

新时代太极拳文化译介与传播的意义和路径

彭萍

(北京外国语大学 英语学院, 北京 100089)

摘要: 太极拳是中国哲学思想、伦理思想、美学思想以及养生和中医文化的重要载体。太极拳文化译介与传播是新时代坚定文化自信、讲好中国故事的重要一环, 有利于人类文明交流互鉴和构建人类命运共同体, 有利于人类卫生健康事业的发展。通过思考和探讨新时代太极拳译介与传播的意义等, 提出其译介与传播的路径: 多方参与译介与传播工作; 全方位、多角度译介; 太极拳术语翻译定名; 多种翻译策略并举; 多模态、多媒体译介传播; 培养更多相关翻译人才。

关键词: 太极拳文化; 译介; 传播; 路径

中图分类号: H 059

文献标识码: A

文章编号: 1009-895X(2024)02-0105-06

DOI: 10.13256/j.cnki.jusst.sse.240223059

Significance of and Pathways for Translation and Dissemination of *Taijiquan* Culture in the New Era

PENG Ping

(School of English and International Studies, Beijing Foreign Studies University, Beijing 100089, China)

Abstract: *Taijiquan* manifests the key thoughts of Chinese philosophy, ethics, aesthetics, and culture of health care and traditional Chinese medicine. This paper argues that the translation and dissemination of *taijiquan* culture is an important part of presenting Chinese cultural confidence and of telling the Chinese story to the world in the new era, and that it is conducive to the communication and mutual learning among human civilizations, to building a community of common future for humankind, and to human health care. Therefore, it is urgent to think about the pathways for translation and dissemination of *taijiquan* culture in the new era. This paper puts forward the following pathways: participation of different parties in translation and dissemination; all-round, multi-dimensional translation; determination of the term translations of *taijiquan*; adoption of multiple strategies for translation; multi-modal and multimedia translation and dissemination; and cultivation of more qualified translators.

Keywords: *taijiquan* culture; translation; dissemination; pathways

太极拳是以传统太极、阴阳辩证理念为核心思想, 结合古代导引术和吐纳术形成的一种内外兼修的中国传统拳术, 2020 年成功入选世界非物质文化

遗产。在倡导讲好中国故事、传播好中国声音的新时代, 太极拳文化译介与传播具有更为重要的意义, 其译介与传播的意义和路径值得思考与探讨。

收稿日期: 2024-02-23

作者简介: 彭萍, 女, 教授。研究方向: 翻译理论与实践、文化研究、商务英语、英语教学。E-mail: pengping@bfsu.edu.cn

一、太极拳的文化内涵

(一) 太极拳是中国传统哲学的重要表现形式

“太极”一词源自《周易·系辞》，即“易有太极，是生两仪。”宋代周敦颐在《太极图说》开篇指出：“无极而太极。太极动而生阳，动极而静，静而生阴，静极复动。”太极拳是中国传统哲学与中国武术相结合的产物，因此又被誉为“哲拳”。

1. “天人合一”

“天人合一”是中国基本的哲学思想，体现了中国哲学主张自然与人事之间的协调、和谐与统一。《易经》中将“天人合一”视为人生的理想境界，其中写道：“大人者，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶……”老子说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”（《道德经》第二十五章）庄子也认为：“天地与我共生，万物与我一。”（《庄子·齐物论》）

太极拳将形、意、气合为一体，讲究形神兼备，在情感和意志的引导下达到物我合一的境界，实现人与自然、社会以及自我的和谐统一。太极拳的一些具体动作更是“天人合一”的具体呈现形式，例如，“白鹤亮翅”和“金鸡独立”等汲取了自然界中动物的形态。总之，太极拳显示人与自然的统一，是中国传统思想“天人合一”的重要体现。

2. “阴阳”“道”和“气”

“阴阳”“道”和“气”均为我国古代的重要哲学概念，三者密不可分。《易经·系辞上》写道：“一阴一阳之谓道，继之者善也，成之者性也。”所以，在中国传统哲学思想中，宇宙间的事物均有阴有阳，阴阳对立和转化是宇宙的根本规律。宋代哲学家程颐以“所以阴阳者”解释“道”，以阴阳为“气”。朱熹在《周易本义》中解释“道”：“阴阳迭运者，气也。其理则所谓道。”张载以气化过程解释“道”，认为气兼有阴阳两个方面。

