

【探索·浙江体育地理之嘉兴篇——江南船拳】

江南船拳“武”出方寸船头

□本报记者 阮增阳

“ 金庸先生笔下的武侠小说,既有着大气磅礴的背景,也不乏细腻极致的细节描写,被所有武侠迷奉为经典。但金庸小说里的很多武功招式,在现实中都能找到真实的方法,嘉兴的江南船拳就是其中之一。

金庸先生出生于嘉兴,他对江南这片故土有着不一样的热爱,在其武侠小说《射雕英雄传》中江南七怪的出境率相当高,且对主角郭靖的成长有着无可替代的作用。而江南七怪的武功套路便源于嘉兴的这门江南船拳。

”

A 历经千年发展 江南船拳极具特色

嘉兴市位于浙江省东北部,春秋时地跨吴越,史称“吴头越尾”,因此兼有吴“泰伯辞让之遗风”与越“夏禹勤俭之余习”。在嘉兴,江南船拳的起源据说与吴越之争有关。公元前544年,周景王元年,吴国入侵越国,今浙江嘉兴南,胜利的吴王夫差禁止越国百姓拥有武器,与越王勾践一样卧薪尝胆的越国百姓为了抗争,练就船拳,用江南特色的生活器具,船桨、竹竿、扁担等作为武器最终战胜了吴国,收复了失地。

自小在水乡嘉兴长大的韩鸣华是嘉兴出了名的船痴,如今身为非物质文化遗产传承人的他不仅有着精湛的造船手艺,更是对大小船只颇有研究。在他看来八仙桌面积大小的船头,决定了船拳的一招一式。“船拳由于要在船上打,运动量比较大,边上还有护住的人,所以相对来说对船大小方面的要求会相对较高,首先得是宽大的船,其次要在船头留有足够的位置,才能发挥船拳的作用”,韩鸣华说。

船拳是江浙一带的汉族传统拳术,主

要使用者是当地渔民。它发端于吴越春秋,形成于明清,是明清时期帮会组织之一的洪帮特有拳种,在中华武术宝库中独树一帜,原先盛行于河上。船拳根据在河渠纵横交错的表演特点,兼收各派之长自成一脉,形成了似南拳、又非南拳的独特风格。具有体用兼备、内外兼修、短兵相接、效法水战,刚劲道健、神形合一,步势稳烈、躲闪灵活的特点。进攻时出招敏捷,收招迅速;防御时以手为主,似开似闭,以身为轴,原地转动。船拳十分注重腿部、臀部和腰部的运动,步伐注重马步,以求操拳时稳健,经得起风浪颠簸。腿部是发力的重点,故十分重视转腰、甩腰、下腰的动作。为进退自如,船拳同样看重马步转弓步,弓步转马步的动作,体现其进则带攻,攻则带躲闪的特点。

谈到嘉兴船拳独有的特色,武者康吕赐说:“相对而言,嘉兴的船拳是比较全面的,全国各地特别是在运河一带衍生出各类船拳,比如说舟山船拳,西溪船拳,但唯独嘉兴的船拳独具特色,因为它囊括了十八般兵器”。

之为“神拳”。民国初年,定海、普陀、岱山等地都办起国术馆,渔民为健身强体赶往国术馆习武者颇多。

一名来自美国的年轻武者 Kevin 感慨:“我来这快一年了,早上和晚上我会在练习船拳功夫,早晚训练很苦,但是我很开心自己变得更强壮”。说起他来到中国嘉兴海华武馆学习船拳还有个故事,一年前他拜师学艺,当时韩海华并未直言要收下他。韩海华说:“想当年他拜我为师,我就在思考中华武术要不要教给美国人,毕竟是老祖宗传下来的,后来我想通了,我收美国人为徒,就相当于把我们中华武术博大精深展示到更远的地方,何乐而不为”。



播出时间:6月26日21:22 浙江电视台公共·新闻频道

C 走进校园 继续生根发芽

5年前,在南湖新区的支持下,东栅学校与南湖区武术协会合作,把江南船拳引进校园。从2010年把江南船拳结合进校本课程开始,该校在武术教学中结出了累累硕果,成为省体育武术特色学校,南湖区武术后备人才基地。在各类武术比赛中,该校也屡获佳绩,学校的“江南船拳”武术队在南湖区乃至嘉兴市已颇有名声,在第七届、第八届“浙江国际传统武术比赛”中连获儿童组团体赛的冠军。

“武魂”已融入东栅学校的日常教

学,在潜移默化中改变着学校的气质。此外,该校每年都会举行武术节,今年的武术节组织了“基于武术主题综合实践活动”展评活动,学生们积极参加武术综合实践活动,研究武术文化,加深对武术的了解,得到了武术文化的熏陶。看到这喜人的成果,韩海华说:“我们的武功已经走进幼儿园、小学、中学、大学。在浙江特有的地域,它是一个亮点,这样的武功能够在浙江生存,应该说在全国已经占有一席之地”。

D 成功申遗 船拳得以传承

江南船拳又称南湖船拳,现如今通过非遗保护中心、地方武术协会和体育等部门合作被列入浙江省非物质文化遗产项目名录。嘉兴市非物质文化遗产保护中心副主任王晓初说:“江南水乡,以前我们在船上生活的船民比较多,所以大家都会有一套防身术。现在我们更多的是让一些孩子们来参与到我们船拳的学习当中,真正在船上表现这个项目已经不太多了”。

江南船拳在江南水乡文化背景下独具嘉兴地域特点的,并吸收了江浙地区

南拳和北方查拳及心意六合拳的武术表现形式,适应于当地百姓在水路抵挡侵害。

中华武术博大精深,大抵每一种拳法都有一段传奇。如今,冷兵器时代早已过去,传承者们凭着一腔热爱将曾经的辉煌武学保存下来,鱼米之乡多水路,方寸之间武船拳,清丽柔美的江南因着独特的地理位置也有了刚柔并济的一面。

船拳,这块中华武术之瑰宝在这片江南水乡悄然传承着,生生不息。

船拳基本动作

