

分类号: G8

学 号: 021000052



天津体育学院

Tianjin University of Sport

体育硕士专业学位研究生论文

论文题目: 运河文化带上的北仓少练
老会研究

专业领域: 运动训练

申请学位: 体育硕士专业学位

研 究 生: 韩洪芬

指导教师: 杨祥全 副教授

2012年 6 月 5 日

分 类 号_____G8_____

学 号_____021000052_____

天津体育学院体育硕士专业学位研究生论文

运河文化带上的北仓少练老会研究

专业领域：_____运动训练_____

申请学位：_____体育硕士专业学位_____

研 究 生：_____韩洪芬_____

指导教师：_____杨祥全 副教授_____

论文提交日期：_____2012 年 4 月_____

论文答辩日期：_____2012 年 6 月_____

答辩委员会主席_____孙晋海_____

答辩委员_____李骏_____陈桂苓_____

学位论文独创性声明

本人郑重声明所呈交的毕业暨学位论文是本人在导师指导下进行的研究工作和取得成果的总结，内容真实。除了文中特别加以标注和致谢之处，论文不包含他人已经发表或撰写过的研究成果，也不包含为获得本校或其他教育机构的学位或证书而使用过的材料。与我一道工作的同志对本研究所做的贡献均已在论文中作了明确的说明并表示了谢意。

学位论文作者签名： 签字日期： 年 月 日

学位论文著作权使用授权书

本学位论文作者完全了解天津体育学院有关硕士学位论文著作权的管理规定。特授权天津体育学院可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，并采用影印、缩印或扫描等复制手段保存、汇编以供查阅和借阅。同意学校向国家有关部门或机构送交论文的复印件和磁盘。

（保密的学位论文在解密后适用本授权说明）

学位论文作者签名： 导师签名：

签字日期： 年 月 日 签字日期： 年 月 日

目 录

中文摘要.....	I
英文摘要.....	III
1. 前言.....	1
1.1 选题缘起.....	1
1.2 文献综述.....	2
1.2.1 非物质文化遗产研究综述.....	2
1.2.2 北仓少练老会研究综述.....	5
1.3 研究目的和意义.....	6
2. 研究对象和研究方法.....	8
2.1 研究对象.....	8
2.2 研究方法.....	8
2.2.1 田野调查法.....	8
2.2.2 文献资料法.....	8
2.2.3 专家访谈法.....	8
2.2.4 比较法.....	8
2.2.5 逻辑分析法.....	8
3. 研究结果与分析.....	9
3.1 运河文化带上的北仓镇.....	9
3.1.1 大运河.....	9
3.1.2 北运河.....	10
3.1.3 北运河畔—北仓村.....	11
3.2 北仓少练老会的历史沿革.....	13
3.2.1 北仓少练老会的缘起与初步发展.....	13
3.2.2 2004 年后的新发展.....	14
3.2.3 北仓少练老会的宗旨及其主要活动.....	15
3.3 北仓少练老会的练习内容.....	17
3.3.1 基本功.....	17
3.3.2 徒手套路.....	17
3.3.3 器械套路.....	20

3.3.4 对练套路.....	22
3.4 北仓少练老会的文化价值与历史功绩.....	24
3.4.1 孙二爷仗义疏财.....	24
3.4.2 抗击八国联军.....	24
3.4.3 “大刀队”武术教练赵占魁.....	24
3.4.4 李祥引入少林拦手门武术.....	25
3.4.5 登高英雄杨连弟.....	25
3.4.6 舍身救工友的烈士屈宝鑫.....	25
3.4.7 北仓少练老会还为社会输送了许多优秀骨干.....	26
3.5 北仓少练老会的发展现状及制约因素.....	26
3.5.1 北仓少练老会的发展现状.....	26
3.5.2 北仓少练老会发展的制约因素.....	26
3.6 北仓少练老会的保护建议.....	27
3.6.1 继承与保护的出发点——国家文化安全.....	27
3.6.2 预防“两种破坏”，抵制“两种论调”.....	28
3.6.3 北仓少练老会保护的具体措施.....	29
4. 结论.....	34
4.1 北仓少练老会是运河文化带上的民俗遗存.....	34
4.2 北仓少练老会是天津体育民俗文化不可忽视的的标志性文化印记.....	34
4.3 北仓少练老会发展不容乐观.....	34
4.4 对北仓少练老会的保护事在必行.....	34
参考文献.....	35
致谢.....	37

运河文化带上的北仓少练老会研究

中文摘要

京杭大运河的开通为天津这座城市带来了生机与活力。在天津的发展、繁荣过程中，北运河畔的北仓村逐渐发展成为一个“文化之乡”、“武术之乡”。而建于明末清初距今已三百年历史的民间群众习武组织“北仓少练老会”更是发挥了重要的作用。目前，北仓少练老会已经是天津市首批市级非物质文化遗产，作为一个社会组织它在增强人民体质、抗击外敌侵略、凝聚民族精神等方面均发挥了重要的作用。但长期以来，北仓少练老会缺乏系统地整理、钩沉与研究，本研究试图弥补这一缺陷。目前来看，还没有与此相关研究，因此可以说这是一种有益的补充。

本文基于大运河文化保护背景下，来考察特定地域的非物质文化遗产——北仓少练老会的保护和传承发展。本研究运用田野调查法和文献资料法为基本方法，并结合访谈法、比较法、逻辑分析法，运用非物质文化遗产的保护理论和方法，借鉴国外的保护经验，拟对天津北仓少练老会的历史沿革进行系统梳理和细致研究，从运河文化挖掘、保护、开发和利用的角度，探讨其发展及技术传承的状况，并分析影响少练老会发展的制约因素，在此基础上找出积极有效地保护与发展对策。本研究的主要结论包括如下方面：

1、北仓少练老会是运河文化带上的民俗遗存

大运河的开通，为交流南北文化起到重要作用。天津作为运河文化带上的城市明珠，也因历史文化的积淀而拥有丰富的运河文化遗存。在历史上，北仓以民间花会著称，曾有 72 道皇会之盛。如：具有 500 多年历史的随驾狮子会，还有建于明末清初的北仓少练老会、凌云高跷会和建于清代的八蜡庙小车会及北仓京剧团等，都有一定的影响。

2、北仓少练老会是天津体育民俗文化不可忽视的的标志性文化印记

北仓少练老会伴随着天津历史文化的发展历程，是天津体育民俗文化不可忽视的的标志性文化印记，在 2007 年它被列入天津市首批市级非物质文化遗产名录，而予以重点保护。作为非物质文化遗产，它承载着天津地域文化生命的密码，承继着特定组织或群体的文化特性，对促进天津地域文化群体间的认同具有不可取代的价值。

3、北仓少练老会发展不容乐观

在经济全球化、社会生活现代化大潮中，北仓少练老会也同其他传统文化一样面临着外来文化冲击的考验。近几年少练老会的发展形势不容乐观，会内成员大量流失，平日习武少年练习时间难以保证，习武的热情也在逐渐减退，这严重影响了少练老会的发展，也影响了拦手门武术的技术传承。

4、对北仓少练老会的保护建议

加强天津市相关政府部门对北仓少练老会的关注程度，给予政策、资金支持；挖掘、整理北仓少练老会的历史资料；加强对北仓少练老会的传承人保护；加强对北仓少练老会的媒体宣传；扩大北仓少练老会的参会人数规模；加强北仓少练老会的对外交流活动；加强北仓少练老会师资力量。

关键词：运河文化 北仓少练老会 非物质文化遗产

Abstract

Beijing-Hangzhou Grand Canal took vitality and vigor for Tianjin. During the development of Tianjin, Beicang village which lies in north canal bank has become a Village of Culture and Village of Martial Arts. Shao Lian Association of Bei Cang Town , an Martial Arts organization of the masses which originated from three hundred years ago has played an important role for it. As a social organization Shao Lian Association of Bei Cang Town onal spirit, which has been classified as first batch of Intangible Cultural Heritage of Tianjin, but there are few researches systematically to do collection and rediscovering for it. So this study is trying to make up this imperfection.

This study is based on protection of Grand Canal culture to investigate the Intangible Cultural Heritage of special region-protection and lineage of Shao Lian Association of Bei Cang Town . Through Field Survey Method and Documentary Analysis Method, using theory and method of protection of Intangible Cultural Heritage and applying experience abroad as reference, this study collected systematically the history and development of Shao Lian Association of Bei Cang Town , which discussed the status of its development and lineage, analyzed the influenced factors and found the strategy to protect it efficiently. Main conclusions are:

1. Shao Lian Association of Bei Cang Town is the folk preservation on Canal Culture Area.

It played an important role for communication of north-south cultural to dredge the Grand Canal. As bright Pearl City on Canal Culture Area, Tianjin has abundant canal culture preservation, which is rich in cultural heritage. In the history, Beicang is famous for flowers, which included 72 Queen Temples, such as.

2. Shao Lian Association of Bei Cang Town is an essential culture signet for Tianjin' s sport folk culture.

Accompanying with development of history culture in Tianjin, Shao Lian Association of Bei Cang Town is an essential culture signet for Tianjin' s sport folk culture, which has been classified as first batch of Intangible Cultural Heritage of Tianjin in 2007. As Intangible Cultural Heritage, it is key to region culture in Tianjin, inheriting the culture character of special organization and promoting cultural identity from different organizations in Tianjin.

3. Development of Shao Lian Association of Bei Cang Town is not optimistic.

With economic globalization, same as other traditional Chinese culture, Shao Lian Association of Bei Cang Town is confronted with shock of Alien Cultures, which makes its development not optimistic. Quantity of members is decreased. Young guys cannot ensure their time for practice. Enthusiasm of Martial Arts is fading away. All of these influenced development of Shao Lian Association of Bei Cang Town.

4. Suggestions for protection of Shao Lian Association of Bei Cang Town.

Government should pay high attention to financial support of Shao Lian Association of Bei Cang Town ; collect and rediscovery its history data; protect its inheritor; publicized through media; expand its size; improve its external exchange; enhance its teacher resources.

1. 前言

1.1 选题缘起

运河文化带的形成缘于京杭大运河的开通，这条贯通南北的交通大动脉宛如一条丝带不仅带来了南北物资的大交流，还将不同地域的文化连结在一起，诸如燕赵文化圈、齐鲁文化圈、荆楚文化圈、吴越文化圈，形成了一条独特的运河文化带，并留下了丰富的历史文化遗存，积淀了深厚悠久的历史底蕴。可以说运河文化“代表了人类的迁徙和流动，代表了多维度的商品、思想、知识和价值的互惠和持续不断的交流，并代表了因此产生的文化在时间和空间上的交流与相互滋养，这些滋养长期以来通过物质和非物质文化遗产不断得到体现”，因此运河文化是中华民族文化身份的象征。保护延续运河文化对于传承人类文明，增强中华民族凝聚力，促进社会和谐发展，保护人类优秀的文化遗产具有极其重要的意义。

然而随着经济社会的发展，大运河的传统运输功能的改变，加上所面临的城市化、现代化、农村城镇化建设的严重挑战，“大运河正在成为失去故事的河流”，如果再不加强保护，大运河的历史文化遗存、风光景物和自然生态环境就会不可避免被破坏殆尽，伴随的必然是存留其中的丰富的非物质文化遗产不可恢复的永久消逝，运河文化内容的真实性和完整性将不复存在，这将给中华民族造成不可挽回的巨大损失。保护大运河文化，就是保护好中华民族的文化根脉，鉴于此2006年，58位政协委员联合就向全国政协十届四次会议提交了一份提案，呼吁从战略高度启动对京杭大运河的抢救性保护工作，并在适当时候申报世界遗产项目。2009年9月26日在扬州召开大运河保护和申遗工作会议，全面启动大运河保护和申遗工作，并将2009至2014年作为大运河保护和申报世界文化遗产工作的关键时期，运河带上各城市和地区围绕保护运河文化的工作也随之展开。

随着《中华人民共和国非物质文化遗产保护法》的颁布实施及体育强国建设的提出，中国非物质文化遗产的挖掘、整理与研究保护工作进入到一个新的阶段。在这个新阶段中，非物质文化遗产无疑是其中最为重要的一个组成部分。

北仓少练老会是天津市级的非物质文化遗产项目，它具有典型的运河文化色彩和武术内涵，历史上曾为抗击外敌侵略、增强人民体质、传承武术文化遗产等做出了突出的贡献，但目前该项目的生存现状不容乐观。

“运河文化带上的北仓少练老会研究”试图在运河文化的视野下对北仓少练老会这一非遗项目的历史沿革、功绩及现状等进行系统的研究，并运用非物质文化遗产保护的相关理论提出具体的保护建议，进而为体育强国建设、非遗保护乃至于中华民族的伟大复兴等贡献力量。

