联办单位：瑞安市新居民服务管理局 市总工会 市妇联 瑞安市人口计生局 (127期)

赵志芳：做太极文化的“布道者”

■记者 陈丹丹 通讯员 黄春翔

他儿时的梦想是学习少林武术，却因缘际会地与太极拳结下不解之缘。

习拳26载，不仅让他练就了一身好武艺，也让他在各级别比赛中取得累累硕果。

1998年，他第一次踏上瑞安这方沃土开堂授课；2008年，他正式定居瑞安，成为一名新瑞安人。16个春秋，他为瑞安培养了大批可圈可点的太极人才，也让陈氏太极文化在这里生根发芽、开花结果。

他就是河南焦作非物质文化遗产项目——陈式太极拳第十二代传人赵志芳。

武术世家 少年梦想

赵志芳（左）和恩师陈正雷合影

1970年，赵志芳出生于太极拳发源地——河南陈家沟的一个武术世家中。

“我的祖上是清末一位威震中原的武林侠客，擅长神鞭，方圆几百里闻名遐迩。”受其影响，赵志芳的父亲也是一个“武术迷”，赵志芳从小看着武林杂志书籍长大，耳濡目染，也学习了一些拳脚功夫。

和父亲一样，赵志芳也有一个“武侠梦”，尤其是1982年，电影《少林寺》的上映，更加激发了他对武术的浓厚兴趣。“梦想自己能学习少林功夫，能像李连杰一样成为一名武术高手。”

“入门引路须口授”，19岁那年，赵志芳的父亲决定送他去学习陈氏太极拳，让武术世家的荣耀代代相传，同时让儿子代替自己完成“武术梦想”。

赵志芳回忆：“当时的梦想是学习少林武术，觉得太极拳那么慢那么柔，没意思……”哪知道，师从陈氏太极“四大金刚”之一的陈正雷大师后不久，赵志芳便感受到太极拳与众不同的魅力。

“太极拳博大精深，有少林的刚毅，也有自身的以柔克刚。”喜欢上太极拳的赵志芳，全身心投入到学习陈氏太极拳中。不管寒冬酷暑，赵志芳每天废寝忘食，坚持苦苦练拳50余遍。

通过不断的努力，赵志芳渐渐有了收获，在多个国家级别的武术比赛中拔得头筹。之后，他先后在河南、湖南、广西、浙江等地教拳，不仅培养大批太极人才，还积极协助新疆陈氏太极拳协会在乌鲁木齐、克拉玛依等地开展普及推广工作，将太极文化的“种子”播撒到全国各地。

期间，他多次受邀来到瑞安授课，渐渐有了一批忠实的“拥趸”。

扎根瑞安 崭露头角

“太极与奥运同行”活动

2008年，赵志芳正式定居瑞安，指导成立陈家沟陈氏太极拳协会温州总会，在瑞安开启了陈氏太极拳教学生涯。

当时正值北京奥运会期间，一场“太极与奥运同行”活动盛大开展。当天，近百名太极拳爱好者济济一堂，身穿蓝、黄、黑、绿、红色T恤衫组成奥运五环方阵，表演了太极拳定势、原地太极拳精要十八式等套路，大家热情高涨、精神饱满、动作娴熟、刚柔相济，取得了意想不到的演出效果。

而这背后，凝结着赵志芳和近百名太极拳爱好者的“心血”。

为了表演能够成功，太极拳爱好者们每天凌晨3时就从温州各地驱车1个多小时，来到瑞安集中训练。赵志芳耐心为大家辅导，只用了短短10天时间，就排练出如此气势磅礴的太极表演，受到社会各界的广泛好评，赵志芳甚感欣慰。

此次活动不仅展现了陈氏太极拳文化的精髓，也让赵志芳看到了人们对健康和谐生活的向往和追求，更让他看到了瑞安的太极拳事业大有作为。他坦言：“我有幸成为一名新瑞安人，在瑞安成家立业，结婚生子，今生最大的心愿，就是做太极文化的传播使者，让瑞安人感受太极文化的魅力。”

之后，赵志芳正式建馆教拳，取名为瑞安市赵志芳太极拳馆。对每个学员，赵志芳都将自己的习拳心得倾囊相授。慢慢地，不少太极拳爱好者慕名而来，拳馆里学习太极拳的学员越来越多……

