

“精武杯”第十七届太极拳、传统武术比赛举行 传统武术焕发“青春活力”

本版图文 本报记者 李一平

11月3日到4日,2019年上海城市业余联赛市民武术节“精武杯”第十七届太极拳、传统武术比赛在精武体育馆举行,吸引了来自本市各区、街道社区以及武术社团、武馆、企业和学校的120支团队和个人武术爱好者近3000人参加比赛,为推动沪上武术文化交流搭建了良好的平台。

“精武杯”太极拳、传统武术比赛作为上海武术的老牌传统赛事,举办至今已经有17个年头了,今年恰逢2019上海武术世锦赛的举办,“精武杯”同样作为2019年上海城市业余联赛市民武术节的一部分助力武术世锦赛圆梦上海。借着武术世锦赛的东风,上海精武体育总会常务副会长薛海荣也希望,能有更多的市民参与到“精武杯”,参与到更多武术赛事和活动中来,了解这项中华传统的瑰宝。“从精武的出发点来说,我们希望通过不断举行这样的武术赛事,更好地服务群众,把这种好的运动方式通过口口相传,传递到上海之外更遥远的地方。”

比起上半年举行的系列赛事“精武杯”上海中小幼学生武术、书法比赛,下半年举行的“精武杯”太极拳、传统武术比赛则以成年武术爱好者为主。相比印

象里武术爱好者年龄偏大、仙风道骨的形象,今年的“精武杯”赛场上则是出现了不少青年人的身影,其中还不乏有外国友人的共同参与。“说起武术,可能很多人觉得都是中老年人的爱好,和年轻、时尚格格不入,但其实其中的文化内涵和健康理念是没有年龄限制的。”薛海荣介绍,近年来上海精武体育总会持续推动武术进企业、进楼宇活动,希望吸引更多的青年人参与到武术的习练中来。而随着目前健康、养生潮流的风靡,也有越来越多的年轻人开始关注、参与武术锻炼。

另一方面,上海作为以“海纳百川”为城市精神的国际化大都市,借由“世界的会客厅”这个窗口,不同肤色、不同国籍的人相聚于此,促进文化的交流发展,在此过程中作为中国最具传统特色的文化之一——武术成为了不少外籍友人眼中“神秘东方”的代表。“每年精武杯的比赛,都会吸引不少外国留学生和爱好者参赛,其中不少已经是‘回头客’了。”薛海荣透露,接下去上海精武总会还计划与中国武术协会携手,在上海推出外籍人士武术段位制的考核。“通过各种方式的推广、发展,相信未来武术将会成为全民、全员、全世界参与的体育运动和传统文化。”



精武杯比赛吸引了不少外国留学生、爱好者参赛

喊着口令亮相舞台 日本妈妈的太极扇惊艳全场

“一二三四、二二三四、三三三三……”一队身着深色偏襟武术服,手持太极扇的参赛队员一边喊着整齐的口号,一边灵动地变换着队形,完成了一组组美轮美奂的武术太极扇动作。也许光从外表上很难区分,但事实上她们都有一个共同的身份——定居在上海的日本妈妈们。

“当时我在浦东的社区里教拳,然后认识了最早一批和我练拳的学生,一直到现在也有五六年的时候了。”作为开心吧太极拳队的教练,洪伟从2014年开始带领着日籍友人们练习太极拳,先后已经教了数百名学生。“他们有的是留学生,有的是来上海工作的,有的则是作为家属陪亲人来上海工作。”一批又一批的学生有的来有的走,原本对日语不甚了解的洪伟现在也已经能用简单的日语和队员们进行交流了。

大森宏子是这次队伍里练习武术时间最长的一位,也是洪伟最早的一批学生。“我和洪老师已经一起练了五六年的时间了,能在上海和大家一起

练武术,真的很开心。”虽然汉语不太流利,但大森宏子表达自己对于武术的热爱。

本次参加武术太极扇表演的队员里,大部分都是和大森宏子一样,陪伴丈夫来到了陌生的城市,在接触全新文化的过程中喜爱上了武术这项中华

传统项目。“其实武术和日本的合气道、剑道很像,但自由得多,通过基本动作可以衍生出很多全新的变化。像我们这次表演的太极扇就是我们自己创编的套路动作。”在大森宏子看来,武术自由、包容、创新的精神是最为吸引她的特质。



大森宏子和日本妈妈们

鼓励自由改编套路 “创新”将是武术发展推动力

传统武术突破传统,改革创新带来发展机遇。在“精武杯”的比赛中,鼓励参赛队员和团体创新、改编创意套路,一直是主办方着力推广的“创新点”。

“传统武术怎么突破传统,一直以新的生命力发展下去,我认为应该鼓励改编创新,只有推陈出新才能让武术项目焕发活力。”“精武杯”仲裁委员

主任、中国武术九段王培银认为,武术要在继承中创新发展,才能让武术更好地推广和传承。

“现在的武术套路,也都是从基础的武术动作上组合而成的,难道说转体270度的旋风腿是标准动作,那360度的旋风腿就不是‘旋风腿’了吗?”王培银用一个简单的例子说明了武术的改革创新。“这次我来到‘精武杯’的现

场,最大的感慨就是上海现在民间习武的水平大大提高了,各种大胆的创新改编也让武术这项传统项目更加具有活力。”

“不要为了继承而继承,只有在继承的基础上不断创新发展,才会赋予武术无限旺盛的生命力。”



上海永念队

缘起校园 相聚上海 上海永念队的武术情怀

在2019年上海城市业余联赛市民武术节“精武杯”第十七届太极拳、传统武术比赛的现场,在不少鹤发鸡皮、仙风道骨,身着素色武术服的中老年爱好者队伍中,一只清一色年轻人组成的队伍吸引了不少观众的眼球。虽然年龄存在不少差距,但上海永念队的队员们打起一招一式来都显得云淡风轻,驾轻就熟。

这支上海永念队中的成员大多不超过30岁,虽以“上海永念”为名,但实际上不少的队员都是从江苏、安徽等地特意赶到上海参赛。“最初的时候,我们就是一群学校里爱好武术的朋友发起的一个组织,后来其中不少人毕业后来到了上海工作生活,这个武术组织也就发展成了现在的上海永念队。”原来,队中的大部分队员都是安徽农业大学的校友,受学校里一名教拳的顾永忠老师吸引,一起加入了习武的行列。

毕业后,不少队员分散到各地工作生活,而每年上海“精武杯”太极拳、

传统武术比赛则成了大家相聚的一个平台。“虽然大家很少一起练习,但每年大家都会在精武杯期间相聚在上海,通过大家一直喜爱的武术切磋交流,聊聊这一年里发生的故事。”从缘起校园到相聚上海,“精武杯”成为了上海永念队队员间相互交流的平台,也见证着他们的友谊与武术一起越发酵厚。

最近,除了老队员以外,在上海已经开展多年武术推广的永念队也迎来了不少新队员的加盟。年仅19岁的陈尚隆是这次上海永念队里参赛年龄最小的一名队员,也是众人喜爱的小师弟。“我目前在上海读大学,一次偶然的机会看到了永念队的日常活动,因为本身也对武术这些传统文化很感兴趣,就联系加入了队伍。”而队伍里活力、向上的氛围则是陈尚隆最为青睐的一点。“这里大家年龄相仿,志趣相投,也欢迎更多的年轻爱好者加入我们。”