

新闻链接：2006年5月太极拳、武当武术、少林功夫同时被列入第一批国家非物质文化遗产名录；2020年12月17日，“太极拳”被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录；2023年8月8日（全民健身日），中国邮政将发行《太极拳》特种邮票一套三枚。邮票图案分别表现太极拳术、太极推手、太极剑。在十堰市及省市邮政部门的积极争取下，中国邮政集团有限公司于6月5日正式发文，批复同意于8月8日在湖北省十堰武当山举办《太极拳》特种邮票首发式，武当山成为全国获得许可的举办地之一。联合国邮政定于2023年8月10日发行《身·心·灵》邮票一套3枚和小型张3枚，分别表现已列入联合国教科文组织非物质文化遗产名录的中国太极拳、书法和古琴。有专家对《太极拳》小型张的画面背景进行对比分析后发现，其建筑元素取自湖北十堰武当山。这为“天下太极出武当”之说和武当山有“太极祖庭”之称作出了重要注脚。

太极拳是基于阴阳循环、天人合一的中国传统哲学思想和养生观念，以中正圆活为运动特征的传统体育实践。武术界素有“北崇少林，南尊武当”之说。如今太极拳在众多传统武术的基础上不断充实完善，正成为世界上最优越的、普及最广的健身运动之一。那么太极拳究竟源自何时何处何人？历来众说纷纭，莫衷一是，迄今尚无定论。这一既不能回避也难以定论的问题成为困扰中华武术界的一大难题。随着太极拳的普及度越来越高，影响力越来越大，尤其是近年来，太极拳申遗成功和发行邮票后，由于众所周知的原因，其源流之争再成焦点、热点。

源流纷争缘何起

在二十世纪三十年代以前，中国太极拳的发源地和创始人是没有太大争议的。六百年来，各派太极拳弟子，大都归宗认祖，认张三丰为太极拳祖师。没有料到的是民国初期学术界“疑古”思潮泛滥，一时连孔子、国医、少林功夫、武当武术等国粹都一一被否定。当时以唐豪为代表的太极拳研究者发表了《少林武当考》一文，可能受疑古和极左思潮的影响，加之史料对张三丰的生卒年代记载有些混乱，《少林武当考》先是否定少林武功与佛教的关系，继而否定张三丰及张三丰创太极拳的史实，这些观点带有很大的历史局限性。1931年时任国民党中央国术馆编审处长的唐豪在缺乏有力的史证与物证的情况下否定太极拳的祖师张三丰，人为封陈家沟为太极拳发源地，封陈王廷为太极拳祖师。把太极拳史写成了某个家族史，这种偏向在中国武术界引起轩然大波，也引起了各派众多太极拳弟子的强烈不满。根据海内外武术家和武术理论家的考证，陈家沟作为“陈式太极拳”的发源地，陈王廷作为“陈式太极拳”的创始人，是说得过去的。但是，将陈王廷作为中国太极拳的创始人，把中国太极拳的产生推迟三百多年，这与太极拳发展的历史事实显然不符。这种观点不仅理论依据不足，其他流派也不认可，不能不引起大家的质疑，由此种下了太极拳发源地与太极拳祖师之争的根子。

关于太极拳的源流争议归纳起来主要有以下几种观点：

一是陈家沟起源说。这种观点认为，太极拳为明末战将陈王廷所编创。1931年版陈子明编著《陈氏世传太极拳术》中列有《陈氏太极拳家列传》，陈王廷排在第一位。故陈氏太极拳传人皆称“太极拳由河南陈家沟陈氏第九代陈王廷（1600-1680）所创”。据《陈氏家谱》载，陈王廷为“陈氏拳手、刀枪创始之人也”。更由于广为流行的几大类太极拳与陈式太极有着渊源或师承关系，说明陈王廷将太极拳发扬光大，历代相传，“成为独特之秘”。因此更多的人认同陈家沟是陈氏太极拳的源头。国家体育总局曾于2002年4月设立《太极拳源流与发展研究》课题，由河南师范大学体育学院一教授上报课题总结，由于没有确切的历史证据佐证陈家沟是中国太极拳的发源地，国家体育总局科技司对此没有验收并改组了课题组。

