

■ 掌故

致柔太极百年的

宁波印迹



陈微明



徐文甫



林炳尧(右)

汤丹文

今年5月,沪甬两地分别举行了太极致柔拳社成立百年的纪念活动。在中国太极拳特别是杨氏太极拳的传播发展史上,成立于1925年的致柔拳社是重要的社团。它的创始人是杨氏太极拳第三代宗师杨澄甫的十大弟子之一、人称“通达第一”的陈微明先生。

陈微明出身于书香门第、官宦之家,曾举孝廉,任清史馆纂修,是《清史稿》20多位作者之一。1915年,陈微明师从孙氏太极宗师孙禄堂,学形意、八卦。后又拜杨澄甫为师,学艺8年,尽得杨氏太极精髓。1925年农历五月初五,陈微明在上海成立致柔拳社。社名典出《道德经》:“专气致柔,能婴儿乎?”陈微明创立拳社后,教授内家、形意、太极、八卦,并在苏州、广州等地成立分社,是太极拳南传第一人。后人以“文胆儒侠、豹变江东”赞之。致柔拳社成立6周年,孙禄堂南下,他说:“40年前,习太极拳尚少。至陈微明南来,乃大盛于南方。”

太极拳既是一种技击功夫,讲究“四两拨千斤”,也是大众防病强身的健身项目,陈微明创办致柔拳社自然以“祛病强身”为宗旨,也重视弘扬太极拳这一国技。他著有《太极拳术》等多本专著,以“水”比喻太极的致柔之道:“天下莫柔弱于水,而攻坚强者莫之能胜,以其无以易之。”他提倡太极“无老少、无文武、无男女、皆可学、皆当学”的全民健身观念。

而致柔太极百年历史中,亦留下了宁波人参与的深深印迹。

陈微明创立致柔拳社后,收了许多名人为徒,其中有来自宁波小港李家、创办四明银行的企业家李云书。而他最为亲近的宁波籍弟子是徐文甫和陈铎鸣。

致柔拳社初创于上海武昌路,场地狭小。后来,陈微明租用了位于西藏中路“跑马场”附近的宁波旅沪同乡会大楼的底层,作为教学场地。这里的四楼,则是鄞县人徐文甫开设的少林武馆。

徐文甫是民国时期著名实业家、武术家。他从小喜爱武术,在《我与国技》一文中自述“予武夫也”,入私塾,读四书五经,“过目即忘,惟闻尚武任侠之说,则此心即跃跃欲试”。

1907年,徐文甫进入“辛亥三杰”徐锡麟、陶成章、秋瑾创办的绍兴大通学堂。当然,最初他并非有意识地投奔革命事业,而是认为“当时各地拳术名家,皆荟萃于该校”。大通学堂是辛亥初期培养革命党人、军事骨干的现代军事学校,这里是徐文甫接受正规武术训练的开始。不久之后,他成为“同盟会”基本会员、“光复军”起义骨干。

徐锡麟、秋瑾起义失败后,徐文甫亡命天涯,遍访武林圣地,拜师学武。他先后到九华山、嵩山少林寺、河北任丘、福建南少林等地,学习武当剑、少林剑、洪拳、五行拳等武术,因为“天姿弥高,尽得其全”。据说,年轻之时,徐文甫“百斤重的石担用脚踢上来,就可单手抓稳”。每年正月初三,宁波江东(现鄞州)立鹤庙摆武林擂台,他亦是擂台“五虎将”之一。

年轻时,徐文甫的功夫属刚猛一路,直到他遇见陈微明。当时,他看到太极拳“软绵无力”,不明就里,就与同为少林武馆教练的宁波人陈铎鸣一起找上门去,要与陈微明“过手”一下。陈铎鸣是上海华德钟表行的经理,精于武当功夫。

而陈微明回答:“要过手可以,你们先在我这里学3个月,不是学友不交手嘛!”徐、陈两人只得耐住性子学了一段时间。

老先生教授了太极拳技击之法后,就和徐、陈两人“过手”了。比武中,不管两人用什么方法进攻,陈微明总是用“揽雀尾”的一式“挤”来对付,每次都把对方重重地挤向墙边。

比武后,陈微明告诉他们:“太极之拿,并非用大力按住使之不能动也。太极拳之拿劲非以手抓握,而是用沾粘之

法而拿之。”最终,两人心悦诚服,索性摘下少林武馆的招牌,偕几个好友共同向陈微明学习杨式太极拳。

练太极之后,两人把它应用于实战。有一次,陈铎鸣的钟表行闯进来两名强盗,声言买两只金表,等拿到手后,就拔出手枪对准陈的胸口,威胁不许动,企图夺路而逃。陈铎鸣沉着冷静,用太极拳中“采”的手法,瞬间将手枪夺了过来,并与徒弟一起制服了强盗。当陈铎鸣把强盗送到巡捕房,捕房的外籍警官还不相信,拿枪比画之际,陈当场又以太极手法夺过警官的枪,赢得围观者一阵喝彩。最后,巡捕房赏给陈铎鸣及其徒弟邹光明300块银圆,以表彰他们的功劳。此事在上海坊间被传为美谈,也让致柔拳社名声大振。

