

颜元体育思想研究

蒋纯焦

(华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200062)

摘 要: 颜元以“习行”的哲学观为基础, 较为深刻而全面的认识到了体育对个体身心发展的教育价值和
对国家兴旺、民族强盛的社会价值。颜元在中国古代学校体育发展史上具有独到的建树, 构建了以礼、乐、
射、御等为主要内容的传统学校体育课程与教学体系, 为近代中国学校体育的发展奠定了思想基础。

关 键 词: 颜元; 学校体育; 体育思想

中图分类号: G80 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)01-0085-04

Research on Yuan Yuan's physical educational ideology

JIANG Chun-jiao

(College of Physical Education and Health, East China Normal University, Shanghai 200062, China)

Abstract: Yuan Yuan was a famous ideologist and educationist in the early Qing dynasty. Based on his “practical”
philosophical view, Yuan Yuan profoundly and comprehensively recognized the educational value of physical edu-
cation for physical and mental development of an individual and the social value of physical education for state
booming and nation prosperity. Yuan Yuan had distinctive accomplishments in the history of development of ancient
Chinese scholastic physical education, and established a traditional scholastic physical education curriculum and
teaching system basing its main contents on courtesy, music, archery and carriage driving, which had established an
ideological foundation for the development of modern Chinese scholastic physical education.

Key words: Yuan Yuan; scholastic physical education; physical educational ideology

颜元(1635-1704年), 字易直, 河北博野人, 因其室名“习斋”, 人称“习斋先生”。颜元是明末清初继黄宗羲(1610-1695年)、顾炎武(1613-1682年)、王夫之(1619-1692年)等大儒之后, 实学思想的重要代表, 是著名的颜李学派的创始人。他结合明清易代的宏大历史背景和个人成长的曲折经历, 对占正统地位的程朱理学和陆王心学进行了颠覆性的批判, 在中国传统知识分子不太关注的体育和体育教育上有着非常独到的建树, 为近代中国知识界和教育界对体育的重视、推广奠定了一定的思想基础。本文拟从4个方面对颜元体育思想进行探讨, 发掘其历史贡献, 并为学校体育改革提供某些借鉴。

1 以“习行”为体育的哲学基础

清朝初年, 士人们对明朝覆亡原因与教训进行了大量的反思、总结, 纷纷将矛头直指空疏无用的理学思想, 对之进行了猛烈的抨击。颜元对程朱理学和陆王心学进行了激烈批判, 他说: (朱子) 以主敬致知为宗旨, 以静坐读书为工夫,

以讲论性命、天人为授受, 以释经注传、纂集书史为事业, “诚近禅也”; 王子以致良知为宗旨, 以为善去恶为格物, 无事则闭目静坐, 遇事则知行合一, “诚支离也”^{[1]44-45}。“宋元来儒者却习成妇女态, 甚可羞! 无事袖手谈心性, 临危一死报君王, 即为上品矣!”^{[1]51}

以批判理学为切入点, 颜元渐次提出自己的思想。在颜元看来, 宋明理学家及其追随者的“主敬倡静”, “心中醒, 口中说, 纸上作, 不从身上习行过, 皆无用也。”^{[1]56} 应该如何呢? 他开出的处方乃是反其道而为之, 提倡“习行”、“习动”。他说: “宋元来儒者皆习静, 今日正可言动”“挽天下之士习而复孔门之旧。”^{[1]46} 在中国传统社会, 孔子学说的合法性是毋庸置疑的, 为了更好地佐证和宣传自己的思想, 中国传统知识分子总会自觉或不自觉地到孔子那里去寻找依据。作为既传统又富有个性的知识分子, 颜元不是在政治制度上, 而是在思维上和行为上陷入“托古改制”之中, 认为“以读经史、订群书为穷理处事以求道之功, 则相隔千里; 以读经史订群书而穷理处事而曰道在是焉, 则相隔万里

矣”^{[1]78}。大力倡导“浮文是戒，实行是崇”^{[1]109}。

习行是颜元思想的关键词，也是颜李学派的核心概念，更是颜元体育的哲学基础。为了寻找理论的合法性，颜元回到孔子那里，将习行与孔子之学联系起来，他说：“孔门习行礼、乐、射、御之学，健人筋骨，和人气血，调人情性，长人仁义。一时学（习）行，受一时之福；一日习行，受一日之福；一人习之，赐福一人；一家习之，赐福一家；一国、天下皆然。小之却一身之疾，大之措民物之安，为其动生阳和，不积痰郁气，安内扞外也。”^{[1]693}