1.2 文献综述

1.2.1 非物质文化遗产研究综述

1.2.1.1 非物质文化遗产的概念研究综述

非物质文化遗产的概念的提出是一个不断丰富和深化的过程。联合国教科文组织在《保护非物质文化遗产公约》（以下简称《公约》）中将非物质文化遗产定义为“被各社区、群体、有时为个人视为其文化遗产组成部分的各种社会实践、观念表达、表现形式、知识、技能及相关的工具、实物、手工艺品和文化场所。”

《公约》中这一定义指出“非物质文化遗产”包括以下五个方面的内容：一是口头传统和表现形式，包括作为非物质文化遗产媒介的语言；二是表演艺术；三是社会实践、礼仪、节庆活动；四是有关自然界和宇宙的知识和实践；五是传统手工艺。^[1]非物质文化遗产世代相传，在各社区和群体适应周围环境以及与自然和历史的运动中被不断地再创造，为这些社区和群体提供持续的认同感，从而增强人们对文化多样性和人类创造力的尊重。

根据《公约》精神，中华人民共和国国务院办公厅颁发的《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》（以下简称《意见》）中将非物质文化遗产定义为：

“各族人民世代相承、与群众生活密切相关的各种传统文化表现形式和文化空间。”^[2]由此可见，我国关于非物质文化遗产的定义是根据《公约》的定义结合中国实际情况而作了更深一步的解释与补充。并增加了“文化空间”这一限定。

“文化空间”的概念与所有传统文化表现形式相关，而文化空间概念的提出更直接针对了保护，涉及“空间性”与“时间性”，可以从空间和时间两个层面来把握保护工作，让保护工作更有依据。与其它文化遗产相比，非物质文化遗产具有以下三个特征：首先，非物质文化遗产是一种活态的文化遗产。它与作为历史遗留物的静止状态的物质文化遗产不同，它在人们生产生活中继续存在着，并被不断地传承下去；其次，非物质文化遗产是一种具有民间性的文化遗产。它既非个人的行为，也非政府指令行为，广大民众是其创造者和传承者；第三，非物质

[1]联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》：第二条。

[2]国务院办公厅《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》：第一条。

文化是人们生活的一部分，具有生活性特征。

1.2.1.2 我国保护非物质文化遗产的研究综述

中华民族历来就有保护非物质文化遗产的优良传统，从我国古代《诗经》的采集、整理到上世纪初兴起的民族、民间、民俗文化的收集、保存，都为丰富中华文明做出了贡献。中国作为世界上非物质文化遗产最丰富的国家之一，在抢救与保护非物质文化遗产方面做了大量富有成效的工作，取得突出的成就。在申报世界非物质文化遗产方面成果斐然：2001年5月18日昆曲作为表演艺术第一批入选“人类口头和非物质文化遗产”名录，随后传统音乐的古琴艺术和木卡姆艺术分别于2003年11月7日和2005年11月25日入选。2007年胡锦涛总书记在十七大报告中指出“弘扬中华文化，建设中华民族共有精神家园。中华文化是中华民族生生不息、团结奋进的不竭动力。要全面认识祖国传统文化，取其精华，去其糟粕，使之与当代社会相适应、与现代文明相协调，保持民族性，体现时代性。加强中华优秀传统文化教育，运用现代科技手段开发利用民族文化丰富资源。加强对各民族文化的挖掘和保护，重视文物和非物质文化遗产保护，做好文化典籍整理工作。”^[3]近年来我国对非物质文化遗产保护工作可分为四个方面：

第一，启动中国民族民间文化保护工程

2003年1月20日文化部与财政部联合国家民委、中国文联启动实施了旨在全国推动我国非物质文化遗产保护工作的系统工程——中国民族民间文化保护工程。“这一工程的启动和实施，标志着我国非物质文化遗产的保护已由以往的项目性保护，开始走向全国整体性、系统性的保护阶段。”^[4]这项工程计划用17年的时间，创建我国非物质文化遗产保护的有效机制和保护体系，基本实现非物质文化遗产保护工作的科学化、规范化和法制化。2003年11月，全国人大教科文委员会形成了《中华人民共和国民族民间传统文化保护法草案》，2004年8月，经全国人大常委会批准，我国加入了联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》，由此我国政府进一步提升了非物质文化遗产保护工作的力度。

第二，在全社会推动非物质文化遗产保护工作

2005年3月国务院办公厅颁发了18号文件《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》（以下简称《意见》），《意见》中确立了非物质文化遗产保护工作的目标和“保护为主、抢救第一、合理利用、传承发展”十六字方针，使原本

[3]胡锦涛.高举中国特色社会主义伟大旗帜为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗[EB/OL].

中国共产党新闻网. <http://cpc.people.com.cn/GB/104019/104099/6429414.html>.

[4]王文章.非物质文化遗产概论[M].北京:文化艺术出版社.2006:20.

正在实施的民族民间传统文化工程得到进一步的加强与充实。同年 12 月颁发了《关于加强文化遗产保护的通知》，决定设立“文化遗产日”，即从 2006 年起每年 6 月的第二个星期六为“文化遗产日”。正是在《意见》的推动下，2005 年 6 月我国开始第一批国家级非物质文化遗产的申报和评审工作。2006 年 5 月 20 日，国务院颁发了《关于公布第一批国家级非物质文化遗产名录的通知》，公布了第一批国家级非物质文化遗产名录 518 项。国家级非物质文化遗产名录的公布“无疑为研究者提供了更为广阔的实践舞台，这对于促进文化人类学的研究方法的创新和交叉学科的发展，具有重要意义，而且其作用也超出了文化人类学的领域”。^[5]为有效保护和传承国家级非物质文化遗产，鼓励和支持国家级非物质文化遗产项目代表性传承人开展传习活动，文化部于 2007 年 4 月印发了《文化部办公厅关于推荐国家级非物质文化遗产项目代表性传承人的通知》，并分别于 2007 年 6 月和 2008 年 1 月公布了第一批国家级非物质文化遗产项目 226 名代表性传承人名单、第二批国家级非物质文化遗产项目 551 名代表性传承人名单。2007 年 12 月 7 日在《国务院关于修改〈全国年节及纪念日放假办法〉的决定》中将清明、端午、中秋作为中国法定假日。我国将传统节日纳入国家法定假日具有缓和社会矛盾、增进社会和谐、繁荣国内经济市场等重要意义，这充分说明了国家对非物质文化遗产保护的重视和支持。

第三，出台政策给予传承人物质上的支持

2008 年 6 月 15 日，文化部正式出台了《国家级非物质文化遗产项目代表性传承人认定与管理暂行办法》。管理办法第十二条中指出“各级文化行政部门应对开展传习活动确有困难的国家级非物质文化遗产项目代表性传承人予以支持，支持方式主要有资助传承人的授徒传艺或教育培训活动；提供必要的传习活动场所；资助有关技艺资料的整理、出版；提示展示、宣传及其它有利于项目传承的帮助。”并明确提出“对无经济收入来源、生活确实有困难的国家级非物质文化遗产项目代表性传承人，所在地文化行政部门应积极创造条件，并鼓励社会组织和个人进行资助，保障其基本生活需求。”^[6]近年来我国对非物质文化遗产保护的相关经费投入不断加大，机构队伍建设得到加强。中央和地方各级财政大力支持非物质文化遗产保护工作。2002 年至今，中央财政已累计投入 2.36 亿元。2008 年 11 月 17 日，国家级非物质文化遗产传承人每年将获得中央财政拨发的 8000

[5]任大援. 非物质文化遗产保护中的传承与创新[A]. 中国非物质文化遗产保护论坛论文集

[C]北京：文化艺术出版社，2006.

[6]《国家级非物质文化遗产项目代表性传承人认定与管理暂行办法》：第十二条

元工作津贴^[7]。国家非物质文化遗产保护工作专家委员会副主任乌丙安教授介绍,我国首部《非物质文化遗产保护法》自2003年便开始酝酿,有望于近期出台,如果出台将使我国非遗保护工作有法可依。

第四,面向全社会举办非物质文化遗产展览

举办非物质文化遗产展览的直接目的是唤起人们的文化自觉。重大的非物质文化遗产展览集中进行了三次,分别是2006年2月12日由文化部、国家发展改革委联合其它九部委共同主办,中国艺术研究院、中国国家博物馆承办的中国非物质文化遗产保护成果展;2007年6月8日至18日,由文化部主办、中国艺术研究院、中国非物质文化遗产保护中心承办的“中国非物质文化遗产专题展”和2009年2月9日至28日由文化部联合十四个部委主办,中国非物质文化遗产保护中心、北京市文化局承办的“中国非物质文化遗产传统技艺大展”。此次展览集中展示国家级和省级非物质文化遗产名录的传统技艺、传统美术项目133项,其中国家级项目108项。此次展览邀请了130名国家级和省级非物质文化遗产项目代表性传承人以及14名国家级工艺美术大师参与现场技艺展示活动。参与此次活动的民间艺人共1176名,展出珍贵实物2322件。这是新中国成立60年以来,特别是最近几年来,规模最大、种类最全的非物质文化遗产项目的集中展示,充分展示了我国非物质文化遗产丰富内涵和独特魅力,受到了良好的社会反响。

1.2.2 北仓少练老会研究综述

目前,国内一些学者对运河文化带上的人文、民间民俗、非物质文化遗产保护、旅游开发等方面进行了研究,如学者黄彬在论文《运河文化资源的保护与开发研究》一文中提出了要进一步研究枣庄段运河文化的主要特征;进一步研究运河古建筑的保护、修复和开发;做好运河文化与经济相结合等观点来对运河文化资源进行保护与开发。学者高建军在论文《运河民俗的文化蕴义及其对当代的影响》一文中探讨了运河民俗的文化特色;运河民俗对运河流经地旧习俗的冲击及互补;运河民俗对整个中国文化的意义及运河民俗文化的当代影响等问题。学者黄震方在论文《京杭大运河旅游产品体系的构建及其旅游开发——以京杭大运河江苏段为例》一文中阐述了京杭大运河旅游开发现状与存在问题,提出了要构建京杭大运河的旅游产品体系并提出了几点建议:1. 提高认识,做好旅游开发规划。2. 治理污染,美化运河环境。3. 精心设计,力创运河旅游特色。4. 重塑形象,加大市场促销力度。5. 多方集资,健全旅游设施。6. 强化管理,提高旅游从业人员素质。

[7]中国新闻网[EB/OL]. <http://www.chinanews.com.cn/cal/newe/2008/11-17>.

关于京杭大运河（天津段）的相关研究较少，通过 CNKI 中文数据库查阅从 1981 年-2010 年仅有十篇涉及大运河与天津关联的论文。可见学者们对京杭大运河（天津段）的理论研究未进行深入探讨。

目前国内对民间群众习武组织的研究非常缺乏，如距今已有三百余年，历经十代传承至今的北仓少练老会的研究更为稀少，只出现于某些期刊的零星片语，对于北仓少练老会详细的历史背景、文化传承、技术体系、社会价值等方面的研究目前还处于一片空白。

1.3 研究目的和意义

天津作为运河文化带上的城市明珠，是一个历史文化名城，天津在近代之前经历了金朝的直沽寨（约 1214 年）、元朝的海津镇（1316 年）、明朝的天津卫（1404 年）、清朝的天津州（1725 年）和天津府（1731 年），它的悠久历史正是缘于大运河的开凿贯通，大运河漕运带来了工商业的繁荣和文化的兴盛，外来移民的增多，天津成为“辐辏之地、商贾云集、五方杂处”之地，文化交流异常活跃，天津也因历史文化的积淀而拥有丰富的运河文化遗存。另外，商业繁荣必然使大集市、古庙会和娱乐休闲场所出现，也自然有了游艺活动场所，加上庙会和古会相当繁盛，为各地移民所带来的各具特色的游艺民俗活动提供了发展传衍的文化空间，其中就包括北仓少练老会这一个具有三百余年，历经十代传承至今的民间群众习武组织。作为非物质文化遗产，它承载着天津地域文化生命的密码，承继着特定组织或群体的文化特性，对促进天津地域文化群体间的认同具有不可取代的价值。正因北仓少练老会伴随着天津历史文化的发展历程，是天津体育民俗文化不可忽视的的标志性文化印记，在 2007 年它就被列入天津首批市级非物质文化遗产名录，隶属于第七类杂技与竞技而予以重点保护。可以说，对非物质文化遗产的保护就是守望我们民族的精神家园，可是令人担忧的是在经济全球化、社会生活现代化大潮中，北仓少练老会也同其他传统民族文化一样面临着外来文化冲击的考验。近几年少练老会的发展形势不容乐观，会内成员大量流失，平日习武少年练习时间难以保证，习武的热情也在逐渐减退，这严重影响了少练老会的发展，也影响了拦手门武术的技术传承。但是目前对北仓少练老会的系统研究尚未展开，这说明学界对津门民俗体育文化和体育文化遗迹研究缺乏应有的关注，显然对于天津民俗体育文化的保护不利，也无法更好实现天津文化强市的

