

从导引术、气功到健身气功之现象学研究

司红玉

(山西大学 体育学院,山西 太原 030006)

摘要 用现象学的方法研究导引术、气功、健身气功现象之成因。认为:导引术是“作为方法的现象学”的一种界定,气功是“作为哲学的现象学”的一种界定;气功具有“不设定质性”,会被具有“设定质性”的健身气功所取代。为了完成健身气功这种“客体化行为”的“意向本质”,应不断创编健身气功新功法的“质料”充盈,才能达到自明的“明证性”,在全民健身中树立品牌效应。

关键词 导引术;气功;健身气功;现象学

中图分类号 G852 **文献标志码** A

文章编号 1000-5498(2011)01-0092-03

Phenomenological Research from Daoyinshu, Qigong, to Health Qigong // SI Hong-yu

Abstract Using the phenomenological method, the present paper studied the factors contributing to the emergence and development of Daoyinshu, Qigong and Health Qigong and concluded that Daoyinshu, which is defined as a method of phenomenology, will move forward to Qigong, which is defined as a philosophy of phenomenology, while Qigong with indefinite quality will be replaced by Health Qigong with definite quality. The study suggested that in order to accomplish the intentional essence of this object-oriented behavior, only with the consistent creation of “feedstock” and “filling” in new works of Health Qigong can the “self-evident proof” be achieved, and thus real “brand” effect be established in the upsurge of national fitness-keeping.

Key words Daoyinshu; Qigong; Health Qigong; phenomenology

Author's address School of Physical Education, Shanxi University, Taiyuan 030006, Shanxi, China

导引术、气功可以看作是人们眼中的“前像”(作为开端和出发点),通过“本质直观”,呈现“事物本身”,这种纯粹的现象是非具体的、非感性的。所以,由人们眼中的“前像”——导引术、气功是怎么变为人们眼中的“后像”(以“前像”为基础的概念转变)——健身气功、健身气功新功法?它们的“变更”是否具有依据?用现象学的方法研究认为,气功是一种“不设定的

质性”,而走向“设定的质性”,为健身气功新功法的创编起着“奠基性的作用”。至此,把气功“变更”为健身气功有利于澄清人们对此的认知误区,有利于使其跨入全民健身行列中,以便在贯彻实施《全民健身条例》中真正彰显品牌效应。

1 现象学视角下导引术、气功到健身气功的“变更”

现象学是20世纪德国哲学家胡塞尔创立的哲学流派或重要学派。现象学是一种通过“直接的认识”描述现象的研究方法。胡塞尔赋予“现象”的特殊含义,是指意识界种种经验类的“本质”,是意识活动的结果;“现象学展示了一个中立性研究的领域,在这个领域中有各门科学的根”(E. Husserl)。而导引术、气功、健身气功是中华悠久文化的组成部分,其本质是一种“中庸性、中立性”文化,也是一种意识活动的结果。所以,用现象学来研究它们就有了理论依据。对此,笔者认为导引术、气功、健身气功等现象可以分为两种含义:导引术是“作为方法的现象学”的一种界定,而气功、健身气功是“作为哲学的现象学”的一种界定,它们被划分的依据是“现象学标志着一门科学,一种诸学科之间的联系;但现象学同时并且首先标志着一方法和思维态度,特殊的哲学思维态度和特殊的哲学方法。”^[1]既然导引术、气功、健身气功是意识现象,理所当然地就可以划出两种含义,分别可以被称之为“作为方法的现象学”和“作为哲学的现象学”。

1.1 导引术是“作为方法的现象学”的一种界定

导引术是意识现象,具有“意识的意向性”,而“意向性是指在自身中意向地含有一个对象。”因此,一定要切中对象才能凸显其“意向本质”。导引术起源于:“中央者,其地平以湿,天地所生万物也众。其民食杂而不劳,故其病多痿厥寒热,其治宜导引按蹻。故导引按蹻者亦从中央出也”(《素问·异法方宜论》)。把导引称为“术”的记载:“服气导引口诀之法,遂得辟谷,气盛体轻,颜色殊丽。弟子十余人,皆得其术”(《魏书·释老志》)。而《现代汉语小词典》将“术”解释为两层意思:一是技艺、技术、学术;二是方法、策略。显然“术”不仅局限于“技艺”单一层面,而且还扩展为技术、方法和策略等复合层面,是指具有操作意义上的技巧、方式和方法等。

