



郭桂然(左)和郭桂德切磋通臂拳法



韩志超(左三)和韩志广(左五)向学生传授通臂拳

通臂拳也称通背拳。在沧作文庙大院,今年61岁的省级非遗沧州通臂拳代表性传承人郭桂然和胞弟郭桂德,向记者展示了通臂拳经典单打动作。

那一招一式尽显神形之自如、动作之舒展,可谓“疾若奔腾海浪,又似风雷灌顶;缓如清风拂柳,绵绵秋须……”

通臂拳在沧州乃至全国都颇具影响。在我市林冲武校,通臂拳也是主修课程。多年来,校长韩志超培养了大批国内外学员。

沧州通臂拳· 艺精技绝享盛名

本报记者 牛健存 崔儒靖 魏志广 摄影报道

沧州通臂拳

沧州通臂拳亦称“通臂二十四势”或“合一通臂”,其拳法快如闪电、灵活多变、发力刚猛,为沧州八大拳种之一。

2009年,沧州通臂拳被列入省级非物质文化遗产名录。

非遗

通臂拳历史悠久,据传是宋太祖流传下来的。爱国将领戚继光在他的名著《纪效新书》中对此拳有所论述。

明末学者黄宗羲在《南雷集·六路歌诀》中就有“佑神通臂最为高”之语,其子黄百家在《学箕初稿·王征南先生传》中,进一步为《六路歌诀》注释“通臂,长拳也”。

“沧州通臂拳源于天津独流。”在沧州通臂拳研究总会,郭桂德介绍道,“明末清初,有一游僧传于现天津市独流镇的吕二爷。在独流经过几代传承,传到了武术大师刘玉春等人这里。我们现在演练的通臂拳,是由人称‘郭燕子’的武术名师,也就是我的祖父郭长生,从刘玉春处习得,并带入沧州的。从此,沧州便有了通臂拳。”

“父亲郭瑞祥生前曾编著《通臂二十四式》一书,精准地讲述了通臂拳法,即通臂拳有24个单势组成。这24个单势根据击点不同,每个单势又分多种不同打法。进一步组合后,形成了无数个套路,有了‘千趟架子万趟拳,通臂出来一势打不完’之说。”虽已花甲之年,郭桂然换上练功服,依然英姿飒爽。

郭桂然说:“沧州通臂亦称‘合一通臂拳’,讲究‘万法归一’。合就是天、地、人合。合一是天人合一,神形合一,上下内外合一,吞吐张弛合一,攻防合一等。”

在韩俊元的培养教诲下,他的9个儿子个个得到真传,德艺双修。在林冲武校的演武大厅,坐在轮椅上的韩俊元长子韩志超,正给他的八弟口授心传。

韩志超被称为“沧州武林九龙之首”。他自幼聪慧过人,6岁随父习武,练就一身过硬的功夫,深得武术真谛。14岁时,韩志超考入沧州评剧团专攻武生戏目。武术与艺术的融合,使他的舞台艺术得到升华,成为一名很有前途的优秀青年演员。

“我是18岁那年在演出中摔伤的,因为伤的是颈椎,所以脖子以下都不能动。50多年了,我没离开轮椅,也没离开教学一线。”韩志超说。

多年来,郭氏后人在不遗余力地传承着通臂拳。如今,通臂拳已传承至第八代,习练者们都在各自的领域传播着这门武术。

郭长生的长孙郭贵增说:“1979年,沧州武协开全国武术散手之先河,在沧州开展武术散手项目。我参与了通臂散手拳的编排及表演。2002年11月22日,国家邮政总局发行《武术与跆拳道》特种邮票,收录了武术之乡的16个拳种。我和通臂拳还上了邮票。”

郭贵增不仅多次在全国和国际武术比赛中夺冠,还编写出版了《原步通臂拳二十四式》一书。

郭桂然说:“我和大哥郭铁良、弟弟郭桂德也协助父亲郭瑞祥拍摄了几十部教学片。年轻时,我跟随父亲多次代表本

① 郭长生带入沧州

了通臂拳。”