目标。要对其进行有利保护，必须理论先行，充分发挥理论研究的指导作用。因此本课题将运用非物质文化遗产的保护理论和方法，借鉴国外的保护经验，拟对天津北仓少练老会历史沿革进行系统梳理和细致研究，从运河文化挖掘、保护、开发和利用的角度，探讨其发展及技术传承的状况，并在此基础上找出积极有效地保护与发展对策，这对于传承、挽救津门运河文化带上的民族传统体育文化遗存紧迫而必须。

本课题研究的理论意义在于通过对天津北仓少练老会发展现状的调查，找出制约其发展的因素，为提出发展对策提供现实依据；可以为文化部门制定相关的保护和传承天津体育文化的政策提供理论依据和决策咨询。实际意义在于使北仓少练老会成为保存、传承、发展津门武术文化的重要领地；使北仓少练老会成为津门武术文化与其他地域武术文化交流的窗口；弘扬民族意识、民族精神和爱国情怀；成为培养津门武术传承人的重要基地。

2. 研究对象和研究方法

2.1 研究对象

本研究以运河文化带上的北仓少练老会为研究对象。

2.2 研究方法

本研究主要采用田野调查法、文献资料法、专家访谈法、比较法、逻辑分析法等方法对北仓少练老会进行研究。

2.2.1 田野调查法

田野调查法是由法国功能学派代表人物马林诺夫斯基奠定的,其研究的重要手段之一是参与观察,自2011年5月份起至2012年3月份,笔者曾先后二十余次深入北辰区北仓镇,对北仓少练老会的组织情况、人员情况、训练场地和器材情况、武术技术体系、文化背景等方面进行了深入考察,考察过程中获得了大量的资料,为论文的撰写提供了依据。

2.2.2 文献资料法

本文运用文献资料法检索和查阅有关运河文化、北仓少练老会等方面的相关资料、书籍,并对以上资料进行整理和归纳,为论文的分析奠定了坚实的理论基础。

2.2.3 专家访谈法

走访北仓少练老会主要负责人及相关人员了解该会的发展情况和存在的问题。就北仓少练老会的历史、技术体系、文化背景等,对北辰区北仓镇群众、北仓少练老会人员、拦手门武术的相关人员进行访谈,获得了详细资料,充实了本研究内容。

2.2.4 比较法

纵向和横向比较北仓少练老会的历史、发展和现状,采用经验思维和逻辑思维、思辨与实证相结合的研究方法。

2.2.5 逻辑分析法

运用归纳法、演绎法等逻辑学知识与方法对所掌握的数据与文献资料进行分析比较研究。

3. 研究结果与分析

3.1 运河文化带上的北仓镇

3.1.1 大运河

大运河又名京杭大运河，是世界上开凿最早、最长的一条人工河道。它和万里长城一样，被列为世界最宏伟的四大古建筑之一。是中国重要地一条南北水上干线，北起北京，南达至杭州，全长 1794 公里。

大运河始于春秋时期，形成于隋代，发展于唐宋，最终在元代成为沟通海河、黄河、淮河、长江、钱塘江五大水系、纵贯南北地水上交通要道。在中华民族的发展史上，为发展南北交通，沟通南北之间文化、经济等方面的联系做出了巨大的贡献。大运河为中国的经济发展、国家统一、社会进步和文化繁荣作出了重要贡献，至今仍在发挥着巨大作用。

大运河的开凿与贯通促进了整个运河区域社会经济的发展。由运河开发、畅通而兴起的商业城市，从今日北京南下，经天津、沧州、德州、临清、聊城、济宁、徐州、淮安、扬州、镇江、常州、无锡、苏州、嘉兴、杭州、绍兴，直到宁波，宛如一串镶嵌在运河上明珠，璀璨辉映，耀人眼目。其共同特点都是工商繁荣、客商云集、货物山积、交易繁盛，成为运河上一个重要的商品集散地。^[8]

从历史上看，大运河对封建皇朝的政治局势的作用有着举足轻重的作用。由于运河区域在全国范围内，始终处于政治、军事、经济、文化诸方面的中心地位，因而成为历代封建皇朝着力控制的最重要的区域，每一代皇朝统治者也都要凭借运河这个理想的地理位置、优越的经济条件和人文环境，总揽大局，驾驭全国。因此，大运河也就成了维系中央集权和中国大一统局面的政治纽带，使隋唐以后政治中心逐渐北移的历代皇朝呈现出强烈的大一统色彩，特别是元朝实现全国统一以后，直至明、清两朝，中国再也没有出现大的分裂，从而奠定了祖国大一统局面的坚实基础。^[9]

南北大运河的开通，使东南沿海地区与全国各地的联系更为直接而紧密，尤其是运河区域经济文化的繁荣与发展，使之成为对外交往和扩大中外经济文化交流的前沿地区。新中国成立后，国家将京杭大运河列为重点发展的内河航运主干线之一。尤其是改革开放后，运河建设的步伐进一步加快。运河不仅承担了繁忙的运输重任，同时还发挥着巨大的防洪、灌溉、供水、旅游等多种综合效益。^[10]

[8] 大运河——创造世界奇迹的地方[J]. 商业文化, 2004, (4).

[9] 中国的运河与运河文化. [EB/OL]. <http://www.rwzr.cn/html/yhwh/yhwh/74320080325154800.html>.

[10] 杭州的山水园林文化. [EB/OL]. <http://www.yua.jn.com/html/91/n-3491.html>.

3.1.2 北运河

北运河长约180公里，集水面积5.11万平方公里，由天津注入海河。北运河古称沽水、潞水、白河，清雍正年间始称北运河。金泰和五年（1205）辟为新漕运道。元代建都大都（北京），京城军需民用无不“仰给江南”，各地粮物赋税无论是经海运，还是由内陆航道运京，北运河都是必经之路。元、明、清代600多年间，“半天下之财赋，悉由此路而进”。每年有上万只漕船往返于运河之上，盛时有上千只漕船同时靠岸。北运河是京杭大运河的“龙头”，北起北京市通州北关，南至天津市三岔河口入海河处，总长148公里。其中北辰区段北部由小街村入境，南至勤俭桥出境，全长20.5公里，流经北辰区的双街、北仓、天穆3镇36村。北运河是北辰人民的母亲河。这条古老而雄浑的河流，见证着历史的沧桑和社会发展的兴替，为造福人类、服务社会作出了不可磨灭的功绩。^[11]

3.1.2.1 北运河—北仓廩

北仓村是因建皇仓得名。在建皇仓之前，这个地方叫做尹儿湾。金代泰和五年（1205），章宗完颜璟下令改凿北运河为新漕运道。由于漕船进京是逆水而上，而且船多、水少、流急、航道窄，运行困难，开凿运河的能工巧匠们，就采取顺地势增加弯道的方法，加长河道，缩小坡度，使水流减缓，水量加大，减轻了纤夫的劳累。“三湾抵一闸”，就是运河开凿工程中的一项著名的创造。为此，才有了北运河的“九嘴十八湾”，“尹儿湾”便是其中之一。

元代的至元十六年（1279）朝廷建包括仓上、南仓、北仓在内的直沽广通仓。明永乐四年（1406）建“百万仓”，可储粮100万石。清雍正元年（1723）在尹儿湾建北仓廩，占地375亩，设仓廩48座240间。年储粮40万石，周转漕粮四五百万石。为保证皇仓安全，由天津卫派兵戍守。灾年附设粥场，日赈千人。皇仓设有全国唯一的正七品县仓大使督管。从至元十六年（1279）至光绪二十八年（1902），先后有35位大使在任。北仓廩规模为津门之最，北仓之声名不仅替代了尹儿湾，而且随漕运驰名大江南北。北运河湾多水浅，向北京运粮的漕船不能直接进入北运河，因此要在大直沽、三岔河口和今日的北仓等处卸粮换船，才能将粮食运到北京，于是北仓廩由此应运而生。可以想见当年北仓重要地位及其一带的繁盛景象。虽然当年的仓廩现已荡然无存，但北仓作

[11] 胡曰钢. 北运河与北仓廩[J]. 天津日报, 2010, (4).

为运河岸边的重镇，却载入了史册。^[12]

3.1.3 北运河畔—北仓村

北仓,位于北运河左岸,地处北辰区境域的中心地带,它曾因中国古代的漕运和皇仓重地而闻名于世。北仓村建于明永乐四十年(1416),因地处北运河道的一个大弯旁,曾有“官尹”居住,古称“尹儿湾”。明清时期,京杭大运河,特别是北运河漕运相当发达,南来北往船只穿梭于此,北仓原名叫尹儿湾,是这一代最大的漕运码头,南粮北调都经过尹儿湾,后因朝廷在此建立仓廩(即皇仓)设南仓、中仓、北仓,北仓设在尹儿湾,随着岁月的流逝,“北仓”名声传遍大江南北,故“北仓”逐步代替了“尹儿湾”。

清光绪二十六年(1900),清军爱国将士和义和团在北仓一带奋勇抗击八国联军,给侵略军以重创,摧毁英军使用的毒气炮,立下不可磨灭的功绩。^[13]后来,由于清军孤立无援,被迫撤退。八国联军占据北仓后,将北仓廩焚毁,北仓村也遭到劫难,但是“北仓”这个名称却永载中国史册,“北仓之战”也志存于联军各国史册。

解放后,北仓成为政府驻地,天津市又在北仓规划工业区,成为津北的政治、经济、文化中心。北仓村位于京津路两侧,分东、西两片:西片是老村,位于京津路西,受运河湾地形影响,村庄呈半个葫芦的形状;东片是新村,建于1976年10月,位于京津公路东的北仓道和泰来道之间,呈长方形。1994年,北仓村被命名为天津市明星小康村。进入二十一世纪,对北运河及沿岸进行综合治理改造和建设开发。2003年,北仓村进行旧村改造,在北辰区延吉道北建盛仓新苑。北仓村旧址改建为北辰公园。

北仓这颗明珠,早已镶入北运河畔,始终占据津北第一名镇的位置。滔滔运河水冲刷着岁月的印痕,时代的高速发展又一次显现了它那耀眼的光芒。

3.1.3.1 历史重镇

元代建都大都(北京),无论是从海运北上还是从内陆航道运京,北运河都是必经处。但是,由于北运河冬季结冰、春季水枯,而且杨村以北水浅道窄,历史上有“潮不过杨(村)”之说,江南运粮的大型漕船到了尹儿湾一带难以继续北上,必须先将粮物卸下,就地屯储,然后改换成小型驳船分批托运进京。因此,这里便成了“漕运之咽喉”、屯储皇粮的重地。

[12][13] 胡曰钢. 北运河与北仓廩[J]. 天津日报, 2010, (4).

