

北京城市副中心报



2025年3月18日 星期二 农历乙巳年二月十九 今日四版



北京日报客户端 融汇副中心客户端

非遗里的北京通州

陆辛庄村传统武术有了一群非遗传承人

通州有群小哪吒 个个都是练家子



最近,一则小视频火了:一群十二三岁的少男少女打扮成哪吒模样,学着《哪吒之魔童闹海》里的小哪吒表演,外摆连腿、里合腿、前扫堂腿、朝天蹬……一招一式,有模有样。这群孩子都是通州区张家湾镇陆辛庄村武馆的学员。他们的“哪吒”扮相不仅出于对电影《哪吒》的喜爱,更在于传播当地的非遗项目——陆辛庄少林武术。日前,记者专程前往探访这群“小哪吒”——

习武

每天半小时一练七八年

暮色四合,陆辛庄村的街灯亮起,路上格外安静,但推开武馆的门,一股热闹劲儿扑面而来,只见几个五六岁的“小不点”正在武馆南侧栏杆处用力压着腿;几个稍大一些的孩子凑在一起比画着套路动作;场地中间,几名十来岁的少年正演拳脚,呼呼生风。角落里,还有两个扎着马尾辫的小姑娘正在互相帮忙压肩,一个龇牙咧嘴,一个咯咯直笑。

师父大喝一声“集合”,孩子们立刻刷刷地站成一排,脚步声咚咚作响,震得地板直颤。

在训练过程中,12岁的刘雨辰最为显眼。出拳摆腿,每一个细节动作都比其他人更加有力、标准,时不时还要帮着师父指导“师弟师妹”。中间休息时,记者和他聊了起来。

“上幼儿园的时候,我总爱生病,妈妈就把我领到了家门口的武馆。”聊起武术,刘雨辰眼里闪着光,“最开始觉得练武挺枯燥,基本功怎么也打不到位。后来,练习的次数多了,慢慢也就找到了窍门,一点点就喜欢上武术。练武让身体变得强壮,更增加了自信心。”

在刘雨辰家,有一个练武专用的小场地。“我给自己的规定是,一个武术套路每天练半小时,熟练了再打下一个套路。”七八年的寒来暑往,他从未间断过。

看着刘雨辰的身影,高士忠满眼欣喜。他告诉记者:“我今年70岁。身为陆辛庄少林武术代表性传承人,我最大的愿望就是把自己的这一身功夫传下去。雨辰练武的劲头,一看就是个苗子。”

演武

六年级女生比武夺锦标

在武馆的大厅摆放着不少“家伙”——红缨枪、朴刀、青龙偃月刀、长棍……这些都是陆辛庄少林武术的器械。

刘雨辰最为得意的,便是自己已熟练掌握二十来套正宗陆辛庄少林武术拳法、器械套路:少林起势拳、少林查拳、罗汉拳、快马拳……行云流水;三义刀、六合刀、青龙偃月刀、陆合枪……炉火纯青;扫腿转、二趟杆子、夹枪棒、单刀拐子进枪等对练刚柔相济。

“重点培养雨辰不仅因为他的基本功扎实,拳法学得快,更因为他对武术兴趣浓厚,能日复一日地坚持锻炼。可以说,寄托着我传承的期待。”高士忠感慨,“陆辛庄的非遗武术,是从我父亲那里继承而来的,而我父亲又是从我爷爷那里学来的,看着武馆的孩子们会想起当年的自己。”

练武不分男女,女孩练武术照样出类拔萃,北京第二实验小学通州分校六年级学生李沐歌就是其中之一。从小学起,她就开



陆辛庄少林武术传承人高士忠为武馆学生指导动作。刘淑玲摄

始习武,6年多来已经掌握了老八掌、燕青十路迷踪拳、燕青单刀、少林双刀等。2024年,李沐歌先后夺得北京市传统武术锦标赛儿童组女子八卦掌项目一等奖、第五届北京国际武术文化节暨第十四届北京国际武术邀请赛B组女子八卦掌一等奖。

“现在只要几天不练武,就会觉得很别扭。武术不仅让我身体素质更棒了,也让我更开朗了。面对无数观众,我能信心百倍地展现少林武术的魅力。”李沐歌说。

传武

村里孩子大多都来习武

说起陆辛庄少林武术,历史足有300多年。史料记载,明朝山东“铁枪”李潮携妻辛氏及弟子李三胜落脚此地,陆辛庄少林武术得以传世。高家也正是从那时起习练这门武术的。

“在我的记忆里,能追溯到的是我的太爷爷。他农忙时干农活,农闲时就练武,一天都没落下。”高士忠向记者谈起自家的武术历史,但更多记忆还是和父亲高永堂有关。高永堂的曾祖父高洪,祖父高万伶、父亲高木都曾当过本村少林武术的教头。高永堂有四个儿子,两个女儿也都身手不凡,就连他的小孙子高绍轩操起大刀也能舞得虎虎生风。

