



陈秀景

通背劈挂拳:

动如疾风掣电行

本报记者 牛健存 崔儒靖 魏志广 摄影报道

始于少林 兴于沧州

顶头竖项、沉肩坠肘、含胸拔背、拧腰切胯、收腹敛臀、合膝钻足……学生们习练时,陈培吉认真指导着每一个动作,纠正着他们的身形。

“习练通背劈挂拳劲力要通于脊背、达于两臂,讲究地贴通后背,开合吞吐,两臂交劈。劈和挂成为这个拳种的主要进攻和防守的方式,因此称为‘通背劈挂拳’。”陈培吉说。

“通背劈挂拳最早叫抹面拳,属通背长拳门,相传为宋代福居禅师所创。当时少林曾邀天下18家门派著名武师汇于少林,演练3年,传授技艺。少林取各家所长汇成少林拳谱。《少林拳谱》中记载,‘劈挂拳法非等闲,少林古刹有真传,福居禅师传在先,历代寺僧苦磨练’。由此可见,通背劈挂拳在当时

已经有了雏形。”陈培吉的父亲、82岁的陈秀景讲述着。

明代抗倭将领戚继光所著《纪效新书》卷十四中记载,“抛架子抢步披挂,补上腿哪怕他识,右横左采快如飞,架一掌不知天地”。可见,当时通背劈挂拳已有了独特的风格,在实战方面也有了很大的发展。

“到了清代乾隆年间,有一位身怀绝技的韩姓出家人,云游到如今的盐山县大左村,在村旁的古庙中修行寄居。村里的习武少年左宝梅和他较技,几次都输了,就拜出家人为师,习练通背劈挂拳。”陈培吉说,“左宝梅刻苦练功数载,得通背劈挂拳真谛,将拳术始传于后世。如今,我们把左宝梅先师尊为‘通背劈挂拳一世祖师’。”

体系完善 文化独特

通背劈挂拳世代相传,名人辈出,涌现出了肖化成、李云标、肖麟标、尹玉芝、赵海清等名家。经过近300年的传承,在历代武师潜心研究实践中得到不断完善,形成了一套完整的体系。

通背劈挂拳有许多优秀套路,除代表性的劈挂拳和青龙拳以外,还有用于练功调气的通背大架子,实用性很强的趟子拳、炮锤拳,两人拆手的通背锤对练等。

它的器械也很丰富独特,除劈挂刀、劈挂棍、六合枪、纯阳剑外,还有内具五行理念的梅花枪、独特器械凤头阁、简捷实用的太师鞭等。

通背劈挂拳的散手、实战不需要带护具,却常常一招制敌。陈培吉说:“我们陈拳讲究以长为主,兼容短打,可说是上打乌云罩月、下走吃绕撒锁、高来挂取斜进、低来拨拍走撑、直来闪进加将带、横来挑按转身攻。”

在通背劈挂拳门中,还一直在延续着“挂棍”这一传统习俗。挂棍是民间自发的一种以武术交流展演为主要形式的民俗娱乐活动,一般由当地武术界比较有声望的武师牵头组织活动,一年一次,时间基本在秋后农闲时或过年前后。

“上世纪末期,孟村、盐山、沧县一代,几

乎村村有‘把式房’,习武的人很多。这个时期,每年的挂棍表演,都是我的父亲组织、联络。那时没有汽车,也没有电话,我父亲就骑着自行车,一连几天,每天都得骑行几十公里,不辞辛苦地给各村送信儿,通知大家挂棍的时间、地点。”陈培吉说,随着陈秀景的年纪越来越大,从2000年以后,这件事情又交到了他的手中。连续多年,他都积极组织邻近几县的挂棍、武术汇演,从未间断。

挂棍这一民间活动,既增进了武术同仁们的感情,又带动了大众习武强身的积极性,促进了传统武术文化的传承和发展。

54岁的陈培吉看上去比实际年龄年轻很多,他自幼随父亲习练通背劈挂拳的各种基本功法、拳械套路、实战技击等,几十年练功不辍。

在习武过程中,他还曾得到门派内多位老拳师的悉心指导,并拜开门八极拳八世传人常玉刚为师习练八极拳。

他擅长劈挂拳、青龙拳、劈挂刀、梅花枪、天启棍、苗刀、纯阳剑、八极拳等,多次在全国传统武术比赛及国际武术大赛中获得金奖。

如今的他,是中国武术六段,国家一级裁判员、国际一级武术师、一级武术教练员。

通背劈挂拳

通背劈挂拳是流传于孟村、盐山一带,以掌为拳、大开大合,正劈反挂的传统武术拳种。

2012年,通背劈挂拳被列入市级非物质文化遗产名录。

非遗



陈培吉

传承创新 续写华章

多年来,陈培吉致力于通背劈挂拳的传承与传播,受邀到全国各地讲课授拳,教授学员几千人。他还对通背劈挂拳拳理、功法,做了细致的研究和总结,多次在国家级武术刊物上发表专业性文章,协助同仁出版了近二十万字的《通背劈挂拳谱》。

“通背劈挂拳在传承发展过程中得到不断改进,既保留了固有的运动形态,也丰富了套路内容。我们在传统的架子套路中,加强了基本功训练,讲究柔拉慢练、舒臂顺腰,达到柔能克刚、内外兼修的习练效果。”陈培吉边练边说。

在原有青龙拳的基础上,陈培吉创编了对练套路通背拆手对练,使其更具实战意义。在器械上则继续保留了梅花长拳的梅花枪,继承了单刀进枪、大刀寻枪,三节棍进枪等对练器械。

陈培吉和父亲陈秀景,多年来扎根孟村,坚持免费教学,积极致力于通背劈挂拳的传承和发展。老拳师左铁桥、师兄弟宋宝玉、翁超等人,同陈培吉父子一起,也在为通背劈挂拳的传播努力着。

身法矫健、行动敏捷的陈秀景,双眸炯炯有神。父子俩对练起来,老人反应灵敏、攻势迅猛,很难看出已是82岁高龄。他手持一对凤头阁演练起来出神入化,那梅花枪术更是枪枪见功。

“每天早晚,父亲和我都坚持一起练功、教学生。而且,这些年我们都是义务教学,不收孩子们学费。我的儿子陈龙也是自幼跟我一起习武。他曾在省级武术比赛中夺得4枚金牌,现在就读的大学任武术社团的教练。我爱人霍淑凤在默默支持我的同时,也跟着练起来了,我们一家被县里授予‘最美家庭’称号。”

“习武修德,以德明志。修习武术不仅使我们强身健体,更养成了坚韧不拔、积极向上的品质。通背劈挂拳在这片土地上有根基,上至七八十岁的老者,下至六七岁的儿童,几乎人人都喜爱练武,这是得天独厚的优势。2019年我们成立了通背劈挂拳协会,使通背劈挂拳走向正轨,我们将竭尽全力把通背劈挂拳发扬广大,让这一优秀的传统武术拳种再放异彩。”陈培吉说。

扫码看 料更多



扫描二维码,了解通背劈挂拳背后的故事。

陈培吉



陈培吉(左四)教授学生