

羽毽传情承百年 四代接力续非遗

穆朕琨



左图:2015年天穆青少年花毽暑期培训结业,穆怀良的父亲穆氏花毽第三代传承人穆瑞宽(中),穆怀良(右),穆怀良弟弟穆怀杰(左)

上图:花毽队代表天津市参加第十五届全运会毽球项目决赛



穆怀良给学员进行2023年穆氏花毽暑期培训



薛文娅打破吉尼斯世界纪录

暮色降临,北辰区天穆镇文化站的灯光准时亮起。十几名身着统一运动装的少年排成整齐队列,在教练的指导下专注练习踢毽,清脆的“滴滴答答”声在大厅里回荡。端坐椅上的教练双手紧握裹着厚纸的塑料棍,眼神锐利地纠正着学员的脚形与姿态,他便是国家级非物质文化遗产穆氏花毽第四代传承人穆怀良。从最初抵触这项运动,到如今成为全身心投入的传承者,穆怀良用半生坚守,让这枚小小的花毽跨越百年时光,踢出亚洲、走向世界,更在全运会的舞台上绽放出耀眼光芒。

运河沃土:孕育百年花毽根基

天穆镇,这座依偎在北运河畔的回族聚居区,自古便浸润着尚武崇德的体育基因。漕运发达的过往,让村民们多以养船、脚力或牛羊贸易为生,长途跋涉与劳作的需求,造就了当地人强身健体的传统。

穆氏花毽的传奇,始于清朝光绪三年(1877)。穆氏家族长辈穆成亮年轻时经营牛羊肉生意,一次送货至杨柳青石家大院时,偶然见到几位老先生的高难度踢毽技艺,其招式精妙、动作灵动,让他瞬间着迷。此后,他常借着走亲访友之机登门求教,老先生们见他诚意十足,便慷慨传授要领。穆成亮回村后,潜心钻研,总结出盘踢、磕踢、拐踢、蹦儿踢等八项基本功,将原本以放松为目的的踢毽,发展成兼具技巧性与观赏性的运动,穆氏花毽由此生根发芽。

从穆成亮到儿子穆祥耀、孙子穆瑞宽,祖孙三代对花毽的痴迷一脉相承。他们常聚集毽友传艺切磋,将技艺从家族内部传播到街坊邻里。1996年,退休后的穆瑞宽因赋闲在家而郁郁寡欢,在儿子穆怀良的建议下,带着毽子到北运河畔练习,没想到很快吸引了大批爱好者。1997年,在郭景田、左玉宝等踢毽高手的协助下,穆瑞宽正式组建天穆村花毽队,免费招收学员,还编撰了《花毽八项基本功晋级考核规则》和《花毽谱》,让教学有章可循。2001年天穆花毽俱乐部成立,2011年青少年花毽培训基地揭牌,“从娃娃抓起”的传承理念,让这项百年技艺焕发出新的生机。

初心蜕变:从抵触到坚守的传承之路

1964年出生的穆怀良,因早产且患过脑膜炎,自幼身体孱弱,父亲穆瑞宽因此格外重视他的体质锻炼。“宝贝将来连大累都受不了,怎么吃饭?”父亲的担忧,化作日复一日的晨练时光。每天清晨,穆瑞宽都会带着儿子跑步,从天穆跑到第二机床厂,再回到北运河大堤上练习篮球与踢毽基本功。“只要早起锻炼,就能吃上一个鸡蛋”,这份在物资匮乏年代的“奢侈奖励”,让穆怀良养成了坚持运动的习惯,更创下过连踢毽子1小时47分钟不落地的佳绩。

尽管穆怀良有着扎实的踢毽基础,却长期对这项运动“提不起兴趣”。在他看来,踢毽子多是女孩子喜爱的活动,“没有暴力劲儿”,显得有些“娘娘腔”。长大后,他一心打理牛羊肉生意,将花毽仅仅视为家庭传统的一部分,从未想过要接过传承的担子。