为了让更多的人能传承陆辛庄少林武术,2002年,高永堂还把平生所练的武术套路编写成了一本“武功秘籍”——《陆辛庄简史武术纪录》。在他的努力下,2007年陆辛庄少林武术被列为通州区级非物质文化遗产保护项目。

“从十六岁开始,我就跟着父亲练武。父亲去世后,我选择了将这一非遗项目继承下来。接过这杆大旗,我觉得是一份沉甸甸的责任。”高士忠说。

陆辛庄村曾被命名为“武术之乡”。“村子的武术传承经历了断层,老人练武少了,年轻人忙工作,小孩子甚至不知道陆辛庄武术是什么。”少林武术面临着失传的风险,让高士忠心急如焚。

转折出现在2017年,张家湾镇政府为高士忠引荐了一名习武的年轻人卢永超,两人一见如故,相谈甚欢。很快,他俩成了忘年交,高士忠便向小卢说出了心中的想法:“要不要来我们村开一家武馆,帮着带动村子的武术热度?”两人一拍即合,没多久新武馆便办了起来,小卢也成了高士忠的“入室弟子”,将陆辛庄少林武术传承下去。

“武馆开到今天,村里的孩子大多成了我们的‘徒弟’。陆辛庄少年习武的场景又回来了。”高士忠感到无比的踏实和欣慰。

弘武

“小哪吒”为传统武术代言

“武馆经营了9年,一些孩子确实出类拔萃。前不久,我们挑选了刘雨辰、李沐歌等6名学员,借着电影带来的‘哪吒热’,特地编排了一套动作。由于有着武术功底,孩子们模仿哪吒的动作得心应手。同时,我们还专门选择张家湾镇的多处地标作为背景。没想到,这个短视频发到网上就火了起来!”卢永超思路活,对于传统武术面临的传承和发扬困境有着自己的看法,“要跟时代接轨,我们就应该讲好陆辛庄少林武术的故事,以孩子们为主角,再通过线上与线下相结合的方式去弘扬。”

高士忠、卢永超师徒为孩子们编排的“哪吒短视频”就是传播陆辛庄少林武术的一次尝试。“效果真不错,家长们、村民们、孩子们看了,对学武术更加支持,还增添了一份热爱。”卢永超说。

最近,卢永超正在为孩子们筹划编排一出小舞台剧,将充分挖掘陆辛庄少林武术的历史故事,融入到剧情之中。“现在,我们每年都有各种各样的机会走出去,小到节日活动,大到国家级赛事、大型媒体节目,都为传播陆辛庄少林武术提供了舞台。不过,舞台剧故事性更强,特别是好的故事可以让观众印象深刻,我们希望的让观众重新认识陆辛庄的传统武术文化。”

在向孩子们传授武术的时候,卢永超也在积极寻求“突破”。过去村里把习武叫作“打把式”,师父教徒弟也不教全套,而是给不同的弟子传授不同的技法,专攻各自的“一亩三分地”。“现在,我已经全面掌握了陆辛庄少林武术,面对学生可以说是倾囊相授,既教拳法也教腿功,既教刀枪也教棍棒,重点在于成体系地传授武术技法,为的就是让孩子们在学习中能对武术有整体的理解,未来能进一步弘扬陆辛庄少林武术,承担起传承‘非遗’的责任。”卢永超如是说。

本报记者 张佳琪

本报讯(记者 张群琛)近日,北京城市副中心又有三宗地块成交,成交价为20.3亿元。记者注意到,这三宗地块均位于北京城市副中心站综合交通枢纽地区,总面积近41000平方米,值得注意的是,这三宗地块上将建起高120米的地标性建筑。

本次成交的三宗地块分别为FZX-0101-0307(1)、FZX-0101-0306、0307(2)、0309以及FZX-0101-0307(3),位于北京城市副中心站综合交通枢纽地区,东至通运路,南至副中心站南街,西至紫运东路,北至副中心站前街(规划路名以最终批复地名为准)。另据上述地块的“多规合一”协同平台审核意见函(以下简称意见)显示,三宗地块的地上建筑面积超过15万平方米,此外FZX-0101-0309地块将建起一座高120米的地标性建筑。

意见显示,三宗地块的地上建筑应以副中心站屋盖区域为中心,在周边建筑空间围合下,形成中间低、向两侧逐渐升高的城市天际轮廓。在FZX-0101-0309地块北侧打造120米地标建筑,体现六环的门户作用,形成错落有致的天际轮廓线。鼓励在建筑首层设置零售、展览、康体、娱乐等活跃公共功能,提升街道活力。

建筑风格方面,整体建议采用现代简洁的建筑风格,突出副中心交通枢纽、商务中心的现代国际性功能定位,体现通州历史人文传承,打造具有国际魅力、现代活力的城市形象。建筑色彩应强调副中心色彩清韵、朴素相容的色彩定位,鼓励近人尺度建筑的色彩多元性;高层办公应以高明度、低饱和度的灰色为主色调,突出现代感。

