

文化中国行

花拳

花拳是取长拳短打之长、不讲套路且招式英姿飒爽的短拳。

2018年,花拳被列入市级非物质文化遗产名录。

非遗

非遗

2025年3月6日 星期四
责任校对 王钰

责任编辑 刘园爱

15 沧州晚报

新闻热线: 3155600

提到花拳绣腿,您会想到什么?或许是中看不中用的花架子,也可能是虚有其表的假把式。然而,当走进河间市沙河桥镇谢家村,深入了解我市非物质文化遗产代表性项目花拳后,相信您一定会彻底改观。

花拳的一招一式皆藏实战精要。练武场上,第六代传承人刘瑞海翩然起势。只见他气沉丹田,身形如松,右手握拳,拳心向外,左手掌心轻贴右拳背,双臂成环。这一“请手”礼,谦虚中暗藏锋芒。紧接着,拳风霍霍,令人目不暇接。

花拳,淋漓尽致地展现出传统武术刚柔并济的神韵,岂是花拳绣腿能简单概括的。

花拳:

花而不乱显真章

本报记者 彭爱 魏志广 摄影报道



刘瑞海

1 子牙河畔的百年传承

花拳的历史源远流长,如同一幅绚丽多彩的画卷,在中华武术的历史长河中徐徐展开。相传,花拳起源于清朝康熙年间,是由来自南京的武术宗师甘凤池所创。

《沧州武术志》中有这样的记载:“甘凤池在深入研究多种武术技法的基础上,大胆创新,将长拳和短打的精髓相融合,创编出了花拳这一独特且实用的拳法”。

花拳的诞生并非偶然。在那个风云变幻的时代,武术不仅是人们强身健体的手段,更是一种精神寄托和文化象征。

甘凤池以卓越的武艺和深邃的智慧,赋予了花拳独特的灵魂。它的技法灵活多变,手法极为丰富,强调拳脚并用,全身各部位协调配合。

传说几百年前,子牙河的码头停靠了一艘小船,一位道士因为生病在此下船养病,也将花拳带到了谢家村,这个依河而建的小村落里。

而刘瑞海也听过类似的说法,“听师父讲,当年一位韩姓道人云游至谢家村并定居在村里。他武艺高强,精通花拳拳法和器械,闲暇之余,教村里人习练花拳。从此之后,花拳就在谢家村流传了下来。”刘瑞海说。

岁月流转,花拳见证了无数的风雨沧桑,虽在历史的长河中经历了辉煌与沉寂,却始终保持着顽强的生命力。无论是在盛世繁华之时,还是在艰难困苦之际,花拳都以其独特的魅力,吸引着一代又一代的武术爱好者投身其中,传承着这份珍贵的文化遗产。

2 砥砺前行的习武路

花拳的传承之路,犹如一条坚韧的纽带,将历代传承人的心血与汗水紧紧相连。在这条漫长的道路上,每一位传承人都肩负着使命与责任,他们用自己的坚持和努力,让花拳的火种得以延续,照亮了后人前行的道路。

在谢家村,村民习练花拳的历史绵延延续了400多年。“我爸爸也会几招花拳,一到农闲的时候,爸爸就会在院子里练一练拳法。爸爸一练拳,我就站在旁边学他打拳的样子。”刘瑞海说。从小看着父亲练拳,那一招一式,刚劲有力,潇洒自如,深深地吸引着年幼的刘瑞海。从那时起,刘瑞海就立志要学好花拳。

跟着父亲学了一段时间花拳后,父亲牵着他叩响了花拳第五代传承人谢庆海家的大门。“当时,我们村有不少人都会花拳,我师父谢庆海就是其中的佼佼者。”刘瑞海说。

“我7岁跟着师父学习花拳,一直到我19岁参军入伍,十多年没有中断。在部队,我也没有放弃练拳,一有时间,我就和战友们比画比画。”刘瑞海说。

当时,跟谢庆海学花拳的孩子有40多人。“一开始,师父并没有着急教我们招式,而是让我们一直练基本功。白天在麦场上顶着烈日练,晚上在院子里伴着月光练。”两年后,40多个孩子只剩下3个人,其中就包括刘瑞海。



刘瑞海展示花拳

“那时候,练拳很辛苦,风吹日晒的。当时家里穷,我甚至还穿过我姐姐的鞋去练拳。”刘瑞海说。

后来,刘瑞海进入河北体育学院进修武术专业,师从武术名家刘鸿雁、刘万春学习八卦掌、太极拳及国家规定的各个竞赛套路。在那里,他接触到了更广泛的武术知识,不断丰富自己的武术知识。

3 薪火相传满园春

“文以载道,武以修身。”花拳正以其独特的魅力,传承着武术精神。它不仅是一种强身健体的技艺,更是一部生动的历史教科书,每一招、每一式都蕴含着先辈们的智慧与勇气。

如今,已是古稀之年的刘瑞海,对花拳的理解越来越深刻。他明白,传承花拳不仅仅是要掌握其技艺,更要传承其背后的文化内涵和精神价值。

为了更好地传承和弘扬花拳,他不断学习和研究,深入挖掘花拳的历史渊源和文化底蕴。同时,他还积极参加各种武术赛事和交流活动,与各地的武术爱好者切磋技艺,不断提升自己的水平。

“千淘万漉虽辛苦,吹尽狂沙始到金。”多年的刻苦练习与不断探索,让刘瑞海在武术领域取得了卓越的成就。他在各类武术赛事中获得金牌100多枚,并入选了由《中华武术》杂志社编纂收录的《中国当代武林人物志》。

“花拳姿态优美而又暗藏玄机,它精于内而神于外,手法在进攻防守中运用肘击、抄腿、肩靠等招式。”刘瑞海边说边摆开架势示范。

为了让花拳在新时代焕发出新的活力,刘瑞海将传

承花拳作为自己人生中一项重要任务。1981年,他从部队退伍后,克服重重困难,开馆授徒。京津冀及广东、甘肃……刘瑞海传授花拳的足迹遍布了多个省、市。

此外,刘瑞海把学校体育课作为第一课堂,积极推动武术进校园工作,使传统武术变成了沙河桥镇第一初级中学体育课的重要内容。

“希望通过我的努力,能够让更多的人了解花拳、喜爱花拳,并将这门技艺传承下去。”刘瑞海说。如今,花拳传承靠的是口口相传,他一直有个心愿——将花拳的套路、招式整理成图文出版。“花拳虽老,但它的魅力永远不会褪色。我盼着,有一天,花拳能成为更多人心中的武术之‘花’。”



刘瑞海教学生花拳



扫码看 料更多

扫描二维码,了解花拳背后的故事。