

300多市民免费跟名师练太极拳

市太极拳文化研究会开展义务教学 邀请名家讲授



行政服务中心工作人员休息时间练习太极拳

别看王小菲年纪小,可练起拳来像模像样,一招一式都很熟练,动作之间的衔接也很连贯,完全不输成年人。胡月美说,今年2月份,她看到市太极拳文化研究会举办免费培训班的招生信息,就跟女儿商量,要不要一起去学。女儿很爽快地答应了。一个月下来,母女两人感觉效果很好,太极拳、太极剑都能跟得上。

记者 程高赢

强化班原先计划招20人 结果来了60多人

在我市会展中心南大门,一个多月来每天早晚都能看到这样的一幕:60余人扎着马步学练太极拳,一招一式有板有眼,动作很规范。这是由市太极拳文化研究会举办的免费培训班,由陈氏太极拳第十二代传人陈国太亲自授课。

市太极拳文化研究会主席朱有抗介绍,市太极拳文化研究会自2月份以来,在南都禅寺、江滨公园、行政服务中心、会展中心、体育馆、清渭街等地举办了多个培训班,分别由陈国太、刘军、方振龙、杨志刚、徐林飞等太极名师授课。由于市民学习太极拳的热情非常高,由预想的4个班扩充到10个班,总共有300多名市民参加。像总部中心这个强化班,原先设想招20名学员,最后来了60多人。

王小菲今年9岁,是一名小学2年级的学生。每周一晚,她都会跟着母亲胡月美到

会展中心的培训班,练上90分钟的太极,然后再回家做作业。她已经坚持了一个多月。

别看王小菲年纪小,可练起拳来像模像样,一招一式都很熟练,动作之间的衔接也很连贯,完全不输成年人。胡月美说,今年2月份,她看到市太极拳文化研究会举办免费培训班的招生信息,就跟女儿商量,要不要一起去学。女儿很爽快地答应了。一个月下来,母女两人感觉效果很好,太极拳、太极剑都能跟得上。

胡月美说,她也没想到孩子喜欢学太极拳,以后上初中了可能就没这么多时间来练太极,趁现在比较空让她多练练,健康比什么都重要。

我觉得练太极拳挺好玩的,原来就两个好朋友知道,现在全班都知道我在会展中心练太极拳了。王小菲说,练完太极她觉得身心放松,思维变得更活跃。

褚派太极拳开创者褚桂亭长孙应邀来永传播太极文化

除了开展太极拳义务教学之外,研究会还邀请国内的太极拳名家来我市举办太极拳文化讲座,传播太极拳文化。

每逢举办太极拳文化讲座,南都禅寺白云讲堂内便座无虚席。陈氏太极拳第十二代传人陈国太、杨式太极拳第六代传人刘军、上海褚派太极拳掌门人褚玉诚等先后在此传授太极经。尤其是褚玉诚的讲座,现场演示和理论讲解相结合,为我市太极拳爱好者上了生动的一课。

褚玉诚是褚派太极拳开创者褚桂亭先生的长孙,自幼跟随爷爷学练弹腿、八卦掌、太极拳,尤其精通形意拳和太极拳。因褚派太极拳开创者褚桂亭先生是杨式太极

拳杨澄甫宗师得意的十大弟子之一,所以褚派杨式太极拳舒展圆滑,轻灵沉着,拳势严谨和顺,雄浑不失洒脱,深受我市太极爱好者欢迎。

我市忽雷太极拳教练杨志刚习练太极拳多年,听了讲座受益匪浅。他说:褚大师把家传的宝贵经验送到永康与我们分享,让我们少走弯路,提高对各门各派太极拳的认识。

据了解,邀请国内太极拳名家、大师前来交流讲座,是我市太极拳文化研究会走出去、引进来,推广太极拳文化的一大重要举措。接下来,研究会还将组织一批会员前往太极拳的发源地——河南陈家沟,深入探寻太极拳的文化起源。

朱有抗说:太极拳就是文化拳,是中国优秀传统文化的精髓。我市太极拳爱好者有上万人,其中以练习陈式太极拳、杨式太极拳和忽雷太极拳居多。太极拳文化研究会成立后,希望通过对太极拳文化研究推广,提升广大太极拳爱好者的文化素养,树立身心兼修的理念,促进和谐社会、健康中国的建设。

泥墙像老人的脸 留下我稚嫩的笔迹

钟志红

每每回到故里永康,走进村里那一座孤单的老宅,总有一种剪不断、理还乱的乡愁,藏在我心底最柔软的地方。

院落前的那堵泥墙还在,它像老人饱经沧桑的脸,一如既往地投来注目礼,唤醒我童年的追忆。

记得每天清晨,早早起床的爷爷蹲在墙脚,嘴里衔着长杆土烟,发出有节奏的叭嗒声。奶奶一声吆喝:来吃饭。爷爷就慢吞吞地往屋里走。不一会儿,拭着嘴角的爷爷又出来了,心满意足地点上第二锅土烟,目送出工的父亲走出村头,后来也目送背起书包的我。

冬去春来,夏离秋至,以老墙为友的爷爷,从来没有想过抬个小凳,从蹲式改变成坐式。只有被爷爷烟熏得土黄的那片墙隅,成为我以后使用的黑板。

初学写自己的名字时,我便在爷爷面前显摆:手指紧捏着石笔,倾注全身的力气,在被土烟熏黑的老墙上写字。后来,我在老墙上画太阳,或写上漂亮女同学的名字。有多少次,爷爷执拗让我给他点土烟,有时还悄悄让我吸一口,呛得我鼻涕眼泪揩了一衣袖。父亲发现我吸烟,大巴掌毫不留情地打在我的小屁股上。多少次,我把父亲的大名写在老墙上,再在名字上添上一个大叉叉,惹得爷爷笑个不停。

如今,老墙仍在,爷爷却已离世。那天早晨,他倒在了墙角下。我站在老墙边,努力搜寻爷爷模糊的身影,一阵山风吹过,仿佛吹来了我熟悉的土烟味。

抚摸老墙,残垣不知积攒了多少无言的爱,阅读老墙,它斑驳的字里行间,不知记载着多少风雨的肆虐。如今,我在外地工作,对故里有着千丝万缕的怀想,特别是对那一堵老墙,它曾如亲人般地呵护我的童年,目送我走出村庄。

在我心中,老墙永远不会倒

卓奇建筑设计有限公司 永康日报社联合主办
卓奇杯 老房子·老故事 有奖征文
公司主营:专业仿古建筑设计、祠堂设计、一事一议项目代理、园林景观规划设计
地址:永康市总部中心金州大厦12楼北面第一间
电话:18867190006 87076639

投稿邮箱 ykrbwhzk@126.com
投稿地址:总部中心金贸大厦三楼永康日报社
联系电话:0579-87138737



少

大司巷小学六

9班
吕心彤

苏斌油画艺术展
4月23日在园周江南艺术馆举行
电话:13967928587 548587
中国凯丰集团有限公司支持
专业生产:电子秤、橡胶轮胎、反光材料
古山镇世方中路8号 电话:0579-87065560