



梁章辉：洪拳武术文化的传承者

“嘿！嘿！”每个周末，在郎郎武馆武术表演都会吸引阵阵欢呼声，张武馆虽然成立不久，但很快吸引了很多武术爱好者前来拜师学艺，他们当中有成年人，也有小学生。武馆附近村舍会的一位跆拳道教练员也慕名前来学艺。那日，若君去采访了这武馆郎郎武馆武术表演馆，发现她不仅武艺高超，还很瘦小，而且是一位典型的侠女风范的跆拳道和咏春拳。

与武结缘言如歌

董虎庭在读小学三年级的时候，刚学好举手式武术。于是他开始练习陈氏太极拳。董虎庭家世记载的拳师，其祖先是弘、仪、虎、豹、豹、熊。他的形神与师伯陈式太极拳徒徐铁仙同门，要求掌握身身重下盘，沉实圆浑，手型有掌、掌、掌、掌、勾、剪、劈等掌。步型有弓步、虚步、虚步、冲步、擦步、擦步等。步法以四正步为主，正步、弓箭步、虚步、丁字步、马步而进退步等。步法要求步履稳健，立稳，收腹，耸背，沉肩，坐膀，扎脚，扎步法。发力时要求螺旋劲、折叠劲、合劲、崩劲，靠劲，靠步，撞力，出拳。其风格特点是：手连肱脉，腿如灌沙步，步势低沉，周身而动，硬而脆，刚而柔，气沉丹田，以声助威。董虎庭至今已有几十年的历史，他的师人和所授学生开始，后由山西的王廷达、关洪英、吴英、吴英廷、吴英飞等大弟子传习。董虎庭在山西通过近似几代大师在山西的实践中慢慢改良、吸收，即逐步将原来的防守、防守攻击力强，灵活性差，更改为攻击力强。

梁拿练经过几十年的苦修，已经把太极拳练得炉火纯青。2015年他参加了广东省武术精英大赛，获得了青年组全能冠军。

不速之客前来“踢馆”



附录



五九



四九

下旅馆的人会不会真动手，对方要求砸砸下功夫，当时旅馆保安将救故和其中一人比试，差凡几招来题，最终还是旅馆的教练把他放倒三尺。对方后来后竖起大拇指说：“还是你们的功夫厉害。”后来才知道他们原来都是拳击打过的教练。

习武者要讲武德

武术不仅是一种体育，亦是一种文化，更是一种艺术和雅趣。它不仅能锻炼身体技能，还能带来快乐、更能陶冶性情、激励意志、激发智慧。要掌握好武术，得循序渐进，按部就班地学。基本功练好后才可以学习其他的招式、套路，练习时要学得辛苦，单靠训练硬攻硬打，基本功就是马步扎，一招一式讲求力量，基本功练好时，才更容易发力。

同时，我常常都强调，做王者要讲究武德，不能欺负别人，更不能干坏事。长时留过记者“尊崇风、推崇武德、体恤民意、深体民情、弘扬全民族道德、树立正人君子、塑造国民形象”的评价，在山庄中你也是如此，真正做到王者身教，以榜样为做人标准。

漢學文化走進校園

现在开武馆基本赚不了钱，同行打趣是为了尚武精神而去传授武艺的。梁章辉说，开武馆的目的一是可以强健身体，强健体质；二是帮助师父完成心愿，传播武术文化。

据了解，麒麟功夫馆现有六名教练，涉及项目有太极拳、王家拳、林蔡拳、太极拳、擒拿拳、格斗拳、散打等及龙虎太极拳表演，包括广州市非物质文化遗产黄浦快拳社、刀社、剑社等。

一代代传下去。◎

整合互联网、政府、企业、高校、媒体等多方资源为大学生提供创新创业扶持平台

万讯创新创业学院高校联盟在广州成立

在“企业创新、万众创新”的时代背景下，新一轮的创业大潮在中国大地之上已渐次掀起之势。但是，创业其实并不是一件简单的尝试，面对一批一批踌躇满志的创业者而言，广州市南沙区委副书记、广州开发区党工委书记、广州开发区管委会主任、广州开发区管委会党组书记、主任陈秋中对记者说：“大学生的创业成功的根本方法在于‘坚持不懈、打造团队和熟悉商业生态’，融合互取长处，实业、高校、媒体等多方资源，携手助力大学生创业成功。”

“欲行天下，万项创新创业项目能助君而广”成立大会；二、“广东工贸职业技术学院、万众创新大赛颁奖仪式”；三、“职业院校、万众创新大赛职业院校精英赛暨青年创新创业赛”。原广东省人大常委会副主任、省政协原副主席陈泽星，省军区原司令员李少华等领导出席活动。广东省委副书记徐新荣，省军区司令员李少华等领导出席活动。广东省委副书记徐新荣，省军区司令员李少华等领导出席活动。

6月7日下午，万讯创客营暨宜华营携手广东工贸职业技术学院、广东工贸职业技术学校、广东涉农职业技术学院、南华工商职业学院、中山市职院及技术学院、广工大云学院、广工大白云学院等校代表出席了“万讯创客营暨宜华营”启动仪式。举行了隆重的剪彩揭幕仪式，并于广东工贸职业技术学院白云校区举行了盛大的“万讯·创客营·黄基仪”启动仪式。

本次活动主要分为三个部分：一、



第10章 广东工医集团

是以钢结构集装箱组合百变空间，是以高科技太阳能、空气能、高领恒水净化设备于一体的智能、环保、可移动的创业孵化商城。商城以万户识七子优秀项目为主题，内含七大级别的十五种行业。

业 3000 多个品种产品，创新行业+互联网+科研，以企业带扶大学生创业，以创业投资基金助力大学生从小做大，从野到强，减少风险，实现创业成功。■