而徐文甫学习太极之后,内家、外家兼具,加之实战在行,其武林生涯的高峰是被上海市民义勇军聘为国术教练。当时,徐文甫从义勇军1000余人中挑选了200名骁勇善战者,组建了一支“大刀队”,后来在淞沪抗战中发挥了冲锋杀敌的作用。

自师从陈微明后,徐文甫和陈铎鸣除了跟随左右,长期赞助拳社外,更是身体力行,为推广太极作了许多贡献。

1928年4月,太极宗师孙禄堂抵沪,致柔拳社在宁波旅沪同乡会大楼开会欢迎。据当年4月30日《申报》报道,欢迎仪式后还进行了国术表演:“徐文甫、陈铎鸣之宁波拳对手……皆出色当行。”这里的“宁波拳”,就是鄞县松溪派祖传的“内家拳”。

1929年11月,浙江国术馆在杭州举办“浙江国术游艺大会”,汇集全国武林界600余人。徐文甫分别代表致柔拳社和鄞县国术队三次献演大、小洪拳和少林八卦大刀。

新中国成立后,传承致柔拳社“发扬国术”“修身养性”之志的中坚人物也是宁波人,他叫林炳尧,他最大的贡献是使上海致柔拳社复社。

林炳尧出生于1923年,1936年在宁波师从吴涵秋学习太极拳。1938年,他求学上海,并加入精武体育会,师从王凤岗、佟忠义学习潭腿、摔跤。1942年入上海致柔拳社,师从陈微明学习杨式太极拳、杨式太极长拳、太极剑、八卦掌,为陈微明关门弟子。林炳尧学拳近10年,这期间又得牛春明、田兆麟、褚桂亭、叶大密等前辈指点,尽得杨式太极拳之精髓。

林炳尧人致柔拳社时,在一家绸布店当店员,每个月薪水不到10元。而当时致柔拳社的学费,每月也要10元,如果学全部课程,需3年。陈微明得知林炳尧的经济状况后,就免去了全部学费。这一恩情,让林炳尧铭记于心,并将其传承了下来。

1962年,林炳尧开始收学生教授太极拳。最初,他只是每天去复兴公园晨练,那时,有两个气色不好的青年,常常站在旁边看他晨练。交谈中,林炳尧得知他俩因生肺病而失业,也没有钱去看医生。他们希望跟着林炳尧练习太极,林应允了,就这样一同练了起来。逢月初,这两位年轻人总要缺课几天,起初林炳尧不明白是什么原因,后来才知道他们无收入来源,月初最为拮据,无钱乘车来复兴公园。林炳尧说:“月票钱可以问我要,但不能缺课。”经过几个月的锻炼,他俩的体质果然大有改观,脸上也出现了红润的血色。之后,跟着林炳尧学习太极的人越来越多。

1983年,林炳尧在故乡广收门徒,开始了致柔太极在宁波的传播。1988年5月22日,承陈微明遗志,上海致柔拳社复社,林炳尧任社长,聘请上海市武术协会主席顾留馨为名誉社长。而他的日本弟子在静冈成立致柔拳社分社,开创了致柔太极在海外的传播。

1993年10月6日,在林炳尧的大力支持下,宁波致柔拳社成立。2024年10月,鄞州区致柔太极研习所成立,在第三代传人裘勤刚的带领下,继承先贤遗志,赓续致柔法脉,传承太极精髓,以造福社会。(受访者供图)

■ 老物件



上图右侧角落里是适宜放置高镬盖的立式镬盖架。(摄于慈溪桥头余秋雨故居内)

桑金伟 文/摄

羹架、砧板、高镬盖,都是寻常百姓家老式灶台上的用具,普通得一般人不屑于去写它。但倘若此文能勾起您的美好记忆,我会很开心。

“羹架”是土得掉渣的本地方言,是指用柴火大灶烹煮时、在高镬盖下蒸食物时用的架子。现今的称呼是“蒸架”,外地有习称为“算列子”的,不知是否还有其他更贴切的称呼?

