

الأصول الفلسفية لرياضة الكونفوشو الصينية

The philosophical origins of the Chinese sport of Confushu

تاريخ الإرسال: 2021 /01/17 تاريخ القبول: 2021 /03/16 تاريخ النشر: 2021/03/28

أحمد لزنك¹ عبد الرزاق توميات²¹ جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر، مخبر دراسات وبحوث في علوم وتقنيات النشاطاتالبدنية الرياضية *Email* : ahmed.lazenk@univ-biskra.dz² جامعة محمد خيضر، بسكرة، مخبر دراسات وبحوث في علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية*Email* : abderrazak.toumiat@univ-biskra.dz

الملخص:

إن رياضة الكونغ فو وشو تحمل قيما كثيرة ومتنوعة، فهنا حاولت كشف الخلفيات والجذور الفكرية لهذه الفنون القتالية مع مقارنتها بما جاء به الإسلام بمصادره وتراثه لكي يتسنى التعامل مع هذه المعارف والمناشط تمهيدا للتخطيط لفلسفة أصلية للفنون القتالية، يتزود بها الممارسون ويسترشد بها المربون في تربية الأجيال.

الكلمات المفتاحية: الأصول الفلسفية؛ رياضة الكونفوشو.

المؤلف المرسل: أحمد لزنك، *Email* : ahmed.lazenk@univ-biskra.dz

Abstract:

The sport of Kung Fu and Shu carries many and varied values. Here, I tried to uncover the intellectual backgrounds and roots of these martial arts while comparing them with what Islam brought with its sources and heritage in order to deal with this knowledge and activities in preparation for planning an original philosophy of martial arts, to be provided by practitioners and to guide educators in raising generations

Keywords: Philosophical origins, the sport of Confo and Sho

مقدمة:

إن الاهتمام بإعداد الرياضي لا يتوقف عند تعليمه فقط بل يتعدى ذلك إلى بنائه بناء متكاملًا، يشمل شخصيته في جميع جوانبها من أجل خلق جيل متوازن في مختلف المجالات وهذا ما تهدف إليه رياضة كونغ فووشو كونها علما مرتبطا ارتباطا وثيقا بمختلف العلوم كعلم الفسيولوجيا وعلم التشريح وعلم الحركة وعلم النفس والفلسفة وعلم الاجتماع وعلم التاريخ، وهذا ما نجده في تعلم الرياضة القتالية كونغ فووشو. ماهي تطورات هذه رياضة وهاهي جذورها التاريخية .

2. التاريخ القديم: حسب تقسيم سيزار باريولي، مؤلفة "الكونغ فو"، نميز عبر التاريخ القديم حقتين هما:

1.2 حقبة ما قبل لاوتسي إلى وفاته في القرن السادس قبل الميلاد:

يظهر الووشو في صورته التربوية العسكرية، حيث كان مرتبطا بالنشاط الإنساني ككل. حيث جاء في كتاب "تعلم الفنون الحربية الصينية" مايلي: "يعود نشوء الووشو إلى عصر ما قبل التاريخ، حيث كان الأوائل يستعملون أدوات من الحجارة وهراوات للصيد، والحال أنهم يمارسون هذا النشاط ليس فقط من أجل ضمان معاشهم، وإنما كذلك من أجل الدفاع عن النفس ضد الحيوانات المفترسة والحيات السامة، وفي الصراعات القبلية علمتهم التجربة أن وسائل إنتاجهم تصبح أسلحة، فضلا عن ذلك، أنه في المعارك



لسحق أعدائهم، يجب ألا يرضوا إلا بأسلحة جيدة يمتلكونها، ومن واجهم أيضا الحفاظ على حالتهم الصحية الجيدة، والسيطرة على فن الحرب، وهكذا تراءى لهم ضرورة اتخاذ تدريبات مكثفة في وقت السلم كما في وقت الحرب ويقول الباحث جورج شارل: جورج شارل:خبير فرنسي في تقنيات وتاريخ الكونغ فو ووشو، مارس الجيدو والكاراتي والتاكوندو قبل اكتشافه للووشو، تتلمذ من 1969 إلى 1979 على يدي الخبير وانغ واتسو مينغ، له أسلوب خاص في الملاكمة وعدة مؤلفات منها: "هسينغ بي اتشوان، قبضة وحدة البدن والروح"، له كذلك عدة مقالات حول تاريخ الووشو في الدوريات المتخصصة، كمجلة "كاراتي الفرنسية وهو عنصر نشط ضمن عدة جمعيات وهيئات منها، مركز التنظيم والبحث في الطاقة في الفنون القتالية." منذ عهود عريقة في القدم تعلق الصينيون بالتقنيات الجسدية الجديرة بجلب الهناء البدني والنفسي، وكذا الحزم والصرامة الضرورية لضمان ذرية كثيرة، وبسرعة توصلوا منها إلى مبتغى الروح، كان ذلك مرتبطا بمتطلبات حياة العصر أي الدفاع عن التراث ضد الغزاة، الأعمال الحقلية، والرغبة في جعل الحقوق محترمة (عصام قصاب، 1999، 14).

