忽雷太极拳传人新永康人杨志刚阐述“拳理”
太极拳可以修身，更可以修心

忽雷太极拳，又称活步方圆八卦太极拳，由清人李景延所创、杨虎定型。忽雷练到高层次后，两脚挫碾震促“嚓嚓”有声，像打雷闪电，因而得名忽雷太极拳。

李景延亲传弟子杨虎一生苦心孤诣钻研忽雷架，将这套拳法代代相传。如今，杨虎的第五代后人杨志刚来到永康，立志让更多人知道太极拳中有一个分支，叫作“忽雷”。

□记者 高婷婷

从曾祖父开始世代研究忽雷太极拳

杨志刚，忽雷太极拳第五代传承人，祖籍河南，现定居永康。据他父亲杨兴靖说，太太公杨虎当年师从忽雷祖师爷李景炎学习太极拳。清末民初，为了逃避饥荒，原本住在杨高村的杨虎带着一家人到王圪垱定居，潜心研究忽雷太极拳。杨虎一生习武不辍，多有所悟，对忽雷的继承与传播作出了重要贡献。他所传的忽雷太极拳被当地人称为“杨虎架”，足见其影响之深。

杨虎的直系后代继承了他的衣钵。即使是在最严峻的情况下，杨氏后人也从没懈怠过操练。杨志刚说，文革时期，太极拳被视为一项违法的运动，他父亲杨兴靖与兄弟几人白天在外面干活挣工分，晚上熄灯后在家里偷偷练拳，日复一日。

文革过后，杨兴靖效仿先祖杨虎，踏上了以授拳为业的道路。他教拳的范足迹遍及全国各地，哪里有太极拳爱好者邀请，他就欣然前往。河北、内蒙古、安徽、福建、山东、广东、浙江等地都有他的学生。

在杨志刚少时的记忆中，父亲总是在外奔波，一出家门，长则半年，短则一个多月才能见到人影。他上初中时，有几名师出少林寺的十七八岁的少年慕名登门。他们来自内蒙古，听闻杨氏忽雷太极拳的名号，专程到河南向杨兴靖拜师。因为年龄相仿，杨兴靖就让杨志刚当他们的师兄，带他们一起练拳。

17岁那年，安徽的一个太极拳爱好者专程上门求学，正巧杨兴靖在外教学，杨志刚的母亲就让杨志刚代为教学。性格腼腆的杨志刚不忍拂了对方的好意，便客串了一把教练。

“忽雷架是祖传的，绝对不能丢弃。”看到别人认真学习忽雷太极拳的样子，杨志刚产生了这样一个强烈的念头。

当年杨志刚还未想过将来的计划，但是已经在心里坚定了要将家传太极拳发扬光大的决心。在后来的日子，他用行动矢志践行初心，教出了一批又一批忽雷弟子。

太极拳讲究“万法自然”，心静则入境

2010年，杨志刚来到我市，开启了他在江南的忽雷太极拳传播之路。去年，在市太极拳文化研究会组织下，杨志刚代表忽雷，与陈式、杨式太极拳合作，共同开展太极拳公益教学，这也是我市历史上三大流派第一次正式合作。

许多太极拳爱好者喜欢早上练拳，早晨是一天的伊始，自然与人体刚开始复苏，早上练拳，可以让人更快进入状态。而杨志刚的早晨是用来教学的，每周二、四、六早上，杨志刚要在芝英教太极拳；周三、五早上到高川花苑教学；周五晚上，他还要到市直机关公益培训班教拳。真正属于他练拳的私人时间在晚上。

“太极拳强调用意用气，全神贯注，要求‘心静’。”被问到晚上练拳会不会影响状态的时候，杨志刚笑着说，“只要心够静，不管闹市还是田野，早上或是凌晨，当我开始练拳的时候，世间就只剩下我一人而已。”

“练太极拳不拘于时，走在路上、坐在椅子上也可以练习太极拳的发力，揣摩单势。”杨志刚说，太极拳讲究拳意相通，拳法舒展，心意自然。太极就是道家所追寻的“道”，人法天天法道道法自然，道家的终极追求就是一种自然和谐的新陈代谢太极是追求自然的极致和谐。

杨志刚说，悟拳理的过程中，周身放松、气息静走一处，达到万法自然的境界。无处不太极，无时不太极。把太极的理念融入到生活中，就算是真正进入了太极拳的境界。

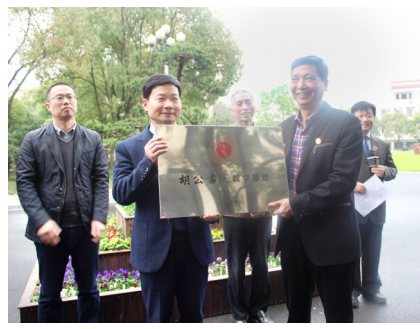
“太极拳可以修身，更可以修心。”杨志刚说，“在练习太极拳的过程中，领悟太极中自然和谐的含义，并且将这种理念带到自己的生活态度中，让你的心境更加平和，不汲汲于外物，不为外界烦忧动心。”

杨志刚说，现在太极拳学习之风盛行，很多人反而进入了一种误区，把太极拳理解成药物一样的东西，觉得每天打两遍太极拳，身体就会变好，没有静下心来钻研拳理。对于这样的人来说，太极拳只是一种锻炼身体的运动。

“要进入太极的境界，与其说是靠悟性，依我看，只要你心境自然了，也就进去了。”杨志刚说。

传承胡公文化 培养时代新人

□记者 高婷婷



28日，胡公书院教学基地授牌仪式启动，永康中学、永康市第一中学、永康教师进修学校、永康崇德学校成为胡公书院首批教学基地。市领导、胡公书院院长胡联章、老领导胡德伟参加仪式。

据悉，永康先贤胡则是北宋名臣，他为官47年，十握州符，六持使节，勤廉担当、福民益邦，千百年来受到百姓的爱戴，被称为“胡公大帝”。毛主席、习总书记称赞他“为官一任，造福一方”。在这样的历史背景下，以“秉正崇善，福民益邦”为院训，“传承胡公文化，助培时代新人”为目标的胡公书院在胡公家乡应运而生。“胡公精神是永康人民的历史文化瑰宝。胡公文化与现代化教育融合，是一种文化自信，也是我市地方特色文化继往开来、与时俱进的发展潮流。”胡联章说。

市教育局副局长林杰康鼓励学校利用好胡公书院，学习、继承、发扬胡公精神，培养时代新人，为建设“两美”永康添砖加瓦。

佳人旗袍秀 走入古竹城村

□记者 高婷婷

近日，天空间歇飘着细雨，昔日宁静的唐先镇古竹城村人头攒动，村民们呼朋引伴，共同围观市文化艺术交流促进会带来的旗袍秀。在民乐队的伴奏中，60位佳人身着旗袍、裹着披肩，撑着一把红彤彤的油纸伞，尽情展现这一抹属于江南水乡的端庄与妍丽。

来自市文化艺术交流促进会的画家们拿起画笔，将旗袍佳人优雅的身影留在了纸上。

村民施先生说，古竹城村平日比较安静，今天能在本村看到这么热闹的文化表演，感到十分开心。“几乎全村人都来看了！”施先生说。