元代的至元十六年（1279），朝廷在三岔口至杨村之间建了包括仓上、南仓、北仓在内的许多粮仓，其中以北仓规模最大。明永乐四年（1406），平江伯陈瑄奉命“建百万仓于直沽尹儿湾，可储粮百万石，派兵万人戍守”。雍正元年（1723）在尹儿湾建成天津最大的皇仓。在这里建仓廩不仅是因为地势的原因，更重要的还是这里民风厚朴，秩序安定。仓廩建成后，元明清三代 600 多年间，北仓始终在漕运中占据重要地位，其名声也随漕运传遍大江南北，而尹儿湾之名却渐渐淡漠。

漕运的兴盛，也带来市场的繁荣。明清时期，为漕运服务、为驻戍仓廩的军士服务的商业、饮食业、服务业、运输业得到很大发展，形成津北有名的“小商埠”，大集镇。

3.1.3.2 行政中心、交通要道

明永乐十四年（1416），武清县设尹儿湾里，北仓成为乡镇一级建置所在。弘治十五年（1502），又将大直沽里并入尹儿湾里，北仓成为天津海河以北地区的行政中心。1941 年 9 月，在北仓设乡。1953 年后，北仓始终是区政府和乡镇驻地，成为全区的行政中心。

北仓村地处京津走廊，是通往华北、东北的重要通道。北运河、京津路贯穿其中。清光绪二十三年（1897）修通京津段铁路干线，宣统二年（1910）年建北仓火车站。公路、铁路纵横交错，进京、出市通达各方。北仓距天津市中心点 15 公里。距京津塘高速公路宜兴埠出口 10 公里、距杨村出口 20 公里，距天津机场 16 公里，距天津港口公里，距北京 110 公里。

3.1.3.3 文化之乡

大运河的开通，为交流南北文化起到重要作用，但北方文化仍是北仓一带的重要特色。在历史上，北仓以民间花会著称，曾有 72 道皇会之盛。主要表演有高跷、舞狮、中幡、少林等。主要花会组织如：具有 500 多年历史的随驾狮子会，还有建于明末清初的凌云高跷会、北仓少练老会和建于清代的八蜡庙小车会及北仓京剧团等，都有一定的影响。

3.1.3.4 人杰故土、历史事件

北仓村人文荟萃。清初后百余年间，北仓赵家曾连续六代十七人科甲成列，“五进士”名闻朝野。左佥御史、一品官赵之符和近代人物直隶知州吴士俊、津

门诗人赵野、孙中山政府内政总长孙洪伊、津门篆刻家蓝云以及当代著名画家王超等一大批名人，而“登高英雄杨连弟”的英名，更使北仓村著称于世。

3.2 北仓少练老会的历史沿革

北仓镇，是北运河漕运要道上的皇仓重镇。北仓镇历史悠久，自元代建村距今已七百余年，村子的形成也是因运河而起。因南来漕船较大，其中海航漕船多在千石以上，至天津三岔河口后无法直接溯河北上，需倒小船经北运河入京。另外，朝廷用于备赈、平糶之粮，亦需存储于交通便利的三岔河口一带（史称“截漕”）。这两个原因便使三岔河口溯北的沿岸成为漕粮仓储之重地，元至元十六年（1279年），朝廷在三岔河口至杨村之间，沿北运河置包括仓上、南仓、北仓在内的“直沽广通仓”，并设秩正七品大使管理。历史始见“北仓”之名。

北仓作为远近闻名的漕运要道、仓廩重地，同时又是繁华商埠、鱼米之乡，一直是津北重要的经济、政治、文化重镇，虽历经沧桑变化、世事沉浮，其独有的历史文化特质和绚丽多姿的故事传说世代相传，堪称天津历史文化画卷的一笔重彩。

大运河的开通，为交流南北文化起到重要作用，但北方文化仍是北仓一带的重要特色。在历史上，北仓以民间花会著称，曾有72道皇会之盛。建于明末清初的北仓少练老会是天津北辰区北仓镇的民间群众习武组织，距今约三百年。历经十代传承至今，坐落在北运河畔的北仓村被誉为“武术之乡”。

3.2.1 北仓少练老会的缘起与初步发展

北仓少练老会创立于明末清初，距今约三百年，由北仓村武林高手、人称“孙二爷”的组织72户贫苦农民子弟习武，以强身健体。在孙二爷的调教下，其弟子们勤学苦练，个个精神抖擞，动作陈陈有声，人们赞不绝口，遂向“孙二爷”拜师求艺者越来越多。在村民的倡议下，孙二爷组织境内首个习武组织——“少练会”，后改为“少练老会”，会馆设在北仓村的娘娘庙，后来大家集资买下废弃的教堂作为会馆，队伍发展到近百人，搏击之术威震四方。

北仓少练老会不仅代代传承，同时也不断地吸收外界优秀的武术，充实和丰富自己。如：李钰的“万胜双刀”就是由孙二爷传下来的，历经几代人的研磨，达到极高水平。据传孙二爷早年在市里北门里阜盛镖局当过镖师，他学的万胜

双刀是前四趟，他的师兄弟有个叫“白脸火神爷”的人学的后四趟，其师父临终时嘱咐他到天津来寻访孙二爷才将万胜双刀前后四趟衔接上使其成为闻名遐迩的刀术。北仓少练老会开始练的武术是孙二爷从少林寺学的迷踪拳，到了第二代传人——李祥又结识了河东地道外武林高手李兆兴，把十二趟“弹腿”和“操拳”、“翻拳”、“拦手拳”学了过来，从此他们结为好友，当年少练老会会所中曾悬挂他们的合影照片，后在“文革”中丢失。

“郭家的枪”（指一路枪），“李家的刀”（指万胜双刀）。“万胜双刀”是李钰跟赵占魁学的，赵占魁早年曾在二十九军大刀队当过教官，也护过院，他的刀术堪称一绝。

北仓少练老会是民间群众自发组织的武术组织，它的产生、发展、兴衰也反映了当时社会政治经济状况，它同其他民间花会等民俗文化（如：小车会、高跷、狮子会等）一样受到社会政治、经济的制约和影响。“文化大革命”期间，少练老会的活动被迫中断。改革开放后，于八十年代初，少练老会恢复活动并兴旺了一段时间，少练老会会长宋连元被选为天津市武术协会组委会的委员，可见北仓少练老会在全市武术界的地位之高，影响之大，当时结识了在市体委工作的本门徒弟刘万福，为促进北仓少练老会的发展，刘万福带领其弟子牛宝元、郭宝昌、还有汉沟的刘宝玉，刘兴安（河北区体育场武术教练）常来北仓少练老会传授、切磋武艺，通过刘万福又结识了武术界老前辈邓红藻、老韩、李文贞（霸州李的闺女）长来少练老会传授国家制订的武术套路，为北仓少练老会走出本乡本土，溶入全市武术界奠定了基础，于八二年先后参加了天津武术比赛，燕园和人民公园的武术表演。当时党总支对少练老会非常重视，大力扶持，区体委、市体委、市文化局和国家体委先后来我村进行考察，挖掘历史文化遗产，天津日报、国家新体育杂志刊载《北运河畔武术之乡——北仓少练老会》等文章进行大量报道。

3.2.2 2004 年后的新发展

像许多民间群众花会一样，北仓少练老会在其漫长的历史长河中也有起伏，高潮与低谷，解放后得到长足发展，焕发出勃勃生机，八十年代初期达到鼎盛，曾被国家作为民族文化遗产加以挖掘，并在《体育杂志》等传媒广为宣传，享誉神州大地，来自东北、西北、江南等地习武爱好者求师访友的信件络绎不绝。后因群龙无首，中断集体活动二十余年，但分散的个体训练活动从未间断。

2004 年在全民健身计划顺利实施的时代背景下才得以全面恢复。2006 年，北仓少练老会又举办了首届少儿武术比赛，为北仓少练老会的开展奠定了良好的基础。2007 年，北仓少练老会与杨柳青年画、泥人张、风筝魏、北少林武术、拦手拳等一起被批准为天津市首批非物质文化遗产。2008 年，屈宝祥被批准为天津市非物质文化遗产项目代表性传承人。从此以后，北仓少练老会的发展踏上了新的征程。

北仓少练老会的组织机构、人员、规章制度以及习练武功内容。

（一）组织机构：领导机构是北仓少练老会领导核心，由会长、常务副会长、副会长、和六位核心成员组成。下设教练组、技术顾问组、后勤组和秘书长为办事机构。

（二）人员：会员在册人数 114 人，经常参加活动的人员 92 人，上场演练人员 74 人。

（三）规章制度：《章程》、《领导核心及办事机构工作职能及工作规范》、《教练员守则》、《小学员练功纪律》、《会员管理制度》、《资金管理制度》、《物资管理制度》。

zhi ku quan 20150807

（四）习练武功内容：共计 118 种。包括有基本功、拳术、器械、徒手对练、器械对练。

纵观北仓少练老会的发展，其基本传承谱系整理如下：

第一代：孙二爷

第二代：李兆兴、李祥等

第三代：冯仲元、郭海山、樊二爷等

第四代：赵占魁、张大爷、柴司令等

第五代：郭凤池、郭凤明、郭德启、杨玉林等

第六代：李瑞、周连东、屈成富、杨洪禄、张志正、赵俊林等

第七代：屈宝祥、宋连元等

3.2.3 北仓少练老会的宗旨及其主要活动

北仓少练老会历来坚持“强身健体”为宗旨和“以武会友”的方针，广泛联络、团结武林各界朋友，促进自身发展，如派遣少练老会会员、武术骨干李有发、李有才、屈宝祥、孟宪权等人到市体委组织的武术培训班进行培养，学

习了国家规定统一套路甲组拳、甲组枪等。

回顾北仓少练老会的历史就是一个继承、吸收、创新的历史，就是在这种继承、吸收、创新过程中，不断丰富和提高了自身，也正是由于这种继承、吸收、创新的实践，造就了一代一代领军人物，像远近闻名的李氏俩兄弟和屈氏俩兄弟（即：李有发、李有才、屈宝鑫、屈宝祥）他们的武艺超群，武德高尚，在武林中享有盛名。

在少练老会自身不断提高的情况下，还帮助邻村习武爱好者学习武术，赵虎庄曾有 20 余人到北仓少练老会学习，距北仓有数里之遥的刘安庄习武爱好者在村党支部的支持下积极开展文体活动，聘请北仓少练老会拳师屈宝祥担任该村武术教练，他的高超武艺和开明作风，博得了众多习武爱好者的赞赏。

北仓少练老会的历史功绩不可磨灭，它不仅强身健体、丰富了村民的文化生活，同时也对社会生活产生了重大影响。1900 年清军在北运河畔与八国联军激战，北仓 300 多名少练老会会员奋勇出击，造成敌军大量伤亡。著名“登高英雄”杨连弟，入伍前曾入会习武，在伟大的抗美援朝战争中立下赫赫战功，成为北仓人的骄傲。在和平建设时期，许多少练老会会员成为生产建设和保卫祖国的骨干力量，像从火场中救出数人不幸壮烈牺牲的武林高手屈宝鑫，担任村镇领导干部的老拳师赵富盛、屈宝升、赵文盛、孟宪权等人，在构建和谐社会、维护社会安宁中、用擒歹徒的闫富利等等，为国家、为社会做出杰出了贡献。

在市场经济的冲击下，人们的价值观和社会生活诸方面均发生深刻变化，武术这一民族文化遗产一度受到冷落，北仓少练老会出现群龙无首和一盘散沙的局面。在我国社会政治经济生活发生翻天覆地变化的今天，“发展体育运动，增强人民体质”这一伟大思想更加深入人心。当前，一个全民健身活动正在如火如荼地开展起来，北仓少练老会恰逢这一难得的历史发展机遇，2004 年 7 月，北仓少练老会新的领导集体应运而生，其成员是：会长赵富盛，成员赵士伦、赵文斌、李有发、屈宝祥。2007 年春节获天津市首届水上公园庙会绝技绝活比赛荣誉奖。2007 年 6 月经天津市人民政府批准为天津是首批非物质文化遗产名录，成为津门传家宝。在新的形势下，北仓少练老会将“继往开来”，谱写新的篇章，让我们携起手来为弘扬民族文化，振兴中华武术，重振“北运河畔武术之乡”作出积极贡献。

3.3 北仓少练老会的练习内容

北仓少练老会系天津市北辰区北仓镇北仓村民间群众习武组织，创立于明末清初，距今约三百年。历经十代传承至今，座落在北运河畔的北仓村被誉为“武术之乡”。

北仓少练老会开始习练的武术是孙二爷从少林寺学的迷踪拳、练手拳及器械、套路。到了第二代传人李祥，结识了天津市河东地道外祖籍北仓人的李兆兴，把发祥于天津大直沽的拦手门武艺传到了北仓少练老会，从此代代传承至今。拦手武艺中操拳、拦手拳、翻拳三趟母拳是少练老会的“镇会之宝”。以后，北仓少练老会又不断吸收武术技艺，从而形成了一个较为完整的技术体系。

3.3.1 基本功

基本功动作名称：“迎面压腿”、“左右压腿”、“迎面抱腿”、“马步左右压腿”、“仆步左右压腿”、“提膝左右抱腿”、“十字叉”、“蛤蟆叉”、“左右朝天蹬”、“落步蹲左右”、“迎面退一步一踢”、“十字腿”、“里和腿”、“外摆腿”、“侧踢腿”、“倒踢紫金冠”、“迎面拍腿”、“仆步叉掌甩头”、“二起腾空”、“双二起腾空”、“旋风脚”“前后扫搪腿左右”、“摆连腿”、“旋子”、“旋子 360”等。

3.3.2 徒手套路

徒手套路名称：1—12 趟“弹腿”、“操拳”、“翻拳”、“拦手拳”、1—4 套“练手拳”、“甲组拳”、“大洪拳”、“小洪拳”“黑虎拳”等。

（一）十二弹腿

弹腿是一种以屈伸性腿法为主，并配合各种手法、步法所组成的拳术套路。此拳腿法快速屈伸出以激力，如弹射之势而故名。北仓少练老会所传弹腿共有十二趟。十二趟弹腿基本上涵盖了拦手武艺的主要动作，它是拦手武艺的主要基础动作。初学武术者应在习练基本功之后转入基础动作练习，为今后学习拳术打下良好基础。第一至第六趟弹腿，区别于其他门派的一个主要特征就是低姿弹腿，即：支撑腿弯曲，另一条腿快速有力弹出。即：实战时朝敌方小腿迎面骨踢出，使敌方遭受重创，克敌制胜。