导引的功能如晋代李颐所注:“导气令和,引体令柔”。“导引之法,深能益人延年,与调气相须,令血脉通,除百病。”(《云笈七签》)。那么,它是用怎样的方法来体现功能呢?应该“回到事物本身”中,即把它进行“客体化”,“客体化的行为是奠基性的。所谓客体化的行为,是指能够使客体显现出来的意识行为(例如表象)。”^[2]而这种客体化行为是一种无偏见、无前提地直观其对象,“都必然地包含着客体化行为种类的行为质性”^[3]。“质性是指那种使表象成为表象,使意愿成为意愿的

收稿日期:2010-08-29; **修回日期**:2010-11-20

基金项目:河南省政府决策课题(2010B554)

作者简介:司红玉(1973-),男,河南商丘人,山西大学博士研究生,商丘师范学院副教授;Tel:15937006844, E-mail:sihongyu005@163.com

东西,是一种内在规定性^[2]。换言之,表象的质性一旦丧失,表象也就不再是表象。具体到练习导引术中,即练习方法一定遵循着“质性”并要深切其运动表象,才能使意愿成为现实,才会使功能得到体现。

1973年,我国考古工作者在湖南长沙马王堆三号墓里挖掘整理出一幅图,最后确定它的名称时,尽管当时已把导引术称为“气功”^[4]。但专家们在确定四十四图的“质性”后,深切其表象,而且暂不考虑之前或通常的观点、思想、看法,尤其在自然主义的态度下,待基本弄清之后,再来决定对它的态度。以至于最后认为它是关于养生动作“方法”图式的一种“现象”,即导引术作为“作为方法的现象学”的一种界定。那么,为什么后来把导引术又通称为气功呢?笔者认为导引术仅是一种“称谓性的客体化行为”,称谓与名称或称呼有关,是一种低级的客体化行为,随着历史的发展,人们的意识观念也发生着变化,对它的“意指”也会有所改变。另外,“术”仅仅代表方法、策略等现象,必然会向其“高级形态”——哲学观念转移。由此,它会在“质性”不变的情况下,向高级客体化行为转变,最终转变为“作为哲学的现象学”的一种界定。

1.2 气功是“作为哲学的现象学”的一种界定

把导引术“作为方法的现象学”上升到“作为哲学的现象学”,在“质性”不变的情况下,需要经过客体化的“变更”。“变更”被看作是“通过想象来摆脱事实之物的关键步骤。”^[5]这个关键步骤是什么呢?首先,要直观它的根源。“胡塞尔的现象学是以严格科学的哲学为理想的。这种严格科学的哲学要求有一种哲学上的彻底精神,这就是诉之以一切知识的根源或‘起源’^[6]”。用先验的还原摆脱现实中导引术对人的意识观念的影响,回溯到它纯粹意识当中,用本质的认识解释和指导练习者,从而满足自身的实践哲学意向,进一步扩大其影响。那么,怎么才能回到纯粹意识当中去呢?

导引术如晋代李颐所注:“导气令和,引体令柔”之法也,而“气”又是古典哲学的基础。尽管宇宙生成论的“气”和养生论的“气”有所区分,但在其根源上还有着相互的关联,在终极上仍可视为一体之物,这个“物”被认为是哲学之“气”,是先验的结果,其本质是一种“气术”。如果光有“气术”而没有“功”,这里指功德,则会给身心带来坏的影响。古人有“功从德上来,德为功之母”的醒世之说,也有后人“练功不修德,必定要着魔”的警世名言。所以,导引术的先验本质则是关于气术功德深浅的哲学现象,简称“气功”。而对“气功”一词做历史学考查,现代研究者普遍认为该词最早出现在晋代许逊著之《灵剑子》一书,其后胡宏道等编校的《太上灵宝净明宗教录》中提到“气功”一词,“此‘气’指气术,‘功’指功德,而非功夫。这又一次证明气功的确切意指“气功即是因气而产生的功德”。同时也说明,导引术在以后的发展必定会被“作为哲学的现象学”——气功所替代,因为它的意指明显高于“作为方法的现象学”的一种界定。另外,气功还是一种“陈述性的客体化行为”,比起导引术的“称谓性的客体化行为”也具有优越性。

