

# 他,坚持练武60余载,老来身强体壮;他,免费教学来者不拒,是台州武学门面人物 台州武术“泰斗”几十年的教拳路倾囊相授



常青树

台州,武术文化浓郁,黄岩更是浙江省第一个中国武术之乡。纵观台州武术的发展史,与民间武术师傅一代一代的倾囊相授密不可分,从台州市武术协会副主席退下来的符鹤龄,因几十年来义务教拳授艺,在台州武术圈内被尊为泰斗。

## 武侠梦让他走上习武之路

见到符鹤龄的时候,他正从九峰公园练完功夫回来,每天练功2小时是他雷打不动的必修课,一套太极拳或是太极剑打完,让他觉得整个人都舒服了许多。

已是77岁高龄,符鹤龄看起来满面红光,走路健步如飞。他认为,这要归功于60多年来每天坚持不懈地练武。

说起自己的习武之路,老人说,不少青少年都有武侠梦。“那个年代没有电视,有书看就不错了,我小时候最喜欢看《三国演义》《水浒传》之类的书,梁山好汉一个个武功高强,看得我热血沸腾,就想要学武。”符鹤龄说,刚开始没有师父教授,练武主要靠自己琢磨,并没有什么套路。

后来,符鹤龄偶然间得知,贺鸣声是杨氏太极拳宗师牛春明的徒弟,一手太极拳功夫非常了得,便前往拜师学艺,从此走上了正轨的习武之路。那年他才16岁。

有了师父领进门,符鹤龄的武术之路越走越宽,贺鸣声也将自己的毕生所学都传授给了他。后来,符鹤龄根据所学,综合了形意拳、八卦掌等各种武学,形成了自己独特的武术风格。

## 几十年如一日 练武贵在坚持

符鹤龄取得如今的武学成就靠的是什?答案是:坚持。

20岁出头时,他找了一份厨师工作,每天要给几百个人烧饭。忙完之后,他还要坚持练功2个小时。

“那时候年轻,根本不知道什么是累,200多斤的东西,扛上就走也没什么问题。”符鹤龄说,年轻时由于因为练武,身体比一般人壮。

也正是这时,他迎来了武术道路的转折点。因为工作调动,他前往剧团上班,成了剧团里的厨子。

因为表演翻跟斗等武戏的需要,剧团请了温州的武术老师孙钢军做指导,符鹤龄就这样跟着孙钢军学起了七星螳螂拳、擒拿等具有实战特点的武术。

“我就跟着剧团里的武生一起练武,练得比他们还要认真勤快。剧团的团长还经常跟演员开玩笑说,你看符鹤龄作为一个厨师都那么用功,你们还不加把劲。”符鹤龄笑着说,在剧团里的那段时间,是他练拳的最好时光,也是他最难忘的时光。

“我们练武不是为了和别人打架的,能不动手一般都不会动手。”符鹤龄说,平时除了和武术界的朋友切磋,自己通常都不会轻易使用武术。

## 退休后以推广武术为己任

因为要照顾妻子和孩子,符鹤龄离开剧团,回到黄岩工作,作为一名特级厨师一直干到退休为止,除了武术,他最拿手的就数做菜了。

考虑到自己的两次学艺,都是由师父免费教授的,从很早开始,符鹤龄就在机关单位、公安部门等社会各界义务办班,教授武术。只要愿意学的,他基本来者不拒。

“我一直在上班,也不用以教拳混饭吃,所以我教拳都是倾囊相授的,只不过根据学拳的人不同,教的也有所不同,年轻人适合发力比较大,更贴近实战的形意拳、擒拿等拳法,老年人则适合太极拳、五禽戏、八段锦之类的健身武术和功法。”符鹤龄说。

如今,符鹤龄练功更偏重于强身健体。从台州市武术协会副主席退下来之后,符鹤龄因为对台州乃至浙江武术的贡献,经常被各地的武术比赛邀请作为裁判或者组委会成员等职务,他个人也被列入台州市非物质文化遗产保护工作专家库名单,成为台州武术界名副其实的泰斗。

(通讯员 王超)



享健康

## 不办寿宴办球赛

## 宁海古稀老人庆生方式获“点赞”

“8号三门得分!好球!”日前,宁波市宁海大佳何镇大佳何村的门球场里热闹非凡,来自宁海各地的22支队伍共160多人集聚在此参加比赛。尤为特别的是,此次比赛的“赞助商”是一位70岁老人。

他就是何金奎。

今年12月9日是何金奎的70岁生日,儿女们计划着给父亲办一场风风光光的寿宴,没想到这个提议遭到老人的反对,“大摆酒宴,几万元少不了,吃吃喝喝没啥意思,还不如用这个钱请大家来打球。”便有了这场特殊的球赛。

比赛中,何金奎精神抖擞,上场半小时,全程挥杆动作准确到位,步伐轻快、腰板挺立、行动敏捷,丝毫没有疲惫感,完全看不出已是古稀老人。

何金奎从小喜欢体育运动,无论是工作还是退休后,对运动的热情始终不减。退休前,他接触了门球,经过几年勤学苦练,技术突飞猛进,2001年正式成为大佳何镇门球队的一员,参加各级比赛。之后,何金奎不但自己锻炼,还不断推广这项运动,义务为许多新入门的球员当教练。在他的组织和发动下,这支门球队目前已有15名骨干球员,大的74岁,小的55岁。

举行比赛,就该有个好场地。何金奎还另外拿出上万元,花了半个月时间,将村中的门球场进行整改提升,方便村中老人开展体育活动。

“对老年人来说,门球运动既能强身健体带来快乐,又能丰富晚年生活。”何金奎表示,少办一次寿宴,省出钱让大家一起打球健身,比啥都强。

(通讯员 陈醉)

## 短消息

### @杭州拱墅

本报讯 日前,杭州市拱墅区老年体协将深受老年人喜爱且极具观赏性的健身文艺节目带到了拱墅区老人公寓,区文化和广电旅游体育局还向老人公寓赠送价值2万元的健身器材,鼓励老年人开展力所能及的体育锻炼。

(通讯员 姚靖雯 章旭明)

### @丽水松阳

本报讯 日前,松阳县举行了第四届农村门球交流活动,吸引来自全县7支队伍、63名老年运动员参加。最终,望松街道吴弄队获得第一名。

(通讯员 李德贵)



## 棋下较量 乐享晚年

近日,随着天气越来越冷,在建德市新安江街道罗桐社区望江小区老年活动室里,前来下棋的老年人逐渐增多。老人们相聚在一起轮流下棋、其乐融融,享受幸福的晚年生活。

通讯员 宁文武 文/摄