



天津武术队的训练馆里有几位黑皮肤的队员格外引人关注,他们是来自塞内加尔国家青少年武术队的成员,为了备战明年的青奥会他们特意来天津“取经”,指导他们训练的,除了天津队教练以外,还有一位是国家体育总局特意推荐来义务传道授业的武术长拳高手,他就是首都体育学院的武术与表演学院武术副教授赵庆建。赵老师是2008年北京奥运会武术冠军,中国关心下一代健康少儿武学传承研究院副院长,北京市大学生体育协会武术分会副秘书长,纽约国际武术锦标赛形象大使,美国武术家协会名誉会长。由于本届青奥会设置太极拳和长拳两个全能项目,赵教授独一无二的经历以及他对长拳项目的造诣和特长,让他成为指导这些塞内加尔孩子的最合适人选。

此次塞内加尔体育代表团来到中国进行为期两个月的培训,以备战2026年在塞内加尔首都达喀尔举行的世界青年奥林匹克运动会。“来了7个孩子,4个练长拳、3个练太极。从一开始最基本的弓马步都不规范,到每天技术水平的飞快进步,负责他们生活的管理人员离开一周,回来再看都惊叹变化这么大,我也挺有成就感的。”赵老师说。



专访赵庆建 从少林寺武僧到体院大学生 从北京奥运会冠军到武术副教授 武教头和洋弟子 让中国长拳打出国际范儿



千里马遇上伯乐

1978年,赵庆建出生在山东梁山,该县本就是武术之乡,后来又受了电影少林寺的影响,全村的孩子都跑去练武术,但一个月下来,五六十人就只剩下两个,他的老师徐明全唯独找到了赵庆建的家里,直言这孩子是块练武的料儿,放弃太可惜了,有过习武经历的父亲

当即决定支持儿子继续练,一年多之后赵庆建就拿到了山东省武术比赛冠军,但此时他所在的泰安体校解散,他又一次被迫放弃了武术。几年后,恩师徐明全得知后仍不愿看到他荒废这份天赋,多方联系将其介绍到少林寺,1995年赵庆建进入河南嵩山少林寺武僧团,随队出访美国、加

拿大、德国、意大利、瑞士、丹麦、比利时、奥地利、瑞典、印尼、马来西亚等20多个国家进行教学和表演。“那段时间练的很苦,每天跑山,为我日后过人的身体素质打下了坚实的基础。”也正是那段商演的经历,让赵庆建见识了武术在国外的受欢迎程度,从而坚定了练武的信念。

退役 武术魂不灭

退役后,赵庆建进入高校成为武术教师,以培养更多的武术运动员和传播武术精神为己任,开展武术教学。赵庆建自知作为中国武术奥运冠军,这份沉甸甸的武术使命感今后一刻也不能卸下,他有了新的人生目标——“竞技武术有限,弘扬中华武术无限”。

2011年至2012年期间,赵庆建出访美国,2013年又外派至日本进行了为期两年的学术指导及交流。2014年,他作为武术指导参与了美国大型舞台剧“功夫熊猫”展演。2015年,他接受国际禅武联盟与匈牙利武术协会邀请,进行武术文化交流,并且帮助筹备与建设匈牙利国家武术队。

通过海外支教、组织赛事等活动进一步推广武术,带着武术走向荧幕,在世界各地演出,同时,还不忘每年开展各种武术公益宣传活动。他多年奔走世界各地,致力于将武术精神带向全世界,希望世界上更多的人能够喜爱武术,他心中又有了新的目标:让武术真正成为奥运会项目。明年,他的愿望就要实现了,2026年达喀尔青奥会上,武术将首次作为奥运赛事正式竞赛项目。

“我们那个时候中国队真的是没有对手,现在情况不一样了,随着之前运动员的退役,国家外派援助,很多国家的武术水平都有了大幅提高。今年在成都举行的世界运动会,武术也是首次成为正式比赛项目,以前一看中国队就技高一筹,别的国家运动员动作都很不协调,这次真不是这样了,打眼一看根本分不出是不是中国选手,中国选手只要有一点失误,金牌就没了。日本、俄罗斯、伊朗、马来西亚、新加坡、印尼水平都很高,尤其是日本队的太极拳,因为现在打分量化得越来越细,一个晃动就是0.1分,真是不能有一点失误。这也是这么多年的普及、推广见效了。”

赵庆建说:“国外的武术爱好者是真的喜欢这个项目,对我们非常尊重,能够被不同文化的人认可,我很享受这种感觉。武术给了我很多,我会一直致力于武术的推广和普及,让更多的人认识武术,让更多的人从事武术事业。”同时赵庆建坚信,随着海外武术传播平台的建立与不断完善,世界各国人民将更加了解自强不息的中国精神!