目前，赵志芳太极拳馆有学员上千人。万松山上、瑞安广场、塘河沿岸、风荷花苑……一批又一批热情高涨的太极爱好者跟随赵志芳一同舞动清晨、拥抱阳光，融入夜色、切磋武艺。

传承文化 推广太极

据赵志芳介绍，目前太极拳馆的学员中不乏20多岁的年轻人，他们来自各行各业，有公安民警，有单位职员，也有创业商人。“现在太极拳已经不再是中老年人的专利。”说到这里，赵志芳露出欣慰之情，“以后太极文化的传承，还要靠这帮年轻人呢！”

采访当天，记者看到这帮年轻学员正在潜心练习，赵志芳正认真地示范着太极拳招数，将拳理传达给学员们。“现代人被外界许多事物干扰，很难静心修炼，安心练拳。”赵志芳说，所以练好太极拳的第一步，就是夯实基本功，站桩就是基本功之一。

“站桩绝对是一项‘酷刑’。”一位学员告诉记者，站桩时，要保持背部挺直，同时双腿微曲站立，承受全身重量，十分钟不到，就会让人大汗淋漓，非常考验耐力。但效果也非常明显，不少人练了太极拳后，发觉自己心态调整了，不但工作上更求上进，干任何事也更有耐心了。

此外，赵志芳太极拳馆还有一批学有所成的老学员，现在已是拳馆里的“骨干”，他们不仅一起学拳、练拳，还经常一起进行各种活动，如看书、交流学拳心得等。说起习拳带来的好处，他们个个如数家珍。

2004年就紧跟赵志芳学习太极的池永胜在第三届世界太极拳健康大会上，力挫群雄，同时囊括“太极枪、太极拳和集体项目”3个冠军；3年前开始学拳的陈先生告诉记者，自从学习太极拳以来，觉得晚年生活更加丰富了，而且结交了不少新朋友，身体也更健康了；更有不少人因为练习太极拳，治好了自己多年来的腰伤腿痛等顽疾……

“习武之路很漫长，我会在传承与发扬中不断提升自我，完善自我。”如今，赵志芳已然找到自己的人生方向，他下定决心要在第二故乡——瑞安创办太极拳文化研究会，让瑞安人民成为太极文化传承与弘扬的推进者，成为太极文化创造与演绎的实践者，成为太极文化服务与提供的承载者。

义务教育 发扬光大

“手抬高点，身体放松别太僵硬……”每个周六清晨，在人民广场上，都有几十名身着运动服的居民摆开架势，等着“教练”赵志芳来为他们纠正动作。

多年来的无数个周六清晨，赵志芳都会在此带领居民一起练太极拳。从20多岁到60多岁，附近小区各年龄层的太极拳爱好者们聚集于此，向赵志芳学习太极拳，成为他的学生。

起式、扎马、云手、抬腿……虽然是免费教学，赵志芳却教得格外认真，在教新动作时，他让学生围在他面前讲动作的分解，让大家仔细看过他的分解示范后跟着打几遍，然后再叫学生一个个“过堂”，对每个人的不足提出相应的要求，进行指点迷津。

学生一时半会理解不了的，他会一遍遍地剖析给学生听，打给学生看，一堂课下来，学生学到真功夫，他通身却汗流浃背。他说：“只要学生能够领会贯通，再苦再累也值得！”

今年68岁的张大爷家住清莲小区，他告诉记者，自己的右腿患有严重的骨质增生，走路一瘸一拐地很痛苦，自从跟着赵志芳练习太极拳的3年来，他的腿病大有好转，走路也顺畅多了。“有赵师傅教学得快多了，也不用担心姿势不标准了，他教得很耐心，我们都很感谢他！”练太极拳6年的苏大姐心存感激。

除此之外，赵志芳还多次参加玉海讲坛，为市民讲解太极拳要义，一有时间，他还深入我市各企业及社区开展义务教学，让太极文化“花开遍地”。

记者手记

四百年前诞生于河南一个小山沟里的太极拳，时至今日已经有了难以数计的拥趸。正因为一大批像赵志芳那样默默无闻的太极拳教练，用他们的坚守和努力，在传承着古老拳种的同时，也传播着健康。赵志芳常对学员们说：“习武先习礼，习武先修德”，他用心教学、用理服人，以他的执着、热情和一颗殷殷赤子之心，认真地传播着民族的文化瑰宝，默默地架起了一座让瑞安人了解太极、认识太极、热爱太极的桥梁。