

武当太极剑,冷兵器的现代美

融合武当剑和太极剑特点,剑法行云流水,空灵飘逸

对喜欢武术的人来说,武当剑和太极剑并不陌生,武当剑具有优美潇洒、灵活多变、身剑合一的特点,而太极剑拥有轻松柔和、绵绵不断、意领身随的特点。如果把这两种剑法融合在一起,将会擦出怎样的火花呢?武当太极剑集两者之长,动作刚柔相济、舒展大方,“武姿”空灵飘逸、行云流水,深得世人的喜爱。济南明湖传统武术俱乐部的太极名师钟湘琴将给我们展现武当太极剑的魅力。



钟湘琴在练剑。

本报见习记者 孙业文

“一代剑王”传剑法到济南

“武当太极剑既不是武当剑也不是太极剑,而是两者的融合。”钟湘琴说,武当太极剑是我国太极名家李天骧老先生在武当剑和传统太极剑的基础上融化改编的剑术套路。

钟湘琴介绍,李天骧老先生创编武当太极剑后,传授给了其女李德芳,女儿刻苦习练,得其真传。李德芳原先只是一个业余队的运动员,一个偶然的机会参加了专业级别的南昌全国武术交流会,首次公开演练武当太极剑,脱颖而出,惊座四起,一举获得金牌。从此之后,武当太极剑的名气越来越响,逐步推向社会。

“武当太极剑是由我师父王常凯先生传到济南的。”钟湘琴说,师父王常凯为中国武术九段,是享誉海内外电影《少林寺》的动作指导,曾受到过周总理的接见,剑术造诣颇深。王常凯祖籍是山东龙口,少

时体弱多病,为了让身体长得结实点,7岁就开始练习武术,拜在张云峰门下。

王常凯天资聪颖,对武术有着很高的悟性,加上学得用心、刻苦磨练,很快在师兄兄弟中脱颖而出。在1964年的全国武术比赛上,王常凯在太乙剑的基础上加大动作难度,编入了腾空接劈叉和仰身平衡等动作,一举获得冠军。从那时起,只要他参加比赛,剑类冠军就是他的,这个纪录一直保持到1978年,连续15年获得全国剑术冠军,被誉为“一代剑王”,创造了一个武林神话。

“师父高超的剑术是他刻苦训练的结果。”钟湘琴说,师父王常凯在省武术队有着“拼命三郎”的称号,练武到了一种痴迷的境界,只要有空闲的时间就要练上几下,而且他对动作的要求非常苛刻,形神必须都到位。

空灵飘逸 行云流水

“剑为百兵之君,中国的剑术历史悠久,源远流长。”钟湘琴说,武当太极剑尽管是由现代人创编,但也是在无数剑术大师加工和总结的基础上,不断丰富和创新,才使得剑法日趋完美和定型。

钟湘琴介绍,武当太极剑是我国最著名的传统剑法之一,全套动作49式,主要剑法包括:劈、抹、刺、托、点、崩、撩、挂、带、拦、击、穿、抽等,其剑法清晰,动作柔和;节奏起伏有致,柔曼舒展;身剑合一,气势饱满,练习时要求内外合一,形神兼备,身、步、剑等诸法要与内心合为一体,以达到全身上下的协调完整,身与剑合,剑与神合。在身法和步法中,要求“身灵步活”,要有太极腰的柔动,也要有八卦步的灵活;在攻防技术中,讲究避实击虚,不招不架,动则变,变则着,出剑迅速而准确。

“武当太极剑的剑法清晰,具有以静制动,以柔克刚,后发先制的武术特点。”

钟湘琴称,武当太极剑融合了武当剑和太极剑两大剑术的优点,因此既有武当剑优美潇洒、灵活多变、身剑合一的特点,也有太极剑轻松柔和、绵绵不断、意领身随的特点,总体来讲,此剑术观赏性极高,难度也比较大。

武当太极剑不但练气化神,练神还虚,而且还能防身自卫,强身健体,是一套集武术与养身为一体的剑法。钟湘琴的弟子孙树胜说:“武当太极剑剑法的变换,要求身心结合,路线清晰,力点准确。同时还要求做到沉肩、垂肘、活腕等太极拳的要领。不但要剑法准确,剑指的运用也具有十分重要的作用,它可以助势助力,维持平衡,从而提高造型的美感和稳定性。”

