

嘉兴

20年如一日诲人不倦 魏萍:南湖游船码头边的太极引领者

本报记者 马二龙



在嘉兴南湖革命纪念馆的游船码头,时常能看到这样一番景象:每天早上5点,不少市民穿着太极服,带着太极剑、太极刀聚集在此练太极拳,一招一式柔中有刚,姿态柔美。“这里是我们的练习太极拳的好场地,越来越多的人被太极拳吸引,加入我们这个队伍,强身健

体修身养性。”这支队伍的发起人、太极拳教练魏萍说。

魏萍告诉记者,自己练习太极拳已有20多年,目前是六段水平,曾在全市、全省乃至全国的太极拳比赛中获得的荣誉数不胜数:第九届中国香港国际武术比赛6段位对练金奖和个人42太极剑金奖、武行三合刀金奖、第11届中国香港国际武术比赛中获集体金奖和个人太极刀金奖,传统太极拳金奖,2016年浙江省第二届女子体育节太极拳集体金奖和个人金奖。多年前,她发现南湖革命纪念馆游船码头附近的这块场地后,便带领着一些太极拳爱好者来到这里。有些市民早上跑步时看到有人练太极拳就加入进来,还有些人是慕名而来,渐渐地,越来越多的市民来

这里练习太极拳,目前有近200人,她们自称“南湖畔的太极人”。“我们这里还是嘉兴市武术协会七一广场太极拳辅导站、嘉兴市区全民健身公益培训站,每周都会举办公益教学,风雨无阻。”她说。

回想起自己和太极拳的缘分,魏萍思绪万千,20多年前,一个偶然的机会,在公园里看到傅月丽老师练习太极拳,体态优美,便拜师学艺。“太极拳博大精深,像一幅山水画,我被它的柔中有刚、绵延不断、轻灵沉稳所吸引,所以才能坚持至今。”她告诉记者,现在队伍中不仅有中老年练习者,还有一些年轻人来学习。

多年的练拳和参赛经历让魏萍对武术有了更深的认知和感受,“不仅仅是个人把拳打好,更重要的是如何把我们中华民族的文化瑰宝发扬光大,有了这个信念,几年来把我学到的知识免费传授给更多喜欢太极拳、排舞、腰鼓等爱好者。”她说。

在很多单位,也能看到魏萍的身影,嘉兴江南大厦的武术队,魏萍担任工会职工健身俱乐部武术教练,她耐

心,细心,善于传授,得到了企业领导的肯定。与此同时,平时闲暇时间她也没有闲着,还在戒毒所和老年大学任教,反响热烈。随着太极拳爱好者不断增加,魏萍还组织成立了嘉兴市武术协会七一广场太极拳辅导站,并连续担任嘉兴市体育局举办的市民公益活动太极拳培训点,团队人员基大都加入了中国武术协会会员,多数已获中国武术各个段位证书。

为了更好地研习和传授太极,魏萍多年来不畏艰苦,编排动作,为了团队能进步,近10年来她积极组织学员参加各种集体和个人比赛,中国香港国际武术比赛、世界太极拳健康大会比赛,浙江国际武术比赛……她所组织的各项表演和比赛收到良好的评价和反响。

魏萍说:“拳艺无止境。只要坚定打明白拳的目标,拼搏,奋斗,理论与实践高度结合,下定决心,最大限度地发挥自己的潜能,拳艺水平会不断提高。这次当选为十佳社会体育指导员,对于我本人来说不光是荣誉,更是一种鞭策和激励,嘉兴的太极事业,我还会继续努力的。”

绍兴

为绍兴武术事业发展尽心尽力 徐建生:为自己钟爱的武术奉献一生

本报记者 王品燊

点开徐建生的微信,封面上就是一张他练武的照片,“我没有什么爱好,武术是我唯一钟爱的事业。”今年已经63岁的他,身子骨跟同龄人比起来要硬朗许多,用他自己的话来说就是“很多小伙子都没我这么健康”。而这一切,都得益于他几十年如一日早起锻炼,练武更是每天都不能落下的功课,少一天都不行。

徐建生习武已经有五十多年,说到跟武术结缘,他侃侃而谈。原来,他儿时的邻居是位习武爱好者,正是跟着邻居练拳之后,他才发现自己对武术的热爱,之后便开始了一发不可收拾的习武之路。“我练武这么多年,年轻时跑过全国各地寻访名师,勤学不辍,少林也去过,东北那边的练家子也较量过,所以才能在80年代的时候获得全能冠军,甚至在香港的武术比赛上也拿到两块金牌。”当提起自己过往的荣誉,他的脸上洋溢着自信的笑容,“我是绍兴市武术协会的秘书长,近期的目标就是把咱们这个协会做大做强,未来有更多发展方向。”

据徐建生所说,责任、坚持、勇敢是他企业的文化,当时定下这个为

企业文化是因为他受到武术文化的影响。每天中午,他都会组织企业里的员工一起来练两套少林拳或者养身气功。“最开始,因为好多人尽管知道练武术对身体好,可是抹不开面子来练,所以我就硬性规定练习次数直接跟绩效挂钩,员工每天中午锻炼后要去领一张证,每人每月要锻炼22次才算合格,才可以去领工资。不过这个规定早就没了,因为大家都是自觉主动来的,员工知道锻炼对身体好,有时候我不出面,也不会有人缺席。”

记者了解到,今年上半年,徐建生还在绍兴地区引进了“武林风”的品牌项目,让当时的绍兴地区出现一票难求的局面。“这种场景只有超大牌的歌星的演唱会才有过,可想而知武术这个项目还是有深厚的群众基础的。”他告诉记者,11月份协会还将在绍兴举行国际传统武术比赛,在这个比赛中,他把分散在世界各地的一万多名学员召集起来,一同交流武术的精髓。

当徐建生被问到这次被评选上十佳社会体育指导员对他的影响时,他表示自己不会因为荣誉加身而忘



记自己的身份与职责,会更加认真地完成本职工作,让协会为更多爱武术的人去服务。“荣誉带给我更多的是压力和责任。国家的强盛不是一个人或是一个小群体的强大,我个人能做到的就是影响周围的人,让更多人参与到练武的群体中来。这不仅

事关人民体质的问题,更是中华武术的传承,只有更多人加入我们队伍,中国武术才会长盛不衰。”此外,他还表示,会大力推进绍兴当地的武术网点建设以及基础队伍的构建,并加快健全赛事组织,让绍兴这个古城真正因为武术而闻名。