

“狮城青年说”第四十七期

策划:李 颖 曹 杰 撰文:尹 超 视频:谷俊玮 徐文霞

武脉相承 青春担当

主持人说

让武术“活”在当下

■ 瞳 言

在沧州，武术不是遥不可及的传说，而是刻进生活肌理的日常——街头巷尾的晨练身影、武馆里此起彼伏的喊喝，都在诉说着这座城市与武术的血脉相连。

这座以“武术之乡”闻名的城市，孕育了八极拳、劈挂拳、太祖拳等数十个武术流派，更涌现出无数将毕生心血倾注于传承的武者。在新时代的浪潮中，沧州武术的传承不再局限于师徒间

的一招一式，年轻人正用新办法、新点子，为传统武术注入新的活力。

这些年轻人深知，传承不仅是技艺的延续，更是对文化的守护。他们打破传统传承的边界，将武术融入短视频、影视创作、文创设计中，让沧州武术在数字化时代焕发新生。

青年传承者的创新，让沧州武术“活”了起来。在传统武馆里，年轻教练们将科学训练方法与传统拳术相结合，

优化教学方式，让武术更易被孩子们接受；在网络平台上，武术爱好者们通过直播、短视频展示沧州武术的魅力，使沧州武术被更多人熟知；在校园社团中，青年学子自发组织武术活动，在武术精神里融入满满青春活力。如此种种，让沧州武术成为与时代同频共振的“活态文化”。

青年传承者的担当，彰显着文化自信的力量。面对全球化浪潮下多元文化的

冲击，他们以坚定的信念扛起传承大旗。

有的人深入研究武术典籍，挖掘沧州武术背后的历史典故与精神内涵；有的人积极参与“非遗”保护项目，推动武术文化走向世界舞台……他们以武者的坚韧和担当，在快节奏的社会中坚守初心，让“尚武崇德”的精神代代相传。

在青年传承者的不懈努力下，沧州武术这张闪亮的文化名片，必将走向更广阔的天地。

新闻主角说

愿老武师的故事被更多人看见

岳天逊（37岁）
《搜武》访谈栏目创办人

前几天又寻访了两位老武师，“沧州武术寻访录”又有了新看点，两年多的时间，我的“搜武”账号已发布183个作品。创办《搜武》，也源于我与武术的深厚渊源。

我的父亲岳振中是沧州武术太祖拳的代表性传承人，小时候，我总在晨光熹微中被父亲练武的吆喝声唤醒，看着他的拳脚在薄雾里划出利落的弧线。也因为父亲的关系，我从小认识了不少武术名家。

我大学学的计算机专业，毕业后先后在瑞太极、群英武术等机构工作，进行传统武术的宣传推广以及武术资料的搜集、整理工作。

有一天，我突然发现，那些记忆里的沧州武术名家，头发已染上白霜。父亲年纪不小了，他的师父们年纪也越来越大，而我对他们故事知之甚少，对他们的技艺传承也未及深入。那一刻，我突然意识到：“如果再没有人记录，那些珍贵的武术记忆，或许会随着老武师们的离去永远消逝。”

沧州武术这张名片，是老一辈用毕生心血擦亮的。他们种下的“武术大树”荫蔽了我们，而我作为乘凉人，用镜头记录他们的故事，何尝不是另一种形式的传承？

2022年10月，我开始了走访沧州武术名师的征程。这个决定，像是给生命按下了另一个开关。想起当初，我忐忑地敲响刘赫才老师家的门——这位八卦掌传人已年过八旬，仍精神矍铄，见到我时像见到久违的老友，他边说边比划着八卦掌的步法，眼睛里泛起光。那一刻我明白，这些老武师也期待着一个能让他们的故事“活”下去的机会。

从刘赫才老师开始，我陆续拜访了通臂劈挂拳代表性传承人郭贵增、“沧州十大武术名



师”齐保卫、麒麟拳传承人刘连俊等20余位前辈。每一次访谈，都是一场跨越时空的对话。郭贵增老师聊起年轻时的情景，寒冬腊月赤膊练习，汗水打湿后背，犹不停歇；齐保卫老师练习太极拳时，柔中带刚，风采不减当年……我用镜头记录下他们的一招一式、一言一语，那些藏在皱纹里的故事，有了被更多人看见的机会。回到工作室，我和剪辑师把素材拆解、重组，将老武师们的故事分门别类，配上老照片、老物件，让沧州武术的精气神与文化底蕴从屏幕里“跳”出来。就这样，130多段关于沧州的武林旧事、拳种特点、风俗文化等内容，通过抖音《搜武》账号进入大众视野。目前账号已收获2.5万多名粉丝，评论区里，有人说“原来沧州武术这么有门道”，有人留言“看得热血沸腾，想拜师学艺”，这些反馈让我知道，自己做的事，真的有意义。

