

# 杭州高手在民间 八旬老汉放倒三五个小伙不在话下

特约记者 杨静

几个月前,一部名为《摔跤吧,爸爸》的电影风靡世界。这部根据印度知名摔跤手马哈维亚·辛格·珀尔真实故事改编的影片,并没有运用过多华丽的特效,却以最淳朴的叙事方式,让观众重新见识了摔跤这项古老运动的无限魅力。

都说大隐隐于市,在武林劲风炽烈的杭城里,有这么一位酷似马哈维亚的摔跤“达人”。不过有趣的是,这位摔跤“达人”并非是像马哈维亚那样肌肉发达、孔武有力的中年大叔,而是一位白发苍苍、和蔼可亲的老爷爷。他,就是中国式摔跤的传承者,刘海龙。

## 现在没多少人会中国式摔跤了 当年西湖草坪上每天有人练功

20岁学摔跤,70岁在杭州武术圈小有名气。如果光看年龄,上周刚过完八十大寿的刘海龙绝对算得上是“老有所成”的那一类人。照他现在的的身子骨,放倒三五个年轻小伙依然不在话下。

“想学好摔跤,首先要先学会被摔,不然摔个两下就晕了,那还学个啥呀?”聊起年轻时学摔跤的经历,师承著名拳师李亚鹏先生的他依然记忆犹新:“那时候我们师兄弟几个每天都要在涌金公园的大草坪上练功,一天被摔个几十次都是很正常的。”在六十年前的那个年代,

大家练武的方式都很简单,不像现在这样有各种各样的健身器械。公园里的石凳子、湖边亭子里的石柱子,就是他们这群师兄弟每天练功的器材。

后来练得时间久了,这一块练中国式摔跤的名气自然也大了。有时和老师练着练着,隔三差五就会有附近的武友过来“打擂”切磋。因为有力气、动作灵活,当时的刘海龙总是师傅派上场最多的那一个。师傅也从来没有失望过,在大多数情况下,无论高矮胖瘦,“打擂”者基本上几个回合就会被1米71的刘海龙撂倒。

“这主要和我当时的工作有关,我是个钳工,每天装机器、磨锉刀,久而久之,力量当然比一般人要好。”

上世纪七十年代,涌金公园的草坪改造翻新,统一换上了崭新的石板路,不少师兄弟们都转型做了别的行当。十年前的一次偶然机会,为人谦逊、低调的刘海龙在以武会友的聚会中,小秀了一手中国式摔跤,结果把这项古老热血的运动重新带回了现代武术同行的视线。



## 中国式摔跤是项靠脚的运动

相比太极这样对场地要求不高的传统武术项目,中国式摔跤就显得苛刻得多。不仅要有特定的摔跤场,而且还必须穿戴特定的摔跤服,这和我们现在摔跤运动员所穿的大相径庭:每位练习者必须穿戴一种叫作“褡裢”的摔跤服,这种短袖款式的摔跤服较为厚重牢固,正反面共有十六个把位。这样既方便双方互相揪拿,又可以避免碰伤皮肤,展示动作时也

## 必修课曾经要踢石墩子

比较漂亮干脆。

“中国式摔跤是一项靠脚取胜的运动,切磋大部分情况都是在互抵脚力,谁站不住了,那就是输了。像我们当时每天的必修课就是踢石墩子。”刘海龙回忆道。据他介绍,多练习摔跤不仅能加速下半身的血液循环,还能活血生津促进骨骼生长。因此,二十岁左右的年轻人最适合学摔跤。

虽说这些年来找老爷子学功夫的人很多,但由于中国式摔跤特定的训练方式,不是每个人都能吃得苦,故而能真正把这项运动学会的,也寥寥无几。刘海龙倒没有因此气馁,现在只要有时间,他晚上也会去大学里给一些学生上武术公益课。上课内容不光只有摔跤,还有意拳、太极推手等一系列武术知识。“毕竟传承的方式也需要与时俱进嘛。”

几年前,刘海龙把皮市巷的房子留给了99岁的老母亲,自己和家人在空气清新的闲林买了套房。每天上午出去溜溜弯,下午在小区里练练意拳站站桩,一日三餐,粗茶淡饭,怡然自得。时而也会叫上曾经的师兄弟,聊聊过去,以武会友。

“像我这个年龄,我还能动,能走,能切磋,能把中国传统武术传授给更多年轻人。”刘海龙骄傲地表示。

## “春骑中国”2018杭州站出发仪式昨启动 回家过年,你也可以像他们一样拉风

本报讯 连日大雪,给杭城换上银白色的新装,也提醒着身处异乡游子春节近了,回家的脚步也近了。每年春节都上演着人类规模最大的迁徙,今年如何回家?你如果有时间和精力,不妨换一种新奇的方式——骑车返乡。

日前,由春骑中国组委会主办的“春骑中国”2018杭州站出发仪式在西湖边宝石山上的纯真年代书吧举行。一队队员身着鲜艳红色骑行服的“春风骑士”,戴着拉风的头盔,喊着响亮的口号,沿着北山街一路骑到龙井。这群二十多岁的年轻人,以这种独特的骑行方式,拉开了春节骑车返乡的大幕。

“回家的车轮,时代的骑迹。”据活动发起人诸葛齐介绍,“春骑

中国”活动,是号召青年以骑车的方式春节返乡,在旅行中欣赏各地美景的一种独特的现代运动方式,它颠覆了很多人对于传统春运形式的认识。

“很早就有人骑自行车回家过春节了,这不足为奇,但我们现在通过互联网的力量,发动大家一起骑行回家,我们春骑平台汇集了很多想春骑回家的人,这样彼此容易找到同行的人,就好比滴滴顺风车,有人同行,就大大降低了风险,而且路上有了更多的快乐!”诸葛齐说。

第一届春骑活动是在2016年春节前夕发起的,当时只有北京、上海、深圳三个出发站,全国仅有108人参与。到今年的第三届已经发生了翻天覆地的变化,不仅有

杭州、西安、成都等二十多个城市出发站,总参与人数也达到了15000人,基本上都是二十多岁的年轻人。

在启动仪式的现场,还有十几位“春风骑士”代表,最远的是准备从杭州春骑到安顺老家。001号春风骑士是来自河南的23岁小伙张少洋,目前在温州某建筑公司工作。几个月前在网上看到这个消息,张少洋最早报名,也是最早通过各项测试的。为了参加出发仪式,他特意从温州赶来。“每年最头痛的就是买春运车票了,虽说从杭州骑到河南有一千多公里的路程,但年轻人就是要勇于挑战自己!”第一次准备春骑回家的张少洋骄傲地说。

(通讯员 蒋升)

## 面孔

### @建德

本报讯 日前,浙江省航空模型、无人驾驶航空器运动后备人才基地授牌仪式在建德举行。授牌仪式上,浙江省模型无线电运动协会副秘书长葛萌与建德市工业技术学校校长周学平进行了签约,并授牌。(通讯员 陈启浩)

### @上城

本报讯 2月1日—11日,公益健身体验班活动将在钱江路426号杭州市妇女活动中心。目前报名工作已经开始,限16至65周岁女性,每人限报1项,所报项目不能与前两个月重复。(上体)

### @江干

本报讯 日前,2018杭州市第六届大众健身赛在杭州市青少年发展中心健身馆举行。比赛共设8个大项,突出群众性、亲子性和专业性等特点,共吸引150余人参加。(通讯员 为力)