2.2 الحقة الطاوية أو الحربية :

وتعتبر ثاني حقة في التاريخ القديم للووشو، وتمتد من لاوتسو إلى بوديدارما، أي من القرن السادس قبل الميلاد إلى السادس الميلادي في هذه الحقة تبرز جهود في تطوير الفنون الحربية، ومنها التأكيد على أهميتها فعاليتها لأجل تربية الرجل الصيني المعافى، المهذب، المطيع، اليقظ والمستعد دوما لأجل الدفاع عن حرمة محيطه، والمتبصر في الظواهر الطبيعية المختلفة، والطبيعة الصينية الخلاية.

وخلال عصر الممالك المحاربة(403-221 ق م)، أكد العديد من خبراء الخطط الحربية ضرورة الووشو لأجل إنشاء جيش قوي وفعال، في "الون اتزو" أقدم كتاب في فن الحرب، خصصت عدة فصول لبحث فن التدريب على المصارعة والقتال بالأسلحة، لضمان النصر في حالة الهجوم والدفاع. ولقد شاركت المرأة إلى جانب الرجل في تطوير هذه الفنون على المستوى التطبيقي كما على المستوى النظري، فتركت أثارها في الووشو وغيره للأجيال المتعاقبة عبر تاريخ الصين، ضمن مدربي المسابقة تتميز بعدد



لابأس به من النساء، إحداهن كانت تسمى "يونو"، استدعيت من طرف الإمبراطور"قو جيان" لعرض نظرياتها حول استعمال السيف، بذلك اشتهرت عبر الأجيال التي قدرت مساهمتها في تاريخ هذه الفنون(عصام قصاب، 1999، 18).

منذ بداية أعوام 220 ق م ظهر جراح طاوي لدى الصينيين يسمى "هواتو"، إلى جانب هذا كان صيدليا أيضا، أدخل طريقة مبتكرة قائمة على ملاحظة النشاطات القتالية لخمسة حيوانات هي: النمر، القرد، الأيل(الوعل)، الدب، عرفت باللعب ذي الشكل الحيواني، وبعد دراسته لهذه النشاطات وظيفها كممارسات استشفائية عند الناقهين، فتبلورت كتقنيات وقائية وعلاجية، كانت التقنيات بسيطة لأغراض الدفاع عن النفس هذه الرياضة العلاجية قبل اكتمالها، يمكن اعتبارها تاريخيا أول محاولة إدماج، بين التقنية الحربية خاصة، وهم دوام الصحة والعافية والمعيشة في أحسن الظروف. (فؤاد شبل، 1990، 98) في عهد سلالة اتشين(221-206 ق م) ومملكة الهان(206 ق م - 220 م) ظهرت فنون حربية مثل مصارعة الشويو والجياودي، بحيث كان المصارعون يتقاتلون بقرون الحيوانات موضوعة على رؤوسهم، بالإضافة إلى وجود رقصات ذوات خطى متسلسلة موظفة في مأساة المسرح والأدب المسرحي، تستعمل فيها أسلحة مختلفة مثل السيف طويل القبضة، مثلما

تستعمل اليوم رقصة الأسد في أثناء منافسات الووشو والاحتفالات والاستعراضات الرياضية. (سعيد مراد، 2000، 14). ثم ظهر الطبيب والفيلسوف الطاوي "جيهونغ"(284م-364م) الذي ضم تقنيات تنمية الطاقة الداخلية المسماة"اتشي كونغ" إلى الووشو، بإعتبار هذه التقنيات شكلا من أشكال الجمباز للحفاظ على الصحة الجيدة، يعود تاريخها إلى الوراثة بثلاثين قرنا، وتشكل علما على حدى، تجذب إليها انتباه الباحثين والمتخصصين في الطب التقليدي الصيني، وتوظف تمارينات التنفس العميق لتوليد وتجيد الطاقة الباطنية، وتدعيم فنيات القتال وتماريناته، فهو فرع مهم في الطب التقليدي، ففحوى نظريته المهارة الجسدية المتعلقة بالتحكم في التنفس وضبطه، منتشر ومعروف عالميا في أوساط الطب والمهتمين برياضات وفنون القتال.