1.3 气功到健身气功“变更”之成因

“气功是调身、调息、调心合为一体的身心锻炼技能。调身、调息、调心在气功学里简称为‘三调’。这个解释的特点是

将气功定性为‘三调合一’的操作技能,认为达到三调合一的身心活动就是气功,三调合一的状态或境界即是气功修炼的基本特征。^[7-8]”从此定义中可知,气功的意向性是很确切的,但为什么一提起气功,一部分人敬而远之,不敢接触呢?笔者从现象学方法分析这种原因:气功作为一种意识现象,是一种“不设定的质性”,但具有“客体化行为”是毫无疑问的。而“客体化行为”具有两种对立的行为,即“设定的行为”、“不设定的行为”。“前者是指在某种程度上对存在的意指……后者则将存在置而不论^[3]”。具体到气功意识现象里,它具有“可以强身,可以全生,可以延年”的功能是一种“设定的行为”。同时,伪气功、封建迷信等唯心的东西使其作用过分地被夸大,并充斥在气功活动中则被认为是“不设定的行为”,以至于在当时“置而不论”,最终导致“法轮功”的事件,并由此对人们产生了巨大的阴影。但“气功热”毕竟给人留下难以忘记的情结,于是国家体育总局党组书记在全国体育局长会议上表示:“……不能因为出了‘法轮功’而对其一概否定。气功对场地、器械条件要求简单,习练的人很多,我们要取其精华,去其糟粕,加强管理,使其为人民的身体健康发挥积极作用,又不被别有用心的人利用来危害社会稳定。^[9]”所以,对气功重新“设定质性”就成为管理部门应做的工作。

2 健身气功的“意向本质”

1996年8月5日,在国家七部委联合下发的《关于加强社会气功管理的通知》中,第一次出现“健身气功”。它理所当然也是一种意识现象,而意向性代表着意识的最普遍结构,“意向性是一般本质体验领域的一个本质特性,……意向性是在严格意义上说明意识特性的东西”^[10]。“意向本质”则是“质性和质料相结合形成了意向行为的意向本质。^[11]”在此,“健身”就是“质性”,“质性是指那种使表象成为表象,使意愿成为意愿的东西,是一种内在规定性^[2]”。因为为了“健身”这个“质性”,才会有“运动表象”的出现,即健身气功是“设定的质性”。

2.1 “设定质性”的健身气功

气功是调身、调息、调心合为一体的身心锻炼技能,它是为了健身所采取的一种身心锻炼技能,那么,健身就成气功的“本质可靠的明证性”,具有了意指性的意向,即“设定的质性”。具体体现在:“健身”与“气功”两个词语互相限定。一方面是“健身”修饰“气功”,将“气功”限定为以健身为目的、有健身意义的气功。另一方面是“气功”规范“健身”,将健身限定为以气功为手段的健身,这就规定了体育运动和气功之间需相互取舍的基本原则。”而且健身气功本身也是高于气功的“陈述性客体化行为”,与伪气功有着明显的本质区别。

2000年9月国家体育总局颁布的《健身气功管理办法》对健身气功的概念进行初步界定:“健身气功是以自身形体活动、呼吸吐纳、心理调节相结合为主要运动形式的民族传统体育项目,是中华悠久文化的组成部分。”古代没有健身气功这个“名称”,健身气功是新的概念。健身气功是大众化的,以健身为目的的,有气功特色且具有悠久文化的体育项目。这样,就明确规定了健身气功的“设定质性”为民族传统体育项目,是中华悠久文化的组成部分,为以后的发展指明了方向。

2.2 “本质直观”的健身气功

健身气功是一种“设定的质性”，“人们既不能通过演绎，也不能通过归纳来领会这种本质，而只能通过直观来领会这种本质”^[12]。“本质直观就是通过审视自己的意识领域，从呈现意识领域内的现象中排除那些感性的、具体的、偶然的和混杂了虚假成分的或被歪曲了的东西，即非纯粹的现象，即相对于本质的、事实性的东西，相对于可能性而言的现实性，从而将纯粹的现象，即直接呈现在意识中‘事物本身’描述出来”^[11]。简单地说，通过反省自己的主观意识获得事物本质的方法。所以用“本质直观”则发现健身气功具有“直观明证性”，明证性实际上就是这个直观的、直接和相应地自身把握的意识，它无非意味着相应的自身被给予性。所谓“被给予性”就是健身气功构造自身的存在方式，即以体育运动为形式，“三调”为手段，健身为目的，且具有悠久文化而存在，它是绝对可靠和不容怀疑的，是认识的安全起点。所以，在辨别是否是健身气功时，就要把握其被给予性的意义，因为“一切的根本都在于把握绝对被给予性的意义，把握排除了任何有意义的、怀疑的、被给予的、绝对明晰性的意义，一言蔽之，把握绝对直观的、自明的、明证性的意义”^[3]。只有把握了健身气功的被给予性的特点，才能提高对它的认识水平。