1997年,一场高水平的花毽联谊活动,彻底改变了穆怀良的想法。当时,天穆村花毽队邀请到邱明宽、邱明德、齐贵明、魏玉平“四大名腿”前来表演。这四位天津著名花毽选手自幼习武,技艺娴熟、配合默契,其整齐划一的高难度动作,让穆怀良第一次从艺术层面领略到花毽的美感与魅力。“3年以后咱要

踢不到他们这样,就不能玩这运动”,穆怀良不服输的性格让他暗下决心,开启了一边忙生意一边练花毽的双面人生。

那些年,穆怀良的生活被精准分割:清晨5点起床打理生意,晚上10点到家后,来不及换衣服、吃晚饭,便在妻子的计时下坚持训练,“每天5遍,一遍都不能少”。两头兼顾的日子虽辛苦,却让他的技艺飞速提升。

2001年8月12日,穆怀良迎来了传承路上的重要里程碑——正式拜“天津市花毽四大名腿”之首的邱明宽为师。这场拜师仪式办得格外隆重,京津冀各地的毽友、花毽爱好者纷纷赶来见证。作为邱明宽开门收徒的首位弟子,穆怀良深知这份认可的分量,也牢记着拜师时的承诺。师傅邱明宽向来少言寡语,却字字珠玑,对穆怀良的要求格外严苛,“他从不絮叨,却总能一眼看穿我是否偷懒、是否分心”,穆怀良回忆,哪怕自己训练时稍有松懈,师傅一个眼神、一句提醒,就能让他立刻收心专注。

邱明宽不仅毫无保留地传授高难度踢毽技法,更将“以毽育人”的道理融入日常指导。他常对穆怀良说:“花毽不仅是脚下的功夫,更是心里的坚守。”这句话也深深烙印在穆怀良心中。这份严师的教诲与师徒间的默契,让穆怀良彻底褪去了“生意人”的浮躁,从花毽运动的参与者,真正转变为这项非遗文化的守护者。

临危受命:扛起父辈的传承重担

2016年,穆瑞宽罹患贲门癌,躺在病榻上的他,最牵挂的仍是花毽队的未来。“咱祖祖辈辈都干这个,别到你这就断了。”父亲多次嘱托穆怀良接手花毽队,此前因“太累”而多次拒绝的他,看着父亲病重的模样,终究点头应允。这份承诺,承载着三代人的坚守,更凝聚着父亲沉甸甸的信任。

当年8月31日穆瑞宽去世后,穆怀良做出了一个重要决定:放弃经营多年的牛羊肉生意,靠着积蓄维持生活,全身心投入花毽队的教学。“父亲一辈子义务传授技艺,我不能改这个规矩。”他

延续了父辈的传统,每周固定六天为青少年学员开展专业训练,学员年龄最小的仅4岁,最大的已年过花甲。

“用一洗脸盆的汗,换人一句好”,这是穆怀良的教学口号,也是他对学员的要求。在天穆镇文化站,他自创了独特的训练方法:用裹着厚纸的塑料棍辅助学员练习内拐踢,既增加腿部力量,又能矫正脚形,避免了早年间用瓶子训练时频繁踢到教练的问题。针对不同年龄、不同基础的学员,他采取“因人而异”的教学模式,耐心指导每个动作,纠正每个细节。4岁半的赵汐瑞从零起步,两个月后就能踢到10个;五年级的哈德依莎受妹妹影响加入,如今已是学校花毽队的骨干,这些孩子的成长,正是穆怀良坚守的最好见证。

2018年,穆怀良创建花毽协会,如今学员已近百名。他带领学员征战全国毽球锦标赛、少数民族运动会等各类赛事,斩获无数荣誉。“00后”学员薛文娅的成长之路尤为亮眼,2013年她拜穆瑞宽为师,后跟随穆怀良学习。2018年,在穆怀良鼓励下,她仅用一周时间备战,克服临场更换毽子的突发状况,以一分钟前踢后打27个的成绩,打破尘封6年的吉尼斯世界纪录,让穆氏花毽惊艳全国。“功到自然成,功夫没有白下的”,穆怀良常把父亲的这句话挂在嘴边,而这正是薛文娅打破纪录的最好注脚。