在建筑上,也有一种叫“算列子”的落水装置(也称“雨水算子”“算子板”),它往往由水泥、生铁等制成,盖在落水口上,式样以方形为主。而羹架多为圆形,是用竹片或木片纵横两层扣接在一起,形成较多孔洞,以通气流。

有一张羹架的照片,摄于江西景德镇浮梁瑶里。它的特殊之处在于纵横两层竹片下,又增加了一个十字撑,使得这个羹架特别结实,其上必能搁置更多东西。

看到它,让我想起50年前的往事:那时,乡村人家大多喝生水,一天,偶见一农户用大镬烧饭时,加蒸了一“斗缸”的水。此罕见之举的背后意味深长:当时食物匮乏,别无菜肴可蒸,又舍不得浪费锅内的蒸汽,于是,知道烧热水好处的农户,随手把水也蒸上了。当然,这也从一个侧面反映出他家的羹架十分结实。

几年前,慈溪市白沙路街道华乾生的老家被拆,邀我专程去拍些老照片。他家的羹架有4个,大小各异,说明早年是“吃饭大人家”。羹架经长年蒸煮,已发黑钙化。

砧板,又有称“斩板”的,无论贫富,家家必备。本地百姓有“柏树砧板”一说,引申义是指常板着面孔的那种人。“柏树”,估计就是乌柏树,是做砧板的常见木料。

砧板有方形和圆形之别,前者是方形的块板,后者往往是一段树墩。饭店或食堂的砧板又有生熟之分,“生”砧板专切生食,“熟”砧板专切熟食,不可混淆。

学生时代必读的古文名篇《鸿门宴》有载:坐须臾,沛公起如厕,因招樊哙出。沛公已出,项王使都尉陈平召沛公。沛公曰:“今者出,未辞也,为之奈何?”樊哙曰:“大行不顾细谨,大礼不辞小让。如今人方为刀俎,我为鱼肉,何辞为?”于是遂去。乃令张良留谢。

文中说到了“俎”,现在一般解释为古代切肉用的砧板。古代的“俎”多木制,也有青铜铸造的。后者上升为青铜礼器。在“礼不下庶人”的中国古代,青铜俎主要用于上层社会祭祀时摆放三牲等祭品和宴饮时切割熟肉,它的形状与几案相似。说白了,“俎”就是“熟”砧板。

“镬盖”也是本地方言,即锅盖,常见的有高镬盖和平镬盖两种。它们最大的区别是,高镬盖的内部空间大,可以放置羹架并且蒸菜,平镬盖内却不能。

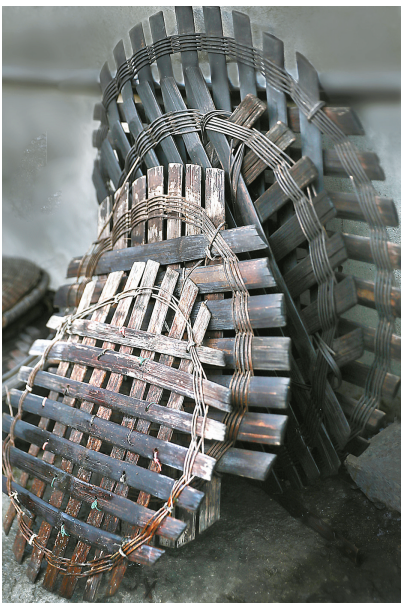
不禁想起当年支农时的场景:农忙时节,农户哪有工夫又烧菜又煮饭的,因此总是“一锅端”——下面煮饭,上面蒸菜。羹架上蒸一棵大白菜,高镬盖一盖就烧火,饭香了,菜也熟了。熟菜放入大碗,加少许盐粒,用筷子笃几下,就可以进餐了。

过去,宁波一带的高镬盖都是用木板箍成的,不过,我在重庆白沙古镇见到的高镬盖是用竹编制的,在河北井陉拍到的高镬盖是用秸秆打成的。

高镬盖很占灶台空间,为克服这一缺点,人们就在灶台上部悬一个横式的镬盖架。也有做成立式镬盖架的,用来安放高镬盖最为妥帖。慈溪桥头余秋雨故居的灶间内,就有一座落地的镬盖架,上两层放的是平镬盖,下两层放的是高镬盖。



带十字撑的羹架。(摄于江西景德镇浮梁瑶里)



宁波一带典型的羹架。(摄于慈溪白沙路街道)



悬挂着的砧板。(摄于温州文成龙川)



用一段树墩制作砧板。(摄于广东恩平市老城区)



太极致柔拳社成立百年在宁波的纪念活动