

这位西湖剑侠练武50载 收过上百位洋徒弟

会用英文会开玩笑还拿过国际大奖

本报记者 马超 文/摄

熙熙攘攘的西湖边,谈笑风生的游客络绎不绝,而对于老杭州,西湖边更多成为了锻炼身体和娱乐交友的地方。今年64岁的郑瑛是土生土长的杭州人,在湖滨二公园练了几十年的剑,人送外号“西湖剑侠”,并且在前不久被评为了浙江老年体育达人。

在武学上,这位女侠不仅喜欢独乐乐,更喜欢众乐乐,几十年间所教授的徒弟近千人,其中不乏来自世界各地。这不,就在这几天,一波专程从美国赶来的武术爱好者和郑瑛又在美丽的西子湖畔“西湖论剑”了。

A 教授武学用英文 洋学生每年都来拜师

近日,记者来到西湖边香格里拉大酒店,亲眼目睹了郑瑛的现场教学。这次来的是美国友人,因为从学武的朋友处得知,在杭州有一位女师傅专门教外国人武术,于是联系了杭州的旅行社特意抽时间安排了这次学武行程。

早上8点,郑瑛一身红色武术服出现在酒店大门,个子娇小,却气势十足,上来就是一个抱拳礼。因为在国外通常不能使用剑,所以郑瑛一般会教洋学生打太极拳。

“inhale(吸气)……exhale(呼

气)……注意重心在跨部。”因为教过太多洋学生,郑瑛在教授动作要领时能用简单的英文单词,这也让美国学生深感亲切。当看到学生动作不标准时,她会手把手的更正其动作。

郑瑛说,外国人风趣幽默,如果自己教武术时很死板就很难获得他们的认同,也会让他们觉得中国武术枯燥,为了迎合洋学生,郑瑛的教学风格十分诙谐,“打太极拳时就想象一下抱着一个西瓜。”、“做这个动作时就想象着你在开门,门要慢慢开,不然会吓到里面的人。”



B 获奖无数 西湖剑侠实至名归

郑瑛8岁开始学武,拜了城隍山一位王师傅为师,一学就是3年。从小学时期开始收同学为徒,到在无线电厂收同事为徒,再到后来退休收洋学生为徒,郑瑛喜欢与身边的人分享武学心得,希望更多的人一起加入练武大军。

练武至今,郑瑛获奖无数,从国家到省级,从省级到区级。在业余武术届名声大噪的她,还在前不久的首

届浙江省老年体育达人评选中被授予了“西湖剑侠”的称号,虽然在圈内这个外号被叫了许多年,但这一次算是真正有了封号。

除了这个奖,记忆最深的要数2012年去澳大利亚参加当年的澳大利亚国际名人堂终身成就奖的评选,最终,作为唯一一位中国人,郑瑛领取了代表澳洲武术最高荣誉的名人堂证书和戒指。

C 与武术结缘50载 想用自己的方式为杭州喝彩

如今的郑瑛除了教学,还会参加各地举办的武术比赛,充当评委,“只要哪里需要我,我都会去,练武术是一种生活态度,已经无法割舍了。”

G20之后,世界重新认识了杭州,越来越多的外国人来到这座东方魅力之都。郑瑛很自豪,她想用自己的方式让来到杭州的外国朋友不虚此行。郑瑛的先生也是一位武

术迷,两老有个梦想,那就是在杭州亚运会的时候可以让自已教过的学生,中国人也好,外国人也行,一起来到杭州用武术表演的方式为杭州庆祝,“我在教学的时候,都会和学生宣传杭州亚运会的情况,现在的杭州已经是国际化城市了,能够在杭州最美的西湖边展示杭州人的风采,我很自豪。”

这个西非小伙在杭州教橄榄球,还组了一支“将军”球队

在杭州的橄榄球圈子里,有这么一位洋教练,他的名字叫赛迪。出生于西非塞内加尔的赛迪,成长于法国南特,却说着一口标准的杭普话,还是个杭州女婿。

“我学的是运动管理,平时也喜欢体育运动,从小就很喜欢成龙、李小龙的功夫片,很想毕业以后去中国看看”。于是他和妻子定居杭州。



在杭州推广儿童橄榄球教育 赛迪是家长们眼中称职的“洋教练”

每个双休日,教练赛迪都在黄龙体育中心教孩子们打橄榄球。上午是小班,学员们的年龄在3-7岁之间,安排了很多游戏环节。下午是大班,上课的孩子们年龄在7-12岁,可以接受一些基本的橄榄球对抗训练。

戴上头盔,穿上护具,孩子们俨然是一个专业的橄榄球运动员。在讲解动作的时候,赛迪会英文和中文并用,他说:“我希望他们在这里,既可以学橄

球、了解美国橄榄球文化,同时还能学英语。”

但这群10岁左右的小男孩个个都不是“省油的灯”,常常听着听着就开了小差,或者动作做不到位。赛迪和两位助教就在旁边一遍遍地示范、讲解。球场上的赛迪大部分时候都是严肃的,但只要做到了教练讲的重点动作,赛迪就立刻换上笑脸,大声地称赞孩子们:“Good job!(做得好)”

除了教小朋友 他还有自己的橄榄球队叫“将军队”

2015年,赛迪和几个朋友共同成立了一支成人橄榄球队——“将军队”。这个名字也和杭州一名著名的将军有关,“是岳飞吗?”“对,没错!”

“我读了岳飞的故事,非常佩服。我觉得他很勇敢,还是一个特别忠诚的人,既然是杭州的球队,我就想取一个能够代表杭州的名字,所以就把球队的名字取为‘将军’了。这也体现了尊重和融入的精神。”赛迪

说。

将军队里有来自十多个国家的三十几个队员,目前保持着每个月与外省市打一场比赛的频率。这么多国家的人聚在一起,平时训练场上会冒出来各种各样的语言,显得非常热闹。每周日下午,球队会在浙大玉泉校区训练三四个小时,有时候队员的家人也会来观看训练和比赛,孩子们跟着来接受橄榄球的“熏陶”。训练

“不少人都以为橄榄球是成人的运动,因为要冲撞,看起来很容易受伤,其实冲撞有冲撞的规矩,而且也有护具,所以小孩完全可以学打橄榄球;还有些人,一提起美国的运动,就会想到篮球、NBA,其实橄榄球才是美国排名第一的运动,第二名是棒球,篮球才排到第三。”赛迪说。除了在黄龙定点给学员上课之外,赛迪在周一到周五还要去各个不同的学校上课。

结束后,大家经常相约聚餐,或去酒吧坐坐。原本在杭州人生地不熟的老外,也因为这支球队有了很多好朋友。

其实,也是因为“将军队”,赛迪才走上了橄榄球教学的道路。越来越多的人找到赛迪,希望他教自己孩子打橄榄球。“开始有些(忐忑),怕教不好,后来,越来越多朋友让我来教,我就开始认真琢磨这个事。”

(通讯员 曹志勇)