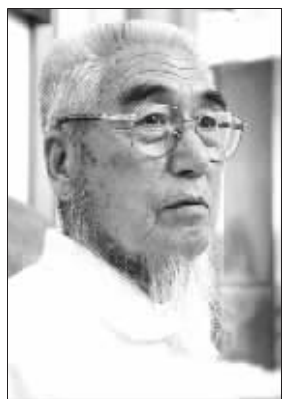


武林60年 武术家马振邦外传



81岁高龄的马振邦身体很硬朗

他八岁开始习武,投师众多名家,不仅精通太极拳、八卦掌、混元益气功、陕西红拳、“十路弹腿”等中华传统武术,还深入研究摔跤、拳击等技术,对形意拳尤为擅长,他就是形意拳名师王青山的得意弟子——马振邦。

因幼时身患疾病,马振邦拜师学习武术。解放后带出赵长军、黄大鹏等多名高徒;改革开放以后,成为中国大陆最早的影视武术指导。

1949年2月,西安举行了一场喜庆、热闹的婚礼,21岁的马振邦迎娶了一个和自己青梅竹马的姑娘。结婚那天,西安武术界30多位有声望的人纷纷前往祝贺,按照旧时礼仪,表示对武林同道的祝福。

3个月后,西安解放,传统意义上的“武林”不复存在,门派之争也销声匿迹,西安的武术界经历了一次新生。

解放前学武术只为强身保命

马振邦1928年出生于西安大皮院一个贫困的家庭,在他出生之前,家里已经有了3

个孩子,两个哥哥、一个姐姐。

那时的西安城,破败、泥泞的街道两侧大多是土木结构的矮房子。即便如此,马振邦的父亲也没能给全家买下一间容身的房子,只能四处租房,背着铺盖卷,带一家老小搬来搬去。

马振邦说,打小时候记事起,很少能吃到饱饭,每到吃饭的时间,父亲和母亲经常可怜地在厨房里转来转去,却找不到任何可以吃的东西。

这种情况一直持续到马振邦四五岁时,父亲在一家羊肉泡馍馆找了份切肉的工作,才算渐渐有了些着落,并积攒了一些钱买下两头牛,让家人卖牛奶维持生活。

每天马振邦用绳子提着一个瓷罐,给别人送牛奶。父亲和两个哥哥后来开了个小皮革厂,做皮鞋的鞋面和鞋底。

8岁那年,一场疟疾差点摧毁马振邦的身体,医生束手无策。无奈之下,父亲找到一个叫白云祥的拳师,让孩子学武术,指望通过练武,强身保命。没想到,马振邦跟随老师练习了一段时间“七势门”,疟疾竟然痊愈,再也没发过病。

自此,马振邦开始迷上武术,每天除了卖牛奶,就是练习拳脚,先后师从多个武术名家。上世纪40年代初,老师白云祥把马振邦介绍给查拳名家马恩臣学习“十路弹腿”和查拳;后来又拜形意拳大家王青山为师。

十几年苦练,马振邦练就了一身好功夫。练成形意拳、八卦掌、太极拳后,马振邦又学过“三才剑”“混元益气功”“劈挂掌”,在当时的武术界有了自己的影响。

遵从师命,马振邦艺成后,不给富人当保镖,不在街上卖艺,每天依然从事着自己以往的生计:用绳子提着一个瓷罐送牛奶。

解放后有资格参加武术比赛

1949年5月20日早晨,不断有枪声从城墙的北门和西门

传来,解放军大兵压境,国民党军逃离西安,古城处于政权更替的“真空”状态。

马振邦一直沉迷在武术里,每天除了忙于生计就是练功,对共产党还很陌生。解放那天,马振邦呆在家里一天没出门,大军入城,却没有人闯到家里抢东西,好像跟国民党宣传的“真空”状态。

没几天,一个穿军服的共产党干部进了马振邦的家,不是抢东西,而是专程拜访,想请他以后支持政府的体育工作,对此,马振邦说:“振奋的心情很难表达。”

