

在位于泊头市的少林武馆外,远远地,就听见阵阵节奏明朗的口号声。走近一看,原来是我市非物质文化遗产泊头黑虎拳第五代代表性传承人杨全胜正带领着一众学生,习练着泊头黑虎拳。

每次一出拳,都仿佛带着老虎的威猛与力量。拳到之处,如破墙壁,掌到之处,似劈高山。一招一式如疾风般凌厉,又如旋风般迅猛。出拳、踢腿、肘击,每个动作都蕴含了无限力量……

泊头黑虎拳

泊头黑虎拳是流传在泊头及周边一带、刚劲凶猛的少林传统拳术。2017年,泊头黑虎拳被列为市级非物质文化遗产项目。



父子对练

泊头黑虎拳： 虎虎生威力万钧

本报记者 牛健存 彭爱 魏志广 摄影报道

❶ 历史悠久

黑虎拳是我国民间武术中流传年代较久远、传播区域广泛、技术要求较高的一个传统拳术。黑虎拳具体创建年代不详,据说是来源于“少林”。

“黑虎拳是少林拳法之一,相传于明末清初由少林寺传出。在清同治年间,我的高祖杨大力在山东游历时习得此拳法。回乡后,将黑虎拳传给他的儿子,也就是我的曾祖父杨同盛,后来祖父杨宝田将黑虎拳传给我的父亲杨玉柱。”46岁的杨全胜停下动作介绍说。

泊头黑虎拳又叫打黑虎,其套路结构紧凑,拳势舒展大方,动作迅捷刚猛,形象鲜明生动。与其他象形黑虎拳不同,泊头黑虎拳更加侧重于“打”这个动作的展现。

百年间,黑虎拳在流传过程中分流演变,而泊头黑虎拳的

套路就融入了不同的拳种和门派,具有本地的技术风格。

“当年,高祖杨大力将黑虎拳传回泊头后,在习练黑虎拳的过程中,逐渐与本地六合拳、长拳等拳法相结合,既学习借鉴了其他武术门类之长,又有一套自己特色的打法。所以,泊头黑虎拳更具有泊头拳术风格的技法特点。”杨全胜介绍道。此后,泊头黑虎拳成为了杨家家传武艺,目前为止已传至第六代。

黑虎拳功夫在泊头民间流传已久,其功夫主张神形俱练,内外兼修。招法动作以长拳为主,在打虎动作的基础上,衍生出其灵动多变,攻防相见,动作稳健的招式。无论是迅猛的跳跃,还是灵活的转身,都展现了泊头黑虎拳的独特魅力。

❷ 承续家学

“泊头黑虎拳朴实无华,威猛无比且招式变化多端。出手带劲有风,呼呼有声,但又可刚可柔、刚柔相济。”杨全胜说,“泊头黑虎拳手法多于腿法,手法有接、斩、劈、刺等十多个技法。腿法则有急发急收、低腿暗发的特点。”

古稀之年的杨玉柱,习练黑虎拳已有55年。他虽多生华发,但双目炯炯有神。“我年轻时游历过北京、上海、东北三省和山东、江苏、甘肃、内蒙古等地,每到一处先拜师问拳。”杨玉柱在游历期间,博采众长。为了将泊头黑虎拳推广普及,他每到一处都收学生,一招一式都悉心教授。“走到哪儿教到哪儿,走到哪儿练到哪儿。只有每天都练功,才会觉得踏实。”杨玉柱说。

杨全胜回忆起小时候,记忆里大都是祖父杨宝田和父亲杨玉柱习练泊头黑虎拳的身影。从小耳濡目染,杨全胜7岁起便跟随祖父、父亲闻鸡起舞,30多年来,苦练武艺的他技艺日渐完善。为了精进拳艺,杨全胜多次参加各级武术大赛及展演,学习多家门派要义,融会贯通于泊头黑虎拳拳法。经过不断探索、完善,泊头黑虎拳越发具有实操性。

为了让家学泊头黑虎拳得到更好的延续,杨全胜16岁的女儿杨净宇和14岁的杨不宇,在七八岁的时候就跟着父亲杨全胜习练泊头黑虎拳。“目前,两个女儿一个读高二、一个读初二,在学习之余,她们都会坚持练习泊头黑虎拳,现在都通过了国家武术三段的考评。”杨全胜说。

步履如飞鸟,拳脚如劲牛。“泊头黑虎拳功架规整,劲力顺达。共三十六式,主要有对拳凭空抓、五花提膝上冲拳、拗式打虎、独立打虎式等套路。”杨全胜说,泊头黑虎拳有完整的拳论、拳理及拳谱,没有文字记载,靠的是一代代拳师口口相传。

经过泊头黑虎拳几代传承人的不懈努力,泊头黑虎拳的招式形成了起势猛猛,攻势强劲,多跳疾攻的特点。拳打脚踢之间既有强劲有力的进攻,也有严密灵活的防守。在攻守之间,将拳脚之力发挥到极致,以迅雷不及掩耳之势击败对手,又能凭借敏捷的身法和严密的技法转危为安,巧妙化解对手的攻势。

❸ 广泛推广

“泊头黑虎拳虽以凶猛见长,但也是刚柔并济,注重内功修炼。练拳时强调任其自然、放手而出、用意不用力而自然上劲。”杨全胜左脚在地猛力一踏,左手顺势向上,右手握拳迅速地向前一推,如行云流水般流畅。他身法敏捷地边演练招式,边向学生们仔细讲解着动作要领。

为了广泛推广泊头黑虎拳,2011年,杨玉柱、杨全胜父子俩创办了少林武馆,十多年间,教授学员800多人。“我们杨家人六代习练泊头黑虎拳,但此前学习泊头黑虎拳的人数并不多。我们创办武馆的目的之一,就是想让更多的人了解泊头黑虎拳这个拳种,让更多人能够有机会接触到泊头黑虎拳,并能系统掌握理论和实践。”杨全胜说,平日里除了他在武馆教学外,父亲杨玉柱也会帮忙指点学生练习。

工作之余,杨全胜经常参加非遗进校园活动,向学校师生们展示泊头黑虎拳。泊头黑虎拳也因

其独特的魅力和深厚的内涵,吸引了很多学生的关注。不少学生在校观看了杨全胜的展演后,都慕名而来学习拳法。

“出拳要蓄力,沉肩松胯,手掌顺势运行……”杨全胜耐心地纠正学员们的动作,武馆内蝉鸣悠悠,武馆内的风呼呼作响,学员们的拳脚似乎也生了风。

“虽然泊头黑虎拳以打虎拳法为基础,注重外在的招式和力量,但在习练过程中,我们也强调内功。通过静心自然的方式,让力量在身体内自然流转,从而达到身法、步法和腿法的协调配合。因此在习练泊头黑虎拳时,除要求力法狠厉,也更需要武者保持一颗平静的心,将自身的情感和力量融入到每一个动作中,使拳法更加自然、流畅和有力。”杨全胜解释道,练习泊头黑虎拳,不但强身健体,还能磨炼心志。

“练武就是劲潜于内,力发于外。”杨全胜说,练武不是逞凶斗狠,而是在攻守之余,使武者能够更好地掌控自己的身体和力量,发挥出最大的潜力。

晨练



晨练



提膝双勾

扫码看料更多

扫描二维码,了解泊头黑虎拳背后的故事。



训练