如今，我的走访仍在继续。摄像机的存储卡满了又换，老武师们的故事讲了一个又一个。我愿做那个执笔人，以镜头为墨，在数字时代续写沧州武术的百年长卷。我相信，只要故事还在流传，武术的魂，就永远不会熄灭。



岳天逊（左）走访武术前辈。



▲刘亚超在进行武术表演。



▲丁明琦在百狮园参加武术惠民展演。



▲岳天逊的习武日常。

狮城青年说

沧州日报
共青团沧州市委
联合主办

你问我

◎丁明琦——

记者：参加过多次武术比赛，哪次印象最深？

丁明琦：印象最深的是去年代表沧州职业技术学院参加第四届全国大学生武术长短板锦标赛，获得二银二铜的好成绩，填补了沧职成绩空白。一名队员成功晋级亚洲大学生武术长短板锦标赛获得季军。我特别开心，参赛学生们的毅力与武术精神是相融的，吃了那么多苦，他们最终坚持了下来，并站到了领奖台上，让更多的人看到沧州武术的力量，那一刻，我觉得我的工作特别有意义。

◎岳天逊——

记者：寻访了这么多武术前辈，您感触最深的是什么？

岳天逊：一位老武者曾跟我说，现在我们的武术，有能练的、能说的，但缺少

能记录的传播者。不少孩子把选择习武当成一项体育运动，用来强身健体，锻炼意志，这对孩子本身来说，是好事。但对武术文化的传承来说，还不够。武术精神里，包含着哲学思想，可以让我们在快节奏的生活中“取静”。希望更多人能真正走进武术的世界去了解，去传承。

◎刘亚超——

记者：您觉得现在习武方式跟以前相比有什么不同？

刘亚超：有位老人说，他们那时候习武不易，有时候得偷着学。而现在，要大力推广武术，用各种方法吸引更多的喜欢武术。现在学武方法、途径很丰富，有武馆、非遗传习所、武术进校园活动，公园、广场上有义务教授的热心武者，社交平台上也有武术爱好者分享教程。希望对武术有兴趣的年轻人，可以选择适合自己的方式，坚持学下去。

从训练场到三尺讲台的坚守

丁明琦（29岁）

沧州职业技术学院教师、沧州运河武馆教练

我出生在武术世家。小时候，看父亲教拳，拳风带起的尘土里，藏着我最初的武术梦。如今，我这个当年追着父亲衣角跑的孩子，也成为了武术教练。

我6岁开始跟着父亲习武，压腿时骨头发出的“咔咔”声，至今还在记忆里回响。初学时由于身体柔韧度欠缺，练习基本功时我遭了不少罪。记得我第一次下腰，疼得眼泪直在眼眶里打转；更别提拳法训练——明明使出浑身力气，拳头却像棉花般轻飘飘的；受伤更是家常便饭；也曾有过放弃的念头，可看见墙上“流血流汗不流泪”的标语在阳光下泛着红，又咬牙坚持，这一坚持就是20多年。

在一次次武术切磋中，我学会了表达，曾经和陌生人说话都脸红的我，逐渐变开朗了。高中时，我站上河北省武术套路锦标赛的赛场，当拳术第三名的成绩公布时，我知道自己的人生轨迹已悄然改变。走进河北师范大学后，课堂上老师们讲述的武术典故、图书馆里泛黄的古籍，让我触摸到了武术更深厚的底蕴。原来一招一式的背后，藏着如此深厚的文化密码。

从学生到教师的身份转变，让我对武术有了新的认知。当我站在讲台上，看着学生们懵懂的眼神，忽然理解了当年老师的“较真”。教八极拳时，我会把拳种起源、演变历程、拳法特点等详细讲解；教少林拳时，会告诉他们“棍为百兵之祖”的渊源……现在我终于明白，武术教学不仅是肢体的训练，更是文化血脉的延续。