他认为知识来源于客观事物和实践活动。求知必须“见之事”、“征诸物”，通过亲历亲为的“习行”和“躬行而实践之”，以获得真正有用且有说服力的知识。同时，一个人是否掌握了知识和技能并不在于其言说与文章，而要通过“习行”来检验。以医术为例：“《黄帝素问》、《金匱》、《玉函》，所以明医理也，而疗疾救世，则必诊脉、制药、针灸、摩砭为之力也。今有妄人者，止务览医书千百卷，熟读详说，以为予国手矣，视诊脉、制药、针灸、摩砭以为术家之粗，不足学也。书日博，识日精，一人倡之，举世效之，岐黄盈天下，而天下之人病相枕、死相接也，可谓明医乎？”^{[2]50}他将“格物致知”作为习行的重要方法。“格物”就是亲自去接触、去做具体的事物，以得到关于各种事物的有用的实际知识。颜元把“格物”作为习行的重要方法，强调它在认识和学习过程中的重要意义，是符合认识规律的。他这种“知识来源于实践”的观点，在当时空谈心性的理学统治时代，无疑具有进步意义。梁启超在《清代学术概论》中谈到颜李学派时表达了类似的思想：“学问固不当求诸冥想，亦不当求诸书册，惟当于日常行事中求之。”^{[2]90}

2 体育在颜元教育实践中的地位

颜元一生学习过多种专业知识，从事过数种行业：8岁开始接受传统教育；14岁学运气术；15岁学仙；19岁应科举，中秀才；20岁耕田灌园；21岁弃举业；22岁学医，贫以养家；23岁学兵法、技击；24岁开家塾，训子弟。后曾游历，以教授生徒、研习学问为终身职业。62岁时主教肥乡漳南书院，设“文事”、“武备”、“经史”、“艺能”、“理学”、“帖括”六斋。不意数月后漳水暴涨，书院被毁，颜元以为此乃天意，遂告老还乡，专心学问。

他在招收生徒时，便提出了体育方面的要求，即“凡为吾徒者，当立志学礼、乐、射、御、书、数及兵、农、钱、谷、水、火、工、虞，予虽未能，愿共学焉。”^{[1]743}不仅要学文，而且必须学武。从24岁到62岁，颜元将一生的主要精力放在教育上。习斋教育的目的，是为国家、社会造就有“实才实德”的官吏和各种专门人才，突出一个“真”字、“实”字，去掉一个“伪”字、“虚”字^{[3]402}。他认为“人才为政事之本”，把教育看成是“安天下”的重要工具。他说：“朝廷政事

之本也；学校，人才之本也，无人才则无政事矣。今天下之学校皆实才实德之士，则他日列之朝廷者皆经济臣，……今天下之学校皆无才无德之士，则他日列之朝廷者皆庸碌臣。”^{[1]403-404}

宋、元、明以来，在程朱理学和陆王心学的主导下，整个社会形成了一种重文轻武的价值取向，衣冠文士羞于与武士为伍，鄙薄肢体活动之风日盛一日。结果使中国古代的学校体育出现倒退，社会精英阶层的身体素质严重下降。颜元以砒霜来比喻朱子之学，他说：“但入朱门者便服其砒霜，永无生气、生机。”^{[1]249}又说：“今天下尽弱病之儒，晦翁遗泽著矣。”^{[1]259}“我辈多病；不务实学所致。古人之学，用身体气力，今日只用心与目口，耗神脆体，伤在我之元气，滋六气之浸乘，乌得不病！”^{[1]732}针对朱子“半日静坐，半日读书”，“读尽天下书”，“不读一书，不知一书之理”等观点，颜元同样提出尖锐批评，他说：“朱子重文轻武，……其遗风至今日，衣冠之士，羞与武夫齿，秀才挟弓矢出，乡人皆惊。甚至子弟骑武装，父母便以不才目之。长此不返，四海溃溺，何有已时乎？”^{[1]58}认为朱子使天下士人“耗气劳心书房中，萎惰人精神，使筋骨皆疲惫，天下无不弱之书生，无不病之书生，一事不能做。”^{[1]272}结果是“率天下人入烂纸堆中，耗胸气心神，而孔子之道全无一人习行。呜呼痛哉！”^{[1]258}