太极拳表现出的静动、开合、进退、刚柔、虚实不断转换都反映了阴阳对立统一的哲学思想。同时，太极拳是一种求“道”的手段，千变万化中贯穿着“理”，正如王宗岳在《太极拳论》中所说：“太极者，无极而生，动静之机，阴阳之母也。虽变化万端，而理为一贯。”^[1]这里的“理”即为

“道”，由“道”生发出阴阳、动静、刚柔、虚实。太极拳注重蓄神养气，颐养浩然之气，达到气机畅达、阴阳二气平衡之目的，特别注重将自然之气转化为精神之气，能够保持意到气到，气到劲到，最终做到心平气和，气通神舒。

(二) 太极拳反映了中国传统的伦理思想

1. 中正和谐

中正和谐是儒家伦理思想。《周易》中有云：“大者正也，正大，天地之情可见，中正而吉利。”《礼记·儒行》中有：“言必有信，行必中正。”《中庸》第一章写到：“中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”《论语·子路》中有：“不得中得而与之，必也狂狷乎！”可见，“中正和谐”是中国传统伦理的理想追求，是人与人、人与社会以及人与自然关系的重要规范和要求。

太极拳是中国中正和谐之道的重要诠释。太极拳行拳求中，技击用中，意念守中，动作有张有弛，有快有慢，有松有紧。正如吴文瀚指出：“……太极拳其运行之法是无过不及，其正心之道为戒躁用静，立身求中正安舒八面支撑，拳势质朴，老少咸宜；内则谦和守中，心静神怡，外则轻灵圆活，姿态优雅；全封自然，动不外露；时而意动，继而劲动，转接则一线贯串；无凸凹，无缺陷，无断续，颐养其浩然正气。”^[2]由此可见，太极拳正是“中正和谐”之道的体现。

2. 礼乐仁爱

中国古代先贤通过制礼作乐形成了一套完善的礼乐制度，并推广为道德伦理上的教化，用以维护人伦和谐以及社会秩序。孔子认为，“仁”不仅仅是爱自己的父母和兄弟，也要爱他人，所以他说：“泛爱众，而亲仁。”（《论语·学而》）在孔子看来，“礼”和“仁”不可分割，“仁”是人的一种情感，“礼”是这种情感的表现形式，所以孔子说：“不学礼，无以立。”（《论语·季氏》）在圣人看来，礼乐教化应该通行天下，从而使人做到修身养性，谦和有礼，威仪有序。《礼记·乐记》写到：“乐者，天地之和也；礼者，天地之序也。”由此可见，礼是天地间最重要的秩序和仪则，乐是天地间美妙的声音和道德彰显。所以，“大乐与天地同和，大礼与天地同节”。（《礼记·乐记》）

太极拳倡导崇德尚武、舍己从人、自强不息、内外兼修，崇尚爱国爱民、诚实谦让、文武并重，注重宽厚仁慈、克己为人、礼让三分。而且，太极拳重视武礼，如尊师爱生、虚心诚恳、广交善友等。

“引进落空、舍己从人、先化后打的礼让思想是太极拳对抗中乃至日常生活中尊重人、关心人、爱护人的思想体现。”^[3]太极拳练习时配上音乐，给人一种平和、宁静、向善的感觉。因此，太极拳包含了中国的礼乐仁爱思想。

（三）太极拳展示中国美学意境

中国美学体现了中国哲学的宇宙观和人生观，如天人合一、物我两忘、虚实相生、阴阳调和、情景交融、中正和谐、神韵兼备等。《礼记·乐记》说“感物而动”，《诗经·大序》有云：“情动于中，而形于言，言之不足，故嗟叹之，嗟叹之不足，故永歌之；永歌之不足，不知手之舞之足之蹈之也。”

