

王桂芬：推广吴式太极 传承太极精髓

本报讯 吴式太极拳是太极拳的重要流派之一，是一种延年益寿的长寿拳。四十多年来，在传承人王桂芬的推广下，吴式太极拳成为了我市武术爱好者喜爱的一个拳种。今年，王桂芬还被评为杭州市级非遗传承人。

在新安江广场晨练的队伍中，有一位“武林高手”，她就是吴式太极拳第五代传人吴桂芬。她跟太极拳的缘分，要从她的爷爷开始说起。王桂芬的爷爷王海永是一代宗师李尧臣先生的得意弟子。少年时期的王桂芬体弱多病，四处求医无果后，家里人便把王桂芬送去了北京找爷爷。

王桂芬说：“当时也不是刻意去学习太极拳，是想爷爷给我治病的。结果到北京之后，他一看我的状态就觉得可能学练太极拳效果更好。当时我半信半疑，但是爷爷很有心，把自己在北方很多的教学点全都处理掉，然后专心到南方来教我学拳。”

就这样，爷爷带着王桂芬白天练体能，晚上练猫步，渐渐地王桂芬感觉自己的身体变好了，脚下也有劲了，于是开始对太极拳产生了兴趣。虽然天天与拳为伴，但当时的王桂芬对于太极拳并没有特别的情感，直到爷爷去世的那一天，王桂芬才真正感受到了太极拳对自己内心的触动。

王桂芬坚持练了 18 年吴式



太极拳，在练的过程中，她也一直在教授他人，一边教一边自己研究，不断追求进步。

吴式太极拳动作轻松自然、连续不断，而且非常注重步法的正确性以及身形的中正和协调。王桂芬的坚持与努力，也得到了吴式太极拳同门的认可。在 2013 年续编的《太极功同门录》中，王桂芬也被记录其中。这也就意味着，她成为了吴式太极拳流派的正宗传承人。多年来，她不仅自己一直坚持习拳，同时也继承着爷爷的遗志，传承、发展、壮大着吴式太极拳。如今，她的学生已经遍布国内外，人数达一万余人。

建德吴式太极拳弟子洪明告诉记者，自己是 40 岁开始学的，师父王桂芬不会藏私，她尽心地教导大家，每天都陪着弟子们一起打，给大家纠动作。建德吴式太极拳弟子饶建新说，自己练习太极拳已经十五六年

了，师父从十几岁就开始习练太极拳，不管是刮风下雨还是节假日，每天她都能够坚持练习，这样的精神让弟子们都很佩服。

对于王桂芬而言，练太极拳首先要练的是自己的心，由内而外地去掌握太极的精神内涵，坚持不懈地加以练习，才能让自己的身心都变得更加强大。

王桂芬说，接下来希望走进更多的社区和学校，让更多的群体和社会各界人士来参加吴氏太极拳的活动，从而更好地普及和推广吴式太极拳。

【编后语】王桂芬四十多年的努力，让吴式太极拳在建德有了专职专业的推广。而随着精神文明的不断丰富，相信人们对于太极拳这样有益身心健康的全民健身运动项目将会有更多的认同。

(记者 周冰)

捡到钱包拾金不昧 传递社会正能量

本报讯 近日，大洋镇高垣村村民李先生在路边行走时发现了一个钱包，打开发现里面有相关证件和一叠现金。但他是视力残疾人，无法看清身份证上的信息，于是他将钱包交到当地村委会，村干部通过身份证一眼就认出失主正是本村村民。随后陪同李先生一起前往失主家中，将钱包物归原主。

“真的太感谢了，我还以为找不回来了。”失主激动不已地从村干部手中接过钱包，清点后发现钱一分没少，相关证件也都在。失主对李先生拾金不昧的正能量行为深表谢意。

(记者 邓林)



一起乘风破浪 学习环保知识

近日，大慈岩中心幼儿园开展了“让我们一起乘风破浪”活动。经过前期的探索研究，孩子们选择矿泉水瓶作为主要材料，通过同伴协作、教师引导等方式，成功打造了自主设计、自主制造的“小荷号”并开启“乘风破浪”之旅。活动中，孩子们在合作中学团结、在创作中学思考，提高了动手能力、创新能力和环保意识。(通讯员 徐林)



保护环境 从小做起

今年 6 月 5 日是第 53 个世界环境日，当天明珠幼儿园田坞园区开展了“世界环境日”主题活动，通过寓教于乐的方式，引导幼儿们日常做好垃圾分类，进一步丰富了幼儿的环保知识，在他们心中播下了爱护环境的种子，引导他们从点滴做起、从自身做起、从小事做起，以实际行动建设美丽家园。

(记者 邓林)

禁止非法活动



停止不文明行为



将文明风尚进行到底



加快建设美好家园步伐



弘扬文明新风，建设美好家园

