

争渡,争渡,惊起一滩鸥鹭

端午前后,龙舟竞渡,让中国传统文化更鲜活

“五月五,是端午,龙舟下水打烂鼓。”每年端午前后,大江南北都要“赛龙舟”,不到端午,不少地方就把龙舟氛围感提前“拉满”。

6月1日至2日,2024年京津冀龙舟大赛暨河北省全民健身联赛龙舟赛,在太平河石家庄水上运动中心河段举行。活动吸引了包括中国石油大学、中央民族大学、天津大学、天津南开大学在内的38支京津冀龙舟队伍参赛。他们在初夏的太平河上劈波斩浪,以赛会友,共同享受赛龙舟这项中华民族传统竞技运动的激情与魅力。

赛龙舟,这一可追溯至战国时期的民俗活动,2000年来,风采依旧;赛龙舟,从来不只是一项“运动”,它的背后流淌着源远流长的中华文化,在历史长河中留下了不灭的身影。

端午节要是看不到划龙舟,就像过年看不到烟花一样,总会缺一点过节的气氛。可是,为什么端午节要赛龙舟呢?

关于龙舟竞渡起源的说法,一说纪念屈原,二说是纪念吴国大将伍子胥,三说与越王勾践有关,民间莫衷一是。流传最广的是屈原说,《隋书·地理志》里记载:“屈原以五月望日赴汨罗,土人追至洞庭不见,乃歌曰,何由得渡湖?因而鼓棹争归,竞会亭上,为竞渡之戏,迅楫齐驰,棹振水陆,观看如云。”

其实,龙舟作为我国最古老的传统体育运动项目之一,它的出现比屈原所处的年代要早得多。

据《河姆渡遗址第一期发掘报告》称,早在7000年前,远古先民已开始用独木刳成木舟,并加上木桨划舟。《淮南子·齐俗训》中亦有“胡人便于马,越人便于舟”的记载,古代南方水网地区人们常以舟代步。人们在捕捉鱼虾的劳作之余,又相约划船竞速,这是远古时期竞渡的雏形。

近年又盛传龙舟起源于湖南西北部沅陵之说。《沅陵千年龙船》一书中,辑录了104篇作家、学者对沅陵龙船的系统性论述。据说沅陵龙舟起源于5000年前,比纪念屈原的说法要早3000多年。

龙舟锣鼓声响后,是传承已久的龙舟文化。

龙舟赛的设计很妙,坐在船头的指挥者经验丰富,老成持重,有一套战略战术,或鸣金或擂鼓,挥舞旗帜,指挥若定;划船者一定要听从指挥行事,齐心合力。观众既看运动员的水平,也看组织者和教练的能力,从不同的角度考察、欣赏、评品。在比赛的那一刻,水面上,船里船外,被营造成一个极其紧张欢乐的大气场,所有的人无不乐在其中。

除了志在夺标的直道竞速之外,赛龙舟的方式还有不少:有不设终点、比试耐力的长途赛,两只龙舟在江河中不间断地彼此追赶,直到一方认输才能终止比赛;有往返竞速赛,龙舟划到目标后马上按桨骤停,后桨变前桨立即反向回划,先到起点者胜出;有不拼速度耐力、专拼整齐美观的比赛,谁划得更整齐、更优雅、更协调一致、更舒展大方,谁就是赢家。

而随着社会发展,龙舟的“龙”逐渐消退了“神性”,成为炎黄子孙“龙的传人”的象征。龙舟文化作为中国传统文化的重要组成部分,代表着团结、勇敢和团队合作的精神。

龙舟竞渡作为一项需要20余人共同参与的竞技活动,每个成员的性格、身体条件等各不相同,为了竞渡夺标,就需要成员之间互相包容、求同存异、团结协作,生动地体现了中华民族团结协作、顽强拼搏的民族精神。

龙舟运动是古老的,也是锐意革新的。赛龙舟,正以一种全新面貌焕发出强大活力,这是传统的回归,也是时代的幸运。

(冯晶)

体坛新风 >>>

神奇的水上运动——浆板

这两年,国内有一项新兴的运动,它的组成就是一块板和一支桨,可以站着玩,可以坐着玩,甚至可以躺着睡觉,它可以用来做旅行,也可以用来冲浪,甚至可以钓鱼,做瑜伽,这项神奇的水上运动就是——浆板。

提到浆板有部分小伙伴可能会把它和冲浪板混为一谈,浆板虽然长的和冲浪板很像,但浆板可不是冲浪板!

浆板的易操控性以及其玩法的多样性,造就了这项水上运动风靡全球。它是一种健康的有氧体验,老少皆宜的运动,同时也是适合初学者的水上运动。

浆板(SUP),英文全称 Stand-Up Paddling。又名直立单桨冲浪。最初是冲浪教练为了管理众多的学员,因此直立站在冲浪板上能获得更好的视野,便于观察周遭情况,也便于观察远处过来的涌浪。近几年才逐渐风靡全球。因为简单易玩、玩法多样,躺着,趴着,跪着,坐着,站着,随时跳下水游泳,浆板近年逐渐在国内流行起来。正是由于其高参与度以及低门槛的特性,即便是菜鸟玩家也可以立刻上手,参与浆板运动的人群可以从小孩到老人,甚至你家里的宠物狗也可以一起游玩。浆板的板面比较宽厚,所以拥有更多的浮力,使玩家更加容易掌握平衡,并且还配备有划桨,在各种水面都可体验到划桨前行的乐趣。

相比其他的水上运动项目,浆板的玩耍形式也更自由,如玩皮划艇就需要教练帮忙放艇和上岸。而浆板则只需挑一块心仪的板,穿上救生衣便能下水,非常方便。站在浆板上,你能看到远方的飞鸟、岸上的行人,目光所到之处,有诸多惊喜。所以有的人喜欢一个人静静地划着浆板,在沿途的美景中思考放松;有的人则会躺在浆板上晒个日光浴,或是一口气来个几公里练耐力。在浆板上远观湖光山色,近拥城市景观,在水面上解锁“新姿势”。

但浆板并非互联网上说的“零基础可玩”,“上手无难度”,无论是拍照打卡还是初次尝试,都该选择有资质的俱乐部和配有相关执证的教练,以及确保在安全水域中学习。专业的教练指导能让体验者更好轻松快速学会浆板技巧;还会针对水域情况讲解安全知识,如何寻找安全水域,如何辨别危险水域,了解浆板规则注意事项,能让我们更加安全体验浆板运动。

(冯晶)

诗画体育 >>>

郭晶晶:喜欢站在跳板上的感觉

2004年8月,郭晶晶参加了第28届雅典奥运会,并连续夺得女子单人3米板冠军与女子双人3米板冠军。而这,已经是她第三次参加奥运会了。她感叹说:“一次又一次,我第三次参加奥运会才获得了奥运冠军,在那一刻,我是幸福的,因为我得到的不仅是奥运会冠军,还有在这个过程中得来的对人生来说非常宝贵的经验。”

(冯晶)

晶鲤凌空化为蛟,
腾挪翻转柔中钢。
无声入水压水花,
奥运夺冠呈辉煌。

漫画:冯火
配诗:赵韶明