二是张三丰创拳说。一些文化学者研究明清两朝留下大量关于张三丰的道教文献，发现其属于道教名人和内家拳、十三势的创始人，是太极拳的标志性人物。这一观点由来已久，“陈王廷创拳说”盛行以前，似为传统定论。如杨澄甫所著《太极拳体用全书》自序中曰：“先大父更诏之曰，太极拳创自宋末张三丰，传之者，为王宗岳、陈州同、张松溪、蒋发诸人相承不绝。”且附有《张真人传》。更早如清人李亦余所作《太极拳小序》开宗明义直接写道：“太极拳始自宋张三丰，其精微巧妙，王宗岳论详且尽矣，后传至河南陈家沟陈姓，神而明者代不数人……”今人亦有赞同此说者。其佐证文献如《三丰全书》，其中记载“少林为外家，武当张三丰为内家”等。

三是王宗岳创拳说。王宗岳在中国太极拳史上的重要地位，为历代拳家所公认。王宗岳是明代嘉靖至万历年代人，是张三丰的第五代传承人，第一代俗家弟子。王宗岳

天下太极出武当

「太极拳」邮票原地探究

记者吴可新 美编高敏



了“太极”二字。用“太极”命名的道教庙观，武当山及至全国独此一家。

道教流传至今的经文中记载着很多与太极拳相关的资料，例如元代张守清《玄天上帝启圣录》中叙述：“按《混洞赤文》所载，玄帝乃先天始气、太极别体。”这里的太极意指玄帝，含有鲜明的道教寓意。另有道经名为《太极隐文》，文曰：“天一之精是为玄帝，分方于坎”。“太极”一词在武当山旧志中也屡见不鲜，诸如元代刘道明纂修的《武当福地总真集·序》中有“太极肇分，二仪始判，水火化生于一画，风雷鼓舞于两间”之句；明代武当高道任自垣纂修的《敕建大岳太和山志》中有刘古泉、杨善澄在宝珠岩下“闲谈太极，以至于无极之妙”之说。张三丰修道武当山时，参悟太极图，醉心于修拳并结合修炼的内丹功力，合成太极拳五行八卦。由此可知，“太极”与武当之渊源，并非偶然。

还有其他一些观点。如唐代许宣平创拳说；唐代李道子创拳说（称“先天拳”）；唐代胡镜子创拳说；戚继光创拳说；南北朝韩拱创拳说等等。这些说法似乎都言之有源，也都有附合者。

其实仔细分析上述各观点，我们发现不论是王宗岳创拳说还是武当山创拳说，都与张三丰创拳说一脉相承。概括起来太极拳源流争议主要在河南陈家沟和湖北武当山之间。

河南陈家沟自称是中国太极拳发源地，祖师为陈王廷；湖北武当山认为天下太极出武当，认张三丰为祖师爷。赵堡、杨式、武式、吴式、孙式太极拳传人

“太极拳名誉侵权第一案”。

2007年8月22日，国家体育总局、国家体育总局武术运动管理中心等领导在河南温县赵堡镇陈家沟村为“中国武术太极拳发源地”揭牌，此举引起各地太极拳传人的不满和质疑，没过几日，陈家沟又将牌子摘下。

3.2014年8月，文化部公示了第四批国家级非物质文化遗产代表项目名录，福建邵武申请的“张三丰太极拳”名列其中。此举引发陈氏太极拳有关人士的质疑。认为张三丰并非福建邵武人，也非武术界人士，和太极拳无实际关联，无法断定其是否为真实存在的历史人物等。

绕不过的张三丰

张三丰何许人也？以湖北省武当文化研究会会长，湖北汽车工业学院原党委副书记、历史学教授，华中师范大学历史文化学院硕士生导师杨立志等为代表的文化学者认为，张三丰是武当文化研究的重要对象，海内外的专家学者最早关注武当山、研究太极拳是从关注张三丰开始的。因为他们在研究明代历史学、明皇室与道教的关系以及太极拳的源流时都认为张三丰是个不可回避的人物，所以他们把张三丰与武当山同时纳入研究范围。如日本学者小柳司气太先生就是以探讨供奉张三丰真人的北京白云观的“丰真殿”入手，引出张三丰与武当山及太极拳的关系。同为日本学者的山田俊先生在《日本的武当研究简介》一文中指出：“由于道士张三丰的活动，武当山至明代才出现在历史的舞台”。他还用较大篇幅介绍了其他日本学者在论著中涉及张三丰的一些情况。还有两位海外学者对张三丰的研究用功至深，一位是法国的索安女士，另一位是澳大利亚的黄兆汉先生。黄兆汉出版了专著《明代道士张三丰考》，杨立志考证发现，在明洪武三年（公元1370年）的一次人口普查中，张三丰曾被记入在均州（今丹江口市均县镇）芝河里的道籍之中，户籍册子里记载了他的年龄、相貌、籍贯以及他以全真修炼于太和山、任五龙宫住持等信息。

