

“

在温州南拳界,黄亚武的大名可谓人尽皆知,除了拳术高超外,谦虚又低调的武德也一直为人称道。初见这位温州南拳界泰斗,清瘦和蔼,个头不高、目光炯炯。虽已年逾古稀,数十年的练拳经历,看上去仍然神采奕奕。以形为拳、以声助力、双拳上下翻飞,绵密迅疾、虎虎生威……性格豪爽的黄老摆开架势,展示温州南拳的魅力。

”

七旬温州南拳王 致力弘扬武术

坚持免费教学,让更多的人习武强身



高超的武艺 高尚的武德

小时候,身材瘦小的黄亚武比同龄的孩子要矮一个头。隔壁拳师管一银笑着对他说,“亚武啊,瞧你这么矮小,来跟我学拳强身健体吧!”就这样黄亚武跟着管师傅开始学拳,那一年,他8岁。

两年后,他被引荐给前温州市武术协会主席李平,之后又得到浙南名师陈一虎的指点,有幸获得梅花棍的要诀。“当时有超过五千人想从陈师傅那里学梅花棍,但是陈师傅只把棍术教给了我一人。”黄亚武说,打动陈师傅的原因是,“我和乡邻关系特别和睦。”他说,梅花棍就是要教给有武德的人,黄亚武就是这样的人。

20岁时,黄亚武先后到丽水青田、福建



建阳县办企业,业余免费为喜欢武术的村民传授南拳。“师傅们把毕生绝活都教给了我,我觉得自己有义务去推广温州南拳。”在五十多年的教学生涯中,共收学徒千余人,年纪最大的77岁,最小的才5岁。每逢过年,家里的小院都挤满了来拜年的徒弟。

“温州南拳王”,送拳到学校

从2006年开始,黄亚武带着徒弟一起参加国内外各种武术比赛,获奖无数,各种头衔更是风光无限。“所有出门比赛的费用都是女儿和媳妇赞助的,我的4个子女都特别支持我。尽管花销不少,但我还是喜欢出门比赛,不仅能推广温州南拳,还可以让自己开阔眼界、增长见识,知道山外有山,才能谦逊处世。”黄亚武说道。

在2013年浙江省“温州南拳”公开赛暨温州南拳王争霸赛上,黄亚武参加燕猫鸡拳、鸡虎拳和燕猫梅花棍三个项目比赛,南拳打得虎虎生威,一套梅花棍也劲道威猛,让现场观众赞不绝口,毫无争议地获得男子个人全能冠军。在最后的绝技表演中,黄亚武还做了双手的大拇指和一只脚着地的俯卧撑表演,连续做了35个,技压

群雄。

黄亚武的家在瓯海区茶山街道丁岙路140号,这座雅致的农家小院,摆满了花草,清静幽雅。几十年来,黄师傅一直致力于温州南拳的传承。为了方便教学,黄亚武在自家客厅摆上十八般武器、石质杠铃、练功镜……宽敞的客厅成了他免费传授技艺的武馆。

他最喜欢听的还是别人叫他“黄老师”。“跟我学拳不用学费,也没什么特别条件,只要品行端正,有毅力肯吃苦就行!”69岁的徐阿香,是黄老师的所有女徒弟中年纪最大的一个。她60岁才开始学拳,老师成名绝技燕猫鸡拳中的猫滚招式,很多年轻人都没练成,她却打得虎虎生风。

袁隆义、袁飞隆叔侄俩都是黄亚武的弟子,两个年轻小伙子,练了一身武艺,还在村里拉起了一支兄弟龙舟队,“龙舟和南拳一样靠的是坚持不懈,每天打南拳身体一天天强壮,每天划龙舟技术也会一天天变好,等练好了参加大赛为温州争光。”

不仅在武馆中传授南拳,他还在努力将温州南拳送进学校,做到习练武术“从娃娃抓起”,让孩子们了解武术,学习武术,拥有良好的身体素质。平日里,每周二、五上午黄亚武都会来茶山第二小学义务教学,练功夫成为该校课间操。利用大课间时间,全校学生在操场上学南拳。几年下来,孩子们的体质都有所提高,南拳也成了该校的一项特色教学。

(通讯员 翹楚)

兰溪“功夫奶奶”了不得

80岁还有好身体! 无关年龄,坚持才是王道!

在兰溪市体育中心西大门晨练场地上,一位银发苗条的老人练起了“一字步”,她柔软的腰腿动作,好似杂技团的年轻姑娘在表演节目,也让旁人捏了一把汗。

老人名叫吴月琴,今年已经80岁。从55岁开始练功,她已经坚持了25年,成为附近闻名的功夫达人,熟悉她的人都叫她“功夫奶奶”。

吴月琴以前是兰溪市农业局的职工,退休前,因为工作的原因很少进行锻炼。刚退休时,吴月琴身体比较虚弱,身体也不是很好。出门走路时,经常感到双腿好像有一根筋拉着迈不开步,只能弯腰小步行走。于是她暗下决心开始锻炼身体,先是练自由操、广场舞逐步开始接触太极拳等。

“都是自学的,没人教。”吴月琴笑着

说道,刚开始吴月琴坚持每天早上和傍晚到广场上跟着跳自由操,广场舞的人学习。接着,在兰荫社区开始举办太极拳义务培训班,吴月琴连忙联系社区报了名,这一练就是5年。

“从最基础的24式套路开始练,现在练了四五年,学了4种套路太极拳,3种太极剑,3种太极扇。”

二十多年来坚持从不懈怠,果然“功夫不负有心人”,吴月琴现在不仅走路不“抽筋”了,而且身体也壮实多了。她还有个压箱底的绝技——“一字步”。不过她说“一字步”并不是自己锻炼的目的,健康才是自己锻炼的最终目标。“锻炼是一项长久的事情,不是一朝一夕就能出成绩,只有坚持不懈地坚持下去,你才能得到获得成果。”

(通讯员 成恒河)



12月3日,为期两天的“东成杯”全国青少年散打精英邀请赛在金华市体育馆开赛。共有来自全国各地的29支代表队,300余名运动员参加本次比赛。

通讯员 丁黎明 文/摄