其中,塔楼采用高品质新材料体现建筑现代感,宜采用石材、环保材料、金属板、玻璃幕墙等,采用较高的窗墙比,强调横向或竖向线条划分。底层商业以落地玻璃窗搭配浅色石材为主,局部采用保留本体色彩的木、竹、砖、石、瓦制材料,打造有地域特色的商业展示空间。第五立面方面,塔楼建筑顶部设计应采用简单、收敛的形体,塑造经典永恒的形象,助益天际线的整体效果,禁止设计与建筑主体无关的夸张屋顶形式,并建议设置屋顶绿化降低热岛效应并为周边塔楼提供良好的视觉感受。

同时,三宗地块建成后将留出充足的停车位,供机动车与非机动车停靠,停车位按照最低配建、上限控制的原则,配建标准按照每100平方米建设0.4个停车位进行控制。其中FZX-0101-0306地块停车位不少于51个;FZX-0101-0307地块停车位不少于241个;FZX-0101-0307(1)地块停车位不少于68个;FZX-0101-0307(2)地块停车位不少于121个;FZX-0101-0307(3)地块停车位不少于52个;FZX-0101-0309地块停车位不少于317个。停车位为普通自走式停车位,并建设充电桩设施或预留安装条件。提倡对建筑配建机动车停车位采用错峰停车和分时调度的灵活管理模式。这三宗地块还将配建不少于352个非机动车停车位。

正在建设的北京城市副中心站综合交通枢纽,是亚洲最大的地下交通枢纽。一体化范围内地上建筑总规模约139万平方米,集五星级酒店、5A级写字楼、公寓、文化艺术展览、商业、休闲等业态于一体,预计2025年底基本建成。副中心站枢纽建成通车后,未来依托京唐城际铁路和城际铁路联络线可实现15分钟直达北京首都国际机场,35分钟直达北京大兴国际机场和河北唐山市,1小时内直达雄安新区和天津滨海新区,形成对外交通与内部交通的高效衔接,真正实现高效辐射“京津冀”,快速衔接“中心城”,便捷服务“副中心”。

副中心站枢纽地区三块地成交

一座一百二十米高的地标建筑落户于此

副刊·文化



副中心步行和自行车系统示范段工程6月将投用

从前40分钟的路,今后8分钟就到

本报讯(记者 李若晨)行政办公区北侧,运河之上,远远地便可望见一座已经完工半幅的桥梁。而在南岸南侧,工人们正在加紧进行南半幅桥梁的桥墩施工。这正是北京城市副中心步行和自行车系统示范段工程的关键节点,完工后,一条专供骑行和步行的城市绿道,将北连含章园和宋庄文化园区,南至行政办公区,中设景观桥,穿越路县故城遗址公园,为市民提供休闲漫步、骑游观光的慢行通道。目前运河以北道路已经完成路面基础结构施工,整体工程预计今年6月建成投用。

从通州区政府西侧停车场走进施工现场,记者看到运河河上搭起围挡,南侧的河水已经抽干,工人们正在进行南段桥梁桥墩的钢筋安装。“走!走!”只见十来个人手握一根刚弯好造型的钢筋,正在不同位置配合着将其送入桥墩的钢筋主体结构中。建设单位北投集团建管中心工程主管刘亭君介绍,整条线路全长约3公里,地面段长度约2.8公里,桥梁段长度约206米,项目从去年10月正式开工,目前已完成北段桥梁和北段道路主体部分建设,南段道路正在进行路基铺筑。

“伴随着行政办公区二期投入使用,从含章园到行政办公区的通勤压力增大,现在得从含章园向东走到通济路,再穿过了各庄桥绕行,开车需要40分钟,但其实两地之间的直线距离只有1.8公里,骑自行车只需15分钟,骑电动车只需8分钟,工程完工后两地通行时间将大幅缩短。”刘亭君说。

站在景观桥上俯瞰,桥身和两岸树木倒映在水中影影绰绰,刘亭君打开手机中的效果图向记者介绍:“完工后整条线路中间将铺设5米的骑行道,两侧是各2米的慢行道,跨河桥面做了加宽,增设了观景平台,让市民们在骑行漫步之余,可以小憩片刻,凭栏观景,夜晚桥身还会亮起灯光,未来这里将成为副中心的网红打卡地。”

此外,工程穿过路县故城遗址公园段,利用了公园内长530米的一条贯通南北的已建成园路,园路宽约3.5米,可满足双向两车道骑行。刘亭君介绍,项目沿线还将打造8个停车驿站,每个区域能容纳30-50辆自行车停放,其中在路县故城遗址公园南、北进出口位置,将结合附近停车场,设置两个节点广场,供市民实现交通方式的转换。同时示范段工程沿线周边正在规划园林景观提升,未来市民可以一路过林荫、观河景、逛公园,享受悠闲惬意的慢行时光。