太极拳在其发展过程中能够注重追求意境和节奏，同时也表现出习拳者的精气神，植根于中国美学文化的独特美学特色。无论在意念还是具体行拳过程中，太极拳的动作、姿势、神态等可谓赏心悦目，习拳者心地坦然，神态自若，沉稳凝重，以静制动，刚柔并济，在虚实之间转换，在阴阳之间调和，动作轻灵舒展，姿态优雅大方，可以说具备了中国古典美学的所有要素。

（四）太极拳体现中医文化和武术文化

中医文化的特征有：中和平衡的生命观、生活观、治疗观；身心共养、刚柔并济、动静相宜的顺势适时养生观；以人为本、济世活人的价值追求；大医精诚、淡泊名利的精神追求；医病—医人—医国的社会责任感；以仁存心的医德医风；整体观念、辨证论治的思辨模式；凸显自然人文物理的理法方药临床诊治模式；勤求古训、博采众方、观乎时变、继承创新的治学方式等^[4]。

太极拳无不体现了上述中医的核心价值体系。太极拳注重阴阳并济、虚实互换，如手心相对即为阴阳相济，还通过上下肢协调达到虚实和阴阳变化的平衡。太极拳在行拳过程中注重导引吐纳，将浊气和病气导出体外，左右脚孰先孰后能够保证气血通畅，防病健体，即“治未病”。太极拳中螺旋缠绕的运气方式和借力打力、以柔克刚的拳术与经络学说有着密切的联系，特别是能对某些穴位产生良

好的刺激，从而疏通经络。同时，太极拳重视身心共养、动静适宜、刚柔并济、强身健体、淡泊名利、以仁存心、传承创新、爱国报国等，无不体现了中医文化的精髓。

同时，太极拳集技击与养生为一体，是一种意气运动，要求以心行气，以气运身，意动形动，意到气到，气到劲到。在技击时，太极拳讲究以静制动，以柔克刚，以弱胜强，以实治虚，以守为攻，以退为进，以巧胜拙。同时，太极拳重视武礼和武德。这些都是中国传统武术甚至是兵家文化的重要体现，因此太极拳堪称中国武术文化的代表。

二、新时代太极拳文化译介与传播的意义

（一）是坚定文化自信、讲好中国故事的重要一环

任何国家和民族的文化都堪称这个国家或民族的精神动力，是国家和民族独立、延续和发展的基础。如前文所述，太极拳是中华优秀传统文化的载体和表现形式之一，新时期翻译和传播太极拳文化，是坚定文化自信的重要表现，是坚定对中国哲学、伦理学、美学、中医、武术等文化形式的自信。太极拳具有无所不包的文化和艺术魅力，或者说是中华文化的全息影像，因此，翻译和传播太极拳文化自然而然也就成为传播中华文明不可或缺的部分。而且，太极拳在国际上得到越来越多人的认可，不少社区和大学都将太极拳作为课程进行教学。因此，太极拳文化的对外译介与传播理应成为讲好中国故事和传播好中国声音的重要一环。

（二）有利于人类文明交流互鉴和构建人类命运共同体

无论是人类文明的交流互鉴，还是构建人类命运共同体，都离不开世界各国、各民族的优秀文化和文明。太极拳是中国特色的武术形式，是中国文化独特的表现形式，凝聚着中国人的智慧和精神追求，因此应该与世界分享，这样才能真正做到美人之美，美美与共。太极拳根植于礼仪之邦，源于道家、儒家、医学、武术文化，蕴含着丰富的儒家道德伦理理念，特别是注重友爱、以柔克刚、谦和礼让、崇尚德行。比如，“门尊十二严”要求习拳者

要做到:端、敬、公、正、仁、义、浩、厚、忠、信、诚、德。这些品质如果能在世界推广,便有助于维护世界秩序,有利于世界各国人民和平相处,更好地将地球建成一个和睦的大家庭。