3. التاريخ الوسيط والحديث:



ارتبط الووشو بالديانة البوذية، حيث أنه ترعرع في أحضان مذهب اتشان السادس الميلادي*. ففي حوالي 520 أو 527 م، قدم بوديدارما الناسك الهندي إلى التبت لأجل نشر أفكاره إلتحق بالبلاط الإمبراطوري في "نانكن"، ولما فشل عند مقابلته للإمبراطور، انزوى في معبد الشاولين وبعد تسع سنوات من التأمل والتفكير المتعمق والمتبصر في مغارة، علم أتباعه بوذية اتشان، وتسمى في اليابان "الزان"، وبذلك أسس هذه النحلة البوذية المعتمدة على التأمل. وسلسلة من التقنيات التنفسية وتمارين للحفاظ على الصحة وللدفاع عن النفس وتكوين الرهبان المحاربين.

يرى البعض لا شيء يثبت أن بوديدارما علم فعلا الفنون القتالية، إلا أنه أدخل فكرة أن هذه الأخيرة ترمي قبل كل شيء إلى التنمية المنسجمة للعقل والبدن، أظهر تمكنه من قدرات خارقة للعادة، حسب الأسطورة كما مارس التأمل والتفكير وحوله إلى طلبته، وبعد سنوات من الزهد والتنسك، وجد بأن تابعيه منهكوا القوى وهزبلو الأجسام، لذا علمهم تمارين بدنية متسقة مع التنفس تسمى "تاتشوان"، جمع جزء من هذا التعليم في بحث حول العظام، في حوالي 535 م من توفي هذا الراهب تاركا وراءه تأمل الحائط. وله قصة شيقة مع عالم الفنون القتالية ومدرسة الشاولين، بما في ذلك الكاراتي، يشكل رياضة قتالية وفنا من فنون البيدو اليابانية (1984، 219). Michl (RANDOM).

علم هذا الفيلسوف في دير الشاولين، بذلك المعبد الذي شكل ولعدة قرون مركزا لعشرات من التقنيات وأساليب الملاكمة الصينية.

➤ ويشكل عهد سلالة سونغ الجنوبيين (1127-1279م) العصر الذهبي الثاني للثقافة الصينية، بظهور الطباعة والبوصلة والبارود، وشكلت هذه الفترة مهدا للكنفوشيوسية الجديدة، وتم غزو المغول، وكثيرة هي الأحداث التي ساهمت في تطوير الووشو، وأبرزت خصائصه المميزة بصفته جمبازا صحيا وتقنيات قتالية بالسلاح وبدونه، اهتم به كثيرا من الشخصيات، وساهموا في تطويره عبر التاريخ، فبقيت إسهاماتهم بارزة في الثقافة والتراث الصيني العريق (حسن أحمد الشافعي، ابرز المسلمون في القرن العاشر، وخصوصا القرن الثالث

عشر ومابعده على إمتداد تاريخ الصين، إذ أبدع كثير من الجنرالات والحكام والمربين والأئمة في فنون ووشو، فشكلو جمعيات لها وتركوا سيرا وأثارا، وشكلو بذلك تيارا مهما على حدى مقابل تيار الأساليب الخارجية والداخلية التي تزعمها الطاويون والبوذيون(ماشيانده وآخرون، 1986، 02).

➤ ومن فنيات وأساليب هؤلاء: فنيات استخدام الرمح "كايينغ اتشيانغفا" التي تعود إلى جنرال مسلم يدعى "اتشانغ ايوي اتشون" خلال القرنين الثالث عشر والرابع عشر، وتقنيات السيف ذي الحدين، سيف سليمان وسيف الرآن أسلوب "اتشي شي اتشوان"، بمعنى ملاكمة المجاهدين أو المقاتلين السبعة، تكريما ونسبة لسبع شخصيات إسلامية عظيمة، وأسلوب "تونغ باي بيغوا اتشوان" بمعنى ملاكمة قبضة الاستعداد المباشر، ويعود إلى عائلة "ما" المسلمة، حيث ابتكرها الخبير "ما فنج تو".

