

# 写小说写剧本 打太极教徒弟 这位八旬老人文武双全 有生之年更希望为家乡做点事

踏入董文全的书房,你会由衷地感叹书房的藏书量与老人的朴素。这位80岁书卷气息浓厚的老人,实则文武双全——文能提笔讲绍兴,武能教人打太极。

## A 文能提笔讲绍兴

近日,老人正在学习用电脑打字,为了创作他的小说《燕窠湾》。董文全说:“这是一部描写抗战时期绍兴妇女营故事的作品。有时候我发现,本地人对自己的家乡历史沿革知之不多,我希望把家乡的故事写出来,让更多绍兴人了解真正的绍兴。”

董文全的老家在王坛镇丹家村,

这辈子和文学结下了不解之缘,这要归功于小时候身边的放牛老者讲绍兴故事对他的启蒙。上学后,他总是如饥似渴地沉浸在一部部文学作品中。上世纪60年代,董文全入伍在南京,他写下了自己的小说处女作——《赵军医》。

此后他在《东海》、《野草》等杂志上发表了作品。其中,有一部长

## B 武能教人打太极

“别看我现在年纪大了,其实让我对付一两个年轻人,也是可以的。”董文全说笑着打起了太极拳来。

原来,在部队写《碧岩溪畔》时,由于用脑过度,董文全患上了失眠症。十多天不合眼,两个眼圈黑黑的,部队送他到南京八一军医院住院就诊,但一周治疗仍不见任何效果。这时,照顾董文全的护士长提议,“不如跟我学太极吧,能缓解你的紧张情绪,说不定能促进睡眠。”

就这样,董文全跟着护士长在医院的草坪上,学起太极拳来。董文全有一定的武术基础,短短一个小时,他就学会了24式太极拳,等护士长走后,董文全一个人一遍又一遍地练习,直至中午。吃完午餐,董文全倒头就睡,没想到这一睡整整睡了近50个小时。一觉醒来,董文全熬夜写小说的不良症状已全部消失。从此,他就迷上了太极拳。

退伍之后,董文全回到绍兴,拜绍兴本地的太极高手沈友梅为师,每



篇小说《碧岩溪畔》,耗费了董文全最多的心力。“我从1960年开始构思写这部小说,十余年的时间里,一直都在不断打磨这部作品。”董文全说。

天早上练习太极拳,这一习惯一直保留至今。他不光自己打太极强身健体,还乐于教授他人。

上世纪90年代起,他在老年大学教学十年,在教育系统教学十年,徒弟徒孙遍布绍兴,全国、省、市比赛,夺魁的徒弟大有人在,他本人曾获得国家、省级比赛金牌十块。他在教学中,最注重的是养身保健,强调放松使气血畅通,跟他学太极拳的人,大多患有慢性疾病,通过打太极拳,身体个个都有好转。

## C 人老心不老,热心永不倒

1979年,董文全被调入政府机关,由于平时事务繁忙,写小说的心也慢慢沉寂下来。退休后又在教育系老年体协,直到2016年,他再次拿起笔时,无数腹稿涌现。如今,董文全每天清晨五六点,花两个小时写小说,上午到塔山打太极,中午午休两小时,下午与朋友相聚,晚上9点前睡觉,雷打不动。

董文全说:“绍兴的故事我一辈子都讲不完,我想在有生之年,每天写一点绍兴的文化,绍兴的历史,让绍兴人更懂绍兴,至于好坏是否,就让后人去评点。然而,要想保有活力去写作,就必须天天练太极拳。寿命的长短,自己无权做主,活得轻松愉快,自己是可以做主的,生命在于运动。”

(通讯员 黄唯诚)

# 当太极遇上瑜伽 印度总理也转发 洞头千人瑜伽大会上演中印“慢文化”交融

**本报讯** 在如雨般密集下落的恢宏鼓点中,极具温州地域特色的南拳表演拉开了盛会序幕。在国际瑜伽日(6月21日)前夕,上千名瑜伽和武术爱好者齐聚海岛洞头,与大海和蓝天开展了一场声势浩大的约会。“2017中国·温州(洞头)千人国际瑜伽盛会暨功夫瑜伽活动”在洞头区望海楼景区开幕。

表演场上,太极遇上瑜伽。前者

起源于中国,后者起源于印度,招式迥异,却理念相通,重视“调身”、“调息”和“调心”相结合,都是讲究人与自然和谐统一的健体之道,两者也不约而同地在世界走红,成为人们在紧张的物质文明生活中的精神慰藉。太极和瑜伽同台,竟无比和谐,场下千名观众在一派宁静与祥和,感悟着这两者内在与外在的统一,体味着这两种东方“慢文化”互通的精髓。

在浪潮声与唱诵声的伴奏中,主题到来,上千人同步呼吸,伸展身体,在印度瑜伽大师带领下做起瑜伽,共享瑜伽身心合一,天地融合的魅力,古老的中印传统特色文化与百岛洞头的生态美景有机融合,交相辉映。

当天下午4时15分,有网友发现,印度总理莫迪在推特转发了本次活动现场图片,并称场面精彩。

(通讯员 程潇潇)

# 武狮、拳术、二人转 诚意满满的节目 让武术更亲民

**本报讯** 6月17日,温岭市松门镇幸福村的翠屏文化广场热闹非凡,这里正在举行“传统武术进文化礼堂”活动,现场精彩的表演让当地数千名群众大饱眼福。

演出在武馆弟子表演的舞狮中拉开帷幕。据介绍,现在我国流行的舞狮,有文狮、武狮之分。当晚表演的是“武狮”,其重技巧和武功的运用,如腾、闪、跃、扑、登高等高难度动作,表现的是狮子的威武性格。节目一亮相,即赢得了全场的热烈掌声,类似于此的表演,在松门镇的大型演出中从未有过。

在松门镇,民间习武之风盛行,明代有季金、葛浩、李超等抗倭名将,建有民间武术团体“大拳会”,从明、清至民国不衰。上世纪九十年代,该镇成立“武术协会松门分会”,为全市培养输送了大批武术人才,目前该镇涌现多达30多个武术团队。

在当日的演出中,武馆弟子还表演了南拳、传统刀、集体盾牌刀、集体少林拳、少年规定长拳、硬气功等表演,令人目不暇接。为增强武术表演的文艺性,演出还穿插了二人转、流行乐、舞蹈等节目,赢得了观众们的阵阵掌声。

(通讯员 江文辉)



## 群贤毕至 以武会友

近日,中华传统武术交流大赛在“全国武术之乡”平阳县落幕,来自全国各地的64支代表队860多名武术高手在两天时间进行1232项单练、36项集体武术和175项个人全能、共计1479个项目的角逐。

经过激烈比拼,龙港太极拳协会、瓯海仙岩街道太极拳协会和平阳县代表队分获团体前三名。

(平体)