十二趟弹腿拳谱：第一趟：顺步单鞭；第二趟：踢捣；第三趟：挂砸；第四趟：坐盘；第五趟：遮捣；第六趟：摔砸；第七趟：魁星挂肘；第八趟：撞山；第九趟：捧锁；第十趟：猴捣锁；第十一趟：揪袍携带；第十二趟：勾挂连环；

以上各趟均为左右式。

（二）操拳

操拳是拦手门武术第四代传人张德兴、张大兴、李兆兴、王春和、张德旺等老前辈们开动集体的智慧，集中了拦手拳、拦路拳、拦手翻拳、练手拳、迷踪拳等各路名拳的精华、特点而创编的。操拳全套共有八段（趟）六十四个动作。整套拳的路线图“米”字形，并与八卦有密切联系。其特点：有歌为证，操拳气势雄伟，拳打四面八方。发招横进，接招进招，以打为操，手脚互动，上下齐打，防就是攻，攻就是防，三节六合配合身法、步法，一手接一手，一环套一环，一招一式连绵不断。拦手操拳可单人独练，也可双手对打。是徒手格斗和强身健体的优秀传统武术套路。

操拳拳谱名称：预备式 1 虚步十字掌；2 并步双穿掌；3 弹腿砸拳；4 虚步分掳；第一趟（19 式）：1 引手拨云马步捣；2 老和尚摇铃登山式；3 马步遮捣；4 弓步搂拽；5 登山冲拳；6 弹腿冲拳；7 马步冲拳；8 登山冲拳；9 弹腿冲拳；10 半马步贴手；11 弓步翻盖掌；12 弓步双撑掌；13 弹腿冲拳；14 马步冲拳；15 弓步冲拳；16 弹腿冲拳；17 震跺抹拽；18 上步贯耳；19 落步横擂；第二趟（7 式）：20 回身翻盖掌；21 虚步刁腕；22 上步砍颈；23 挑踢；24 提膝亮掌；25 跃步遮捣；26 搂拽三冲拳；第三趟（6 式）：27 转身登山撩阴；28 逃步下砸；29 回身豁砍；30 抛踢；31 插手；32 并步上冲拳；第四趟（14 式）：33 转身登山撩阴；34 崩摘；35 回身上步冲拳；36 挑踢；37 跃步遮捣；38 并步上冲拳；39 撤步拳；40 掳撑；41 丁步下砸；42 双豁一脚；43 跃步闷撞；44 跃步下砸；45 右磨盘腿；46 骑马搂拽；第五趟（4 式）：47 登山撑掌；48 登山顶肘；49 抄手坐盘；50 抛踢；第六趟（5 式）：51 回身盖掌；52 上步摘心；53 跟步挑踢；54 跃步遮捣；55 搂拽；第七趟（2 式）：56 三抄手；57 回步搂拽；第八趟（8 式）：58 左贴手；59 右贴手；60 震跺抹拽；61 上步贯耳；62 落步横擂；63 托枪式；64 抛踢；65 回身盖掌并步冲拳；收式（3 式）：1 虚步掸腿撩掌；2 撤步双掸砸拳；3 站立还原。

（三）翻拳

翻拳是拦手式武术第一代传人李金刚、封水伯等人创编于 1650 年，至今 350 多年历史。翻拳和拦手拳一样，也分前半趟和后半趟，前半趟有 44 个动作，后半趟有 51 个动作，另有 5 个预备动作，共计 100 个动作。翻拳可以单人独练，

也可二人对打。其特点：姿势舒展大方，动作紧凑、节奏鲜明、灵活多变、翻生不息、拳打脚踢、套路直来直往，动作朴实浑厚。习练时要分清节奏，快时迅速，但招法清晰，满是沉稳而有力。练时因人因力而定，可快可慢、可沉可轻，男女老少皆宜。

（四）拦手拳

在拦路拳和练手拳的影响下，1650年由李金刚、封水伯等人在大直沽创编了“拦手拳”“拦手翻拳”，传于天妃宫庙，至今350多年。拦手拳有前半趟和后半趟之分。前半趟39式，后半趟55式，另有4个预备式，共计九十八式。拦手拳可单人独练，也可双人对练（对打）。其特点：套路结构严谨、劲力浑厚，有一法包万象之妙，拦手拳有刚柔相兼、慢快之别，伸缩之显、远近之求。练习时要一招一式的领会其内涵。做到“拳打迟慢、招打快”，要体现出脆、快、干净、利落、步法准确、手眼相随呼吸自然。

（五）练手拳

练手拳源自河南崇山少林寺并于蓟县盘山北少林有一定渊源关系。相传，河南人郑天兴、郑天隆哥俩自幼随舅父习武，其舅父是崇山少林寺“同梁”和尚的弟子，练手拳就是郑天兴哥俩从舅父那学来的，长大后从事牲口买卖，不时北上，并且倡导蓟县盘山北少林寺切磋武艺，后来郑天兴结识河东大直沽拦手门第一代传人李金刚等人并把练手拳传给李金刚等，拦手门第四代传人李兆兴（祖籍北仓人）又把练手拳传到北仓少练老会，距今已有两百多年了。练手拳与操拳、拦手拳、翻拳一样同是北仓少练老会“镇会”之宝。

练手拳全套共分四趟，这四趟练手拳结构严谨，动作流畅，曲曲遮遮，虚虚实实、出招迅猛、攻其不备。这套练手拳除成人练习外，由于下盘动作比较多，常作为少年儿童学习拳术入门之用。

二趟练手拳拳谱名称：1起势；2上步指路；3落步画虎；4老和尚摇铃；5曲曲遮遮；6鹞子翻身；7劈打挂砸；8二起掐猴；9双贯耳；10嘟嘟嘟；11两面手；12缠手震垛；13丁步下砸；14盘肘盖花手；15震垛锁拿锦掌；16落步插掌；17倒步曲曲遮遮；18进步曲曲遮遮；19抖手盘花搂开踹；20抓锤亮锤；21掸手抱撞锤；22丁步下砸；23盘肘盖花手；24震垛锁拿锦掌；25脑后摘心狮子腿；26顺步单鞭上步罩；27落步撕；28掸腿落步；29收势。

（六）大洪拳

大洪拳源自崇山少林寺，流传民间后，各地武术练家均有修改增删，有所发展，以至不尽统一。刘玲孜女士，河北衡水人，出身武术世家，祖父、父亲在农村务农均练习少林武术，这套大洪拳就是刘玲孜女士传到北仓少练老会来的。

（七）小洪拳

小洪拳也是少林寺武术之一，由北仓少练老会传人丁洪生所传，小洪拳是少林拳术的基本拳技套路，是初学少林拳术的必修套路，素有“十八拳之母”之说。其特点形姿小巧玲珑，节奏严紧，技法刚健有力，朴实无花架，招含攻防，动作实战，自始至终行在一线，突出了少林拳术的全部特点。小洪拳结构严谨，刚柔相济，攻守兼备，拳打卧牛之地，其动作“刁拿锁扣”“劈打挂砸”衔接紧密，极具实战性。

（八）黑虎拳

这套黑虎拳在我会已流传数代。其特点：1 动作爆发力强，窜蹦跳跃较多，演练者须具备较强的体力与耐力；2 攻防转换十分紧凑；3 实战与观赏相结合。

3.3.3 器械套路

器械分长兵器、短兵器和软兵器，器械即练武者肢体的延长部分。器械武术套路源于拳术，植根于基本功。北仓少练老会的器械武术套路有 20 余种。如：“一路枪”、“二路枪”、“段门枪”、“甲组枪”、“八步刀”、“六合刀”、“万胜双刀”、“单刀加鞭”、“四门刀”、“春秋大刀”“四门大刀”、“十三节鞭”、“双钩”、“剑术”“日月方便连环铲”等。

（一）甲组枪

也称“规定枪”。中华人民共和国体育运动委员会于 1968 年组织编写。1959 年列为全国武术比赛规定套路（1979 年取消）。1978 年编入全国体育院系通用武术教材。其特点为枪法多，挂串多，难度大，运动量大。全套 10 段 83 式。步型有：弓、仆、虚、歇、丁；步法有：跳、插、盖、提、进、撤、行、绕、跟、击；枪法有：拦、拿、扎、穿、点、挑、拨、劈、崩、压、摔、云、舞花；腿法有：蹬、踢、箭弹；把法有：挑、盖、戮。1963 年人民体育出版社出版了《甲组枪术图解》。

（二）六合刀

六合刀是从形意传统套路六合拳中变化出来。该刀属六合拳中的短兵器共 36 式，此刀术套路以其刀法精练、攻防合理、注重实用、舒展大方而著称于世。

六合刀谱（前四趟）：第一趟 1 起势；2 弓步推刀；3 提膝推刀；4 仆步收刀；5 弓步推刀；6 腋下藏刀；7 虚步磕刀；8 带刀走；9 七星架；第二趟 10 弓步劈刀；11 虚步架刀；12 马步架刀；13 提膝棒刀；14 竭步扎刀；15 腋下藏刀；16 虚步磕刀；17 带刀走；18 七星架；第三趟 19 双裹脑；20 七星架；第四趟 21 弓步劈刀；22 竭步腋下立刀；23 竭步按刀；24 七星架；25 腋下藏刀；26 虚步磕刀；27 带刀走；28 七星架；29 弓步劈刀；30 竭步腋下立刀；31 竭步按刀；32 七星架；33 腋下藏刀；34 虚步磕刀；35 带刀走；36 七星架；37 腋下藏刀；38 收势。

（三）万胜双刀

万胜双刀是北仓少练老会第一代传人孙二爷传下来的。其特点是招大式圆、灵活多变、舒展大方、灵活快速、勇猛刚暴、节奏分明、结构严谨、布局精密。主要技法是：劈、拦、剁、撩、按、切、点等等。

（四）单刀加鞭

刀加鞭双兵器的一种，左手持刀，右手持鞭，互相结合，成为一体，练起来快速有力，要求要有坚硬的基本功。其特点套路清晰、合理、流畅，是软、硬两种兵器结合同时演练的武术，动作配合难度较大。

（五）四门刀

该刀法因其在与敌“较技”的“观阵”中立出四个“金鸡独立”的“门户”而得名。四门刀共有十六个适于进攻与防守的架子，四门刀法自燕尾单刀中摘来。功力四门刀套路是功力拳系中的重要内容之一，其结构严谨，节奏紧严，攻势猛烈，实战性强等特点，技法主要以砍、劈、推、撩、架、格、削、缠、等法为主、注重实战，每招每式都以致命要害为主，是刀术中攻防兼备的优秀套路。

（六）春秋大刀

“春秋大刀”源自崇山少林寺，是北仓少练老会传人屈成富引进来的，其特点是节奏紧密、形态逼真，独具一格，其技法以砍、撩、斩、劈、削、截、拨、压、绞、错等，在演练中还穿插有缠腰、缠脖、云胸、舞背等动作，加上各种步法、步型等形成了一个完整的套路。其刀术主要有劈、砍、斩、架、截、云、挂、挎、挑、拦、扫、抹、托、拨、压、绞、错、捣、随、扇等。其特点是刀法灵活，变化多端，气势雄伟，劲力贯注，快速迅猛，一招一势，动作紧凑，舒展大方。练习时要求气沉丹田，含虚抱气，气易相融，身法传神，刚柔互用。其动作“盖

马三刀”连续跳跃劈刀，防不胜防。

（七）四门大刀

以刀斩四门而得名，其“歇步撩刀”“撇刀斩太阳”是四门大刀之经典招式，招式威猛，简介实用。

（八）十三节鞭

十三节鞭是一套综合性鞭法，鞭法有：云鞭、缠腕、拐肘等等。属软器械鞭，是一种很难掌握的兵器。十三节鞭具有上下翻飞、灵活多变、可收可放的特点，多以抡扫、缠绕、拨挂以及各种舞花组成套路。人们常以“抡起来似车轮飞转，舞起来如钢棍一条”来形容十三节鞭的动作风格。

（九）双钩

双钩的技法有钩、缕、掏、带、托、压、挑、刨、挂、架等。习练双钩须具备相当武功，其兵器混身是刃，演练时起伏吞吐如浪式，有一定危险性。演练双钩应步伐稳健，沉着敏捷，切忌心浮气躁，这趟双钩动作“左右撩钩”、“钩扎”、“扎绞”连续紧凑，进攻防不胜防。