1950年,师傅王青山返回河南新乡老家;那一年,马振邦的大女儿出生。家里的皮革厂开到1952年时,政府对皮革统一购销,马家就又开了一家“民丰奶厂”。

1953年,马振邦终于有了“用武”之地,他参加了在西安举行的“西北民族体育运动大会”,获得二等奖。不但得到奖品,政府考虑参加比赛耽误卖牛奶,还给补助了40元钱。

1956年,28岁的马振邦又在全国比赛中获得二等奖,后来又拿了个一等奖,名扬全国。

解放前,很多民间拳师都在西安开馆授徒。门派很多,有六合拳门派、查拳派、少林派、太极拳派等,偶尔会起纷争,较量功夫。解放后,门派之争一夜之间销声匿迹。

马振邦回忆说:师傅王青山精通形意拳、八卦掌、太极拳,在西北很有名望。曾有人试探王青山的武艺,有一次,王青山端着一碗面站在门口吃饭,几个小伙子一拥而上去撞他,王青山不用手也不用脚,端着一碗面走一圈儿,就把几个小伙子撂倒在地。

师傅用的是形意拳的肩打、胯打和臀打,紧贴对方,蜻蜓点水一般把对方撂倒。

凌晨3点半训练学生

解放后,马振邦通过与共产党干部的接触,了解到应该让更多的人了解武术,学习武

术,提高身体素质。马振邦要求自己,不介入门派之争,踏踏实实钻研武术。

有一次,马振邦在莲湖公园练武,一个朋友想要切磋一下,马振邦站在那儿,让对方先出招,等那人拳脚袭来,马振邦不理不睬,只把腿一伸,对方“哎呀”一声跌倒在地,卷起裤腿一看,腿上肿起个核桃大的包。

其实,马振邦小腿胫骨的“磕碰”功夫非常了得,平日里与师兄相隔一尺,拉开腿全力去碰,如同两根木棒相撞,“梆、梆、梆”的响声在门外都能听见,这双“铁腿”是苦练得来的。

1959年陕西省体委成立武术队,邀请马振邦担任主教练。马振邦没有像旧社会老拳师那样,对授徒传艺遮遮掩掩,而是对学生一视同仁,教起学生来毫不保留。

马振邦每天凌晨3点半带学生训练,有人觉得起得太早,休息不够,精力不足。马振邦却说:子夜时阴至极,中午时阳最盛,只要晚上11点按时休息,中午坚持午休,阴阳转化更替会更顺利,会使一天精力充沛,成效倍增。

果真,马振邦带学生这样训练了一段时间后,男生女生“个个红光满面、精神饱满,成绩提高很快”。

马振邦除了重视教套路,也重视实战技击,突出攻防意识的训练。

马振邦有一个秘诀是“打吸不打呼”,就是对方呼气的时候不打,吸气的时候才打。“文革”前,马振邦带出的学生,多次在全国武术比赛中夺得前三名,其中,徐毓茹曾获得全国女子全能亚军并多次获单项冠军;高西安曾获得全国传统拳冠军。

“文革”中练“语录拳”

后来,由于极左思潮干扰,传统武术被视为“四旧”“封建糟粕”,为了继续练武,避免造反派的指责,马振邦和别的武术教练打起“语录拳”,边念毛主席语录边打拳。

马振邦还编了一套“器械搬家”拳。尽管如此,马振邦还是被扣上了“封建把头”的帽子,只是没人敢对马振邦进行“武斗”,最多也就是把他推进黑屋子里关几天。

1969年12月,马振邦下放到武功县西川大队接受贫下中农再教育。下放的三年间,马振邦再没有练习过武术,只闷头干活。他看村里仍旧使用油灯,还没通电,就托武术界的朋友从西安城里给村民搞来电线、灯泡等,还用卡车给村民拉来电线杆,这个村子从此告别了油灯,村民对马振邦也非常关照。

这期间,不少年轻人想悄悄拜师学艺,都被马振邦婉拒了,他担心自己收徒授艺,害了年轻人。后来,马振邦才想通:“教武术有什么错呢?他们要跟我学武术,这说明大家喜爱武术,需要武术。”

不久后,马振邦收下了年仅十岁的赵长军,这个徒弟后来连续十年蝉联国内外男子武术全能冠军。“文革”后期,马振邦再次拥有带学生的资格,青海省体委请马振邦去帮他们组建武术队。1976年毛泽东去世时,他刚领着青海武术队的学生从东北参加完比赛途经北京,马振邦带学生就在北京停留几天,参加完哀悼会和学生一起乘火车返回青海。

那列从北京开出的火车,一路上没有一个乘客说话,都苦着脸,是马振邦这辈子乘坐的最“沉寂”的一趟火车。马振邦把学生带回青海后,辞职返回陕西省体委,继续训练武术队的学生。1979年8月21日,马振邦入了党。