沧州通臂拳不同于白猿通臂、猿猴通臂、螳螂通臂、二郎通臂和通备拳。它势法精粹、步法灵活,速快、力强,是最具实战威力的一种好拳。所以武术界称誉此拳“通臂科学,艺高技绝”。

“我爷爷因自幼习武,20岁应招到保定三省巡阅使署武术营为伍。在那里,他拜来自天津独流的武术大师刘玉春为师,学通臂等拳术。”郭桂德说。

一代武术名师郭长生以其著名的通臂拳、劈挂拳、苗刀等技艺享誉武林。

郭桂德说:“1927年,张之江在南京筹建中央国术馆时,爷爷和沧州50多名武术家应邀前往任教。在中央国术馆第一届‘国考’上,爷爷以通臂拳力压群

② 传承

严酷的现实没有将这个坚毅的汉子击垮。受伤后,他调整心态,开始潜心研究武学、力学、解剖学、中医学,然后把把这些理论结合实践,在武学上颇有造诣,并当选为中国通臂、劈挂拳研究总会副会长。

他的三弟韩志德、八弟韩志广曾在全国传统武术大赛中争雄夺冠,二人共荣获全国金牌6枚;六弟韩志凯曾参与30多部影视片的拍摄,并担任主要演员和武打设计。

颇受武林敬重的韩志超,在沧州通臂拳的基础上,创编了韩式通臂拳。他说:“韩氏通臂讲究‘融会贯通’,其节奏

雄,获‘最优胜者’称号。”

郭长生一生授徒无数。他的弟子曹晏海有“武状元”之称,上世纪30年代曾多次夺得擂台赛冠军。

郭长生之子郭瑞林、郭瑞祥承父业。尤其是次子郭瑞祥,潜心钻研此拳70余年,曾被中国武术协会评定为中国当代“十大武术名师”“武术九段”。他还培养出大量武术人才,如王志海、王华峰等。

曾任市政协副主席的武术名家韩俊元是郭长生的爱徒之一。韩俊元生于武术世家,6岁开始随祖父韩玉堂习武,扎下了深厚的武功功底,踢、打、摔、拿,样样精通。拜郭长生为师后,他专攻通臂、劈挂拳,得其真谛,成为名重一时的武术家,被誉为“云中龙”。

性强、变化性强、爆发力强、实战性强、观赏性强。”

韩志超先后创办了九龙武馆和沧州林冲武术学校,育才育人。

“通臂拳的传承历来有严格的门规,即不忠不孝之人不传,不尊师重道之人不传,爱财如命、见利忘义之人不传……我培养武术人才,关键培养的是品德。何谓武术,气为武之宗,力为武之本,巧为武之用,德为武之魂……”虽已年逾古稀,韩志超双目炯炯有神,讲起武学、武德旁征博引、借古喻今。他严格规范弟子们的品行操守,激发他们刻苦学习、传播武学的责任感和使命感。



郭长生的曾孙郭奕宾

③ 拳法精绝

门在国内各地参赛,还出访过韩国。2015年,在香港国际武术节上,我一天就拿下3块金牌。当时,场内外的专家、选手和观众都齐声喝彩!”

如今,郭桂德的儿子郭奕宾,也继承了家门绝学,从事武术教学工作。

在林冲武校影视武打特技班,几十名年轻孩子在韩志超和韩志广的指导下,演练起了通臂拳。他们个个潇洒矫健,拳法爆发力强且疾速多变,极具实战性和观赏性。

据韩志广介绍,自2017年建班以来,这个班有多名学生作为动作演员,参与到影视剧拍摄中。其中,孟辉、田乔赛等5名学生参与了电视剧《跨过鸭绿江》的录制,杨宇航目前正在电影《冰雪长津湖》的录制剧组中。

“我的学生中,有很多都走到了动作导演、武术指导的岗位。王晓洋作为武术导演,参与制作了多场大型演出。他还担任‘武乡春潮’沧州武术春晚总导演。另一个学生林强作为武术指导,参与拍摄了《赤壁》《画皮》《白发魔女》等多部影片。”韩志超欣慰地说。

扫码看料更多

扫描二维码,了解沧州通臂拳背后的故事。