(三) 有利于人类卫生健康事业的发展

太极拳体现了中医药文化,同时也是中国武术中强身健体的重要形式。特别是经过抗击非典和新冠疫情等重大事件之后,我们对中医药的作用以及太极拳拥有了更深刻的认识。太极拳动中有静,刚柔并济,疏通经络,是放松身心、强身健体的重要手段,是健身防病的重要方法,是世界上唯一能将气功、武术、体操、哲学、文化、技击、健身等元素融为一体的运动。具体说来,太极拳老少咸宜,其特点在于举动轻灵,运作和缓,呼吸自然,将意识、呼吸、动作三者密切结合,强调心静和用意,能够改善神经系统,增强心脏功能,改善循环系统,扩大肺活量,同时还能预防和缓解骨质疏松,提高平衡能力,保持体型。总之,太极拳作为中国和世界非物质文化遗产,得到世界上更多的人的接纳和重视,必定会成为推动人类健康发展,促进人类卫生健康事业的有力因素。

三、太极拳文化译介与传播的路径

不可否认,太极拳已在世界很多地方得到认可,但与太极拳所承载的中国文化内涵和对外传播的价值相比,目前太极拳文化传播还远远不够,因此需要思考新时代其译介与传播的路径。

(一) 多方参与译介与传播工作

长期以来,翻译活动仅被视为译者的工作。实际上,从宏观看,翻译更是一种社会行为,社会有关各方均起着非常重要的作用。因为整个社会是一个大系统,由各种网络构成,相关社会成员对相关社会行为都会产生一定的影响。笔者曾指出:“文化传播作为一种行为,无疑也受到社会网络中各相关成员个体的影响,个体的文化传播行为也应该以社会网络为基础。”^{[5]209} 太极拳文化的译介与传播也是如此,需要社会各方参与。国家相关部门(如文化部门、体育部门等)、太极拳协会组织、文化体育传播公司、体育协会、译者、太极拳教练和习拳者、中国驻外机构、媒体等均应成为太极拳文化

译介与传播这一社会行为的行动者。

上述行动者首先要从思想上重视太极拳文化对外译介与传播,将这一工作视为一项重要任务和使命,视为坚定文化自信、传播中国文化、造福人类社会的一种使命。其次,应从行动上支持太极拳文化对外译介与传播,比如:相关组织应提高译者地位和待遇,对译者身份和资格进行审核,确定太极拳文化需要对外译介和传播的内容,对译文进行审定或寻求专家予以审定,邀请和组织相关专家对太极拳文化术语的外语表达进行统一,组织相关人员对太极拳文化现有译文和传播接受情况进行访谈和调查,从而根据受众反馈的有效信息对翻译和传播工作做出更有效的部署;太极拳教练和习拳者在对外教授太极拳时,不仅讲解动作要领,更要注重解释和传播太极拳所承载的中国文化;译者作为太极拳文化对外翻译的核心人员,应担负起准确翻译太极拳文化并保证译文为外语读者接受的重任,选择适当的翻译策略,在有效传播中国文化和考虑读者接受之间做出适当调整。

(二) 全方位、多角度译介

传统观点仅将翻译视为一种语言转换,实际上,如上文所述,翻译更应被视为一种社会行为,应放在社会语境下进行审视。具体说来,译介与传播不能仅依靠简单的文字转换,还要依赖全方位和多角度译介。

首先,应该选取简单易懂的太极拳介绍材料进行译介。介绍类读物具有普及的作用,通过介绍类读物的译介可以让更多的外国受众了解太极拳,对太极拳乃至太极拳承载的中国文化产生兴趣。

其次,应该编写太极拳相关故事,特别是太极拳人物和太极拳文化故事,因为故事性读物更具吸引力,对西方受众更是如此。西方文学的源头是古希腊的《荷马史诗》和戏剧,从一开始就向着事理方面的方向发展,注重写实,即注重书写客观世界,叙事性极强^{[5]93}。浦安迪说过:“从18世纪末开始到今天,西方的文学理论家经常把史诗(epic)‘看成是叙事文学的开山鼻祖,继之以中近世的罗曼史(romance)’,发展到18和19世纪的长篇小说(novel)而蔚为大观,从而构成一个经由‘epic-romance-novel’一脉相承的主流叙事系统。”^{[6]10} 因此,有必要根据西方文学的叙事传统编写有关太极拳人物和太极拳文化的英语故事,以吸引更多的西方受众。也正如贝克所言,翻译中可以省略一些

