



五祖拳拳师沈扬德晚年在新加坡的照片。

作为福建七大拳种之首，五祖拳是闽南一带流行最广的拳种。海沧新垵村传承的五祖拳全称为『少林五祖鹤阳拳』，是晚清福建省泉州晋江人蔡玉明(1853-1910)所创，并由他的关门弟子沈扬德(1881-1964)于上世纪初传入新垵村。沈扬德是泉州五祖十虎之一，人称『玉面虎』。

五祖拳名片

# 红砖古厝间蕴含尚武之风

## 五祖拳第五代传人邱靖娜讲述新垵村『崇文尚武』的故事



1957年，沈扬德(前排右三)与新加坡玉明国术研究会成员合影。



新垵村五祖拳第三代传人邱思碳(中)。

晨报记者 范玉华

这里，有汇集建筑艺术精华的明清红砖古厝；这里，曾走出了南侨诗宗邱菽园、辛亥革命烈士邱仁心、著名侨商邱明昶等仁人志士；这里，还是厦门五祖鹤阳拳的发祥地……坐落在文圃山下的海沧新垵村，是著名的华侨之乡、武术之乡、厦门市第一批传统村落，有着悠久的尚武重学、爱家爱乡的优秀传统。今天，晨报记者走进新垵村，聆听五祖拳第五代传人邱靖娜的讲述，还原上个世纪初新垵村“崇文尚武”的模样。

### 由来 村民练武防身 赢得武术之乡美誉

明末清初，新垵村位处水陆要隘，常有海盗、倭寇、土匪侵犯。不少村民通过练武防身，在挥拳掣肘间，练就了新垵子弟坚强不屈的精神特质。辛亥革命前后，五祖鹤阳拳的开山祖师蔡玉明的徒弟沈扬德来到新垵，走进了新垵村邱振祥家中，受到举人邱春江(邱振祥之子)的热情欢迎。邱靖娜回忆：“沈扬德是来村里开办西医诊所的，同时也传授他的师父、泉州武术家蔡玉明新创的五祖鹤阳拳。”

新垵村一向练武成风，在沈扬德到来之前，新垵各个角头都有武馆，拳师来自漳州泉州各地，拳种不一。在邱春江的支持下，武艺超高的沈扬德采用角头比武的方式，逐步统一了新垵村五六个角头武馆，并训练出声震闽南武林的“新垵十虎”。

沈扬德和弟子们把新垵打造成五祖鹤阳拳基地。1913年，沈扬德创立新江武馆(鹤阳拳馆)。1928年，他参加民国“国术”考试，取得了国家认证资格，之后将新江武馆改为“新江国术馆”。五祖拳从此盛行，新垵也获得了“武术之乡”的美誉。

### 发扬 积极为抗战募捐 奔赴南洋传播拳术

沈扬德在新垵一待就是20多年。上世纪30年代，泉州蔡玉明这一脉的“五祖拳”，渐渐取代了新垵原本传习的拳种，沈扬德在闽南的名望也达到了巅峰。

“沈扬德对弟子要求严格，从不允许他们上街打拳卖膏药。”邱靖娜回忆。1931年“九一八事变”之后，沈扬德则带着弟子们在厦门公园一带表演并比赛，积极为抗战募捐。十九路军入闽后，沈扬德及其弟子与之关系十分密切。据新垵老人邱大昕回忆，他小时候在邱氏大宗祠见过两块来自十九路军的牌匾，一块是给乌铁师傅邱剑刚的“妙手回春”，另一块是给“九爷”邱久长的“见义勇为”。

1938年，厦门沦陷，沈扬德的医馆被炸毁后，被迫下南洋，在来自新垵村的一名邱姓华侨创建的武术馆中教授五祖拳。后来，沈扬德辗转新加坡，创办了极具影响力的“蓝青国术馆”和“玉明国术研究会”。沈扬德的弟子分布在闽台、港澳和南洋各地，声名远播。

### 传承 弟子公益教习 赓续尚武精神

如今，在新垵村的红砖古厝里，孩子们在教练的带领下练拳的场景随处可见。据邱靖娜介绍，上世纪七八十年代打工热潮涌来，新垵村青壮年流失严重，五祖拳面临传承危机。如今，随着返乡青年逐步增多，新垵村焕发出了新生机。2007年4月，新垵五祖拳入选厦门市市级非遗保护项目；8月，入选福建省省级非遗保护项目。

近年来，五祖拳作为海沧区的一大特色课程，走进了学校。作为五祖拳的第五代传人，邱靖娜已经60岁了，但是她仍然活跃在教学一线。2022年，五祖拳耕读文化园传习基地成立后，每周六日，邱靖娜就在此公益教授五祖拳。每周，她还会带着弟子到双十中学海沧附属学校庚西分校，为一二年级的学生教习传统武术技法。

此外，“新垵十虎”之一的邱继士，其曾孙邱晟梁、邱晟栋是一对双胞胎兄弟，也同样进入校园教习五祖拳。两人包揽了海沧区第二实验小学五祖拳课程。

在全面推进乡村振兴战略的过程中，厦门市海沧区五祖拳协会秘书长邱忠仁提议并牵头推动“重教新垵”以及“武术新垵”的品牌建设。邱忠仁说：“正是因为有华侨之乡的底蕴，新垵人敢拼、敢闯，愿意做出一番成绩，为家乡的发展做出一些贡献。”

新垵村的孩子们在五祖拳传习基地庆寿堂练武。