武当太极剑对外要求外舍其形:含胸拔背,沉肩坠肘,动作舒展;对内要求内含其气:虚领顶劲,凝神静气;其动作具有不动则不动,一动全身动,空灵飘逸,行云流水的风格。

武以德彰 德以武显

“师父一直教育我们,习武先习德,武以德彰,德以武显。”钟湘琴称,武术的真谛在于重德,一个人如果没有武德,即便武功再高,也不会得到别人的尊重,德乃武之根本,武要以德彰。中国传统武术之所以能够成为中国的文化瑰宝,与其对德的重视是密不可分的。

“师父说不收无德之人。”钟湘琴说,现在是太平年代,练武之人更多的是把练武用来强身健体,而不是用来自卫和打架斗殴,如果武当太极剑被无德之人所学,很有可能会危害社会,这样就违背了武术的根本。

“一日为师,终生为父。”钟湘琴称,师父常教导:习武之人,不管学了多少种拳,武功多么高强,声誉多么远扬,切莫忘师忘本。练武之人勤学苦练是尊重老师的劳动,要想学习太极武当剑,既要尊师重道又要肯于吃苦。

钟湘琴介绍,她学武当太极剑的时候师父对她要求极其严格,每一个招式,每一

个眼神都必须到位,常常一个动作要练上百次,师娘常在一旁看,哪里不行就重新再来。记得有一次在俱乐部开会,休息时师父叫她出来做“苏秦背剑”,她很自如地落脚、背剑转身腕花……师父说再做一遍,如此一遍一遍地重复着,注意着每一个节点。

“左挂剑和落左脚的时间差要体现出来,背剑你提膝转身会更好。”师父一边看一边指点。

“师父根据我自身的特点在剑术上又融合了一些新的内容,每个动作都手把手教我,对我既严格,又有耐心。”钟湘琴说,“武当太极剑动作比较难练,为了走好套路中的行步,师父教我走八卦步,一走就是一个多小时,脚蹠走肿了,师父看了很心疼也很感动。每次到师父家本想帮他做点力所能及的事,但师父总是说:去练剑。师父要求我以肢体语言诠释武当太极剑的文化内涵。”

如今,钟湘琴经常看望师父师娘,不断学习,她的弟子也会经常看望她,这种尊师重德的传统在他们当中传承着。



王常凯指导钟湘琴练剑。

免费传艺九十个年头

“武当剑和太极剑的历史相对比较悠久,武当太极剑历史较短,但是自武当太极剑推出以来,深得群众的喜爱。”钟湘琴介绍,“武当太极剑动作相对比较柔和,小孩、青年人、老人都可以练习,又有强身健体、修身养性内外兼修之功效,所以许多人都很喜欢这套剑术。”

钟湘琴从2006年3月开始教太极拳剑,到现在已经九十个年头了,从来不收一分钱。现在她亲自教的弟子在全国有200多人,主要集中在山东和安徽两省,在山东济南练习的有100多人。

“钟老师走到哪儿就把武当太极剑带到哪儿,而且教徒弟很有耐心。”徒弟李晶说,“钟老师是中国武术六段,经常参加全国各类武术比赛,取得了许多优异的成绩。钟老师不但德艺双馨而且平

易近人,从不打骂学生,而且都是手把手教我们,我们都非常喜欢跟着钟老师学习。”

“自从跟钟老师学习武当太极剑之后,觉着整个人都精神了。”徒弟王硕琪说,现在她觉得体质明显比以前好多了,精神头足,睡得好,吃得香,做什么事情都有劲。王硕琪即兴为钟老师做了一首打油诗:“龙奥聚集地方好,湘琴太极武艺高,平易近人传太极,太极情洒泉水城。”

“武当太极剑是中华民族文化瑰宝,我们应该继承并把它发扬光大。”钟湘琴称,她自幼喜欢武术,也乐意教别人武术,希望通过自己的绵薄之力,让更多的人学练武当太极剑,让“行云流水,空灵飘逸”的武当太极剑为全民健身运动服务。



钟湘琴和她的徒弟们。本报见习记者 孙业文 摄