

宇文武社火： 习武修德美名传

“提掌钩打，封闭闪展，逞其跳跃，阴阳五行，动静虚实，起钻落翻。”每年春节、元宵和举行传统庙会时，尖草坪区宇文村的一项民间传统武术项目——宇文武社火，必定会占据“C位”，引来众人围观喝彩。宇文武社火属于形意拳的一个流派，2017年，它被列入山西省非物质文化遗产代表性项目名录。



张宝林在公园练武
任蕾 摄

标签响亮不一般

宇文村历史悠久，据传鲜卑族宇文氏部落曾在此居住，因此村庄得名“宇文村”。作为游牧民族，鲜卑族素来骁勇善战，因此，宇文村被称为“武术村”，“尚武”成了宇文村一个最响亮的标签。

张宝林是土生土长的宇文村人，也是宇文武社火省级非遗代表性传承人。据他介绍，数百年来，宇文村全村人都有习武的习惯，民国时期，宇文村出了一名武林高手张万荣，他的形意拳功夫十分了得，1933年，在南京举办的国术比赛中，张万荣获得第二名。宇文村也由此声名大噪，全村习武的传统也进一步发扬光大。

在没有智能手机的年代，生活在农村的人娱乐活动很少，尤其到了冬天，也不需要下地干活，聚在一起练武切磋，成了宇文村人最喜欢的娱乐项目。

宇文村人练武，又不仅仅是练武。除了强身健体外，他们把武术与民间文化艺术活动结合在一起，每逢春节、元宵节等传统节日以及村中举办庙会时，宇文武术都会作为民间艺术进行表演，久而久之就形成了极具特色的“宇文武社火”。表演者们使用刀枪棍棒，在台上展示各种武术套路，动作矫健有力、气势磅礴威武，每次表演都能赢得满堂喝彩。



宇文武社火走进校园，学生正在表演
(图片由受访者提供)

武林高手展风采

11月10日，清晨9时许，张宝林来到家门口的南寨公园。公园里晨练和赏秋的人不少，他穿过人群、走过蜿蜒小道，径直来到一片落叶缤纷的小树林，开始了练功。为何选择僻静之所，张宝林说，练武需要凝神静气，人多嘈杂，会扰乱气息，打乱练习节奏。

作为宇文武社火的省级非遗代表性传承人，1945年出生的张宝林，如今已80周岁，然而多年的练武经历，让他依旧精神矍铄、步伐矫健。

张宝林年幼时跟随父亲练习形意拳，1979年正式拜村中高手为师。经过系统学习，刀、枪、剑、棍、拳，他样样精通。

练功开始，他先来一套五行拳疏通经络。“五行拳有劈、钻、崩、炮、横五式，分别对应金、木、水、火、土五行。练这五式，分别有利于肺、肾、肝、心、脾五脏。”张宝林边练边讲解，言语之间，他出拳带风、刚劲有力。

热身完毕，正式进入形意拳的表演时间。张宝林双脚微分，脚尖稳稳扣住地面，膝盖缓缓弯曲，随即左脚挪半步成三体式，前腿弓、后腿蹬，左手护胸、右手贴腰，劈拳、收拳……他每一次出手都很果断，打拳中他甚至双脚腾空，举止十分轻盈，完全不似一名80岁长者。

“形意十二形是形意拳的主要组成部分，是把虎、猴、马、鸡、燕等12种动物的特点及形象融入到了武术技巧当中”，张宝林解释道，“你瞧，我这个动作叫燕子抄水”，随即，他左脚向前伸出，右腿屈膝下蹲，左右手臂分开如展翅之状，“像不像燕子掠过水面？”

“内练一口气，外练筋骨皮”。多年习武让张宝林获益良多。有何益处？他凝练成两点：一是陶冶情操，调节情绪；二是筋络通畅，强身健体。虽然已进入耄耋之年，但张宝林依旧身体健朗，甚少生病。

技艺传承有招数

优秀的文化要传承，优秀的技艺更不能丢。

这些年来，由宇文村党支部、村委会牵头成立的宇文武社火传习所，一方面挖掘整理宇文武社火的历史渊源、人文、武术套路等资料，另一方面请传承人带徒传授宇文武社火。对宇文村人来说，宇文武社火就是最好的锻炼方式，有了大家发自内心的认可与参与，村里现在经常参加表演活动的人数能有四五十人。

作为宇文武社火的省级非遗代表性传承人，张宝林也一直致力于这项民间传统武术项目的传承与推广，村中其他人亦是如此。他们免费收徒，对周边愿意学习的人更是倾囊相授。有在太原上大学的学生愿意花钱拜张宝林为师，钱，他分文不取；教，他毫无保留。

张宝林还多次自荐到村子周边学校进行教学，以培养孩子们对武术的兴趣。而宇文村也经常聘请专家教练前来指导，寒暑假更会对村里的学生进行集训。

近年来，宇文武社火不仅在太原市各类大型活动、文艺表演频频亮相，还积极参与国内外、省市级的武术比赛，展现了其卓越的武术技艺和风采。

省级非遗代表性传承人收徒授课，村民们参与各类演出，宇文村人所做的一切，都是希望宇文武社火能够走得更远，让更多人领略到它的魅力。

记者 任蕾

记忆档案

宇文武社火是宇文村的一项传统民俗文化活动，常见于春节、元宵节及传统庙会期间。该活动源于鲜卑族宇文氏部落遗风，融合汉族与北方游牧民族文化传统，其表演以形意拳为核心，村民使用刀、枪、剑、棍等器械展示武术套路，涵盖单人献艺、双人对打及多人混战形式，表演者年龄跨度从儿童到长者。近年来，宇文武社火正通过国内外武术比赛展演及文旅融合实践，影响力进一步攀升。