➤ وتقنيات الركل بالساق المشهورة في الأوساط الإسلامية، المسماة "جياو من تانتوي" التي شكلت جوهر فنيات ووشو أسلوب "اتشا اتشيوان" أي ملاكمة عائلة "اتشا"، وأسلوب "ليوخي اتشوان" أي ملاكمة الانسجام السداسي نسبة إلى شاشية المسلمين ذات القطع الست، والتمرينات الثمانية عشر لقومية "اخوي" أو المرافق الثمانية عشر للمسلمين المسماة "اخوي اخوي اتشي با اتسو" والتي شكلت هي الأخرى جوهر الفنون القتالية، و"الباجي اتشوان" أسلوب ملاكمة نسبة إلى الخبير "وو اتسونغ"، وفنيات العصا، عصا علي، وفنيات الرمح لدى عائلة "ما"، والعصا الطويلة لعائلة "اتشا" وغيرها.

➤ في عهد سلالة مينغ (1368-1644م)، عرف الـ ووشو ازدهارا لامثيل له، وخير دليل على ذلك أننا نجد الجنرال "شي جي اقوانغ" وضع كتابا "الخبرة الجديدة" يصف فيه ستة عشر أسلوبا مختلفا عن بعضه البعض كتمارين بدون أسلحة، واربعة تمارين أخرى بالرمح والهرأوة، كل تمرين له شرحا تفصيليا متبوعا برسومات إيضاحية نشر فيه أيضا نظاما بأكمله لنظريات وطرائق للتمرين، بذلك ترك آثاره بارزة في تاريخ الـ ووشو. (Georges Charles ، 1984 ، 75).

2.3 التاريخ المعاصر: مازال عطاء المسلمين عبره متواصلا كغيرهم، حتى بعد تأسيس جمهورية الصين الشعبية، إذ برز كثير من معلمي الووشو، ومن بينهم عدد لا بأس به من أبناء قومية اخوي وغيرهم من المسلمين، يضعون الأطر القانونية المحلية والدولية، يدرّبون ويزاولون البحوث العلمية، يدرّسون علوم الرياضة، ويكونون الشباب في التربية البدنية وتكنولوجيا الرياضة، ويعملون بذلك على التجديد وبعث الثقافة ونشر القيم.

وقد جاءت ملاكمة "باجيتشوانن" التي تمارس على نطاق واسع في الصين والخارج، جاءت من ابتكار الخبير "وو اتسونغ" وهو من أعلام المسلمين عاش أواخر أسرة "اتشينغ" (1644-1911) وقد توارثها خلفه مع مهارات ليوخه الاندماج السداسي في استخدام الرمح، ومن بينهم الاستاذ "وو ليانجي" والذين انتقلوا فيما بعد إلى قرية منغتون.

ومن جهود أبناء المسلمين كذلك المساهمة في وضع الأطر القانونية لتطوير ونشر هذه الممارسات، الفنون والرياضات ففي هذا الإطار أسس الأستاذ الكبير "ما فنج تو" مع آخرين سنة 1919 "جمعية المحاربين الصينيين الوطنية"، وكان نائبا للرئيس وكبير المدربين، إذ كرس حياته كغيره من أبناء قوميته وغيرهم من أجيال المسلمين في الصين عبر التاريخ، كرسوا حياتهم لدراسة ووشو نظريا وتطويرها ممارسة ونظما، بذلك سجلوا مآثر باهرة في نشر هذه التخصصات، بإضافة جديد لتقاليدهم، والمساهمة من ثمة في ترقية كنوز ووشو وإثراء الثقافة.

