看见义乌

义乌南拳拳师吴根法：崇德修身 传承武魂

吴根法展示骨箭拳。

□ 全媒体记者 左翠玉 文/图

据史料记载，义乌自古刚毅强悍，崇文尚武，南拳北腿素有名望。明朝义乌知县周士英这样评价义乌民风：“俗近秦风，喜习戈矛”“竞相比武，以名征募”。其中，义乌传统拳类统称为义乌南拳，俗称“义乌拳头”，包含百余种古老拳法，以义亭、上溪、佛堂为圆心，辐射周边地区。2019年8月，义乌南拳获评第七批义乌市非物质文化遗产代表性项目。

在上溪，义乌南拳传承脉络清晰。清光绪二十四年（1898年），上溪镇塘西村人吴樟兴拜江湖人士沈寿为师，学习南拳，广收学徒，被尊称为义乌南拳第一代代表性传承人。今年8月，义乌市武术协会递交申请，将上溪镇荷市村人吴根法列为义乌南拳第四代代表性传承人（荣誉传承人），目前已经进入审核阶段。

“吴根法在50余年的教拳游历生涯中，收徒几千人，遍及浙江、福建、安徽、江苏、上海等地，奠定了良好的群众基础，扩大了社会影响力。如今，78岁的他仍在坚持免费教授拳艺，实现了传承推广义乌南拳的一生心愿。”申请材料中这样写道。

习武习德　内外兼修练功夫

初见吴根法，他精神矍铄，目光炯炯有神，说起话来中气十足，走起路来脚步生风。他笑称自己是武术爱好者，推广传承义乌南拳就是为了让学武之人强身健体、修身养性。这个初衷与他自己的学武经历有关。

上溪一带，自古便有百姓学武强身的传统。吴根法幼年时双亲亡故，体弱多病、个子矮小的他与祖母相依为命。邻居吴琳相是一名拳师，看他虽然个头不高，却是块习武的料子，建议让他学拳。年幼的吴根法平时爱看武侠小说、爱听讲书人说武侠故事，对武侠世界很痴迷，对吴琳相的建议自然欣喜。13岁时，他拜吴琳相、柳志明等知名老拳师为师，开始练习传统拳术、器械系列项目。后来，吴根法又师承太极拳名家王柏雄、张金贵、洪雪珍等人，并精通岳家拳、洪拳、广东南拳等多种拳法。

30岁时，吴根法开始教拳，不少同行前来与他切磋武艺。“当时与同行对打时，身体的任何部位，我可以不还手，但不会受伤。”他深厚的内功和修为，渐渐为更多人所知。40岁左右，上门拜师的人络绎不绝。“50岁之后，教拳、练拳纯粹遵从于自己的内心，做自己想做的事。”他说。

习武生涯中，吴根法参加过全国大大小小的武术比赛，摘得无数奖杯。70岁那年，他参加了浙江省第二届体育社团运动会，获得单器械金牌、拳术银牌，是赛事中年龄最大的运动员。在吴根法家的储藏室里，保存着一摞摞资料，有证书、奖章、奖杯，还有不少他与国内武术家的合影。

“未曾学艺先学礼，未曾习武先习德。”吴根法遵循习武人的古训，一直将有无优秀品德当作评价武林人物最重要的标准，从不轻易收徒。

“亲传弟子都是经过考察的，也是下跪敬茶行过拜师礼的。”吴根法说，只有坚持不懈内外兼修，才能把中国的传统武术练好练精、发扬光大，世代传承下去。

吴志丹是吴根法的得意弟子，他十几岁便跟着吴根法学习武术，至今已经二十多年了，曾在全国多个比赛上夺得双刀、单刀和五经拳等项目的银牌。“跟着师父可以学到很多东西，他几十年如一日，坚持练拳的精神就让我们非常敬佩。学习武术多年，我最大的收获就是身体强健、精神愉快。”

吴琅云是一名退休干部，跟吴根法学习太极拳才一年多时间。“身体状况有所改善，特别是精神面貌好很多了，可见学拳有养生的功效。”他说。

不少体质较差的人慕名而来，找到吴根法学拳，经过一段时间练习，身体状况明显好转。“学武就要坚持天天练，好功夫是‘养’出来的，越养生越长功，越练气血越通透。”吴根法说。

义务授拳　孜孜不倦续传承

“60岁时，我对自己说，苦心钻研的拳术应该传承下去。”也就是从那时起，他下定决心，广收学徒，义务教拳。

练习武术可以有效地帮助青少年外强体魄、内修身心。吴根法在教拳生涯中，尤其重视对青少年的培养。他曾在多所大、中、小学以及民办武校开课授艺，受益学生数以千计。2010年开始，吴根法还连续3年在义乌工商职业技术学院担任武术教练，进行传统武术培训。

多年来，吴根法东奔西走，坚持在多地社区、乡村、民间自发组成的习武场所免费教授拳艺。今年6月至7月间，他受义乌市武术协会之邀，开办公益培训班，为学员们教授五经拳，广受好评。

义乌双刀在民间流传已久，闻名全国。武谚云：单刀看闲手，双刀看双肘，又要看步走……粘手棒源于义乌，棍法有劈、戳、挑、撩……近年来，吴根法潜心钻研，将义乌南拳中多种传统拳术和器械类项目的基本要领总结提炼成文字，整理成谱系，一丝不苟地教授给学徒们。这些授课视频还被一一发送到学徒微信群内，供大家学习。