这些年辗转于不同学校教学，最让我骄傲的，是见证学



生们的蜕变。我曾带过一个“半路出家”的学生，他之前没有接触过武术，经过一年半的训练后，站上了中国大学生长短兵锦标赛和亚洲大学生武术比赛的领奖台。颁奖那天，他手握奖牌特别开心，我知道那上面凝结着他多少个咬牙坚持的清晨与夜晚。这让我坚信，武术不仅能强健体魄，更能锻造出坚韧不拔的靈魂。

如今，武术传承的画卷正徐徐展开——影视剧里翻飞的拳脚，短视频平台上年轻人模仿八极拳的帅气身影……国家对传统文化的重视，让武术日渐走进大众视野。我切实感受到，这条传承之河，正奔涌成越来越多的支流，越流越远。

回望来路，那些在赛场上收获的奖牌、参演的影视剧中的身影、裁判席上的哨声，都是我生命中闪亮的坐标。而最珍贵的，是和家人并肩教学的时光。当我们一家人在武馆里演示八极拳时，拳风相击的声响里，传承的力量在无声流转。

武术于我，早已不再是简单的技艺。它是童年的倔强，是青春的热血，是一生的坚守。未来，我愿继续做那个撑篙的人，载着武术文化的宝藏，在时光长河中坚定前行。

拳脚丈量传承路

刘亚超（23岁）

沧州市大运河非物质文化遗产展示馆武术演员

“将身体垂直站立、两脚尖并拢、身体尽量放松，这是预备动作……”每次表演结束后，总有不少观众围上来请教功力拳的要领，这个时候我特别高兴，都会认真讲解。从儿时习武，到大学武术相关专业毕业，再到武术演员，我用拳脚，一步步丈量着传统武术的传承之路。

我叫刘亚超，是运河区小王庄镇北陈屯村人，现在沧州大运河非物质文化遗产展示馆工作，负责在展馆沧州厅武术段进行功力拳展演。我的表演时间为每周三到周日的上午九点半到十点半、下午两点半到四点半，每天四场表演。不登台的时候，我会与同事切磋招式，或是排练新节目。

我去年大学毕业，今年2月到展馆工作，虽然工作时间不长，但这段经历却让我对武术传承的意义，有了更深刻的理解。

起初，“传承”二字对我而言只是个抽象的概念。从大学到现在，我看到过不少孩子，从懵懂学武到能在赛场上独当一面，突然明白了师父常说的“以武化人”的意义。在工作时，每当遇到对武术感兴趣的孩子们，我都会耐心教导，和他们互动交流。

有一次，一位六旬老人在表演结束后找到我，先是询问我的门派、习练的拳种和习武时长，随后他讲述了自己练习劈挂拳的故事。他说，小时候学武艰难，老拳师不轻易外传武艺，是他的坚持打动了师父，才得以学习这门技艺。老人语重心长地对我说：“武术的传承，不仅是技艺的延续，更是文化内涵的传递。”这句话让我想起师父曾教导我的“未曾习武先习德”，练武之人，德行是根本。

老人感慨，武术文化的传承重任，现在落在了我们这些热爱武术的年轻人肩上。看着他欣慰的笑容，我坚定了传承



功力拳的决心。

我很小的时候，就跟着父亲练武术。后来，父亲带我拜入沧州功力拳传承人陈宏林门下。初学时，我领悟得慢，可师父不仅从未有过一丝不耐烦，还总是不厌其烦地示范讲解。在师父的悉心指导下，我慢慢成长。师父还带着我结识了不少武术界前辈，让我在武术的世界里不断开阔眼界。

武术改变了我。小时候我体弱多病，三天两头感冒发烧，而习练武术之后，我的身体日益强健。大学时，我毫不犹豫地选择了武术与民族传统体育专业，在那里，我遇到了更多优秀的老师和志同道合的伙伴。毕业后，能从事自己热爱的武术行业，我觉得很幸运。武术重塑了我的人生道路，每次表演结束听到掌声，我的心里都充满骄傲和自豪。

运河水流淌千年，在传统武术的舞台上，许多年轻的身影正在续写新的武学篇章。这条传承之路，我既是行者，也是引路人，出拳是与历史对话，收势则是为下一次更好的开始。

在展馆里，我也常与其他非物质文化遗产代表性传承人交流切磋。这些碰撞让我逐渐理解，传统武术不仅要活在典籍和套路里，更要活在当下人们目光中，让更多的人看到并参与进来。