

央视纪录片报道我市太极拳师

“90后”拳师李灵慧通过短视频推广太极拳

本报讯(记者李晓军)近日,央视重磅推出青年创意系列微纪录片《我的青春我做主》。作为入选该节目的全国10个极具个性、勇于挑战的“泛知识类”青年博主及青年团队之一,来自我市陈家沟的“90后”太极拳师李灵慧,用5分钟时间讲述了自己利用短视频推广太极拳的青春故事。

退步压肘、掩手肱拳、撤步按掌……纪录片开头,身着白色太极服的李灵慧,与身穿黑色太极服的母亲在习练太极拳。“我出生在太极拳发源地河南焦作温县陈家沟,我们村子里没有广场舞,我们的广场舞就是太极拳。”李灵慧开始讲述她与太极拳的故事。

镜头切换到温县陈家沟,伴随着武校师生习练太极拳的画面,字幕介绍:“陈家沟有武馆30多家,每年大约有1万人次来学习。”

“我从小生活在习武世家,4岁就跟着母亲陈春爱(陈式太极拳第十二代传人)学习陈式太极拳。我母亲会用一些招式来‘教训’我,其实我是被我妈‘打’大的!”李灵慧讲述的学拳经历颇有趣味性。

该纪录片既展示了李灵慧跟随母亲学习太极拳的画面,也展示了李灵慧

教儿子练习太极拳的画面,体现了太极拳代传承、生生不息。

“我是第一个在我们村子里进行短视频拍摄的。因为有一次在短视频平台看到比较飒的女生通过武术展示自己,于是我就有了一个大胆的想法,通过短视频把我们家乡的文化传播出去。”李灵慧讲了拍摄短视频的初衷。

纪录片镜头既有李灵慧在北京故宫与国际友人的合影,也有她在陈家沟与老乡的对话。其实,之前她曾经受到过质疑。“母亲说拍那个有用吗?我说再给我3个月的时间。如果3个月之后还是没有什么,我就到厂里打螺丝。”李灵慧说,就在这期间,她的一条视频火了。有了流量之后,她就通过短视频教授太极拳。后来,她又开始直播。

如今,李灵慧自媒体账号“太极灵儿”已吸引41万粉丝,视频播放量有1278万。她用自己的“拳脚”证明了中国古老的传统文化也能成为世界潮流的风向标。“我还把太极拳和街舞、说唱进行结合,希望更多的年轻人能够关注太极拳。我想让它在年轻人的群体中流行起来,让太极拳成为一种时尚拳。”李灵慧说。



马金阳: 以拳会友 热辣滚烫

本报记者 赵改玲



个人简介

马金阳,今年24岁,身高1.95米,体重105公斤,中站区府城街道造店村人,河南省重竞技运动管理中心拳击运动员。12岁开始,他在市体校拳击队训练,16岁入选省队,17岁进入国家青年队,20岁进入国家成年队,曾获得第二届全国青年运动会拳击比赛+92公斤冠军、2024年全国男子拳击锦标赛+92公斤冠军等荣誉。

奋斗故事

5月20日,焦作市体校举行了“学冠军做冠军 我为焦作体育添光彩”励志报告会,马金阳向大家分享了自己的奋斗历程。

马金阳说,刚开始参加这个项目时,总是被老队员轻易打倒。但失败并没有使他放弃,反而让他在训练中逐渐对这个项目产生了浓厚的兴趣。

在市体校教练刘战胜的悉心指导下,马金阳专业技术在日复一日的训练中渐渐有了起色。一次,马金阳在参加省级比赛时看到别的队员拿到冠军站在领奖台上时特别激动,对荣誉感产生了强烈的渴望,他更加刻苦练习。

他有多刻苦?据刘战胜介绍,马金阳是市体校有名的“拼命三郎”。平时上午,拳击手们都是从9时开始训练,11时30分结束,可马金阳总是比其他队员多练一个小时。教练和队友都说他练拳练到废寝忘食,简直就是拳痴。

在电影《热辣滚烫》中,女主人公说到“想赢”,马金阳也是如此。在拳击赛场上,他想赢。在训练中,他更加刻苦,敢于向实力更强的队员发起挑战,不断提升训练技巧,提高自身实力。

