

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 國術 來源 民生報 日期 780628 版面 三版

香港武術第一高手
南拳擺平了大陸仔

陳鵬飛

傳承武術有新意

●「刀光劍影畫破西湖月，拳打腳踢震燦群英會」，憶及去年大陸國際武術節掄元豪情，香港名家陳鵬飛（見右圖，張福興攝）原已結實的肌肉，由於血脈貫注益顯糾結，語氣高亢激昂無比。

兩年前，陳鵬飛為了準備參加武術節，從基本的弓步、馬步等步型練起，逐漸增加手型虎、鷹、鶴頂等動作，期間他不斷要求自己反覆演練基本功，強迫自己每天在十餘層樓梯間跑步，鍛鍊出過人的跳躍平衡和穩健步履，加上經年累月的體能輔助訓練，陳鵬飛的南拳功夫精湛，肌肉健美尤其說服力，所以才能在卅餘國高手中脫穎而出，獲得九點二高分成為武林第一高手，獲得南拳冠軍。

他認為除了幼習體操有助熟悉「套路」規則外，捕捉住南拳拳勢剛

烈、動作緊削、身居中位、八面進退，常鼓勁使肌肉隆起，以發聲吐氣而助長發力的特性，儘量表現出虎嘯風生之勢，運用凌厲目光和肌肉線條輔助闡釋，尤為制勝之道。

當時武術節盛會在西湖和深圳舉辦兩次國際邀請賽，全採「套路」競賽辦法，吸引卅三個國家近五百人參加，其中南拳與賽者眾，不僅大陸好手雲集，日、歐選手身手也相當了得，自己奪標頗感意外，也感受到沈重的競爭壓力，明年亞運能否稱雄仍是未定之數。

目前，陳「師父」在文化大學訓練我國教練，示範亞運「套路」動作，他希望國人能接受這種改良過的武術型態，在既有深厚根基上再行演練，成績勢必可觀，畢竟「武林千載共一脈」，中國人發揚國粹理所當然。本報記者 鄭清煌

