

怎么喝到最新鲜的椰子水,海南民间爬椰子树的高手可能会这样给出答案:不借助任何攀爬工具,徒手爬上七八米甚至十几米高的椰子树,把椰子摘下来。

椰子树遍布海南各市县,爬椰子树是海南民间传统体育项目,而如今这一项目已升级为竞技体育比赛项目,并在走向更大的舞台。第十二届全国少数民族传统体育运动会将于2023年11月在海南三亚举办。在这届运动会上,“攀椰竞速”有望首次成为全国少数民族传统体育运动会比赛项目。



攀椰王炼成记

文/海南日报记者 王黎刚



去年12月,2021年“攀椰竞速”全国邀请赛在三亚举办。图为选手在爬椰子树。

海南日报记者 武威 摄

去年12月,2021年“攀椰竞速”全国邀请赛在三亚举办。图为选手在爬椰子树。

海南日报记者 武威 摄

渊源 海南民间有爬椰子树的传统

“爬树的次数多了,动作也就熟练了。”今年25岁的罗军供职于三亚市消防救援支队亚龙湾消防站,这位“火场逆行者”执行任务身手敏捷,还是一位爬椰子树的高手。2021年4月,为庆祝黎族苗族传统节日“三月三”,三亚市旅游和文化广电体育局在天涯海角景区举办“民族团结进步”传统体育竞赛活动。罗军参加男子攀爬椰子树10米组比赛,并以9秒62的成绩夺冠。赛后,罗军被当地人称为“爬树王”。

罗军来自乐东黎族自治县,9岁时就开始攀爬自家院子里的椰子树,掌握了过硬的爬树本领,后来进入三亚市民族中学读书,在老师的指导下爬椰子树的技术进一步提升。“我家院子里种了好几棵椰子树,看到别人喝椰子水喝得津津有味,我就自己

爬椰子树摘椰子。”在他看来,爬椰子树技术并不复杂,身体协调性好、有一定的力量就可以做到。

在海南民间,像罗军这样在家门口自学爬椰子树的人有不少。爬椰子树是海南黎族聚居区的一个传统体育项目。

海南黎族群众大部分居住在山区,这些地方森林资源丰富,为了采集野果、香料、木材等,黎族先民很早就熟练掌握了爬树的本领。如清《琼黎风俗图》中的采香图,呈现了古时黎族人爬到树上采香的场景。

有学者曾围绕“海南民族传统体育项目”这一主题开展田野调查和历史考证,发现海南黎族至少有52个传统体育项目(部分已失传),其中就包括两个和“攀爬”有关的项目——爬椰子树、爬竿过树。



去年4月,三亚市“民族团结进步”传统体育竞赛活动在天涯海角景区举办。 资料图

高手 三亚民族中学盛产“攀椰王”

目前,国内开展“攀椰竞速”这一体育项目的省份,除了海南,还有河北、河南、湖北、湖南、贵州、江西等,其中海南、广西、贵州的选手竞技水平比较高。

在海南,爬椰子树的高手大都在三亚,而三亚爬椰子树的高手又大都来自三亚市民族中学。据了解,三亚市民族中学有不少学生练习爬椰子树,该校曾多次代表三亚和海南参加省内外比赛,该校攀爬椰子树队的教练林敏从2015年开始指导学生练习爬椰子树。7年来,该校已发现和培养了近50名爬椰子树的高手,他们完全具备了参加高水平竞技比赛的资格。此外,该校还有100多人掌握了爬椰子树的技能,可以轻松爬上椰子树摘椰子。

林敏对爬椰子树这个项目有着较为深刻的认识,选才眼光独到。他说,爬椰子树要有一定的基础,一方面要从小接触掌握一定的爬树技巧,另一方面要具备超强的身体素质。

三亚市第一中学也有不少学生坚持练习爬椰子树,曾是该校学生的黎族女孩董紫玲就是一名爬椰子树的高手。她曾是该校女子田径队队员,在第三届攀爬椰子树全国邀请赛上获得女子组个人赛冠军。为了提升攀爬技术,董紫玲可没少吃苦。她刚学爬椰子树时,有一次因为过度紧张忘了技术动作,从约4米高的树干中间滑下来,双手内侧磨出了血。“我当时脑子一片空白,闭着眼睛双手抱着树滑到了地面上。”她说。

“和外省选手相比,海南人从小爬椰子树,占了优势。不过,最近几年广西、贵州等地的选手进步很快。我们要通过训练,进一步提高竞技水平。”罗军说。 ■

升级

从2008年起爬椰子树成为体育比赛项目

虽然爬椰子树的传统由来已久,但它升级为竞技体育比赛项目还是10多年前的事。在专家学者的呼吁下,从2008年起爬椰子树被列为海南黎族苗族传统节日“三月三”节庆活动的体育比赛项目。2010年,该项目首次被列为海南省少数民族传统体育运动会正式比赛项目。

“以前采摘椰子没有辅助设备,在郁郁葱葱的椰林里,勤劳的海南人民靠攀爬技巧,爬上椰子树采摘椰子,采椰人成为乡间的一道人文风景。”省民宗委相关负责人介绍,“攀椰竞速”这一项目源于海南民间的摘椰子活动,有广泛的群众基础。

近年来,除了举办省级比赛活动,海南还多次举办全国性的赛事活动,让海南的爬椰高手和国内其他地区的爬椰高手同场竞技、交流提高。2015年,攀爬椰子树和独竹漂全国邀请赛在陵水

黎族自治县举办,吸引北京、河北、河南、江苏、湖北、湖南、贵州等9支代表队参加。其中,攀爬椰子树竞赛项目分为男子个人赛和团体接力赛。此后的2017年和2020年,第二届、第三届攀爬椰子树全国邀请赛先后在陵水和三亚举办,来自全国各地的参赛队伍进一步增多,参赛人数增至200人左右。比赛项目分为男女个人赛和男女团体接力赛,竞争越来越激烈。去年12月,2021年“攀椰竞速”全国邀请赛暨裁判员教练员培训班活动在三亚举办,海南代表队包揽男子个人赛和女子个人赛一等奖。

省旅文厅群众体育处相关负责人表示,经过近年来的发展,“攀椰竞速”项目影响力逐步扩大,省内外涌现出一批高水平选手,这为该项目成为全国少数民族传统体育运动会正式比赛项目奠定了基础。

特征

“攀椰竞速”规则简单趣味性强

据了解,“攀椰竞速”之所以能成为竞技体育比赛项目,和它竞赛规则较为简单、趣味性强有关。按照现行竞赛规则,比赛用椰子树通常高10米到11米,有天然椰子树和人工制作的仿真椰子树两种。参赛选手自选攀爬姿势,爬到椰子树顶端并触碰铃铛,用时最短者获胜。

省民宗委相关负责人说,“攀椰竞速”项目考验选手的身体素质和攀爬能力,有一定的趣味性和较强的观赏性。在

2021年“攀椰竞速”全国邀请赛暨裁判员教练员培训班活动中,来自全国各地的参赛选手观看工作人员示范攀爬椰子树,并分享心得体会。“攀岩和爬椰子树有相通之处,我参加这次邀请赛,第一次接触到仿真椰子树,感到十分兴奋。”贵州代表队的罗添娣表示,自己是一名攀岩运动员,对“攀椰竞速”这个新项目很感兴趣,平时会通过观看教学视频学习爬椰子树的技巧。