众认识其价值，认可其内容，才能实现八极拳的传承推广和长久发展。

4.4 推进武术进校园

国家和传承人都有意让传统武术进入校园，但一方面校园师资缺乏，另一方面传承人缺乏固定的途径对学生进行教授。在武术进校园的实施过程中，仍需政府发挥主导作用，组织相关专家，编写校本课程教材，开发适合学生的动作套路，协调传承人、学校，对教师进行培训。很多时候，我们还没有将其当作一种“优秀的民族文化”来传承和推进，将学校武术教育视作或等同于“练拳教育”的状

态普遍存在。^[5]在教授技术的同时，还应对学生展开武术文化和武德教育。

4.5 技法整理与完善

现行书籍、视频多为单个套路或技术讲解，作者也非同一流派，部分技法仍依靠口口相传。给习练者分辨好坏，系统学习带来一定困难。政府相关部门应牵头组织八极拳传承人，对基础训练、套路、实战用法进行归纳整理，形成系统完整的教学书籍与教学视频。并可应用三维动作采集，动作模型建立等现代科学技术，避免拍摄角度带来的影响。并鼓励传承人在保留八极拳原有技术核心的基础上，积极结合时代特点，对技术进行进一步现代化改造以更好的适应。

五.结论

八极拳作为中华武术的瑰宝，是历代八极人智慧的结晶，包含文化、技击、健身等多重价值。传承和发展八极拳不仅对弘扬中华民族优秀传统文化十分重要，更可以增强民族凝聚力，增强国民体质，提高民族素质，培养民族自信心，实现民族强盛和“强国、强种”的梦想。虽然八极拳传承与发展仍面临诸多问题，但是，只要传承人、政府和民众共同努力，一定能使其在时代浪潮中激流勇进，实现蜕变与腾飞。

[参考文献]

- [1]王世泉.论八极拳的独特风格及其技术特点[J].中华武术(研究),2014,3(04):30-33+29.
- [2]陶萍,杨松.八极拳干预方案对中学生身心健康影响的实验研究[J].沈阳体育学院学报,2013,32(04):65-68.
- [3]刘同为,张茂林.竞技武术无形资产及其开发[J].中国体育教练员,2005(03):22-23.
- [4]何英.武术国际化刍议[J].体育文化导刊,2009(11):145-148+152.
- [5]王岗.“武术教育”不能等同于“教人练拳”——从知识解构出发破解学校武术教育百年困局[J].青少年体育,2018(05):20-21.