内容或增加某些内容，来控制、强调或铺陈原文中叙述的某些特定方面或更广泛的叙述方面^{[7]114}。这就是“选择性建构（selective framing）”，这种“选择性建构”有助于太极拳文化更好地为英语受众接受。

第三，正确翻译具体拳法和太极拳术语并讲好其故事。太极拳拳法在译介过程中要力求简单。由于太极拳涉及到的动作术语比较多，因此，为让更多受众了解太极拳及其背后的文化，需要深入浅出，由浅入深地进行译介。当然，围绕具体拳术以及术语也可以编写一定的故事加以译介，甚至可以译介太极拳与养生结合的相关故事。总之，太极拳文化的译介与传播其内容应该全方位、多方面和多角度。

（三）太极拳术语翻译定名

前文提到太极拳对外翻译的术语定名问题需要多方参与，这里还想进一步强调术语的外语定名问题。孔子说过：“名不正，则言不顺；言不顺，则事不成。”（《论语·子路》）任何内容对外翻译首先应该是术语的外语定名问题。太极拳术语指太极拳本身以及太极拳承载的文化内涵所使用的一些专门用语。

对于太极拳术语，到底采用直译还是意译，音译还是添加注释，归化还是异化，翻译要考虑译文的“充分性”还是“可接受性”，这些问题均值得探讨。很多时候，由于不同译者采取的策略不一样，使得同一术语对外翻译就不一样，这样势必会给外语受众带来理解上的障碍和疑惑。因此，社会网络中的各个行动者，包括太极拳大师、翻译工作者、太极拳研究者等，应该共同为太极拳关键术语的外语进行统一定名。而对外围术语的翻译，如果也能进行统一定名是最佳做法，如果做不到，至少应该针对这些术语的翻译原则和策略制订一定的规范，从而保证太极拳翻译和传播的准确性。

（四）多种翻译策略并举

翻译策略是翻译具体操作过程中必须做出的选择，但对所有的翻译而言，翻译策略并非单一选择，而应根据具体情况和内容进行适当选择。由于中西文化存在差异，太极拳文化又承载着中国传统文化的方方面面，因此，在处理太极拳文化和太极拳拳术时需要根据情况选择适当的翻译策略，应灵活运用增删附益等策略。比如，在处理比较复杂的文化问题或者进行复杂的拳术说明时，需要考虑外语受

众的理解程度和接受程度，有时添加必要的简要说明，有时省译，有时进行解释翻译。

太极拳虽然已经列入世界非物质文化遗产名录，成为很多人强身健体的手段和方式，但太极拳文化远没有得到理想的传播。因此，在译介太极拳内容时，应该考虑译文的可接受性，尽可能采取归化的翻译策略，即让译文尽可能接近外国受众，以便外国受众在愿意练习太极拳的同时，慢慢理解和接受中国文化。之后，随着外国受众对太极拳文化的兴趣逐步增加，也随着中国综合国力不断提升，可以带领外国受众去慢慢靠近和融入中国太极拳文化，翻译时更多考虑译介的“充分性”，逐渐从“归化”过渡到“异化”翻译策略。总之，太极拳文化的译介策略应该是动态的，即从归化变为异化、从考虑“可接受性”变为考虑“充分性”。

（五）多模态、多媒体译介传播

20世纪90年代，随着现代科学技术的迅猛发展，多模态话语分析理论应运而生。多模态为人们获取、检索、分析和加工信息提供了更为便捷的途径，“多模态”意味着语言不再是单一的交流交际工具，而意味着文字、声音、图像等都可以成为意义生成的资源。韦琴红指出，意义的产生与识解是社会文化和个体的认知体验相互作用的过程^[8]。翻译本来是语言转换的方式，不同语言的人通过翻译实现交际的目的。因此，在技术高度发展的今天，翻译不应该仅仅是口头或书面语言的转换，而应该包含人们通过非文字的形式进行交流，实现交际的目的。因此，太极拳文化的译介也应该使用多模态的译介方式。除文字的翻译之外，还应该译文之外配有视频、漫画等各种模态形式，从而更好地吸引外国受众。