绽放荣光:从非遗项目到全运赛场

经过140多年的发展,穆氏花毽形成了隔网对抗、舞蹈与踢毽结合等独特风格,其招式繁复、变化多端,毽子可落在脚背、脚跟、肩头、头顶等多个部位,经久不落地,兼具竞技性与艺术性。2021年5月,穆氏花毽被批准为第五批国家级非物质文化遗产代表性项目,这项源于民间的运动,正式登上了国家级文化舞台。

穆怀良并未止步于此,他始终怀揣着一个梦想:让花毽从表演项目走向更广阔的竞技赛场,为家乡争得更多荣誉。2025年,第十五届全运会首次将花毽纳入群众组比赛,这个消息让整个天

穆花毽队沸腾了。“这是花毽发展的历史性机遇”,穆怀良带领队员们立刻投入紧张备战。

时间紧、任务重,5月刚打完全国锦标赛,6月队员们便马不停蹄赶赴浙江临海参加全运会预选赛。全国二十多支强队同台竞技,竞争异常激烈,队员们顶住压力,成功跻身前8名闯入决赛。最终在广东举行的决赛中,2男2女组成的参赛队按照规则,每人踢30秒、完成4种不同动作,凭借扎实的功底和默契的配合,斩获第七名的好成绩,为天津花毽在全运会的首次亮相画上圆满句号。

这份荣光的背后,是穆怀良让常人难以想象的执着坚守。此前,严重的结肠炎让他住院近两个月,肠道溃疡面积高达90%,出院后虚弱到连100米都走不动,腿部肌肉严重萎缩,“走路路都能扑通跪下来”。但想到文化站里等待训练的孩子,想到祖辈的传承使命,穆怀良咬牙坚持恢复训练:从最初的10个蹲起、200次平踢,逐步增加到正常强度,每天下午坚持训练一个多小时,硬生生凭着骨子里的韧劲儿,重新站在了熟悉的训练场上。

经历过身体的重创,穆怀良更加重视技艺的系统留存。2024年,他整理编撰的《穆氏花毽8项基本功》问世,书中不仅详细拆解了各项技法要领,还特别嵌入二维码,读者只需扫码就能直观看到他亲自示范的标准动作。“只有自己亲力亲为,才能让人信服”,他用实际行动诠释着对技艺的敬畏与传承的责任。

薪火相传:让百年技艺生生不息

如今,年过六旬的穆怀良,早已在心中勾勒出长远的传承蓝图:“在我的有生之年,要为天津培养出3到4代花毽运动员。”这份规划里,有家族的接力——弟弟穆怀杰同为穆氏花毽传承人,曾在他生病期间主动接手训练工作,兄弟携手守护非遗火种;更有师徒的接续——众多优秀学员已逐渐成长为传承力量,薛文娅等年轻队员不仅在赛场上屡创佳绩,更主动参与教学辅助,将所学技艺传递给更年轻的学员。

作为“京津冀银发达人”,穆怀良始终坚守着“义务传承”的承诺。“一年365天,只要没有特殊天气,我都在这教孩子们。”这份融入穆氏家族血脉的坚守,让百年花毽始终保持着鲜活的生命力。每天傍晚,当天穆镇文化站里的踢毽声准时响起,当一张张稚嫩的脸庞在反复练习中绽放笑容,便可知这份跨越百年的热爱,正以最生动的方式续写着新的篇章。

一枚小小的花毽,承载着四代人的热爱与坚守,蕴含着天穆镇的文化根脉与民族情怀。从穆成亮偶然结缘花毽,到穆怀良全心传承,这枚五彩的羽毽在岁月长河中不断跳跃,见证着时代的变迁,也书写着非遗传承的动人故事。正如穆怀良所说:“花毽是咱天穆的金字招牌,更是咱中国的文化瑰宝。”这份坚守,无关年龄、无关名利,只为让百年技艺生生不息,让穆氏花毽带着天穆的印记,飞向更广阔的天地。