颜元从朴素唯物主义认识论出发，一反当时强调静坐读书的旧习，提出了以“习行”为核心的教学方法。35岁时他从孔子的“性相近，习相远”出发，“觉思不如学，而学必以习”，并将家塾之名由“思古斋”改为“习斋”^{[1]726}。习行在颜元的教育中并非一种单独使用的教学方法，而是贯彻始终的核心概念，他一再强调“读书无他道，只须在‘行’字着力。如读‘学而时习’便要勉力时习，读‘其为人孝弟’便要勉力孝弟，如此而已”^{[1]623}。“人之精神无多，恐诵读消耗，无岁月作实功也。”^{[2]50}从现代教育学的话语来，颜元在教学中非常强调理论联系实际，重视培养学生运动知识的能力，以达到学懂会用、学以致用。与宋明传统教育相比，颜元的实学教育具有四个明显的特点：注重文武结合；注意学术、教育、政治的统一；身心双修，道艺并崇；汰除虚文，着眼实用^{[4]94-95}。

无论在内容还是在方法上，体育在习斋教育中都占有重要地位。王阳明曾根据己意对六艺有所评论：“礼乐自宜学，射御粗下人事。”颜元则反驳说：“读尽天下书，而不习行六府六艺，文人也，非儒也。尚不如行一节、精一艺者之为儒也。”^{[1]50}“贤者但美礼乐名目，遂谓宜学，未必见到宜学处也；若见到自不分精粗。喜精恶粗者，是后世所以误苍生也。……李晦翁年逾五旬，勤力下学，日与弟子拈矢弯弓，甚可钦也！”^{[1]51}又说：“礼、乐、射、御、书、数似苦人事，而却物格知至，心存身修而日壮；讲读文字似安逸事，而却耗气竭精，丧志痿体而日病。非真知学者，其孰能辨之！”^{[1]645}

颜元对体育价值有着深刻的认识，不仅看到体育的强身

健体功能，而且看到了体育的德育和智育功能，概括成四句话，就是“健人筋骨，和人气血，调人情性，长人仁义”^{[1]693}。关于强身健体，他说：“常动则筋骨疏，气脉舒；故曰‘立于礼’，故曰‘制舞而民不肿’。宋元来儒者皆习静，今日正可言习动。”^{[1]686}关于体育的德育功能，他说：“人之心不可令闲，闲则逸，逸则放。”^{[1]677}关于体育的智育功能，他认为由于体质的增强，学习起来就可以“振竦精神，使心常灵活”，从而提高对外界事物的反应能力和学习效率。“习礼则周旋跪拜，习乐则文舞、武舞，习御则挽缰、把辔，活血脉，壮筋骨。”^{[1]648}

除了重视体育的育人功能外，颜元还注意到了体育强大的社会功能。颜元从中国农业社会的实际情况出发，主张“教文即以教武”，“治农即以治兵”。这样培养出来的人才，平时可以“修己治人”，战时则能“持干戈，卫社稷”，成为“出将入相”的文武全才，使国家实现文功武治。他说“人人皆兵，天下必有易动之势；人人礼乐，则中国必有易弱之忧；惟凡礼必射，奏乐必舞，使国有弓矢，人能干戈，成文治之美，而具武治之实。无事时，雍容揖让，仕民悍劫之气；一旦有事，坐作击刺，素习战胜之能”^{[1]638}。

为了率先垂范，增强体育教学效果，颜元坚持习武练功，至老不辍，还经常与学生或朋友展开比赛^[5]。57岁时颜元曾折竹为刀，与商水李木天对舞，不到数回合，便击中李木天；又与李木天谈论经济，木天深为倾倒，即令三个儿子师从颜元游学^{[1]772}。

颜元主张儿童从小就要接受体育训练，德、智、体全面协调发展。“六艺之学，不待后日融会一片，乃自童韶即身心、道艺一致加功也”^{[1]51}。

颜元还非常重视劳动教育，他说：“人不作事则暇，暇则逸，逸则惰、则疲，暇逸惰疲，私欲乘之起矣。习学工夫，安可有暇？”^{[1]655}“吾用力农事，不遑食寝，邪妄之念，亦自不起。……信乎‘力行近乎仁’也。”^{[1]624}“养身莫善于习动，夙兴夜寐，振起精神，寻事去作，行之有常，并不困疲，日益精壮；但说静息将养，便日就惰弱。故曰‘君子庄敬日强，安肆日偷。’”^{[1]635}