وهذا الخبير "وانغ اتسبينغ" هو الآخر من أبناء محافظة اتسانغشيان، يعتبر بطلا وطنيا عرف بقوته الخارقة للعادة وشجاعته ونشاطه ومساهمته في إثراء ونشر فنون ووشو، متخصص في أسلوب عائلة "اتشا" المسى "اتشا اتشوان"، بحيث تتلمذ على يد الإمام الخبير "يانغ هونغ اشيو" من محافظة "شاندونغ"، ونظرا لقدراته فاز بألقاب شرفية عديدة. (ماشيانده وآخرون، 1986، 05). فلفت هذا الأخير، أي الأستاذ "وانغ" إليه الأنظار وطارت سمعته في عموم الصين، مارس مهارات "سيف التنين الأخضر" ببراعة وحيوية، ولم يصدق أحد أنه كان في الثمانين من عمره، وقد اتجهت إليه أنظار جمهور



البورميين بكل إعجاب وتقدير، إذ ما قدمه من عروض كان بلورة لسنين طويلة من التدريب الذي دمج السيف الصينية التقليدية والمثاقفة الغربية.

واجه هذا البطل الوطني كثيرا من التحديات من مصارعين مشاهير يابانيين وأمريكيين وألمانيين، وخرج منتصرا، فأثبت بذلك تفوقه وقدراته وفعالته في القتال بالأيدي المجردة كما بالأسلحة البيضاء، وبعد التغييرات التي شهدتها الصين سنة 1949، رفعت منزلة الشيخ الوقور "وانغ اتسي بينغ" كبطل وطني وكأستاذ قدير في ووشو.

وبعد حياة مليئة بالجهود، فارق إلى جوار ربه سنة 1973، رحمه الله تعالى في سن الثانية والتسعين، مخلفا وراءه كتابين قيمين، الأول تحت عنوان "تمريبات في عشرين وضعا للصحة وطول العمر" والثاني "عشرون تمرينا باليد في الـ ووشو"، إضافة إلى أفلام وثائقية تسجل أسلوبه الماهر والدقيق في ووشو (ماشيانده وآخرون، 1986، 13)

لكن لا بد من القول أن سبب خروج هذا الفن من معقله في الصين، يعود إلى الحكومة الصينية، فبعد أن أصبحت الصين شيوعية كان لا بد من وضع حد لجميع التدريبات القتالية، فهرب من هرب وتجمع قسم كبير منهم في "هونج كونج" كان منهم "يب مان" الذي كان له الفضل في نشر فنون "الكونغ فو" الحديثة، وقد انتشرت بعد ذلك مدارس كثيرة في الكونغ فو في جميع بلدان العالم و"يب مان" هو مدرب "بروس لي" الذي قام بنشر أسلوب يقوم على البساطة ويمكن تعلمه في وقت قصير، ويمكن المتدرب من الهجوم والدفاع عن النفس وقام ببعث هذا الفن القتالي من جديد "بروس لي" منذ حوالي 40 عام. (حسن أحمد الشافعي، 1986، 176).

4. أصول الفكرية للكونغفووشو:

1.4 الطاوية: الطاوية هي أحد منابع الفلسفة للفنون القتالية الصينية التقليدية وتنسب إلى الفيلسوف الصيني لاوتسي الذي ولد سنة 604 ق م وتوفي سنة 517 ق م وتضمن كتابه "الطريق والفضيلة" أفكاره وهو مترجم إلى عدة لغات، ولد في الهونان، في الصين الوسطى بـ"كوي ين جين" التابعة لمقاطعة "لي" في ناحية "هو" بحكومة "اتشو"، وهي حاليا منطقة تابعة لمقاطعة "هوانا" السالفة الذكر. كما يروى أن لاوتسي عمر مائة

وستين حولاً، ويقول بعضهم أكثر من مائتي حول، ذلك أن عرف كيف يطيل أمد حياته بممارسة الطاو، وكان قدماء الصينيين يؤمنون بأن المتفوقين من الناس يمكن أن يعمرُوا إلى مائة أو مائتي حول، وهكذا برزت فكرة تأليه لاوتسي، كونه تمكن من إطالة حياته فخلده أتباعه، بحيث كان مثالهم على وجه التحديد أن يعيشوا أبد الدهر (جورج طرايبيشي، 1987، 513).

2.4 البوذية: البوذية إحدى كبرى المرجعيات الأساسية المعتمدة ضمن فلسفات الفنون القتالية، وذلك مآضفته إلى عالم فنون الحرب القتالية، انتشرت في الهند والصين و اليابان والنيبال وكوريا وغيرها من بلاد آسيا وحتى أوروبا وفرنسا تحديداً وغيرها، تنسب إلى بوذا الساكياموني وترجع إلى القرن السادس قبل الميلاد.

