

FIGHT
CLUB
#15

袁
康
就
博
士。

高靖夫名著《武道狂之詩》，講武者追求武術上之終極，其中武當派更為武道狂之集中陣營。現實世界中，真有一位武當弟子，屬武道狂之級數，此君正是袁康就博士。

此君是誰？《功夫傳奇》「武當之巔」一集裡，教李慕「提肛」催力者，正是此人。袁氏乃武當三丰派第十五代弟子，身懷上乘太乙五行拳功夫，然而，袁博士修為道行之高，遠超於此，實乃武道狂之典範也。

袁博士對武術追求之道路，從蔡李佛開始，至太極拳、太極螳螂拳，再研習八卦掌，乃至泰拳，繼而自武入醫道，研中醫針灸成醫師，再入道修太乙五行拳、內丹氣功，修至博士級，豈能不稱之武道狂也？袁博士矢志以現代語言解釋傳統智慧，將武、道、醫、氣功整而合之，發揚光大，實為當今罕見之達人，景仰，景仰。

text: gary photo: 小羅 design: ET

1957年香港出生，中文大學文學士、四川大學哲學碩士、科技大學哲學碩士及博士(研究內丹氣功)，現為註冊中醫師(針灸)、中大校外進修學院兼任講師、袁康就太極內丹學會教練。袁博士乃武當三丰派第十五代弟子，是香港唯一同時教授及研究氣功取得博士學位者。袁氏曾研習蔡李佛、太極拳、太極螳螂拳、八卦掌、泰拳、武當太乙五行拳等武術，練習氣功及功夫近三十年、教拳近二十五年，曾接受多家報章雜誌電視台訪問，曾於《功夫傳奇》「武當之巔」中亮相，觀眾亦可登入香港電台網頁網上重溫。

Q：你怎樣地開始接觸武術？共學過什麼武術？

袁：初中拜杜琛為師學蔡李佛，只是很短時間；然後在中文參與武術班，再次學習蔡李佛，這次跟李冠雄，比較認真，同時也學太極拳；之後，跟趙竹溪（香港最後一個保鏢）學太極螳螂拳，以及跟孫寶剛（名家傅振嵩入室弟子）學八卦掌；泰拳引入香港，又跟張萬鴻及王堯慶學泰拳。八〇年代初，因受傷學跌打，再學中醫，更到北京學習，跟當地的王超富學陳家太極，又到過少林寺學藝。有一年到南非Rondelet行醫及教學，到九〇年接觸青松觀，有機會學到武當功夫。九四年左右上武當山學太乙五行拳，算是首個外地人學此拳，大概是這樣。

Q：學過這麼多流派的武術，你現在會否稱自己是那一派的門人呢？

袁：我學過不同流派的內外家拳，得出的結論是沒有什麼內家外家之分，只有「打得」與「唔打得」而已。文化上，所謂「內家」之稱只是百多年前的事，從文化源流抑或實戰的角度看，功夫武術由始至終都不應有內外家之分。太極拳「唔打得」是因為訓練方式出問題，其本是「鄉下拳」，然後演化成今日的「太極拳」，我批評的是，大多數的太極拳都沒有打出「太極」的渾沌恍惚、無形無相之境界呢。太極打得最好的是李小龍，他的方向是正確的，「打得死人」，達到以無法為有法的境界，能夠出神入化、超越形相的就是「太極」了。現在我教拳時借用各種不同的方法形式，目的是借假修真，並不拘泥於形相和門派。

Q：以「打得」的角度看，為何中國武術沒有在現今擂台上發揚光大呢？

袁：現今的擂台規則如MMA的方向是好的，越少規則便越能體現武術的真實，而中國武術未能成功擠身現代擂台，是因為其訓練方法未夠完善，其實最原始、原型的訓練方法是實戰用的，例如趙太祖拳是軍操，訓練方法很實際，那才是武術的真相，如果我們能夠以武術的原型訓練，是可以達到實戰境界的。

Q：你自己曾否上擂台實踐一下呢？

袁：館內練習賽是有的，但公開比賽便沒有，因為李冠

雄師父在八〇年代已經不派員參賽，同時我是瞞著師父學泰拳的，也不能上擂台。不過，我也有點戰績的，在南非時那三個助教，都因曾經被我打暈才肯跟我學習的啊。

Q：追尋了這麼多年，現在你認為武術是什麼？

袁：武術有兩個方面：養生與技擊，而我認為兩者是「二而一，一而二」，是不用分開的。我認為武當的「養生為本，技擊為末」也要更正的，因為我們的身體結構如用「提肛」催力、催氣在武術技擊和氣功養生都同出一轍的，我認為動、靜是統一的，這亦是我這些年教學的中心思想。

Q：你認為氣功與武術是同一回事嗎？

袁：對，是同一回事，只是形態不同而已。（M：很多認為氣功是抽象甚至是不科學的事呢！）雖然我的博士論文以哲學形式去講內丹氣功，但我一直嘗試以現代語言去研討，不再用古代語言去講古代的事了。例如以現代語言去清楚說明「何解打坐時會見到光？」因為那是神經的問題、光電的效應。光電是Space，是神經傳導的媒體，「意念」的發出是將Calcium Natural變成Positive的離子化過程構成光電反應，「一念」所輸出的能量可以亮著手電筒的。「見到光」是光電的內觀而已，其實很多氣功現象都能夠解釋得到的。

Q：那麼「內丹」是什麼？

袁：「內丹」是改變自己大腦的方法：大腦有些網絡會遺失了，你把它重新建立，甚至建立新的網絡。例如大腦有些網絡遺失了，細胞的訊息傳達錯誤，令到自己人打自己人，你便有癲病；或者是失去某些荷爾蒙、令線體出毛病等，這些都是現代醫學難以處理的毛病，都可以用氣功醫治，因為氣功能幫助我們尋回失去的東西，回復平衡。

Q：你認為武術在現代社會有什麼意義？

袁：人們學習武術，遇到身體碰撞後會對武力有所反思，所以學會打打殺殺後，便不會打打殺殺，這就是所謂「武德」的傳統文化價值，那是其他運動所沒有的。當然，武術更能提升人的潛能及自信，令人能夠處變不驚。