（十）剑术

剑术的演练套路，被列为全国武术比赛项目。剑的击法有：劈、刺、点；撩、崩、截、抹、穿、挑、提、绞、扫等。剑的特点是：轻快敏捷、潇洒、飘逸，有“剑走美式”、“剑如飞凤”之说。剑术其用法有刺、劈、挂、点、崩、云、抹、穿、压等，在剑法的基础配以剑指，加以各种步法、步型、跳跃、平衡、旋转等动作构成了剑术的套路。

（十一）日月方便连环铲

日月方便连环铲由云花观，升霄道人来谒河南少林寺德福海禅师，秘授罗汉真传，并行功法。1820年津门拦手拳研究会，张文仲提供并传于北仓少练老会。

铲也是古代兵器之一，《水浒》中，梁山好汉鲁智深用的兵器就是月牙铲，这套大铲动作逼真诙谐，表现花和尚威猛正义不惧邪恶，以及酒后的诙谐醉态，习练大铲者通常身体魁梧高大。

3.3.4 对练套路

“对练”就是由俩人以上或手持器械攻防转换的武术套路，北仓少练老会的对练套路近20种。如：“桃花散”、“连环掌”、“单刀进枪”、“三节棍进枪”、“对花枪”、“宗行棍”、“三手刀”、“双手带进枪”、“大梢子进枪”、“小梢子进枪”、

“空手夺刀”、“双钩进枪”、“三节棍对大梢子”、“小镰刀进枪”、等。

（一）桃花散

桃花散为北仓少练老会武术双人对练套路。交手对象，甲乙二人，甲为上手，乙为下手，动作编排合理，节奏紧凑，交手之时环环相扣，达到全套无断续处，无抽扯之形，无神散之处，不允许身形站起，无重心偏移，彼此不伤对方，出手同步，圆转灵活，周身相随，交手处出声，弹跳动作要高，落地要稳，收招定式，干净利索，形似万朵桃花，收式回归原位，方为合格。本套路共四趟。

（二）单刀进枪

单刀进枪器械对练，其风格呈现出勇猛刚毅、快速的特点。双方做到战斗气氛逼真，动作熟练，方法准确，配合协调，有助于培养运动员勇敢、机智、敏捷和互相协作的精神。

（三）三节棍进枪

三节棍进枪是流传于成都、重庆、内江、达县等一带的传统的峨眉武术套路。它的动作特点是动作勇猛快速有力、长短结合、刚柔兼备。

（四）宗行棍

宗行棍，别称“三十二下”属对练，一方使用红缨枪，一方使用齐眉棍。枪的使用方法：上刺左右肩头，下刺小腿膝盖骨上下。棍的使用方法：拨打、滑打、抱棍、盖耳、绞枪。手法多变，招数凶狠，侧身亮肩，转身拨枪盖打。集其他枪法、棍法的精华于一体。是防身自卫，锻炼身体的最佳套路，简便易学。

宗行棍套路动作名称：起势 1 金鸡独立（甲乙双方距离约五米，持枪、棍相向站立，抡臂亮掌，仆步拾枪棍，右腿前弓步上指枪、棍，左腿提膝抱枪、棍，对视金鸡独立。）2 行步撩打；3 过门挂打；4 回身跳滑拨打；5 抱棍滑带；6 棍跟打枪；7 拨草凉蛇；8 棍跟打枪；9 棍头打枪；10 弓步压棍；11 棍头打枪；12 转身滑带；13 棍头贯耳；14 引步对击；15 过门下拦挂打；16 转身跳滑；17 抡棍滑带；18 棍跟击枪；19 背步反盖；20 回挂抢头；21 枪跟击棍；22 背步反盖；23 棍跟击枪头；24 双跟对击；25 棍头撩扫；26 弓步架枪；27 棍头打枪；28 转身跳滑；29 抱棍滑带；30 收式（甲乙相背跳转步“苏秦背剑”亮相）。

（五）三手刀

三手刀是北仓少练老会创始人孙二爷传下来的，会内多少年没有人演练，近几年北仓少练老会又兴旺起来，李瑞把珍藏多年的“三手门”对练武术传给了晚

辈，这趟“三手门”集实战与观赏于一体，年节出会表演很受观众欢迎。

（六）双手带进枪

“双手带进枪”是北仓少练老会器械对练中最为精彩的武术套路之一，其动作娴熟、威猛、快熟、有力、紧凑、逼真，特别的是双手带的“扫腿”、“削头”动作，扣人心弦，表演过程中作为压轴“大戏”表演。

3.4 北仓少练老会的文化价值与历史功绩

自古“燕赵多慷慨悲歌之士”，运河两岸多习武之人。地处北运河畔，北辰中心地带的北仓村数百年来养育了一大批志士能人，他们行侠仗义爱乡爱国，留下无数可歌可泣的动人故事。

3.4.1 孙二爷仗义疏财

明末清初，大约在顺治年间北仓村有一武林高手，自幼家境贫寒，十四岁时随船沿运河南下去了河南，在少林寺一边做苦工，一边习武、念经，一晃就是十四年，二十八岁时辞别师傅离开少林寺回到故乡——北仓村。

孙二爷武艺高强，习练迷踪拳，为人正直，不畏强暴，仗义疏财，还俗后曾在镖局当过镖师、后为孙洪伊家护院、务农（孙二爷与孙洪伊是叔侄关系孙洪伊北仓人，字伯兰，曾任孙中山护法军政府内政总长，是孙中山、李大钊的好朋友）孙洪伊家衰败后务农。由于孙二爷会武，在村民的倡议下组织本村 72 户农民子弟创立“北仓少练老会”，传承至今约 300 年了。

3.4.2 抗击八国联军

清朝末年，清廷腐败无能，屡遭帝国不义列强侵略。1900 年，清光绪年间，英、法、日等八国联军入侵天津城，遭到了爱国清军和义和团军民激烈抵抗。当八国联军攻占天津城后，继而沿北运河两岸向北京进犯，路过北仓村时，爱国军民发起了“北仓狙击战”北仓少练老会数百人参加战斗，他们不畏强势，以血肉之躯，凭着练就的武艺，用刀枪棍棒同侵略者厮杀，给敌人以重创。上世纪八十年代初，北辰文联主席华富强先生创作的新编历史京剧《北仓壮歌》再现了这一历史史实。剧中以北仓少练老会武师赵方一家为代表，联合北仓一带爱国村民配合爱国将领聂士成残部队将士共同抗击外寇，表现了中华儿女不甘受辱的民族气节，谱写了一曲爱国主义的壮丽凯歌。

3.4.3 “大刀队”武术教练赵占魁

赵占魁北仓少练老会第四代传人，北仓人，他的刀术堪称一绝。此人人高马

大，膀大腰圆，力大无比，手指似擀面杖，练得一身好武艺。并且足智多谋，早年曾有不少习武之人来北仓少练老会探访比试与赵占魁过招儿，均败在赵占魁手下。

赵占魁不仅侠义，同时爱国，日本侵华期间，国民党第二十九军军长冯玉祥坚持抗战打击日寇，驻守在韩家墅的第二十九军某部为了训练士兵，掌握近战杀敌本领，成立大刀队，聘请武术教练，得知北仓少练老会赵占魁武艺高强，便来北仓村寻访，赵占魁听说训练大刀队为了打日本，欣然接受。经他训练的大刀队，个个武艺高强，作战勇猛，屡建奇功，在抗日战争中，冯玉祥的大刀队威震四方，敌人闻风丧胆。

3.4.4 李祥引入少林拦手门武术

李祥是北仓少练老会的第二代传人，曾开过镖局，武艺高强，正是他将发祥于河东大直沽的少林拦手门武术引入北仓少练老会。

北仓人有一句俗话说“郭家的枪，李家的刀”，《拔步单刀》《万胜双刀》是李瑞老人的绝活。李瑞，北仓人，是北仓少练老会的第六代传人，出身于武术世家，其祖父李祥。李瑞在父辈的影响下自幼习武，近百年来常年习武，96岁高龄，仍能打拳舞刀，向晚辈传授武艺，每逢年节少练老会出会武术表演，老人总要一展身手，老人的精彩表演博得观众阵阵掌声。

3.4.5 登高英雄杨连弟

闻名于世的中国人民解放军“登高英雄”、中国人民志愿军“特等功臣”——杨连弟生前在一年之内曾两次受到共和国主席毛泽东夫人亲切接见。他的英雄事迹被人们传颂了半个多世纪，传遍了大江南北，成为家喻户晓的英雄人物。杨连弟曾在少练老会习过武。回忆杨连弟的英雄事迹，特别是他只身一人单凭一颗木杆登上矗立在深壑中高达40多米的桥墩执行任务时的情景，不免引起许多遐想：英雄不仅有一颗爱乡爱国的赤胆忠心，还有过人的武术和专业技巧……

3.4.6 舍身救工友的烈士屈宝鑫

屈宝鑫，北仓人，出身武术世家，其父屈成富，北仓少练老会第六代传人，自幼随父习武，刻苦练功，他为人和善，乐于助人，虽武功超群，却从不张扬。生前为天津农药厂工人，后任生产班长，总是身先士卒，认真负责，一次生产车间起火，他奋不顾身冲入火海，一只胳膊夹着工友，从二楼纵身跳下，工友得救了，当他第二次返回再救其他工友时，因窒息不幸壮烈牺牲，被迫认为“烈士”。

3.4.7 北仓少练老会还为社会输送了许多优秀骨干

北仓少练老会除为社会做出了以上的贡献外，还为社会输送了许多优秀骨干。如屈宝珠入伍后升任解放军某部特务连连长，赵金亮良入伍后任解放军某部擒拿班班长，曾为中国人民解放军总参谋长罗瑞卿大将站岗担任保卫工作。赵文斌、赵富盛曾任本村生产大队大队长等职，屈宝生参军复原后任北仓镇政府干部等，他们都是北仓少练老会培养出来的会员。

3.5 北仓少练老会的发展现状及制约因素

3.5.1 北仓少练老会的发展现状

3.5.1.1 北仓少练老会的武功得到挖掘和传承

近期一直坚持“挖掘、吸收、提高并举”的方针，会员武功得到普遍提高。如《过操拳》就是老会员李忠发归队后传承给年轻会员的。大梢子进三节棍，双手带进枪等传统武术对练套路，在表演中精彩火爆，吸引众多观众。在继承的基础上，也引进一些国家规定武术套路和优秀武术，如天津市拦手拳研究会会长张文仲先生教授的《少年规定拳》、《初级剑》、《甲组剑》、《日月方便连环拳》、《流星拳》等进一步丰富了老会的武术套路。目前老会的基本功、拳术、器械、对练等武术套路达到百余种。

3.5.1.2 北仓少练老会积极参加社会各种活动

三百年来北仓少练老会每逢节假日和重大活动日，都积极参加演出，成为北辰区一道亮丽的风景线，受到广大群众的热烈欢迎和各级文体组织的一致肯定。2006年参加北辰区春节“万民乐”活动受到村、镇、区各级政府领导的接见和观看老会会员的武术表演、2007年6月10日北仓少练老会经市政府批准列为“天津市第一批非物质文化遗产名录”、2008年被区政府评为“特色团队”。

现任武术总教练屈宝祥曾担任北辰区武术队教练，1984年被评为全国千名优秀武术辅导员。2007年天津市首届水上公园庙会绝技绝活比赛荣誉奖。总教练屈宝祥被市政府批准为“天津市非物质文化遗产名录——北仓少练老会”代表性传承人。

3.5.2 北仓少练老会发展的制约因素

3.5.2.1 北仓少练老会队伍思想和组织建设有待加强

要旗帜鲜明地维护老会团结和统一，在会内要提倡“三要三不要”，要讲武德，不要缺德，要团结、不要分裂，要光明正派、不要搞小动作。理直气壮地抵

制一切不良倾向,耐心做好会员思想疏通工作,最大限度地团结一切积极因素为老会的发展服务。

3.5.2.2 北仓少练老会武术水平有待进一步提高

要克服“夜郎自大、固步自封”等障碍唠会发展的观点。要坚持改革开放的方针,对内改革就是改革不适应武术传承和发展的习惯和做法。对外开放就是走出去请进来吸收优秀的传统武术、学习现代武术、自主创编体现老会特点的武术套路。

3.5.2.3 北仓少练老会保护资金缺乏

由于财政紧张,资金投入匮乏,少练老会普及发展受到限制,无法进行一些普及推广工作。

3.6 北仓少练老会的保护建议

中华民族有保护非物质文化遗产的传统,从我国古代《诗经》的采集、整理到近、现代民俗学的建立,都为延续中华民族的文化传统做出了贡献,新中国成立(尤其是改革开放)后,非物质文化遗产的保护更是踏上了快车道,相关的保护法规、措施相继出台,为我们探讨北仓少练老会的继承与保护问题提供了社会大环境和可资借鉴的文本资料。

3.6.1 继承与保护的出发点——国家文化安全

“随着冷战的结束,意识形态不再重要,各国开始发展新的对抗和协调模式。为此,人们需要一个新的框架来理解世界政治,而‘文明的冲突’模式似乎满足了这一需要。这一模式强调文化在塑造全球政治中的主要作用,它唤起了人们对文化因素的注意,而它长期以来曾一直为西方的国际关系学者所忽视;同时在全世界,人们正在根据文化来重新界定自己的认同”,自美国国际政治研究专家亨廷顿教授提出“文明冲突”论以来,引起了国际学界的普遍关注和争论,其对“文化因素的注意”是有远见卓识的。^[14]

冷战结束后的当今世界,随着经济全球化和我国现代化进程的加快,民族文化的生态环境面临不同程度的危机,“文化安全”已成为影响国家安全的重要因素之一,原来以领土完整为主要内容的“军事安全”理论发生了变动与调整,“文化安全”成为一种新的国家安全观,“国家文化安全是全球化时代的国家文化战略”。坚持民族文化的主体地位,大力弘扬中华民族的伟大精神、建设文化大国成为一项重要的文化安全措施,这其中当然也包括可以增强国家软实力深厚精神

[14] 黄安年. 塞缪尔·亨廷顿的历史遗产. 学术交流网[EB/OL].

