



五年善行太极路 矢志不改是初心

——写在市太极拳协会“五年大展演”

12月26日对市太极拳协会来说是一个特殊的日子。继2015年12月26日召开首届会员大会后,本月26日,协会将迎来第二届会员大会。届时,还将在市体育中心演绎一场声势浩大的五年大展演。陈式、杨式、忽雷、拳、剑、棍等太极拳传统拳法都将接连亮相。连日来,会员们摩拳擦掌,预备着当日大展身手,展示协会风采和培训成果。

盛事在即,协会上下都笼罩在喜庆、忙碌的氛围中。其中最忙碌也最激动的,当属市太极拳文化研究会原主席朱有抗。五年时间,他见证会员队伍从成立之初的117人增加到现在的2000多人,太极拳运动如星星之火在城乡燎原成片。五年前,我们谁都没有想到,这个协会能走得这么远。朱有抗说,这是一场展演,更是太极拳协会历经五年风雨,向社会交出的一份喜人答卷。

记者 高婷婷



星火燎原

太极拳公益培训蔚然成风,参与人数近万人

如今在我市城乡各处,习练太极拳已成了全民健身新风尚。清晨,不经意间走进乡村或社区,总能看见一批身着练功服、认真操练的太极拳晨练者。他们当中既有年逾花甲的老者,也有风华正茂的上班族,甚至还有半大的孩子。这一现象的背后,是市太极拳协会五年如一日积极推广积累的成果。

2015年底,太极拳爱好者朱有抗退休后,与十几名拳友牵头创建了市太极拳文化研究会(后更名为市太极拳协会)。秉承着“善行天下 太极一家”的办会理念,协会在2016年2月启动了首次太极拳公益培训活动,在南都禅寺、江滨公园、市体育馆、市国际会展中心、市行政服务中心设点开班,共有300多人参加了培训。

无心栽柳柳成荫。让协会一班人没想到的是,公益培训结束后的一天,暴雨倾盆,唐先镇村民施月招冒雨找上门来,请求在唐先办一期太极拳培训班。村民殷切的恳求,让协会一班人认识到了基层群众对体育、对健康的渴求。很快,首个农村太极拳公益培训班在唐先镇太平新村试点启动。经过微信传播、口口相传,消息发布没几天,就有70多人参与报名,除本村人外,还有不少镇外人争相参加。

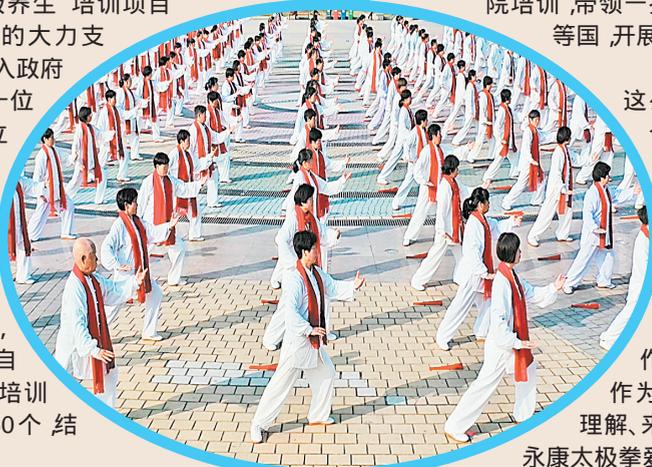
继首期培训班开课以后,象珠镇三井头村、唐先镇秀岩村、方岩镇派溪村等许多村都纷纷要求市太极拳协会帮助开班。市民对太极拳运动的热爱就是我们的努力方向!协会一班人马上作出回应,做出了一项重要决定:制定以太极拳“五进”

(进社区、农村、机关、学校、企业)为主要内容的太极拳公益培训千人计划。

2016年,首期千人计划在农村多点开花,结业人数1300多人,远超预计;2017年,第二期千人计划在巩固农村推广成果的基础上,又将公益培训带到了机关、社区、敬老院,共有51个班、2331人结业;2018年夏,协会特别邀请担任过国家级团体操项目和部级健身操编操专家的张克强精心指导,创编出一套具有自主知识产权的“养生健身操”,为行动不便的老人带去运动的乐趣。

值得一提的是,在我市全力打造“永康安康 品牌、建设 两美永康”的背景下,太极拳协会的“太极养生”培训项目得到了政府部门的大力支持,连续3年被列入政府公益创投项目。一位市领导在协会成立一周年年会上称赞其“政府所指、民心所向、群众所需,非常值得肯定”。