3 颜元体育的主要内容

颜元幼年时代曾就吴洞云学，吴洞云能骑、射、剑、戟，潜心百战神机，攻战守事，又长术数。由于得不到重用，乃以医隐^{[1]708}。青年时代曾学兵法^{[1]712}；后又学习书、射及歌舞，演拳法^{[1]731}。

颜元把学校教育和社会政治、经济、军事等紧密联系起来，教育内容主要是具有复古倾向的“六府”、“三事”、“三物”。“唐、虞之世，学治俱在六府、三事，外六府、三事而别有学术，便是异端。周、孔之时，学治只有个三物，外三物而别有学术，便是外道”^{[1]685}。“六府”指水、火、金、木、

土、谷；“三事”指正德、利用、厚生；“三物”指“六德”（知、仁、圣、义、忠、和）、“六行”（孝、友、睦、姻、任、恤）、“六艺”（礼、乐、射、御、书、数），核心是“六艺”^{[6]278}。从五育的划分上来说，习斋教育包括了德育、智育、体育和劳动教育。但他并不主张学生平均用力，而要求学生“宁为一端一节之实，无为全体大用之虚。如六艺不能兼，终身止精一艺可也；如一艺不能全，数人共学一艺。”^{[1]54}从习斋后学来看，也确实如此，如李塉专于乐，李植秀专于礼，颜士俊专于骑射，颜尔俨精于数学，颜修己专于律，宋希廉专于书，张鹏举长于兵法，朱敬专攻水、火诸学^{[3]401}。

由于早年的学习经历打下了良好的体育基础，为颜元日后在教育中实践他的体育思想提供了丰富的内容。颜元除教学生读书作文以外，还经常督率学生“习礼，歌诗，学书计，举石，超距，击拳，率以肆三为程”，并经常和学生“讨论兵农，辨商今古”。在他的常规教学活动中，每10天就有两天的体育活动——“一、六日课数，三、八日习礼。四、九日歌诗、习乐，五、十日习射”^{[2]743}。晚年在漳南书院，“命诸生习恭、习数、习礼，……又教弟子舞，举石习刀，先生浩歌”^{[1]778}。

62岁时，应肥乡郝公函之请，主持漳南书院，共设六斋：曰“文事”，课礼、乐、书、数、天文、地理等科；曰“武备”，课黄帝、太公以及孙、吴五子兵法，并攻守、营阵、陆水诸战法，射御、技击等科；曰“经史”，课《十三经》、历史、诂制、奏章、诗文等科；曰“艺能”，课水学、火学、工学、象数等科；曰“理学斋”，课静坐、编著、程朱陆王之学；曰“帖括斋”，课八股举业^{[1]413}。“武备”斋即是教学生学习军事体育和军事理论。

习斋体育的主要内容分两大块，一是军事体育，学习兵法、战术，教育学生能驰马、射箭，养成御寇、杀敌的本领。二是休闲运动体育，学习举石（举重）、超距（赛跑）、技击、歌舞等等。而且，习斋体育多取材、取法于古代，“帅门弟子力行孝悌，存忠信，日习礼、习射、习书数，究兵、农、水、火，堂上琴竿、弓矢、筹管森列”^{[1]702}。

4 颜元体育思想的历史影响

习斋学说的精髓可以用四个字来概括：“曰动、曰实、曰习、曰用。”^{[7]82}《四库全书总目提要》说颜元“其说于程朱陆王皆深不满，盖元生于国初，目击明季诸儒崇尚心学，放诞纵恣之失，故力矫其弊，务以实学为宗。”颜元的社会理想是生产发达、生活富足、国家强盛，带有浓厚的平民主义色彩，他说：“以七字富天下：垦荒，均田，兴水利；以六字强天下：人皆兵，官皆将；以九字安天下：举人才，正大经，兴礼乐。”^{[1]763}颜元这些救时弊、强民族的主张使他获得了广泛的支持，数十年间，“海内之士，靡然从风”，不仅在北方，“南方闻颜李之学而兴者有是”^{[8]103}。

