



杨勇： 点一盏灯 只为国术薪传

□ 记者 何晓丹



中国武术是一个丰盈饱满的文化载体，在一招一式中折射着中华智慧，在一拳一路中体现着中华精神，在一技一理中蕴含着中华文明。上武得道，平天下；中武入骨，安身心；下武精技，防侵害。练习武术可以强身健体、养生，同时也能培养人自立自强的精神。

阳春三月，草长莺飞。在我区湖塘镇澳新风情街一间健身馆内，一群来自各行各业的市民群众每周三、五晚7时，准时在此相聚，年龄从

“60后”跨度至“90后”，“强身健体”成为大家共同的话题。

夜幕降临，中国武术6段、曾任常州市形意八卦研究会副会长的杨勇早在此等候。他习武已40余载，8岁起学习大小红拳、通背、翻子、少林等数十种拳法及刀、棍、剑、鞭、枪等器械，后随多位师傅、隐士学习形意、太极、八卦、意拳等内家拳术及自由搏击技术，至今仍每天坚持习武3小时以上，风雨无阻。

“杨老师的课，一点也不枯燥，通过大家分组示范和练习，一堂课很快就过去了”“对身体的帮助很大，感觉很好”“非常开心能够参加这样的学习交流，中国文化真是太博大精深了”……课堂间隙，大家有说有笑地讨论着，学员中既有周边居民，也有从前黄、遥观等地特意赶来的“粉丝”。对于中国武术的热爱，也在大家心中慢慢滋长。

有人问杨勇，你教学却不收费，图啥呢？杨勇说：“图的是大家身体健康，图的是中国武术代代相传。当然，我自己更是乐在其中，只要一想到有人等我教武术，心里就觉得很骄傲。”更让杨勇感到欣慰的是，除了年纪较老的人群，越来越多的年轻人也加入到了习武队伍中，他们从开始的扭捏不好意思，到现在的自信练拳，

中国传统武术在时光的沉淀里一点点地传承和发展。近年来，中国武术，不仅受到国内各个年龄层人们的喜爱，也颇受外国人的欢迎。杨勇回忆说，从事武术教学30余年，受教学生超过3000人次，培养出了包括全国无限格斗冠军、泰拳冠军、职场精英、健身教练在内的大批优秀学生，更有来自哈萨克斯坦、老挝、泰国、韩国、日本等多个国家的留学生因为他而爱上了中国武术。

正如电影《一代宗师》里所说：“念念不忘，必有回响，有灯就有人”。杨勇希望自己做这样的点灯人。谈及未来，他表示，只要有人愿意学，他也会一直坚持教学下去，带动更多市民习武强身、修身养性，同时打破文化围墙，努力将中国武术传扬到更多地方。



为弘扬武术精神，将中国传统武术推广给更多市民，杨勇发起公益教学，将毕生武学倾囊相授。“我教学生，毫无保留，将所学招式全部传给他们。因为我如果传五分，到了下一代可能只剩三分。”看着学员们求贤若渴的眼神，他格外高兴。

“本次教授大家的是被称为‘义拳’的形意拳。”课堂上，他认真向大家作起介绍，形意拳相传是岳飞所创，用于保家卫国，防身自卫，相对于太极拳，形意拳在民间的传承并不广泛，被历代拳家视为珍

宝，一般不轻易传授，不了解武术的人也很少听说。

为了让大家学会动作要领，他将形意拳中的劈拳、崩拳，及少林金刚拳等，逐一给学员讲解和示范。在他的带领下，大家排成队

列，高举、低落、抬腿、出拳……通过一次次练习，学员们的动作逐步行云流水。对待学员，杨勇不仅教授他们拳法，更注重提高其道德修养，这让大家感觉十分难能可贵。