مفهوم البوذا يعني حرفياً المستنير، أو المنور أو المستيقظ، وهناك ألقاب عديدة تطلق على بوذا، منها ساكياموني، بمعنى حكيم قبيلة شاكيا بالهند، والاسم الحقيقي لبوذا هو "سيدهارتا غوتامه" ولد حوالي سنة 563-566 ق م وعاش إلى غاية 483-486 ق م من ابوين نبيلين وعمر ما يقارب من ثمانين عاماً، يعتبر مؤسس البوذية الأولى وعاش حياة الزهد والتقشف ومجاهدة النفس، كانت حياة العزلة والرياضة والمجاهدة وسيلة لمعرفة أسرار الكون (جورج طرايبيشي، 1987، 210).

3.4 الكونغفوشيوسية: الكونغفوشيوسية فلسفة تنسب إلى المعلم كنفوشيسوس، برزت إلى الوجود خلال القرنين 6 و 5 ق م، والاسم الحقيقي للمعلم هو "كونغ فو اتزي" و"كونغ اتشيو" أما "فو" فتعني المعلم، ولقد عرف في الغرب بإسم كنفوشيسوس، في مملكة "لو" بمقاطعة شانتونغ الحالية، وكان يحب رياضة رمي السهام، ونظراً للظروف التي سادت عصر كنفوشيسوس، واتسمت بالتفكك الاجتماعي والسياسي، والتردي الواسع النطاق الذي مس عالم الأخلاق، اتجه هذا الحكيم منطقياً إلى التفكير في هذا التأزم، ومن ثمة ضرورة العمل لإصلاح المجتمع، إذ تركزت إشكاليته في التساؤل: "كيف يمكن تحقيق رفاهية المجتمع؟ كيف يمكن تحقيق الخير والسعادة لبني البشر؟"، وتمثل الحل في فلسفته وجهوده، في تلك الفلسفة الإنسانية الاجتماعية التي اتخذت من الإنسان



ومجتمعه محور اهتمامها، لا من الطبيعة والمعرفة الطبيعية فالإنسان عنده هو محور الاهتمام وهو المنطلق المتعمد عليه (جمال المرزوقي، 2001، 248).

خاتمة:

إن فكرة الإنسان السامي عند أساتذة الفنون القتالية والتأكيد على الفضائل الأخلاقية والقتالية، ذلك في إطار بناء الإنسان الكامل المتفوق القوي النافع، المستعد لمواجهة نوائب الدهر، المتمكن من أصناف المعرفة المكتملة لفنون ورياضات القتال، بينما تشكل المعرفة الكونية عندهم أهم أشكال المعرفة، كونها تحمل في طياتها نوعاً من الشعور بالإنتماء لهذا الكون، كما تتميز بإنفعالات كالإبتهاج والسعادة والشعور بالخلود وبسمو الأخلاق المؤدي إلى حالة من الوعي بحدوث تغير شبه مستديم عند الفرد، ولا يكون الإنسان إنساناً إلا عندما يأخذ وعيه هذا البعد الكوني والمتعالي (ايف برتراند، 2001، 25).

✚ قائمة المراجع:

1. ايف برتراند (2001)، النظريات التربوية المعاصرة، ترجمة محمد بوعلاق، قصر الكتاب، البليدة، الجزائر.
2. جمال المرزوقي (2001)، الفكر الشرقي القديم وبدايات التأمل الفلسفي، دار الآفاق العربية، مصر.
3. حسن أحمد الشافعي (1998)، تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية .
4. ماشيا نده وآخرون (1986)، رياضات الصين، ووشو بين المسلمين الصينيين، سلسلة كونغ فو الصينية، ترجمة إلى العربية محمد أبو جراد، دار النشر باللغات الأجنبية، الصين.
5. سعيد مراد (2000)، المدخل في تاريخ الأديان، دار البحوث والدراسات الإنسانية، بيروت.



6. عصام قصاب(1999)، البحث عن الحقيقة الكبرى، دار الفكر، دمشق.

7. فؤاد شبل(1990)، حكمة الصين، دار المعارف، ج1، مصر.

المراجع الاجنبية

1. Georges CHARLES- les Exercice de santé du Kung fu
2. Michl RANDOM-(1984) **les arts martiaux ou lesprit des budo-**
(Encyclopédie martiaux),Fernand nathan,Hongkong,Septembre.