<http://www.3hresearch.com/showarticle.asp?articleid=1174>.

资源和文化根基的非物质文化遗产。2006 年，由中国艺术研究院、中国文化报社、浙江省文化厅主办，杭州市文广新局、杭州市余杭区政府承办的以“国家文化安全”为主题的余杭论坛上，国家文化部副部长周和平在讲话中专门阐述了国家文化安全与非物质文化遗产的关系，他认为非物质文化遗产是中华优秀传统文化的重要组成部分，凝聚着中华民族的深层文化基因，应该通过保护、整理，进一步发挥其延续中华文明的重要作用。

“非物质文化遗产问题是一个从文化安全延伸到国家文化安全的问题，我国许多好的经验型的智慧被人家拿去了，损失很大”，如景泰蓝原来是我们的独特工艺，但现在被日本人拿去了，做的比我们精致，把我们的景泰蓝在国际上彻底打败了，“这样的问题就像我们当年发明了火药一样”，作为非物质文化遗产的传统武术同样存在这样的问题。非物质文化遗产的保护需要上升到“文化自觉”的高度来进行，传统武术理应对国家文化安全做出自己的贡献。

3.6.2 预防“两种破坏”，抵制“两种论调”

北仓少练老会值得保护，但在传统武术的保护过程中要注意预防“建设性破坏”和“保护性破坏”以及自觉抵制“自然消亡论”和“泛文化遗产论”。

北仓少练老会的传承大部分在民间，而今社会主义新农村建设正在全国各地兴起，但如果在这个拆旧建新的过程中不注重对文化遗产进行保护，承载这个村庄的历史文化记忆就有可能丢失，从而引起对非物质文化遗产的“建设性破坏”。河南博爱县千载寺王宗岳书写匾额丢失的“破四旧”教训当引起我们的高度重视。

与建设性破坏相比，“形似神失”的保护性破坏不易引起我们的重视。一旦一些项目被确定为保护对象后，过分注重经济效益的做法会对非物质文化遗产带来过度的、破坏性的开发和利用。如前一时期的少林寺，随着电影《少林寺》的热播、武术热的兴起，嵩山少林寺人头拥动、登封武校蜂起，由是原生态的少林武术被加以简单的改造、千年古刹成为喧嚣的闹市。表面上来看，这是少林武术的繁荣，而实际上是对作为非物质文化遗产的少林武术的根本性破坏。

“自然消亡论”则认为：非物质文化遗产的保护也应该遵循物竞天择、适者生存的自然法则，因为“非物质文化遗产的很多项目即使你花很大的力气去保护，它们也会自然变异或自行消亡”，为此“在他们看来，应该让非物质文化遗产依靠自身的竞争力去适应变化了的环境，并在竞争中求生存、求发展”。这种论调看上去有道理，其实是一种错误的观点，诚然非物质文化遗产的变异或消亡是一

种自然规律,但我们的保护是基于非物质文化遗产的价值和人为因素干扰了非物质文化遗产沿着自身发展规律演变的实际情况。

3.6.3 北仓少练老会保护的具体措施

“‘保护’指采取措施,确保非物质文化遗产的生命力,包括遗产各个方面的确认、立档、研究、保存、保护、宣传、弘扬、承传(主要通过正规和非正规教育)和振兴。”可以看出,北仓少练老会的保护是一项包括田野调查、清点、确认、评定、立档、保存、研究、宣传、弘扬、保护传承者等在内的一项系统工程。在具体进行保护时,必须把它视为在特定生态环境中有生命的活态存在,努力构建一个为维护和强化其生命力、增进其自身可持续发展能力的包括法规体系、管理体系、科学规划、人才队伍建设、科研跟进等在内的保护体系。

3.6.3.1 建立与北仓少练老会保护有关的法律、法规体系

3.6.3.1.1 加强非物质文化遗产的立法

北仓少练老会的保护,重要且紧迫,而立法保护是对传统武术保护的根本保证,尤其是在人们对北仓少练老会保护意识还没有充分树立起来之前,更显重要。况且,北仓少练老会的保护是一个长期的系统工程,要实施这项工程,仅有应急性措施是远远不够的。

早在1950年5月,日本政府就颁发了《文化财保护法》,首次以法律的形式对非物质文化遗产进行保护。1962年,韩国也颁布了《文化财产保护法》对非物质文化遗产进行保护,并掀起了全民参与的保护行动。另外美国有《挽救美国的财富计划》、《维护美国行动计划》,法国有《国家文化遗产(科技)研究计划》,巴西有《无形遗产全国纲要》等对非物质文化遗产进行保护和研究。我国有保护非物质文化遗产的传统,但立法较晚。在建国初期曾有命名“工艺美术大师”等保护非物质文化遗产的举动,2000年5月出台了我国第一部地方性非物质文化遗产保护条例《云南省民族民间传统文化保护条例》、于2003年11月形成了《中华人民共和国民族民间传统文化保护法草案》,并在2004年8月十届全国人大常委会第十一次会议批准我国加入联合国《保护非物质文化遗产公约》的基础上,成立了专门小组,协调加快该法的立法进程。

3.6.3.1.2 建立传统武术的知识产权制度

在经济全球化、市场一体化的今天，知识产权成为重要的保护内容，目前我国还没有完备的传统武术知识产权制度，还难以遏止传统武术的滥用和流失。为维护国家民族利益、保护民族的物质和精神权益，我们必须尽快建立知识产权制度和一些包括技术保密、出境限制在内的强制性保护措施。当然也要注意通过立法加强传统武术传承人的知识产权，从而使他们对其世代相传的文化表现形式和文化空间享有应有的权利，防止对其的滥用、误解和歪曲。

3.6.3.2 加强领导，落实政策，健全协调有效的北仓少练老会保护和参与体制

北仓少练老会的保护不能单纯依靠单一的学科或机构进行，它需要政府、社会组织、博物馆、院校、科研院所和个人等之间的交叉配合、需要民众的互动协作。为此，需要指定科学的管理体制，目前可考虑采取“政府主导、社会参与，明确职责、形成合力”的工作原则，对全民进行保护与传承非物质文化遗产（当然包括传统武术）重要性的教育，提高“文化自觉”，唤醒公众的保护意识，为非物质文化遗产的保护构建健康、有序、持久的发展氛围。

国家体育总局及地方体育局应发挥积极的作用，加大资金投入，以“保护为主，抢救第一，合理利用，传承发展”为工作方针，建立起传统武术保护的联席会议制度，拟订传统武术保护的方针政策，审定传统武术的保护规划，协调传统武术保护中基层文化馆、体育局的摸底调查功能，院校和科研院所的科研功能，博物馆在保护非物质文化遗产中的展示功能等方面的关系，调查、展示、研究、保护等有机结合，形成传统武术保护的合力。

另外，要注意加强国际的合作与交流，积极借鉴、吸收国外的相关经验和教训。

3.6.3.3 加强北仓少练老会的认定、保存、研究和传播

北仓少练老会保护应建立起评估认定制度，即在普查的基础上，根据北仓少练老会的历史、特点、传承情况，确立其中重要的进行重点保护。另外要注意辨别真伪，防止借“申报”、“保护”之际再造北仓少练老会的现象。

全面搜集、重点整理得来的材料，要利用现有条件尽快转变成有形的形式，建立完整的北仓少练老会档案，用文字、录音、录像、多媒体等手段，对北仓少练老会进行真实、全面、系统的记录，以求妥善保管。这种“记忆”式的保护，可以实现对传统武术永久、原汁原味的保存。为此建议撰写《中国武术集成》，

并进一步完善中华武术展现工程。

国家体育总局要组织各类文化单位、科研机构、大专院校的专家学者（尤其是民俗学学者、人类学学者）展开对北仓少练老会的研究。其中国家体育总局武术研究院应该发挥它作为最高武术研究机构的性质、发挥其主导性的作用，当前急切的任务是收集、整理武术史料（文献、口述以及图谱、文物、碑文等），撰写《武藏》。

人民群众是北仓少练老会的创造者、传承者，也是北仓少练老会的保护者。北仓少练老会的保护应当成为全民的共识，全民的自觉行动，为此应当动员各级部门，充分发挥各级图书馆、科技馆、博物馆、体育馆等公共文化机构的作用。利用节假日活动、展览、观摩大会、交流大会、培训、研讨等形式，通过大众传媒和互联网等进行有效宣传，加深公众对北仓少练老会的认识，促进社会共享。可考虑在已有的“太极拳月”的基础上，各省市根据自己的实际情况设立富有地方特色拳种的宣传月，如形成一定的气候，还可以考虑商业运作和旅游业的介入。

3.6.3.4 建立科学有效的北仓少练老会传承机制

3.6.3.4.1 确立北仓少练老会的代表性人物

北仓少练老会主要是依附个人存在、身口相传的一种文化遗产，其主要载体是人，而有形物仅是一种介质。早在上个世纪五十年代，日本就首创了“人间国宝保护体制”，日本文化厅对这些“人间国宝”支付特别扶助金（年200万日元，约合14万人民币），以鼓励他们不断提高技艺和培养后继传承者。日本的做法取得了显著成效，曾得到联合国教科文组织的大力推广，并出台了《关于建立“人类活珍宝”制度的指导性意见》，目前韩国（1964年）、泰国（1985年）、菲律宾（1994年）和法国（1994年）也纷纷采用了这个体制。联合国教科文组织还先后在汉城、威尼斯、东京、马尼拉等地举办了多次“人间国宝保护体制国际培训班”。就北仓少练老会的保护而言，我们完全可以采用这种方式、加强对传承人的保护，在充分考虑实际传承、社会威望和贡献等因素的基础上确立传统武术各门派的代表性人物，然后采取命名、授予称号、表彰奖励、资助扶持等方式，鼓励、资助传统武术代表人物进行活动，最大限度地防止“人亡艺绝”现象的出现。

3.6.3.4.2 自然和社会干预传承并举，重视制度性（教育性）传承

“保存”重点在“存”，“保护”则以增强传统武术的生命力为目标，是北仓少练老会保护的“关键词”。就目前而言，北仓少练老会的传承有自然性传承和

社会干预性传承两种。

自然性传承是指民间自然进行的传承活动,这是目前传统武术的主要传承方式。但这种方式容易因为政治、经济、文化和个体的变迁而受到制约。

社会干预性传承是在社会力量干预下的传承,大致又可分为“通过社会干预性力量支持或保障自然传承活动的实现”和“通过教育途径将传承活动纳入其中”(制度传承)两类。两类中传统武术的教育传承较为重要且薄弱。可喜的是 2002 年 10 月,建国以来第一次中国非物质文化遗产教育传承实施动员大会在北京召开,并最后通过了《非物质文化遗产教育宣言》。就传统武术的保护而言,目前有关部门应积极鼓励、支持传统武术代表人物的学校教育和社会教育活动,鼓励相关院校、中小学开展传统武术教育,鼓励武校、传统武术特色学校的发展,使传统武术后继有人,能够作为活的文化传统继续进行传承,从而强化传统武术的内在生命力、使传统武术在动态整体性保护中焕发生机。这种保护传承人、培养“接班人”的“延续保护”方法应是传统武术保护的首选方法。

3.6.3.5 保护相应的生态环境,大力发展文化产业

20 世纪“60 年代末,意大利博洛尼亚市政当局在世界上第一次提出‘把人和房子一起保护’的口号”,在这种“反发展”、整体性保护的全新理念下,意大利的非物质文化遗产保护成效显著。“原生环境对无形文化遗产产生和存在至关重要”、^[15]“生态类型对各民族体育文化形成的作用不可低估”。^[16]多种多样的传统武术是在不同的地域环境中形成并发展起来的,具有鲜明的区域性特点,是区域文化的有机组成部分。原生环境(自然环境和人文环境)状态对传统武术的产生与发展具有重要的作用,它依附于一定的民族、群体、个体或区域,如齐鲁武术、中州武术,南拳北腿、北弓南弩等具有不同的文化内涵和特点。^[17]

“努力营造适合于无形文化遗产生存的外部环境与加强人才培养同样具有战略意义,只有人与环境的和谐匹配才能做到无形文化遗产的‘活保护’”,在北仓少练老会的具体保护过程中,我们应当注意到北仓少练老会的区域性特点,加强对北仓少练老会原生态的保护与研究。在北仓少练老会生态保持较完整并具有特殊价值的村落或特定区域(如陈家沟、嵩山少林寺),要进行动态整体性的保护,可考虑设置类似“自然保护区”那样的“社区博物馆”、“生态博物馆”、“生态保护区(村)”,力图将传统武术放在原有的文化空间中、形成“原生地”、“原生态”、

[15] 李慧竹. 论无形文化遗产的内涵及其基本特征[A]. 于海广. 传统的回归与守护—无形文化遗产研究文集[C]. 济南:山东大学出版社, 2005:37.