功夫有限，仁者无敌。虽然早已过古稀之年，吴根法仍孜孜不倦地为义乌南拳的传承推广奉献自己的心力。

“师父不以金钱为目的，只为把武术传承下去，武德十分高尚，这是最让我们敬佩的地方。”徒弟杨志和诚挚地说。

练武之人多懂医术，而吴根法家也世代行医。50岁时，他还去参加考试，取得高级按摩师资格。看到好的中药单方，他都会保存起来，分享给需要的人。

“中国武术博大精深，习武可以把经络打通，很多病症正是因为经络阻塞引起，学拳时间久了，筋骨强了，身体自然就好了。如腰椎间盘突出、颈椎病等，经过一段时间学拳，起到调理作用，那些症状就会有所缓解。”他说。

为了传承发扬传统武术，吴根法曾在金华市、义乌市武术协会等多个组织任职，并多年担任裁判、教练、领队，组织和参加大型武术表演和比赛活动。历年来，收获了不少荣誉，多次被评为义乌市优秀裁判员、武术先进工作者、武术突出贡献奖和金华市武术先进工作者、金华市武术健身个人奖等。2003年《义乌武术》一书出版，他被录选为封面人物。

“武术是我的兴趣所在，越练越想练，我这辈子也停不下来了。”吴根法说，“只要能把义乌传统武术传承下去，我便没有遗憾了。”

吴根法展示义乌双刀之“白蛇出洞口吐信”招式。

吴根法教授粘手棒之“反流水”招式。

《鱿钓》 丁建纳

畅绘山海
——义乌·岱山现代民间绘画展举行

□ 全媒体记者 卢丽珍 文/图

本报讯 11月12日，由义乌市文化和广电旅游体育局、岱山县文化和广电旅游体育局主办的“畅绘山海”——义乌·岱山现代民间绘画展在赤岸镇综合文化站开展。

义乌与岱山同属吴越大地，虽隔几百里，有着不同的地域环境、人文风俗，但有一种文化基因却是相连的，那就是老百姓喜闻乐见的艺术种类——民间绘画，岱山的渔民画和义乌的农民画。

此次共展出义乌、岱山两地艺术家创作的农民画、渔民画作品40件，这些作品带有浓郁的地方特色，充分展现了两地地域之美、两地艺术家的个性之美，通过绘画作品，进一步增进两地间相互了解，激发创作者精神共鸣。绘画展展览时间持续至2022年11月30日，赤岸镇展览结束后将在国际商贸城巡展。

诗画义乌 水墨婺城
——义乌·婺城两地文化走亲书画交流展开展

□ 全媒体记者 卢丽珍

本报讯 11月15日，“诗画义乌 水墨婺城”——义乌·婺城两地文化走亲书画交流展在金华铁路文化公园开幕。

此次文化走亲书画交流展由义乌市文化和广电旅游体育局、金华市婺城区文化和旅游体育局主办，义乌市文化馆、金华市婺城区文化馆承办，共展出50余幅书画作品，涵盖水彩画、漫画、油画、数字绘画作品等种类，包括抗疫主题作品、党建主题作品以及描绘与义乌有关的主题作品。展览时间为11月15日至22日。

交流展上，艺术家们以书画为纽带，推动两地情谊相连、交流互鉴，进一步促进两地文化资源共享，以更多更好的作品厚植两地共有的精神家园。

文化走亲进校园

日前，“丝路义乌 康养武义”——义乌·武义两地文化走亲书画作品交流展走进武义县各乡村学校。

此次文化走亲交流展内容包括我市的40幅廉政主题漫画和40幅描绘武义改革开放、生态保护、社会主义新农村建设的绘画作品。

全媒体记者 卢丽珍 图

“流动少年宫”走进榨糖现场

□ 全媒体记者 王佳丽

本报讯 日前，义乌市青少年宫联合稠城街道新时代文明实践所，开展了“流动少年宫”走进榨糖现场活动。青少年们前往义亭镇西楼村，了解红糖制作技艺，感受传统榨糖文化，体验有趣的榨糖活动。

据悉，西楼村有着“中国红糖第一村”的美誉，西楼红糖更是国家级非物质文化遗产项目。当天，青少年们来到农田，现场了解糖梗的生长环境、种植方法，享受田间乐趣；随后，在榨汁车间，了解机器将糖梗压成糖汁的过程，淡淡的糖汁香令人垂涎；在熬糖车间，近距离了解柴烧铁锅熬制红糖的传统手艺，感受古法义乌红糖的制作过程；在红糖基地科普馆，了解义乌红糖文化的发展历史、亲自试吃各种红糖制作的美食……这趟旅程拓展了孩子的知识面，丰富了他们的校外生活。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。“流动少年宫‘五走进’系列活动”是市青少年宫面向全市青少年儿童、服务大众的品牌公益性系列活动之一。近年来，市青少年宫积极助力“双减”，整合校内和校外资源，打造“青少年新时代文明实践中心”品牌，引导青少年参与更多课外活动，增强体育锻炼，真正做到聚焦培育时代新人，全面提升全市青少年儿童素养。