

白猿通臂拳

白猿通臂拳是我国古老门派之一,以猿之气势得名,俗称“通臂猿猴”,在黄骅市及周边已流传数百年。

2012年,白猿通臂拳被列入省级非物质文化遗产名录。

白猿通臂拳

内外兼修 绽神韵

本报记者 牛健存 崔儒靖 魏志广 本报通讯员 徐博 摄影报道



① 前世今生 辗转延续

“通臂者,韩通展雄俱肘骨一根,穿背而用。前伸后屈,前出后应,突入直撞。故曰通臂。”白猿通臂拳《谱书》中如是记载。

关于黄骅白猿通臂拳的历史渊源,且听孔令春和王文耕娓娓道来。

“相传,白猿通臂拳由宋代韩通所创。早在赵匡胤发动陈桥兵变建立宋朝之初,攻打都城东京时,当时的守将韩通使用的就是白猿通臂拳。至今,民间还流传着赵匡胤勾栏院一战韩通、平阳镇二战韩通、三义服韩通的‘赵匡胤三战韩通’故事。”孔令春说。

自韩通辗转相传数代后,白猿通臂拳传至陕西省延安府王延明。王延明是当地通臂拳名家,且擅长鞭法,有“神臂金鞭王延明、威震陕甘宁”之说。

当时,浙江省乌程县金沙镇钮凤鸣、钮凤山兄弟二人,因打抱不平,误伤当地豪绅被充军延安府。钮氏兄弟仰慕王延明的武威,登门拜师,学艺5年。

钮氏兄弟艺成别师,全家几经迁徙,于康熙四十八年定居于沧州盐山城北大韩村(今黄骅市黄骅镇)。他们定居此地后深入简出,闭户课子,授艺于钮朝宸。

之后,钮朝宸除授艺钮万金外,还收当地贾书府为徒。从此,钮、贾两家成为休戚与共的累世通家,白猿通臂拳法也由钮、贾两家流传开来。

“后人尊称钮凤鸣、钮凤山二人为白猿通臂拳一世祖。由于贾氏青萍剑属精绝之艺,贾云鹤、贾耀亭、贾勃生、贾肇山等各大师学养深厚、武功超群,白猿通臂拳与贾氏武术互为交融、互证互较,所以,白猿通臂拳又多了一份沉实的积淀。白猿通臂拳也随之丰厚起来。”王文耕说。

② 体系完整 内外兼修

“白猿通臂拳的真机在臂,强调力出于背、发于肩、送于肘、达于手,要求头、肩、臂、掌、胯、膝协调一致。出手前伸后屈,前臂舒展,后臂随进,两臂经过双肩而相互贯通,有‘快响一挂鞭’之喻。”王文耕一边演示,一边详细地介绍着。

“猿”是指练拳时要像猿猴一样灵活、敏捷。白猿通臂拳闪展腾挪很快,出手隐蔽,忽隐忽现,变幻莫测。”孔令春补充着。

白猿通臂拳套路众多,内容丰富且理论性强。它的历史资料详实,训练体系科学完整,目前保存完整文字记录的有传下来的《族谱》和《拳谱》。

仅《拳谱》记载的就有“短打十戒”“短打要论”“八刚”“十二柔”“手法总论”“练拳歌诀”,以及“长拳短打论”等武术理论综述,都对白猿通臂拳的渊源、流传、传人事略、动作要领、技击含义、手法总用等进行了详细明确的文字记载。

王文耕说,《拳谱》中记载了拳、械共计40多个套路,在这些套路中,有白猿通臂拳的原门套路,也有通过对外交流或换艺学来的套路,还有通过长期的技艺切磋独创发展的技法。

白猿通臂拳第七代传人刘文石,在向贾云鹤学习青萍剑术后,根据自己长期对太师鞭的研究和实战经验,把太师鞭法与青萍剑术完美地结合起来,人称“铁筷子刘三爷”。

“白猿通臂拳讲究内外兼修,注重内功修炼,内功心法有‘罗汉行功’‘练手余功’‘童子八手’等。习练时,要求行拳身正步稳,上下、左右、开合、吞吐协调一致,使劲力饱满,蓄发自如,达到呼吸、意念与动作的紧密结合,四肢百骸血脉通畅,内气贯通。因此,长期习练白猿通臂拳的人能在力量、耐力、协调性等方面有很好的促进,同时提高身体的灵活能力和反应能力。”孔令春边练边讲。

③ 培育后人 启智明心



传承

今年54岁的孔令春和58岁的王文耕,是土生土长的黄骅人。他们自幼习武,先后拜在白猿通臂拳第九代传人贾勃生先生的门下,是第十代传承人。

王文耕出身名门。民国时期,国民政府在南京成立了中央国术馆。馆长张之江就是他外祖父张之海的叔伯哥哥。

“我从小在老家长大,看着她爷和舅舅们每天晨起和傍晚都在练武,自己也跟着练。舅舅说,练武是吃苦的事,要有所成就必须持之以恒。长大后,跟师父贾勃生习武,每天晚上骑车去师父家,练到晚上十一二点。也就是那时候,我对中国传统武术有了更深的认识。武术不仅可以强身、励志,更能明理、导行……”忆起习武感悟,王文耕深情地说。

“白猿通臂拳自传入沧境之初,只在家族成员内部闭门传习,偶有外传,也大多是亲朋好友之间。”孔令春说,“历代宗师遵守戒律择徒甚严,所以,白猿通臂拳主要掌握在钮、贾两大家族中,流传不广泛。”

第八代传人贾耀亭破除一切戒律,开门授徒,来学者络绎不绝。虽为农家,但是贾氏一族文武传家,每天门庭若市。贾耀亭长孙贾勃生更是打破门户之见,广收门徒。几十年间,他的弟子遍布黄骅市及周边地区。

在弟子中,贾勃生看好孔令春,便将女儿贾启秀许配于他。成为贾勃生乘龙

快婿后,孔令春倍感师恩情深,更加刻苦习武。

“由于初学者大多先练习基本功,练习时间长、难度大,导致很多人半途而废,能够系统练成这个拳法的人现在已经很少了。”孔令春感慨道。

多年来,孔令春、王文耕、王德芳、齐晓鹏、王旭江、范放委、任忠来、王希杰等人承师遗志,努力传播白猿通臂拳。

2000年,他们在相关部门的支持下,成立了黄骅市白猿通臂拳研究会,由孔令春担任会长,传播拳法。他择徒严,授徒真,引路明,招架准,德风纯……培养徒弟如前辈们教育他一样。

2013年,他们自筹资金,建立了白猿通臂拳传承基地,常年免费招收学员,目前已培训学员300多人。这些学员多次在各级别的比赛中摘金夺银。

2017年,孔令春与王文耕合著的《白猿通臂拳》一书,由北京体育大学出版社出版。

孔令春说:“习武不仅可以健体,更能启智育心,让孩子们知礼自信。我们成立白猿通臂拳研究会和基地,就是想让更多的孩子在学习拳术的同时也能接受规范的武术精神熏陶,成长为健康乐观、正直善良、坚毅勇敢的国家有用人才!”

扫码看 料更多

扫描二维码,观看孔令春表演白猿通臂拳。