众多历史资料一再考证，不仅历史上确有张三丰其人，而且其还是一个值得人们尊敬的历史人物。

张三丰，又名君宝、玄玄、玄素、通一，外号“张邈邈”。史载大道成真的张三丰受明成祖的钦仰而隐循高蹈，以致声望弥高，成为吕洞宾以来最富魅力的“活神仙”。有学者认为把创始者神秘化、神圣化是中国历史上诸种“神仙传授”起源说的共同特征，而“张三丰”的神秘性正好使它具有了被认为是某种拳法创始者的可能。据太极泰斗、考古学家吴图南老先生考证，太极拳至少有一千五百年历史。张三丰作为道家 and 太极拳一代祖师，创立了太极拳的基础招式和精髓，流传发展了千百年后，最终确立了中华武术“北崇少林、南尊武当”的格局，为道家 and 太极拳中兴作出了极大贡献，是历史上真实存在的祖师大德。清代的大儒朱仕丰评价张三丰说，古今练道者无数，而得天地之造化者，张三丰也。著名中国科技史学者李约瑟在《中国科学技术史》中说“张三丰的名字，现今是与中国拳的一个类别叫太极拳的联系在一起”。随着更多的史料和古拳谱的问世，更加确定元明之交13世纪的武当道士张三丰是太极拳的创造者。

万法归宗张三丰

在中国武术尤其是武当武术史上，最富有传奇色彩的人物莫过于张三丰。历史进入到明代，太极拳在经过了漫长的酝酿、发展过程之后，也进入了集大成时期。具体呈现有三个标志：一是出现了具有划时代意义的武术核心人物；二是形成了独立的武术门派；三是拥有了拳术、器械、功法三者合一的武学体系。

国内外的道家认为明朝是最道教、最信仰、最依赖道教的王朝，武当山则是当时最重要最大的道教传播基地，武当山被明永乐皇帝敕封为“天下第一名山”。源自道家文化—武当文化—太极文化的太极拳的发展传播因此在明代出现了一个高潮，这是历史发展的必然，但是也离不开武当派祖师、

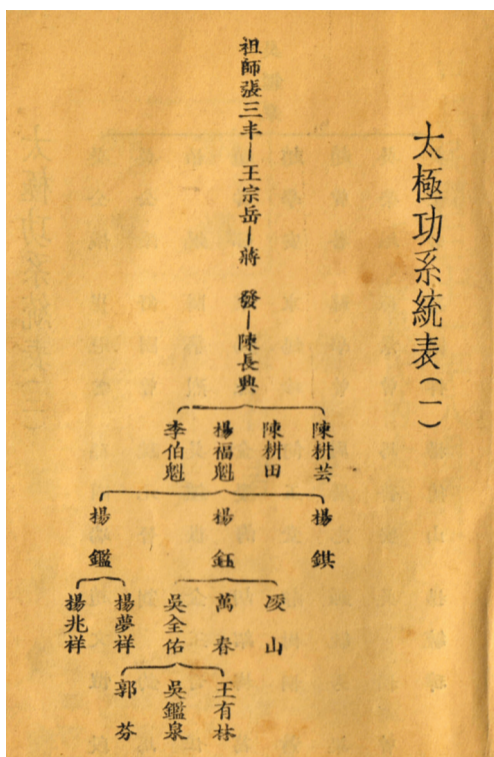
与武当本山弟子皆尊崇张三丰。

近年争议事件回顾

1.2004年12月，和氏太极拳传人和有禄状告《武当》杂志社名誉侵权案，案由源于对太极拳发源与创始人的观点争执进而出现人格贬损和人身攻击。央视“今日说法”栏目报道了案情经过。此案堪称