当今时代，技术发展日新月异，各种新媒体和自媒体飞速发展，这些媒体形式都可以成为中国对外传播的渠道^[9]。太极拳文化应该利用多媒体做好传播。首先，继续利用报刊、通信、广播、电视等传统媒体进行英语传播；其次，利用网络媒体、移动端媒体、数字电视、数字报刊等新媒体进行英语传播；第三，利用博客、微博、微信等自媒体形式进行英语传播。通过各种媒体共同发力，能够使得太极拳文化在受众群体中迅速传播。正如习近平指出：“要加强国际传播能力建设，精心构建对外话语体系，发挥好新兴媒体作用……”^{[10]160}

(六) 培养更多相关翻译人才

太极拳文化对外翻译传播离不开相关人才的培养。由于太极拳具有自己的文化内涵和武术特点,因此其翻译人才的培养并非易事。太极拳文化的对外传播非常重要,因此培养翻译和传播人才也特别重要,尤其是在需要讲好中国故事、传播好中国声音的新时代。

人才培养方面可以考虑以下几种形式。首先,外语院校可以考虑培养外语+太极文化和太极拳复合型人才。在这一模式中,开设课程以外语课程为主,以太极文化和太极拳知识课程为辅,旨在培养具有一定太极拳文化知识和太极拳知识的外语专业人才,确保这些人能够做好太极拳文化和太极拳知识的翻译工作。其次,体育院校可以考虑培养太极文化和太极拳课程+英语的复合型人才。该模式以太极文化和太极拳知识课程为主,以英语课程为辅,旨在培养能用英语进行太极拳文化传播的人才。他们不但熟练掌握太极拳的拳术,而且在对外教学和传播过程中可以使用英语对外交流。第三种模式是外语院校与体育院校合作,开设试验班。具体操作可根据双方的需要和各自的特色进行课程设置,制定培养方案和目标。另外,全国有300余所大学开设了翻译专业硕士(MTI)。实际上,MTI项目培养方案不能千篇一律,而应根据学校本身的特色开设,这样才是名副其实的专业硕士。因此,建议开设MTI的体育院校加入太极拳文化翻译课程,有的放矢地培养太极拳文化翻译人才。

四、结语

太极拳堪称我国武术的瑰宝,是中国优秀传统

文化的集中体现,已经列入世界非物质文化遗产,得到世界很多受众的认可。我们相信,随着太极拳文化更多更有效地得以译介与传播,随着太极拳文化价值和健身修心的作用在世界范围内得到越来越多的认可,随着中国综合国力进一步增强以及中国在国际社会地位进一步提升,太极拳文化将和中国文化的其他方面一样,会吸引越来越多外国人的目光,将在世界文化和体育事业中大放异彩。

参考文献:

- [1] 顾留馨.《太极拳论》注解[J].武当,2013(3): 14-17.
- [2] 吴文瀚.太极拳的文化内涵[J].中华武术·研究,2012,1(2): 49-51.
- [3] 段廷进,李少杰.论太极拳文化中的人文精神[J].搏击·武术科学,2008,5(2): 34-35; 47.
- [4] 郑晓红,王旭东.中医文化的核心价值体系与核心价值观[J].中医杂志,2012,53(4): 271-273.
- [5] 彭萍.社会叙述理论与京剧英译和传播[M].北京:中译出版社,2019.
- [6] 浦安迪.中国叙事学[M].北京:北京大学出版社,1996.
- [7] BAKER M. Translation and Conflict: A Narrative Account[M]. London: Routledge, 2006.
- [8] 韦琴红.论多模态话语中的模态、媒介与情态[J].外语教学,2009(4): 55-57.
- [9] 彭萍,郭彧斌,周江萌.西藏时政外宣翻译存在的问题与对策[J].西藏民族大学学报(哲学社会科学版),2018,39(1): 116-120; 125.
- [10] 习近平.习近平谈治国理政[M].北京:外文出版社,2014.

(责编:朱渭波)