据粗略统计,市太极拳协会自2016年开展公益培训以来,累计开班160个,结业学员近万人。



搭建平台

为提升永康太极拳水平添砖加瓦

市太极拳协会即将举办“五年大展演”的消息,吸引了许多省内外体育专家的目光。不少专家将来到我市现场参观指导,永康体育界的老朋友邱丕相就是其中之一。

对协会会员来说,邱丕相的名字并不陌生。在协会内,他是名誉主席、主教练;在协会外,他还有更为人们知的身份——国际级武术裁判、上海体育学院博导、教授。邱丕相可以说是协会成长的见证者、推动者,也是协会的贵人。

早在2016年9月,他首次应邀来永开设太极拳专题讲座,之后每当我市组织太极拳赛事或活动,邱丕相都会如约而至。与此同时,他还积极联系落实我市太极拳协会骨干到上海体育学院培训,带领一批永康太极拳教练访问法、德等国,开展国际太极拳文化交流。

永康作为一座县级市,能有这么多人热心体育事业,成就现今的全民运动风潮,非常难能可贵。邱丕相感慨道。他自觉有能力,想为永康推广太极拳运动做些什么。今年,他已经三次往返我市,传授教学八卦太极拳,验收教学成果。不要单纯将太极拳作为一项拳术来学习,而是要作为中华民族的宝贵文化遗产来理解、来继承。邱丕相语重心长地对永康太极拳爱好者说。

在邱丕相的热情推荐下,上海体院在我市建立了“太极拳实践研究基地”。该院武术学院博导、院长戴国斌,副院长董文侠、教授王震,华东师大博导、教授杨建营,中国武术八段张克强等先后来永讲学组织培训,为我市太极拳运动推广、太极拳水平的提升起到了积极的引领与推动作用。

善行太极

以公益为媒 相聚前行

市太极拳协会即将迎来五周年纪念日,朱有抗回顾往昔,感慨丛生。他告诉记者,他们创会的初衷很简单:开辟一个场所,和志同道合的朋友一起练拳、品茶、爬山、看书。是社会的需求、市民的愿望,使协会一班人及时调整了工作目标与方向,从小我到大我、从自我服务组织到社会公益团体。

五年过去,协会规模壮大了,人变多了,所做的事却没有改变。除去每年的太极拳公益培训推广外,协会还组织了丰富多彩的公益活动:腊八节奉粥、茶艺培训班、家庭朗读者、太极书画印展、摄影比赛

以公益为媒,这群人在市太极拳协会聚首。其中有方振龙、周世妙、颜咏诗、胡明来、施佩娟、汪黛如、徐跃文、李美洲等一批资深教练。还有胡新孩、胡洪亮、蒋招娣、陈尧夫、李红英、胡丽川、王灿俊、周伟等一批管理人员。在此之前,他们素昧平生,来自社会各个阶层和不同的工作岗位,却都怀着对太极拳运动和公益事业的爱。

因为这份朴素的爱,这群人放弃休息时间,成了太极拳文化传播者,他们辛勤奔走,将汗水挥洒在农村、社区、学校等每个角落,成为永康全民健身运动一支不可忽视的力量!

团队壮大

从送到种,参与者变成播种者

2016年,太极拳公益培训在社会上引起强烈反响,许多社区和农村先后向太极拳协会提出了开班申请。协会团队在深受感动的同时,也面临着一个严峻的问题:师资紧缺,有人想学没人能教,怎么办?经过讨论后,协会决定从公益培训出来的学员中挑选佼佼者,着力培养一支新的教学队伍。钱洪江、李永抗、李斌、陈丽映、胡惠如、朱灵姬、程碧莲、王优宁、程美丽等一大批太极拳爱好者脱颖而出,通过协会组织的体育指导员培训拿到资格证,积极投身到太极拳推广运动中。

协会综合办公室副主任陈丽映就是其中的典型。她受益于首期公益培训班,回村后带领村民学拳。由于她的勤奋好学,成为第一批通过考核的助教,先后在象珠镇寺口吕村、明珠学校、市检察院、西城街道溪边村等地的培训班担任助教与主教。她从一名零基础的太极拳爱好者,到后来的太极拳助教、主教练,以及现在的协会骨干。陈丽映说,庆幸自己遇到了一个好的时代、一个好的团体。作为“千人计划”的受益者,我能用

学到的拳反哺协会,和大家一起推广公益事业,让更多人感受运动带来的积极影响,这是我的义务和荣幸。她告诉记者,这也是大多数教练的心声。

五年时间,太极拳在城区、乡村全面铺开,没有这批热衷太极拳事业的人的支持和参与,是不可能实现的。朱有抗对记者感慨道。从“送到种”、由一个人带动一群人,太极拳运动在城乡蔚然成风的当下,太极拳协会团队日益壮大,越来越多人乐当播种者,身体力行推广全民健身理念。永康太极拳公益培训的模式,已载入中国武术蓝皮书。