太极之美 记者张建波 摄



武当山留存民国三十一年(1942年)版太极拳传承图谱

太极拳的集大成者张三丰从中所起的重要作用。元明之际，张三丰四海云游，于元泰定元年（1324年）入湖北武当山，“调神九载而道始成”，后隐逸遨游，行住无常。洪武初年，他再入武当，见南岩、五龙、紫霄诸宫颓靡兵燹之祸，百废待举，遂率门徒创修宫观，复兴道场。张三丰“深藏道法，广具神通，高隐武当，有希夷之风”，把拳法、兵法和道家气功导引术加以揉合，以老子的“道法自然”先哲思想，逐渐创编和深化，创造了克敌制胜、延年益寿的武当内家拳。黄宗羲的《王征南墓志铭》中所说的内家拳便是“十三势”，也就是太极拳。

明天顺三年（1459年），明英宗封张三丰为“通微显化真人”。明嘉靖年间，明世宗加封张三丰为“清虚玄妙真君”。

明永乐年间成祖朱棣大修武当山，在张三丰曾修炼过的地方专门修建遇真宫，后又在遇真宫中修建真武殿，并命工部铸造张三丰铜像恭送至遇真宫供奉，香火祭祀，使他享受帝王的待遇，成为中国唯一的无冕“武术皇帝”。如今，武当山的张三丰铜像，依然展示着这位和蔼可亲的道德高人、太极拳祖师的风采。

曾于1989年至1992年期间参与由武汉体院江百乐教授牵头和郧阳地区体委承担的国家体委科研项目《武当拳派源流、拳系及内容研究》的著名学者、作家欧阳学忠对笔者说：近百名专家、教授充分进行历史考证、调查探访，得出如下结论：一是张三丰确有其人。二是张三丰创拳有可靠依据。武当拳派是与少林拳派齐名的中国内家拳。当时还出了专著《武当拳之研究》，并在国家体委获奖。太极拳源出武当道人张三丰，这已是六百年来不争的事实。

大多数专家学者认为，张三丰吸取百家之长创编了内家拳，大约在明嘉靖时，王宗岳在内家拳理论的影响下写出了《太极拳论》；进入清朝至今，内家拳分成两个支流，一支在王宗岳太极拳论的影响下逐渐发展成“太极拳”。后被称之为“南派太极拳”。还有一支流派，就是“长拳”自己的系统，未经内家拳理的改造，向后世传授，以明朝为盛。大约在清朝康熙年间传入陈家沟，后改称“炮锤”。清乾隆嘉庆年间，王宗岳太极拳论传入陈家沟，根据太极拳理改造了头套炮锤，成为太极拳。此被称之为“北派太极拳”。这就是太极拳史上的南派和北派之说。从太极拳这一发展脉络来看，武当山是太极拳的祖庭、张三丰应是太极拳祖师。这是历代太极拳弟子所公认的，以杨式太极拳、武式太极拳、吴式太极拳、孙式太极拳等为代表的太极拳流派也都公认张三丰是太极拳祖师，至于赵堡太极拳、松溪派太极拳和中国其他门派的太极拳就不用说了，大家万法归宗都承认张三丰是祖师。由此可见道家文化是太极拳的源头，太极拳修行的理论来源于王宗岳，而王宗岳的太极拳理论来源于道家张三丰。

总之，太极拳作为武当内家拳之血脉，其以道家理念为指导，以自然为神韵，以养生为主旨，以技击为末学，世代传承，经久不息。

太极拳师张三丰将太极拳凝练成阴阳五行、八法十三势，由棚、捋、挤、按、採、捩、肘、靠八种手法，进、退、顾、盼、定五种步法等攻防意识较强的十三组技法组成。其动作如行云流水，典雅自然，周身圆润，举动轻灵，沉浮开合，动静相间。现代盛行的各门太极拳法，无不以此为宗旨，故有“天下太极出武当”之说！

天下太极是一家，中华太极耀天下。各派太极拳人应抛弃地域、门户、利益纠葛之争，尊重历史，相互尊重，相互借鉴，取长补短，求同存异，共同做好太极拳的传承与传播大业，让古老的太极文化跨越门派，走出国门，在新时代焕发新光彩！谱写人类文明的新篇章！

附注：本文撰写得到了湖北汽车工业学院原党委副书记、历史学教授，华中师范大学历史文化学院硕士生导师杨立志，十堰市张三丰历史文化研究会专家郭旭阳，十堰市原文联主席，著名作家、文化学者欧阳学忠等专家学者的指导与帮助，文中还引用了他们的一些研究成果，在此一并致谢！