改革开放全国兴起一股习武风

上世纪80年代出现武术热,《武林》杂志风靡全国,全国兴起一股习武风。仅1985年跑到少林寺和武当山学武的孩子,就有近20万人。陕西举办的武术比赛,报名者竟有上千人。

1982年9月,马振邦正在理发馆理发,电影《武当》的副导演辗转找来,想请马振邦在

《武当》里扮演南山道长。还说:“香港拍了个电影《少林寺》,少林寺是外家拳,咱们拍一个内家拳的电影《武当》。”

经陕西省体委同意,马振邦被借调到长春电影制片厂,一拍就是7个月。他不但自己去了,还带去赵长军等五六个学生。

随后,马振邦又接拍了《大刀王五》《八卦连环掌》《岳飞》等多部电影和电视剧,除了在里面扮演角色,还兼任武术指导,是当时中国大陆最早的影视武术指导。如今的影星张国立,就是跟马振邦开始学习武术表演的。

2005年,77岁的马振邦收下“关门弟子”——来自河南南阳的黄大鹏。黄大鹏在中央电视台2007年“武林大会”节目中一战成名,坐上了争霸赛的头把交椅。黄大鹏在北京夺冠,离不开马振邦的辛勤指点。

遗憾晚辈中习武的人太少

马振邦1989年退休,如今已81岁高龄,却身体硬朗,精神很好,这得益于70多年的武术实践。目前,老人除了在家撰文整理自己的武术经验,还定期外出指导学生。如今,老人已经出版了《十路弹腿》《武术初学二十六讲》等多种武术著作。

让马振邦老人遗憾的是,儿子、女儿、孙子、孙女中,学习武术的甚少。儿女中,有的喜欢养鸽子,有的喜欢唱歌,只有大女儿武术学得还不错。在孙辈中,如今只有三女儿的孩子还在练武。

有个孙子刚开始学武术学得还不错,有一次因为睡懒觉耽误了早晨练功,被马振邦用皮带暴抽一顿,孙子干脆不学了。

记者到马振邦家采访,他的老伴在里间抱怨:“他教别人家的孩子学武有耐心,教自己家的孩子非常缺少耐心,常常动怒。”

马振邦解释:“我怕他们不好好学,坏了马家名声。”

据《华商报》

从艺60年 梨园翘楚的双重人生



沈永明在《凤还巢》中的旦角剧照

戏里,他喜好演女子;戏外,他是真正男儿。

他是中国著名京剧表演艺术家,能横跨小生、旦角、老生三个不同行当、不同性别的领域,被称为“梨园翘楚”“重庆张君秋”,他就是沈铁梅的父亲沈福存。从艺60载,沈老的艺术人生,和新中国同龄。

违抗父命“吃开口饭”

沈福存75岁了,还没退休。“老了,我还忙起来了。”除了偶尔演出,沈老现在常被中国戏曲学院、东北师范大学

等高校请去授课,为京剧艺术培养新的接班人。

前不久,沈老参报了一项戏曲界的国家级大奖,得奖呼声很高。

“其实我们一家人就是普通人的,包括我大女儿沈铁梅。”近日,在位于重庆黄泥口流星花园小区的家中,沈老告诉记者,如果非要说他有什么不同于其他人的地方,那就是,他同时经历了男人和女人的双重人生——在台上,他就是女人,没人看得出来是男人;台下,他就是一个阳刚的硬汉!

1924年底,沈老出生在四川巴县木洞一个贫穷的农民家庭,本来名字叫沈永明。

“小学班上有女同学的父亲是唱戏的,她常常哼,我就常常听,慢慢就喜欢上京剧。”沈永明跟父亲说过很多次,想去唱戏,都未获准。好几次,父亲还发火了,要打人:“戏子就是有钱人的玩物,我们的家训就是,就算饿死,也不吃开口饭(唱戏),不穿黄皮皮(国民党军队服装)。”

但沈永明一有空就往戏园子里钻,看“厉家班”的戏:“他们天天都要演《西游记》,每天不同,那些猴子都是些和我一般大的娃娃扮的,我就特别想扮猴子。”

1948年,父亲去世,沈永明便去求母亲,要进“厉家班”,说男孩子一定要养活自己。面对5个未成年的孩子,母亲自顾不暇,也就由儿子去了。就这样,沈永明违抗父命开始了“吃开口饭”的生活。那年,是1949年。

