

厉害！海宁这学校竟藏着位顶尖高手 丹麦小伙不远万里来寻“武术根”

这几日,在浙江大学国际联合学院(海宁国际校区)有位武林高手风头正盛、身手不凡,仔细一打听,居然还是一位来自丹麦的帅哥。别看这帅哥年纪不大,学习武术的年头可不短。

喜欢李连杰从小痴迷中国功夫

帅哥中文名叫姚俨森,来自丹麦,他丹麦的名字是Janus Hjorth,目前在浙江大学国际联合学院(海宁国际校区)读研究生,专业是中国学。别看 he 外表文质彬彬,学的是人文社科类,可是功夫十分了得。今年25岁的姚俨森已经习武13年,2015年,他特地从丹麦到河南嵩山少林寺学习武功。

当人问他为何对中国功夫这么痴迷,姚俨森说,他小时候常常从电视上看到中国武术,成龙、李连杰、李小龙这些功夫影星的名字也是耳熟能详。每次看完功夫电影,姚俨森就觉得浑身上下充满激情。他说,喜欢中国功夫一方面是因为动作很酷,看上去特别厉害,还有一个原因是被电影里习武之人透露出来的睿智所折

服。虽然他那时候还小,却从心底被这种说不清道不明的中国文化深深吸引。

姚俨森8岁的时候,开始学习散打,学了一阵,感觉不得劲儿。12岁的时候,他家附近恰好开了一家功夫俱乐部,这可让这个喜欢中国功夫的丹麦娃找到了组织。加入了功夫俱乐部之后,姚俨森从武术入门基础学

起,扎马步、压腿等基本功稳扎稳打。2007年的一天,功夫俱乐部的主管教练带着一批学员到中国学习武术三周,当时,15岁的姚俨森羡慕得不得了,内心在呐喊:为什么不是我?

念念不忘,必有回响。当时的姚俨森不知道,日后,他非但有机会到中国学武术,而且与中国的缘分还远不止于此。

上嵩山少林寺习武 40℃高温下学功夫

姚俨森一直立志要学习正宗的中国功夫,所以高中开始,他就刻苦学习中文,至今为止,已经学了7年。

除了能说之外,阅读和简单打字对于姚俨森来说也都不成问题。有一阵,丹麦的功夫俱乐部请了几位中国的武术师傅教课,姚俨森顺理成章担任翻译一职,就近还跟着几位师傅学了几天拳法。通过这一次短暂的“亲密接触”,他更坚定了要来中国的

决心。

机缘巧合,2015年,他来到了河南嵩山少林寺,跟着少林寺的武僧学了多日功夫。

“学武术很苦。”姚俨森说,他去少林寺的时候正好是7月,几乎每天都40℃以上,炎热对于他来说是个挑战。你想想,大夏天不动都已经大汗淋漓了,何况还要练功!

然而,姚俨森表示,对于学武这件

事,他是认真的。每天早晨四五点,他就起床开始跟着武僧一起练功了。

在丹麦的时候,他训练的频率是每周2、3次,每次2个小时,而在寺庙里,他每天练武的时间至少都翻倍了。姚俨森有着明确的目标,他想要在中国学一套新的拳法、枪法和刀法。为了这个,他忍受着夏天的酷热,还经常遭遇山上可能停水的尴尬。

“哪怕是学到了后期,对基本功的练习也是丝毫不能懈怠。”13年来习武至今,姚俨森从来都不轻视基本功,越是学得越多,他越是觉得基础要打好。他说武术有很多变化,但万变不离其宗,不能丢了老本。



意志力更强的同时获得内心平静

姚俨森的朋友们都很羡慕他会中国功夫,他说因为自己常年习武,身边一直很健康,而且弹跳力也不赖。通过武术的牵线,他与中国的缘分更深了,因为对中国文化的喜爱,他努力考取了浙大(海宁国际校区),来到了美丽的潮城海宁,学习中国学。

这里不仅能学到关于中国全面的知识,而且能够帮助他理解、融入中国社会。虽然学习节奏快,但是他还是会住在自己住的地方抽空打上一套洪拳或者七星拳。

“我练武功不是为了显摆,而是为了让自己获得平静。”姚俨森说,他觉得自己虽然学习武功有一段时间了,但是还是有很大的进步空间。习武让他变得更有意志力,更懂得坚持的意义,也让他觉得内心更有安全感,常常感受到平静。

姚俨森现在写的学术论文就是关于中国文化的,11月,他还要再去一趟少林寺,再学习新的武术,再了解多一些的中国文化。

(通讯员 朱晓迪/文 陈杰/摄)

太极传人免费授课 温州市民踊跃参与

本报讯 日前,温州市太极拳公益培训班开班,培训班为期一个月,共有100多位市民参与。

在公益培训班开班这一个月里,陈式太极拳传人陈上党每天早上和夜晚进行陈式太极拳传统套路的传授和辅导。今年30多岁的周先生是瓯海人,家住三垟湿地,他此前有个朋友患有糖尿病,说练太极拳后身体明显改善了许多,这也让他也很心动。以前周先生总认为太极拳是老年人练的,这次网上留意到有免费培训的消息,仔细一看,又是温州著名的太极拳老师陈上党进行授课,他终于下定决心来学习太极拳。周先生说:“先体验下,练一个

月后,如果感觉对身体有好处,我可能还会继续跟着老师学。”

陈上党是苍南人,著名太极拳传承人、太极拳大师王西安的弟子。作为温州市唯一一位陈式太极拳温州市非物质文化遗产传承人,他先后建立了温州陈式太极拳养生会所、温州市陈式太极拳运动中心。

自2003年开始,陈上党在温州市收徒传艺至今,每年举行多期免费公益培训班,已让数万人学习陈式太极拳。本次公益班的举行,将对温州市传统文化的传承发展和全民健身运动的开展,起到积极作用,助力温州打造国家运动健康城市。

(通讯员 魏华)

金华推动学校武术教育德艺双修

本报讯 日前,金华市武术二级社会体育指导员培训班开班,来自全市各武馆教练员、中小学校老师60余人参加了本次培训。培训班邀请浙师大硕士研究生导师王楚泽副教授、浙师大武术总教练孟召峰分别授课武术理论和中小学二套武术操。

据悉,本次培训旨在向学员培训武术技理知识和规范的教学方法,使金华市武术教学工作得到进一步的提升。为武术进校园的全面开展奠定了扎实的基础,为国家全民健身计划培养了更多的服务型人才。金华市体育局副局长施爱德表示,要以此次培训为契机,积极推动武术进校园活动,并期望学员认真学习,掌握技术,为金华市的武术事业作出贡献。

(通讯员 柳根成)

