



瑜伽(左)的服装、姿势,确实比中国功夫(右)洋气点

## 其实,跆拳道、瑜伽都是中国种 中国功夫为何没洋功夫吃香?

文 / 本报记者 金梁 图 / V3 影堂

记者在网上做过一个简单的调查:跆拳道和中国功夫,你想练哪个?  
答案非常一致:跆拳道。  
将近 90% 的年轻人这样选择。

### 女孩爱的瑜伽是一种太极柔功

“现在流行练跆拳道,杭州有很多培训班的,我身边很多人都去学了,虽然学了后不一定能打得过坏人,可至少心里不是那么慌了,作为强身健体也不错啊。”一位冯姓小姑娘说道。

“中国功夫啊?太极这样的?练起来太慢了,没有节奏感,也没什么气势,太枯燥了,我肯定练不下去。好像中国的武功要练很久的基本功,又没办法速成,我哪里来时间去学这个啊?”工作已经有两三年的小叶回答道。

跆拳道可以克敌制胜,中国功夫也可以;跆拳道可以强身健体,中国功夫也可以;跆拳道有各种培训班,中国功夫目前也有……可为何许多年轻人只钟爱跆拳道呢?

陈晓雷,练过 6 年功夫,有散打、拳法套路、跆拳道等。“如果让我选,我会选择中国功夫。现在不是说要发扬中国传统吗?其实中国功夫就是最传统的东西,它目前一直保留在老一辈的手里,等他们老了,这种传统就传不下去了,中国武术不能后继无人啊。”

“很多人根本不知情,所谓的跆拳道、空手道,其实都是中国的一种唐手道的武功,流传到国外后,就变成了人家的功夫。姑娘们喜欢练的瑜伽,其实是太极柔功的一种,说穿了都是中国功夫的演变。”陈国新说。

### 为何外来的功夫好念经?

明明源头都是中国功夫,人家在国外转了一圈回来后,就成了年轻人喜欢的方式,可传统的中国功夫就一直被“雪藏”了。

“中国武术没被大面积推广也是有原因的,传统观念认为这个人要是学了功夫的,就会担心这个人会不会闯祸。韩国人有点不同,他们把跆拳道作为本国的文化在宣传,因此学习跆拳道,就是了解韩国文化的一种方式,这种境界就提高了。”陈国新介绍说,中国武术为何不能上奥运会,那是因为武术的套路套数太多,不能确定到底哪个可以用来正式比赛。

“洋功夫未必一定比中国功夫好,拿瑜伽来说,练的同样是柔功,但世界上很多人因为练瑜伽而受伤,韧带拉伤的非常多。可你听说过练中国功夫受伤的吗?很少吧,这就是两者的差距。”

### 练中国武术,这苦可以越吃越少

不论在起源和效果上,中国功夫绝对不亚于洋功夫,可为何年轻人偏偏喜好后者?

曾有调查,说中国各地区武术协会会员中,其中过半是学太极拳的,以强身健体为主要目的,50 岁以上的占了 70% 多。“杭州目前的情况也差不多,年轻人学武术的太少了,主要都是觉得太枯燥了。”

学武有句老话:练拳不练功,到老一场空。说的就是练拳法,一定要从基本功练起,从一开始把拳法的套路练好,这样才能有所成就。可有多少年轻人能受得了从小练基本功的苦呢?“武术就是如此,我们从小就是这么练起来的,但形势在变,如果中国武术还是要沿用以前那套的话,就找不到人继承和发扬,毕竟现在的年轻人能像我们过去那样练的太少了。”朱兴根说。

如果只靠少吃点苦来吸引年轻人的注意,是远远不够的,武术拳法的套路也在变化,最早的武术是以格斗为目的,如今有些是为了样子好看。拿“挡”来说,从实战来说是双手收拢在一起,护住头部等要害,把整个身子

收拢在一起,让受力面变小;而如今呢,“挡”就要挡得漂亮,一手举头一挡,样子又好看,气势又强。

陈国新在一旁又谈起了杭手:“年轻人为什么喜欢学跆拳道,因为他们觉得学那个有气势,打起来很帅气,其实中国功夫也可以。杭手有两点最能吸引年轻人注意:一、讲究对抗性,年轻人喜欢有挑战性,不像太极那样一个人自己练;二、杭手不需要太多的武功套路,年轻人喜欢耍聪明,不喜欢古板的東西,估计会喜欢。”陈国新觉得杭手能够风靡杭州,是因为投了年轻人的所好。“我们在努力把中国功夫年轻化,最近为饮马井小学编了一套拳击操和武术操,小孩子一听到练武术,都非常兴奋。”

### 中国功夫还需要包装

目前,杭州的一些武术培训班大多以公益性质为主,不收钱,可依然学的人非常少。

“瑜伽,基本上已经是瘦身的专用词了,听上去就非常时尚;跆拳道,也是时尚健身的一种方式;而武术呢,听上去依然还是土土的,虽然我知道它很传统,但就是吸引不了我的注意。”小叶评价道。

“不可否认,瑜伽和跆拳道的市场包装不错。杭州各种健身项目中,拳击、散打的吸引力也比武术好。”朱兴根承认。

“当年有种拳法,就专门给女人练的,后来改了一个名字叫‘木兰拳’,练这种拳不为了制服歹徒,就为了健身美体,很多女孩子去练,练完之后啊,整个人的气质就非常好了。”后来,木兰拳就成了一些女孩子追求时尚的方式,就像练芭蕾似的。“木兰拳应该算是武术中包装最好的一个。中国功夫要发扬,需要的就是这种包装。”朱兴根总结道。



## 特别推荐: 让车主告别夏日煎熬的宝贝来了

炎炎夏日,汽车只要在太阳下暴晒几分钟,车内就像一个桑拿房,特别是座椅和方向盘,烫得厉害,总需开上十几分钟空调,才能让人精神愉快一点。现在大家不再怕这个问题了。只要用“e-夏凉”往坐垫,方向盘,仪表盘等火热的部位轻轻一喷,就能瞬间降温10摄氏度,使你一坐下去,就有一阵清凉袭人。

### “e-夏凉”四大好处:

- 一、迅速为车内降温,不损害人体健康。
- 二、净化车内空气,内含负离子,绿色环保,气味芬芳,在局部降温的同时,能消除驾驶员疲劳,提神醒脑,降温解暑。
- 三、对车内座椅、地毯具有防霉杀菌作用,减少车主、乘客痔疮、湿疹等疾病的发生率。
- 四、在当前油价高涨的情况下,能间接节省用油量。

仅需98元,即可拥有。咨询电话0571-85311099。免费送货。