“开始学老生,跑龙套,有时没小生时,就顶替演小生。”沈老说,重庆解放后,“厉家班”改为重庆京剧团,他将名字改为沈福存,开始唱旦角,开始注意女人是怎么生活的。

演旦角拿“全国粮票”

第一个旦角戏是在《天下第一桥》中饰演主角的妻子,词不多,但他一开口,台下就响起雷鸣般的掌声,师傅还奖了他两块银元。这是他以前没体会过的:“师傅说我大小嗓子都好,用现在的话说,是音域广。那时团里没有专门的男旦,而旦角挂牌的机会要大些,我就想专攻男旦。”沈老回忆。

上世纪六十年代后,沈福存的名字在重庆已是家喻户晓,他也成为一家的经济支柱——母亲和妹妹的生活费都由他承担,他自己却过着清贫的生活。1965年,他和川剧演员许道美结为伉俪时,连床都不敢买一张。

文革开始,男唱女唱男遭到禁止,沈老只能演老生。1978年恢复传统戏后,有人说:“你老生演得这么好,别演旦角了。”沈老幽默地回答:“我演老生拿到的是四川省粮票,演旦角可拿全国粮票。”

沈老的旦角戏和别人不同,有时代气息:“从前看戏实际上是听戏,闭着眼享受,不时叫好。现在有电影电视,除了唱,还着重表演,讲究声、色、艺,打破常规。”

沈老特别注重将生活中的细节运用到表演中,在细微处下功夫。“比如演女子出门,要先扯一下衣服,还要摸一下头,得考虑古时女子烫发是用米汤浆,抹头发是用刨花油。表演时动作就得符合这一历史常识。”正因为如此,同一出戏,沈老的表演就比别人多一些动作和多几分传神。看沈老的舞台照,完全看不出是个男人。

沈老真的拿到了“全国粮票”,被称为“重庆张君秋”,著名戏剧家、评论家马彦祥看了他的演出后,即兴挥笔“梨园翘楚”相赠……

男人演女人,总会受些委屈,一开始,沈老常被人讥讽为“像个寡妇”“娘娘腔”……他默默忍受着。如果说他最先演旦角是为了挂头牌,那么到后

来则是因为他已完全读懂了旦角的艺术魅力。“艺术是从生活中提炼出来的,舞台上的假和夸张都是真实的假,已升华为了艺术。男人演女人是一种艺术的美,女人演女人是一种真实的美。”沈老更喜欢艺术的美。

教铁梅台上“不要脸”

沈老一家是梨园世家,三个女儿都特别有孝心。大女儿沈铁梅两度获得梅花奖,这让沈老特别欣慰。

沈铁梅从小生活在京剧团里,喜欢京剧,可团里不招人,她就去学了川剧。“她小时害羞,上台就紧张,我就告诉她‘台上要脸就叫不要脸’,这是师傅教我的,意思是上台要完全放开。”

戏曲是相通的,日常工作中,沈铁梅总爱向父亲请教,包括名动海内外的《金子》中几处出彩的地方,就是父女俩一起完成的。

沈铁梅以前唱《祭江》时,总感觉劲头把不准,行腔运用不当,父亲就告诉她要体会人物内心,体会主人公祭完江后为什么投江,不能死唱,要有情。

“在台上,他生活在女人的世界中,很投入。台下,他是

个硬汉,困难时期和文革期间,生活、政治和艺术上都那么艰难,还拉扯着一大家人,他都挺过来了。”老伴许道美说,现实生活中的沈老和台上截然不同,即使是一些票友看到他,也看不出他就是舞台上的那些女子:“因为了解女性,平常他特别理解我,几乎没吵过架。在我心中,他是最男人的男人。”

年纪大了,沈老患上高血压和糖尿病。他和老伴常沿着公路步行,由黄泥口,经五里店、朝天门大桥、弹子石,再坐车回来;或从五里店经黄花园大桥、嘉滨路到嘉华大桥,来回3个多小时,每周3次。

沈老看上去精神矍铄,比实际年龄年轻,空闲时,老两口在家里切磋戏曲、养养花:“老年人就得找点爱好和乐子,跟上时代的步伐,保持年轻心态。”沈老乐呵呵地说。但说到年轻人,他脸色又沉重起来。

“现在真正懂戏曲的人越来越少,很多年轻人学戏曲只是当成业余技能。我碰到好几个很有天赋的孩子,可他们都不愿入行,唉——”如何将戏曲和市场结合起来,这是沈老思索了很久的问题。

据《重庆晚报》