但是,颜李学派的思想没有被清朝统治者所采纳,经过两三代之后就逐渐趋于沉寂,被理学、汉学所淹没,习斋体育也没能被后继者发扬光大。200多年后,到了清同治(1862—1874年)年间,戴望编纂《颜氏学记》,习斋思想才又逐渐引起学者们的兴趣和重视,并开启了颜学在中国近现代思想史上奇特的历史命运。《颜氏学记》强调并宣扬颜元的事功和实学思想,直接影响了清末改良派。章太炎就曾指责康有为“外窃颜李以为名高”,足见康有为对颜学的借重。^{[9]104}杜威来华后,颜李学派被视为中国式的实用主义而风靡全国。梁启超对颜元的体育教育思想推崇备至,曾说:“中国二千年来,提倡体育的教育,除颜习斋外,只怕没有第二个人。”^{[9]595}话虽然说得太满,却足见体育是习斋学说的重要内容和一大特色。李石曾认为:20世纪初大规模的留法勤工俭学活动,同颜元思想的传播有很大关系,并认为颜李学派类似笛卡尔的“唯物哲学”和孔德的“实验哲学”,“为东方征实之学”^{[8]108}。1935年是颜元诞生300周年,学术界前后发表了大量关于颜元思想的论著,但大多是借题发挥,在政治思想方面对颜元越拔越高,甚至给颜元涂了上一层厚厚的革命色彩。

颜元把教育作为传播学术思想、改善现实生活、实现政治理想的重要工具和途径;把学校看成是造就社会有用之材的基地,并将学校教育和社会政治、经济、军事等紧密地联系在一起。教育的社会功能在他这里无疑得到了充分的体现。针对传统教育的重文倾向(特别是自宋明理学统治思想界和学术界以来,天下士人皆终日“静坐读书”、“穷理居敬”,以致“四海溃溺”),颜元从批判程朱陆王之学入手,以复孔门旧学为依据,较为系统地提出了“文武兼修”的主张,认为体育在教育中具有十分重要的作用,并付诸实践。习斋先生所倡导的体育教育内容和他对体育价值的认识,对近代中国学校体育的发展产生了重大影响,受到了新式知识分子的普遍推崇。青年毛泽东在他所发表的第一篇文章——《体育之研究》中称赞颜元说:“清之初世,颜习斋、李刚主文而兼武。习斋远跋千里之外,学击剑之术于塞北,与勇士角而胜焉。故其言曰:‘文武缺一岂道乎?’”另外,颜元“寓兵于农”的主张,对中国民间武装力量在近代的发展提供了思想先导,为后世革命思想家所看重。

然而,颜元的思想与实践也存在严重的局限性,略嫌偏激。他过分强调习行,以至于否认“读书是学问”,认为多读

书对于求得真知是没有意义的。在颜元看来,读书与做学问是截然不同的两回事,而且认定读书妨碍做学问,所以他反对读书,认为专读书会令人愚弱,读书愈多愈惑。颜元的这些思想虽然是针对宋明理学的主静、主敬、重文字、重记诵等而说的,但他不加分析一律反对多读书就失之公允了。颜元虽然对程朱陆王进行较为猛烈的抨击,但其思想在本质上仍属于理学一派,主张“天理胜则精神清明,人欲炽则意思昏浊”^{[1]688}。中华书局1987年出版《颜元集》时,将之归入“理学丛书”,也自有其道理。

应该看到,颜元的体育思想是对中国古代体育继承和发展,带有“以复古求解放”、托古改制的倾向,并不具有任何现代体育的因素,这一点可以从他的“六艺之学”中反映出来。后来,颜元的学生李塉(1659—1733年)继承、补充、传播了习斋之学,重视军事体育在学校教育中的地位,并留下了《学礼录》、《学乐录》、《学射录》等体育论著。颜元的习行、习动等教育方法,是针对传统的书本教育和理学流弊提出的,在教学论上有一定的积极意义。但是他轻视抽象思想,使习行流于劳动和具体事物,也是有局限性的。

参考文献:

- [1] 颜元集[M]. 北京:中华书局,1987.
- [2] 张舜徽.清儒学记[M]. 济南:齐鲁书社,1991.
- [3] 孙培青,李国钧.中国教育思想史(第2卷)[M]. 上海:华东师范大学出版社,1995.
- [4] 姜广辉.颜李学派[M]. 北京:中国社会科学出版社,1987.
- [5] 陈山榜.颜元课程改革思想探析[J]. 河北师范大学学报:教育科学版,2004,6(1): 24-31.
- [6] 孙培青.中国教育史(修订版)[M]. 上海:华东师范大学出版社,2000.
- [7] 陈登原.颜习斋哲学思想述[M]. 上海:东方出版中心,1996.
- [8] 马序.颜元哲学思想研究[M]. 兰州:兰州大学出版社,1991.
- [9] 毛礼锐,沈灌群.中国教育通史(第3卷)[M]. 济南:山东教育出版社,1987.

[编辑: 邓星华]