

# “箭痴”郭晓峰:希望更多人爱上传统弓箭



“咻”“咻”“咻”……10秒,8箭。信马由缰,风驰电掣。这不是电影里的镜头,也不是传说古战场上的画面,这是弓箭手郭晓峰的一场“实战”。一匹马、几羽箭翎,自1997年拥有人生第一把弓箭起,弯弓射箭就成了他20多年日常生活中不可分割的一部分。如今,来自台州的郭晓峰更立志要用余生传承中国传统弓箭技艺,弘扬传统弓箭文化。

## 儿时情结 日复一日刻苦训练

很多男孩子打小就有个英雄梦,玩弹弓、练刀剑……郭晓峰也是如此。儿时的他常削木为箭,屈竹为弓,自娱自乐。等到了青年时期,他又被美国电影《第一滴血》中主人公使用弓箭的场景所震撼,从此“弓箭梦”在心中生根发芽。

后来,郭晓峰便买了把复合弓。“弓箭在我心中具有极其重要的意义。从入迷到入门,再到专业,我没有其他爱好,一心扑在了弓箭上。”郭晓峰说,兴趣是最好的老师,正是对弓箭的浓厚兴趣使他日复一日地刻苦训练。

“我钻研了不少兵书,通过互联网加入了大大小小的射箭圈,还去北方拜访以射箭打猎谋生的老猎人,学习他们的技艺。”郭晓峰回忆到,为了让自己射得更快、更准,多年前还特意买了100支标价80

元的箭用于练习。“当时,我在30米开外的钢板靶子上钻了个苹果般大小的洞,练习将箭穿过该洞。一旦打偏,射到钢板上,那这支箭就废了,我就损失80元。”

就这样勤学苦练到2012年,郭晓峰射箭具备了很强的实力。随后,他和队友们一起前往韩国,代表中国队参加世界传统弓箭大赛。“这是我第一次参加如此正式、大规模的射箭比赛。在那场大赛上,我们拿到了团体第三名。”

时光荏苒,郭晓峰对弓箭的兴趣仍不减丝毫,日常生活被训练安排得满满当当。“我练三天休息一天,每天训练八九个小时。先晨跑5公里,接着练习武器投射500次,再开车前往位于温岭市箬横的马场,练习骑射,骑马跑10公里以上,射出500支至1000支箭。”

## 传承文化 年复一年致力教学

“怎样才能让国人重新认识弓箭、爱上弓箭,继而传承传统弓文化?”郭晓峰陷入了深思,“传统弓箭文化在中国历史上占据了很长一段时期,更是古时男儿成长中必修的功课。但到了今天,射箭等民族体育活动早已不如当初那样受欢迎。”郭晓峰说。

为此,郭晓峰开始投入更多精力去推广传统弓箭,并在研习史料的基础上,结合自己20多年来的自学经验,自创了一套弓箭教学体系。2014年,他创立了“烈羽弓会”,开始免费传艺。

“对于爱好这项运动的人,我都倾囊相授。到目前,已教授了上百名台州学子、近千名从全国各地赶来的爱好

者。”郭晓峰说,“我希望能够吸引更多人拾起传统弓箭,喜欢它、欣赏它的魅力。”

“射箭之初,需形端,志正,凝神,静气,心如止水。”随着体验、接触的加深,郭晓峰表示,传统弓箭对于他而言已不仅是一项健身减压的运动,“近年来,我逐渐理解了‘器术艺道’这四个字,弓箭首先是件武器,其次是项武术,继而成为了一门武艺,再发展成为武道。中国传统弓箭背后蕴含着许多优秀传统文化的内容,对世人修身养性也有着很大的帮助。”郭晓峰说,往后他还将持续投入时间、精力在射箭、传承传统弓箭文化上。

(通讯员 陈轶男 谢雅婷)

## 秀出你的风采

# “黄龙晚高峰”街舞大赛举行

本报记者 杨凯纯

本报讯 12月24日,中国体育彩票2021年首届路跑大会暨“黄龙晚高峰”街舞大赛在黄龙体育中心举行,数十名街舞爱好者通过线上方式报名参与比赛,在体育馆上演街舞对决,以青春、动感、酷炫的舞姿点燃了冬日的杭城。

比赛分为霹雳舞 Breaking组、Hiphop组及AllStyle自由风格组,选手们别出心裁将杭州元素融入街舞中,用节奏带动全场,动

感的舞姿直接惊呆了现场观众。“在现场观看,视觉冲击感更强,这次才感受到,街舞原来是这么有魅力的舞种!”

据了解,本次街舞大赛的举办,推动了街舞在不同年龄层次的普及,丰富了群众性体育文化生活,促进了群众的体魄强健和健康素质提高,体现了“黄龙晚高峰”的理念——“运动至上,时尚为先”,结合了年轻化的群体,传递了杭城正能量和杭州亚运文化。

## 迎新年 健康跑

# 宁波、温州两地健康跑等你来报名

本报讯 日前,作为宁波市代表性的全民健身活动,也是2022宁波全民健身周的首发活动——“时代聚力,甬不止步”2022宁波市迎新年群众健身跑(线上),正式开始报名,报名时间为2021年12月23日至2022年1月15日。

据了解,作为宁波市全民健身的“品牌活动”,元旦迎新跑自1984年至今已成功举办38届,每年吸引近万人参加。2022宁波市迎新年群众健身跑以“时代聚力甬不止步”为主题,传递宁波城市活力,推动全民健身事业发展。

与此同时,作为温州迎接新年的一项传统体育活动,温州市

元旦健身跑至今已成功举办38届。此次线上赛不限地域,不限地点(公园、绿道、跑步机等均可)。参赛选手将拥有电子号码布+电子完赛证书。

本次温州元旦健身跑报名时间为2021年12月25日10:00-31日17:00,活动分为3公里跑、5公里跑、10公里跑。有意向参赛人员可通过微信小程序“奔跑力量”进行报名。

据了解,为满足广大参赛选手需求,组委会特为本次活动设计纪念奖牌。奖牌定制限2000份,先到先得。

(通讯员 林海 温琨)



12月23日,建德市木兰拳协会组织了罗桐、府东社区和新安江电厂三支代表队,参加杭州市木兰拳协会与民生银行举办的木兰响扇《没有共产党就没有新中国》视频比赛。

通讯员 陈启浩



黄龙体育中心  
HUANGLONG SPORTS CENTRE



浙江省体育彩票管理中心



浙江体育职业技术学院



ZACC  
浙江省体育竞赛中心  
ZHEJIANG ATHLETIC CONTEST CENTER