马金阳16岁时进入省队,开

启了新的训练阶段。

在省队,马金阳接触到了更大的平台,看到了更多的高水平运动员、更高的奖台。这使他更加斗志昂扬。他努力钻研技术,提高自己的体能和技术。

没有谁的人生是一帆风顺的,运动员的伤病也是无法避免的。去年4月,在对阵哈萨克斯坦选手时,马金阳头部受到重击。马金阳以为自己的运动生涯就要因此结束了,对拳击的热爱让他不愿意轻易“投降”。

他从零开始,从最基础的练起。功夫不负有心人。今年,他再一次站上了冠军领奖台,获得了2024年全国锦标赛冠军。

“我在这个过程中获得了极大的满足感和成就感,我享受这种感觉。”马金阳对学弟学妹说。

一分付出,一分收获,在竞技体育中尤其如此。马金阳2019年获得全国第二届青年运动会第一名,2020年获得全国冠军赛暨金腰带争霸赛第一名,2021年获得全国锦标赛第一名,2021年获得第十四届全国运动会第三名,2024年获得全国锦标赛第一名。

马金阳认为,每一场比赛都是对他努力的考核和检验。他所有的训练、所有的付出、每一次的筋疲力尽,都是为了证明自己。每次参加比赛,他都渴望用奖牌来奖赏自己。

未来展望

从开始接触拳击,到成为省级比赛冠军,到全国锦标赛、冠军赛前三名,再到冠军,马金阳实现了一个个梦想。现在,马金阳又有了新的目标——参加亚洲比赛、世界比赛,在赛场上升国旗、奏国歌。

上图 马金阳(中)跟母校队员切磋。

本报记者 林晓 摄

焦作知识产权工作再添助力

本报讯(记者杨珂)为加快发展新质生产力,更好地服务企业,打通知识产权创造、运用、保护、管理、服务全链条,近日,焦作市知识产权保护商会与河南省科技创新促进中心签订了全面战略合作协议。

据介绍,知识产权在促进科技创新中发挥着日益重要的作用。此次签订全面战略合作协议,是商会为广大企业开展深层次服务的重要举措,使企业在发展过程中遇到的知识产权

“痛点、难点”问题得到有效解决。通过加强合作,共同推进知识产权保护工作,助力科技创新发展,有效地缓解企业发展压力,为科技型企业引活水、赋新能。

下一步,河南省科技创新促进中心将以商会为依托,选派专业团队,在专家人才培育、高新技术企业申报、科技小巨人申报、科技成果申报等方面为焦作企业提供全方位的服务,助力地方经济发展。

北大千余名学子演绎太极拳火出圈

咱焦作太极拳世界冠军是总策划

本报讯(记者赵改玲)在近日举行的首都高等学校第62届学生田径运动会开幕式上,1000余名北京大学的学子们进行了太极拳表演,舒展大方、气势磅礴。特别是伴随着北京大学体育教研部教师——来自焦作太极拳世界冠军柴云龙的太极拳表演,体现了北大深沉厚重的家国情怀。

据了解,作为北大太极拳教师的柴云龙,不仅是这场演出的演员和导演,

还是总策划。柴云龙接受记者采访时说,接到任务,从方案到交卷,历时3个月,终于圆满完成任务。

柴云龙介绍,今年是新中国成立75周年,也是北京大学建校126周年。这个节目不仅展示了中华优秀传统文化太极拳,也展示了北大学子的爱国情怀。据了解,在北大,太极拳是男生的必修课,柴云龙也非常受学生欢迎,多次被评为该校优秀教师。

河南理工大学一学子考研至清华

本报讯(记者赵改玲)记者目前从河南理工大学获悉,在2024年考研中,该校测绘与国土信息工程学院遥感科学与技术专业2002班祁路鹏成功考至清华大学法律专业。

为何选择清华大学?祁路鹏说,受电影《无问西东》的影响,该校校训“自强不息”的精神激励着他不断前行,立

志实现自己的梦想。

那么,成功考研的秘籍是什么?祁路鹏说,首先,热爱可以抵挡一切困难,在面临重要选择时要静下心来思考;其次,结合自己的实际情况,脚踏实地学习,合理规划时间;最后,放平心态,在拼尽全力的同时也要适当放松,保持积极的心态。