3 健身气功新功法的“质料”充盈

既然健身气功是一种“设定的质性”，又具有完整的“客体化行为”，必然缺少“设定的质料和体现性内容”，因为“每一个具体、完整的客体化行为都有3个组成部分：质性、质料和体现性内容。”^[3]所以，健身气功被界定以后，必然要有相应的“质料”于之充盈，充盈与“体现性内容”同义。于是，2001年4月9日，经中央机构编制委员会批准组建国家体育总局健身气功管理中心，2001年10月开始启动工作，2002年2月，在北京举行了“编创健身气功新功法”课题竞标会。

经过激烈竞争，武汉体育学院、上海体育学院、中国中医研究院西苑医院、北京体育大学申报的具有悠久历史、深受广大群众欢迎、具有品牌效应的易筋经、五禽戏、六字诀、八段锦4个功法中标。原国家体育总局张发强副局长称为“一五六八工程”，即易筋经、五禽戏、六字诀、八段锦的谐音。对此，易筋经、五禽戏、六字诀、八段锦可以作为“设定的质料”，如果没有这种“质料”，人们就无法体验健身气功的“意向本质”。“……质性特征不具有补充的‘质料’就无法存在，只是随着质料的补充，与对象的联系才得以进入到完整的意向体验之中，并因此而进入到具体的意向体验本身之中。”^[3]

在此，一提到易筋经、五禽戏、六字诀、八段锦这种“质料”，人们的意识中就与健身气功联系在一起，即健身气功易筋经、健身气功五禽戏、健身气功六字诀、健身气功八段锦。当然，这种“质料”必须具备“体现性内容”即具体的、实在的功法

充盈到行为中，才能体现其“意向本质”。

为了在表述中体现这个“充盈”，健身气功易筋经、健身气功五禽戏、健身气功六字诀、健身气功八段锦应改为健身气功·易筋经、健身气功·五禽戏、健身气功·六字诀、健身气功·八段锦，而圆点(·)则表示“充盈”之意。这样，健身气功·易筋经等“不仅表述了某物，而且它也在言说某物；它不仅具有其含义，而且也与某些对象发生关系。”^[2]所以，在普及推广4种新功法时，它们的“意向本质”很容易体现出来，因为它们的表述本身就含有“质性”、“质料”和“充盈”之意，就因如此，它们也很容易与相关对象发生关系。发生关系的结果必定要增加“充盈”，也只有当一个意向有足够的“充盈”中被直观所证实时，真正的认识才成为可能。于是，当4种健身气功新功法推广走向高潮时，国家体育总局健身气功管理中心又推出了5种新功法：健身气功·十二段锦、健身气功·导引养生功十二法、健身气功·马王堆导引术、健身气功·大舞和健身气功·太极养生杖。其目的是增加充盈，以唤起人们的意识回到事物本身，从而提高练习者的自觉性，满足健身气功爱好者多元化的“意向”需求，到达自明的“明证性”，以期在全民健身中树立品牌效应。

参考文献

- [1] 胡塞尔. 现象学的观念[M]. 北京: 人民出版社, 2009: 23
- [2] 倪梁康. 现象学及其效应——胡塞尔与当代德国哲学[M]. 上海: 三联书店, 2005: 1
- [3] 胡塞尔. 逻辑研究[M]. 上海: 上海译文出版社, 2006: 3
- [4] 林思桐. 中国古代养生体育的表现形式及其特点[J]. 西安体育学院学报, 1988(1): 82-83
- [5] 倪梁康. 胡塞尔文集[M]. 北京: 人民出版社, 2007: 72
- [6] [美]赫伯特·施皮格伯格. 现象学运动[M]. 王炳文, 译. 北京: 商务印书馆, 1995: 3-4
- [7] 邓星华, 谢毓祯. 民族传统体育文化的价值冲突与话语谱系的内在紧张[J]. 天津体育学院学报, 2009(1): 19-20
- [8] 吕明. 中医气功学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1999: 8
- [9] 于滨. 健身气功管理走向规范化、法制化[J]. 瞭望新闻周刊, 1997(47): 36-37
- [10] 胡塞尔. 纯粹现象学通论[M]. 北京: 商务印书馆, 1992: 210
- [11] 张云鹏, 胡艺珊. 现象学方法与美学[M]. 杭州: 浙江大学出版社, 2007: 187
- [12] 莫里茨·盖格尔. 艺术的意味[M]. 北京: 华夏出版社, 1999: 11