记者 李蓓

图片由天津市体育摄影协会提供

小武僧改上大学

访美期间,在那里进行武术推广的一位师兄建议赵庆建应该在最好的年纪提高自己的理论知识,“因为我们在国外表演的时候经常会遇到一些国家队让我们给指导一下,但是我们都只会自己练,只能做肢体动作,讲不出来深层次的武术内涵,师兄让我回去上大学,然后和他一起在美国创建一个中国功夫基地,推广中华武术,我当时没有这方面的想法,一方面觉得自己这么多年没有系统学习,文化课肯定跟不上,另一方面

觉得没事出国到处玩挺好的,但是有些东西可能就是注定的。”此时,赵庆建在武汉体院上大学的师兄弟需要一批器械用于表演,请他帮忙送过去,“我记得特别清楚,那是1998年4月,正好赶上他们专业技术考试的时间,他们就说你来都来了,试试吧。我当时还是光头,大伙儿听说来了一个少林寺的小和尚,都来考场看我比赛。那个时间段也正是武术竞赛改革,加了很多难度动作,比如空中旋转720度,大家还没有概念该怎么

做,就问我能不能做,我当时的身体素质非常好,想都没想就说试试吧,没想到很轻松就完成了,大家都很震惊,武汉体院武术系为此开会研究,决定破格录取了我。我转天就要走了,5月份还要去瑞典,结果校队教练找到我问我想不想上学,我说这不是我想不想上学的问题,我根本考不上啊,他们跟我说只要我愿意,准备好9月份来上学。”赵庆建现在想起来都十分感谢武汉体院给了他这次充实自己的机会。

专业路走成满贯

1998年下半年赵庆建开始代表校队参加比赛,因其实力超群很快被北京队相中,加入北京队也标志着赵庆建职业生涯的正式开启。九运会上他首次正式亮相就拿到两个冠军,但那时,突然出现的赵庆建只是一匹不为人知的黑马,真正被业内认识还是在2003年。2003年上半年因为非典所有比赛都停了,下半年10月份,在山东进行的一次比赛成了赵庆建又一次关键的转折点,“当时的器械都是自己做的白蜡棍,山东气候干燥,好多人在比赛中,棍子一挨地就断了,往常一年有两次比赛机会,那年只有这一次机会,大家难免会懊恼。很多人都摔棍子下场,有的人还

骂骂咧咧,我的棍子也断了,我也很懊恼,但我还是习惯性的行了一个抱拳礼才退场,仲裁、总裁、比赛监督全都看在眼里,后来每次业内开会,都拿我当典型,推广武术比赛中的武德。”武术比赛的打分本身就会有印象分,从那以后赵庆建就在业内声名鹊起,他的武术之路也越走越顺,在全国武术锦标赛、全运会、亚锦赛、世锦赛等重大比赛中均荣获冠军,实现了竞技职业生涯的“大满贯”,还成为国家队的队长。

十运会后,27岁的赵庆建感觉身体机能大不如前,动了退役的念头,但身边的教练、朋友以及领导都在不断鼓励他,给予极大的支持。于是,

赵庆建毅然决定迎战2008年北京奥运会。30岁的参赛年龄,在武术套路运动员中绝对属于老将。奥运前长时间的超量训练,运动伤痛加上心理压力,更使他痛苦不堪。赵庆建凭着心中“扬我中华武魂,展我武术新风”的精神,更用一种自强不息的中华民族精神投入训练和比赛之中。终于功夫不负有心人,艰苦训练出硕果,最终在奥运场上夺得武术冠军。“这是对自己的交代,更是回馈国家,回馈一路上每一个帮助过我的人。”赵庆建如是说。转年就是全运会,赵庆建也想在北京队站好最后一班岗,在打完了十一运会后,31岁的赵庆建终于退役了。