



七旬老人浮生不老初心不忘 几十年免费教学只为传承太极文化

鼓励国人从小学太极,期待能有十位传人

几十年如一日免费教学 只为传承太极文化

举手投足,风生水起。呵呼吐纳,气贯周身。“拳痴”,是其师父沈寿在王志远出版的《杨式太极拳诠释》上的题词。

晚上七点半,在鄞州文化艺术中心,五十多位慕名而来的太极拳爱好者已经站定,王志远老先生开始为大家上课。这两天正值降温,老人褪去外套,专注于功夫,一招一式力道十足,标准到位,教科书一般。

退休后,老人把精力都用在太极上,每天早晚各两个小时,研习或教授。中间再花5小时,在太极教材下功夫。

“肩膀要沉下去,手要平,不能高,这里45度,出去阴变阳……”老人每句话,每个动作,不急不缓,娓娓道来。一个半小时的指导,在一招一式的变化中流过,分针划过两圈,大家还是觉得意犹未尽。

几十年来从中国大陆,到港澳等地,究竟教了多少学生,他也记不清楚。但他始终有一个信念:只要有人肯学,他就肯教。他从无保留,甚至鼓励学生学成后开辅导班,免费教学。

在宁波从最早上世纪七十年代的宁波体育场,到后来的鄞州公园辅导班、天宫庄园辅导班、前河公园辅导班……王志远创建的傅钟文拳学会吸引了不少附近的民众,如今傅钟文拳学会在册人员一千多人,教过的学生上万人。

作为一代宗师傅钟文的衣钵传人,王志远秉承傅钟文先生“勤、恒、礼、诚”的拳学宗旨,立志弘扬杨氏太极拳学思想,服务社会大众。令弟子石女士十分敬佩。“不单单是拳艺,师傅在为人处世上所传递给我们的,教会我们做更好的人。”

曾是宿舍神秘人物 还是单位风云人物

王志远1946年出生在宁波,由于从小体弱多病,7岁时就开始跟姐夫练武。以后的四十多年间,他跟随王宝燮(保还)、徐德成(上海精武会霍元甲第三代弟子)、沈寿、傅钟文、赵安洲等宗师,学习太极拳、征南派内家拳、八卦掌、蛇拳、迷踪拳、弹腿等内外家拳术。他牢记恩师的教诲,坚持“勤恒礼诚”,几十年如一日,追随诸恩师左右。

正因为他尊师重道,故深得诸恩师厚爱器重,精心亲授太极五功、征南派内家拳及八卦掌等绝技,成为诸恩师的衣钵传人。

自从练拳,王志远数十年如一日,早、晚练拳从未间断。不仅拳练得好,1965年,王志远以优异的成绩考取浙江大学光学专业。

从在校学习到毕业后成为高级工程师,在专业领域做出不小的功绩。他先后担任工程师,党支部书记等职务,还在国内各专业学术杂志上获得专家学者的好评。王志远与其他习武之人有很大的不同,搞科研和打太极两不误。

在大学同学眼中,王志远先生是个怪人。“别人都没起床,我一个人跑到山上,打两个小时拳再下来。每天如此,大家都觉得我很古怪。”王老先生回忆大学期间打拳的经历。

到了工作岗位,他更是停不下来。“但因为都是起早贪黑,我打拳的事情也没人知道。”老先生对记者说。直到有一天,在开明街王志远先生一人解决八个闹事的混混,一下声名远扬,成了单位的英雄人物。“被誉为是有真功夫的人”。

后来,为弘扬发展杨式太极拳和王征南流派内家拳,在傅钟文和沈寿老师倡导下,于1983年创立宁波永年太极拳社,随之又亲手创立香港永年、日本永年、山东聊城永年、香港内家拳学院,2010年创立了全国第一家傅钟文拳学专业委员会。



九岁小孩练习太极剑 记者 邹鑫 摄

有这样一位老人,数十年如一日,免费教授太极拳,无论刮风下雪,数九寒天,没有给自己放一天假。根据学生的不同,他采用不同的方式、方法,既有理论,也有实践,谆谆善诱。他的君子之姿,奋进之态,让人想不到竟是位73岁的老人。

周日晚上,记者在鄞州文化艺术中心见到这位老先生——王志远。

□金报记者 邹鑫 摄影 记者 张培坚



1月26日,王志远在展示太极拳法

六部著作,刊登文章数百篇 朋友圈更新诗词,仍在“日逐夜追”

如何让更多人体会到学习太极的乐趣,让理论与实践结合在一起?王志远每天花五个小时的时间在太极教材的创作上。

王志远先生著书六部,刊登在武术杂志上的文章数百篇。结合自己几十年的悉心感悟,他写下了《杨式太极拳诠释:理论篇》、《杨氏太极拳诠释:练习篇》、《杨氏太极刀》、《杨氏太极剑诠释》等著作,谱诀、图解、要领……王志远对每招每式都进行了详细剖析。

《武当》杂志副主编柯超先生这样评价:关于太极拳拳学理论方面,从您的著作可以看到,您在太极拳领域的研究已达到一个非常的高度,放眼全国乃至世界,也很难有谁可以企及。

王志远先生认为,练习太极有很多的好处,减压、放松心态,甚至对家庭关系也能有所改善。“学习太极,就是让心静下来,修身养性。”他常叮嘱弟子,要牢记太极拳的基本法则:静、松、稳、匀、缓、合、连。“为人处世像太极拳这套法则一样,能做到这些,什么事就都放得下了。”

正因为此,老人还要加快写书的速度。“关于内家拳和太极枪的两部著作还没有写好,接下来写作的重点都会在这里。”打完拳,每天关自己五个小时,王志远孜孜不倦地一页又一页写下去。

王志远有诗言“岁月静好”。“浮生不老,初心不忘。窗前月光,照在心上。清静淡泊,享受时光。青山未改,鬓发已苍。眼无忧伤,心还年少。岁月静好,桃李芬芳。”

最近更新这样一篇《书生气》,老人还在自我“修炼”:刀剑洪涛气浩浩,日逐夜追不知老,惭愧书生白我头,何时炼得声名薄。

鼓励国人从小学太极 期待能有十位太极传人

在王志远先生的孩童时代,打拳是一件奢侈的事情。“穷学习,富打拳。民国时期学拳很贵,500大洋一个月。”

然而,现在免费教学,也鲜有孩子加入到学太极的队伍当中。先生心愿之一,让更多的年轻人学习太极,把太极拳发扬光大,造福大众。“如果从八九岁开始学习太极,二十多岁将达到一个非常高的水平。但大家对太极拳还是有一个误解,认为是中老年人参与的项目。”

前晚在鄞州文化艺术中心,一个九岁的孩子正学习太极剑。他的妈妈杨竹萍是个太极拳爱好者,常年跟着王老先生打拳,孩子耳濡目染也爱上了太极。现场,孩子还给记者打了一段,八面威风,气势逼人,丝毫不输给老妈。妈妈说:“打太极对孩子身体发育、专注力都有很大的提高,最重要他自己很喜欢,最近放寒假了,他天天都会来学。”

先生还曾有过心愿,就是太极拳进入奥运会。因为太极拳在世界各地推广得越来越好,“香港、澳门地区,还有日本、美国以及东南亚的很多国家都开展得非常好。”

不过,眼下王志远老先生争分夺秒要做的事情,除了写书,还想再增加五位传人。“希望有十位传人,现在还只有五位。”

一天的课程结束,晚上九点半,室外温度不足6℃。老人含胸拔背迈着习武人矫健的步伐和弟子们再见。他用行动诠释了持之以恒的精神和魅力。