[16] 程大力. 论生态类型与传统体育[J]. 成都体育学院学报, 2004, 30(1):15.

[17] 李吉远, 谢业雷. “文化生态”视阈下传统武术的传承与保护[J]. 西安体育学院学报, 2009, (03). 32

“原真性”的“三原”保护特色。在这个过程中应注意利用、保护好已有的、具有地方特色的“武术之乡”，^[18]并进一步搞好相关的评选活动。

当然，这种保护形成后，要利用“武术搭台，经贸唱戏”、“武企联姻”、拍摄传统武术影视片、对外传授等形式，进行一些必要的文化产业发展，以增强自我造血能力。这要处理好经济开发、利用与文化保护之间的适度关系。周西宽先生关于武术提出的“保护须要全面，须要详尽”、“推广须要慎重、须要选择”的意见无疑是正确的。^[19]

上述只是一些理论上“应然”的建议，能否成为“实然”，尚待我们在实际的继承与保护工作中努力实现。

北仓少练老会的保护，任重而道远！

[18]李吉远,谢业雷.“文化生态”视阈下传统武术的传承与保护[J].西安体育学院学报,2009,(03).

[19]程大力.中国武术文化发展大战略:保护与改革(续)[J].体育文化导刊,2005,(2):19.

4. 结 论

4.1 北仓少练老会是运河文化带上的民俗遗存

4.2 北仓少练老会是天津体育民俗文化不可忽视的的标志性文化印记

4.3 北仓少练老会发展不容乐观

4.4 对北仓少练老会的保护事在必行

加强天津市相关政府部门对北仓少练老会的关注程度,给予政策、资金支持;挖掘、整理北仓少练老会的历史资料;加强对北仓少练老会的传承人保护;加强对北仓少练老会的媒体宣传;扩大北仓少练老会的参会人数规模;加强北仓少练老会的对外交流活动;加强北仓少练老会师资力量。

北仓少练老会是天津市级非物质文化遗产,作为一个社会组织它在增强人民体质、抗击外敌侵略、凝聚民族精神等方面均发挥了重要的作用。天津是一个因运河而兴的城市,北仓少练老会的兴起与运河有关。京杭大运河在将海河、黄河、淮河、长江等五大水系有机联系在一起的同时,亦将燕赵文化、齐鲁文化、中州文化、吴越文化等连接在一起。从而形成了天津兼容并蓄的文化特点,表现在北仓少练老会上,就是这个组织不但承传了拦手门武艺,而且还与时俱进,增加了新中国成立后新编的甲组拳、乙组拳以及长拳的一些基本功练习。

北仓少练老会发展到今天,它凝聚了几代人的心血,特别是老前辈们的艰苦,它同其他非物质文化遗产一样是劳动人民勤劳的结晶,它源于人民、服务于人民。少练老会不仅是人们强身健体的好去处,也是培养武术人才的摇篮,同时也是活跃人民文化生活、构建和谐社会的一支生力军,它的活动不仅牵动着北仓人的心,也是宣传北仓不可替代的力量。目前少练老会在前进中还存在一些不足和困难,希望少练老会领导肩负光荣使命,克服种种困难,让北仓少练老会的武功一代一代传下去,为群众的身体健康、为活跃群众的文化生活,为北仓的发展做出应有的贡献。

参考文献

- [1]联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》: 第二条.
- [2]国务院办公厅《关于加强我国非物质文化遗产保护工作的意见》: 第一条.
- [3]胡锦涛. 高举中国特色社会主义伟大旗帜为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗[EB/OL]. 中国共产党新闻网. <http://cpc.people.com.cn/GB/104019/104099/6429414.html>.
- [4]王文章. 非物质文化遗产概论[M]. 北京: 文化艺术出版社, 2006: 20.
- [5]任大援. 非物质文化遗产保护中的传承与创新[A]. 中国非物质文化遗产保护论坛论文集[C]北京: 文化艺术出版社, 2006.
- [6]《国家级非物质文化遗产项目代表性传承人认定与管理暂行办法》: 第十二条
- [7]中国新闻网[EB/OL]. <http://www.chinanews.com.cn/cal/newe/2008/11-17>.
- [8]大运河——创造世界奇迹的地方[J]. 商业文化, 2004, (4).
- [9]中国的运河与运河文化. [EB/OL]. <http://www.rwzr.cn/html/yhwh/yhwh/74320080325154800.html>.
- [10]杭州的山水园林文化. [EB/OL]. <http://www.yuajin.com/html/91/n-3491.html>.
- [11][12][13]胡曰钢. 北运河与北仓廩[J]. 天津日报, 2010, (4).
- [14]黄安年. 塞缪尔·亨廷顿的历史遗产. 学术交流网[EB/OL]. <http://www.3hresearch.com/showarticle.asp?articleid=1174>.
- [15]李慧竹. 论无形文化遗产的内涵及其基本特征[A]. 于海广. 传统的回归与守护—无形文化遗产研究文集[C]. 济南: 山东大学出版社, 2005: 37.
- [16]程大力. 论生态类型与传统体育[J]. 成都体育学院学报, 2004, 30(1): 15.
- [17][18]李吉远, 谢业雷. “文化生态”视阈下传统武术的传承与保护[J]. 西安体育学院学报, 2009, (03).
- [19]程大力. 中国武术文化发展大战略: 保护与改革(续)[J]. 体育文化导刊, 2005, (2): 19.
- [20]黄彬. 运河文化资源的保护与开发研究[J]. 山东省农业管理干部学院学报, 2008. 1.
- [21]李泉. 中国运河文化及其特点[J]. 聊城大学学报, 2008. 4.
- [22]李泉. 中国运河文化的形成及其演进[J]. 东岳论丛, 2008. 5.
- [23]吕卓民. 运河文化遗产的保护与. [J]. 西北大学学报, 2008. 3.
- [24]中国运河文化史[J]. 光明日报, 2002, (08).
- [25]安作璋. 中国大运河的繁华[J]. 中国文化遗产, 2006, (02).
- [26]季桂起. 德之风. 水之韵——德州地域文化纵横谈[J]. 德州学院学报, 2009, (10).
- [27]李晓明, 钟瑞添. 关于桂东北多族群区域新农村文化建设的几点思考[J]. 梧州学院学报, 2008, (02).
- [28]顾军, 苑利. 文化遗产报告[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2005 年版.
- [29]贺学君. 关于非物质文化遗产保护的思考[J]. 江西社会科学, 2005. 2.

- [30]王文章. 非物质文化遗产保护与田野工作方法[M]. 北京: 文化艺术出版社, 2008: 52-163.
- [31]吕宏军, 藤磊. 人类口头与非物质文化遗产丛书——少林功夫[M]. 杭州: 浙江人民出版社, 2005.
- [32]王文章, 陈飞龙. 非物质文化遗产保护与国家文化发展战略[J]. 求是, 2007. (17).
- [33]张春丽, 李星明. 非物质文化遗产概念研究述论[J]. 中国文化论坛, 2007. (2).
- [34]王晓. 非物质文化遗产视野下民族传统体育保护的若干思考[J]. 上海体育学院学报, 2007, 31 (1): 72-75.
- [35]路志峻, 李金梅. 论非物质文化遗产与体育文化的传承[J]. 体育文化导刊, 2006, (12).
- [36]叶鹏, 蔡宝忠. 从“非物质文化遗产保护”的高度审视传统武术的保护问题[J]. 广州体育学院学报, 2008, 28 (1): 51-54.
- [37]王龙飞, 卢重干. 非物质文化遗产视野下少林功夫的保护[J]. 武汉体育学院学报, 2008, 42 (4): 58-60.
- [38]海玲. 保护传承人至为关键[J]. 中国人才, 2007 (7): 13-14.
- [39]刘永明. 权力与发展: 非物质文化遗产保护的原则(上)[J]. 西南民族大学学报(人文社科版), 2006, (1): 191-199.
- [40]刘晖. 我国非物质文化遗产之传统体育文化的保护和传承[J]. 体育与科学, 2007, 28(6).
- [41]陈默耘. 昆曲曲社研究——以传承为中心的非物质文化遗产保护研究个例[D]. 华东师范大学, 2007.
- [42]张斌. 非物质文化遗产视角下中国传统舞龙的续承与创新[D]. 湖南师范大学, 2008.
- [43]赵俊. 论国际关系中的文化因素[D]. 山东师范大学, 2004.
- [44]张明晖. 当代中国文化价值观的冲突及其思考[J]. 西华大学, 2011.
- [45]赵应云. 冲突与融合[J]. 湖南师范大学, 2003.
- [46]方李莉. 对比东西方不同的文明发展观[J]. 人民政协报, 2011, (12).
- [47]李燕. 文化全球化: 文化冲突与和谐发展[J]. 山东师范大学学报, 2006, (11).
- [48]齐延平. 人权精神的危机与拯救[J]. 西北政法学院学报, 2006, (11).
- [49]洪春梅. “格格不入”的审视者和批判者——萨义德与当代文化研究[J]. 广东广播电视大学学报, 2011, (02).
- [50]鲁延安. 对“文明冲突论”的理性思考[J]. 太平洋学报, 2006, (04).
- [51]石国亮. 论后工业化背景下的意识形态建设——兼评张康之教授的“合作意识形态”[J]. 浙江社会科学, 2009, (09).
- [52]中国非物质文化遗产网: <http://www.chinaich.com.cn/index.asp>.
- [53]天津文化信息网: <http://www.tjwh.gov.cn/>.
- [54]北辰村名. 天津网-数字报刊, 2011, (11).

致 谢

论文写到这里，已告一段落，我将其视作一种对研究生学习生活的纪念。回首两年的时光，匆匆而过，考研的经历和论文选题、开题的场景还清晰如昨，今天就要为论文划上最后的一个句号了。一切的收获都将成为宝贵的经验影响我的未来。

首先，感谢导师杨祥全老师，从论文开题、调研、查找资料、实施到撰写、订立框架、修改文章，每一步都凝结着杨老师辛勤的汗水。导师高尚的人格、宽厚的为人风范、严谨的治学态度、一丝不苟的求实精神是我一生学习的榜样。杨祥全老师的精心指导不仅使我在学术上开始起步，而且他的深博的知识和敏锐开放的思想方法给我以最深刻的启迪，将对我以后的工作学习提供莫大的帮助。仅此，我向杨老师致以诚挚的谢意！

感谢天津体育学院的领导和老师在学习期间给予的支持和教诲。

还要感谢北仓少练老会的屈宝祥先生和刘会长，在调研时给予的大力支持，为我完成论文提供了大量宝贵的文字资料。

感谢我的家人，在我攻读硕士学位期间给予的理解和支持。感谢他们为我提供一个安心的环境。

最后感谢参与我论文答辩的所有专家、领导、老师和朋友们致以诚挚的感谢！