

韩孟琦：太极会友尽显桑榆风采

YMG全媒体记者 王鸿云 摄影报道

他是陈氏太极拳的第十二代传人，带领众多弟子免费教太极拳爱好者练习太极。他的徒弟中，年龄最小的仅有4岁半，年龄最大的已经75岁。他虽已退休，却在弘扬太极文化、推动全民健身的路上越走越远。

他就是62岁的韩孟琦，他用打太极的方式强身健体，打出了属于老年人的精气神儿。近日，记者走近他的太极世界，看他是如何将中国的优秀传统文化传授给更多人。



二十七年与太极深深结缘

初见韩孟琦，一身黑色太极服，走路身轻如燕。

“每个男孩子的心中都曾有一个武侠梦，我也不例外。”韩孟琦说，自己从6岁就开始学习少林长拳、中国式摔跤。直到35岁那年，一次偶然的机会，认识了太极拳师傅王西安，从此便与太极结下了不解之缘。

为了能够学习到太极拳的精髓，他身体力行，跋山涉水，远赴河南温县陈家沟拜师学艺，一年三次，从不间断。2012年，获得王西安师傅认可的韩孟琦，成为陈氏太极拳的第十二代传人。2015年，他创办了烟台市螺旋上升陈氏太极拳馆。慕名而来的太极拳爱好者们纷纷登门，想拜他为师。

“做我的徒弟必须有两年的考察期，两年里，你可以跟着学习。如果能坚持下来，才有资格正式拜师学艺。”韩孟琦说，拳馆里的徒弟们每天早晨6:30-

8:00都会在练功点免费教授太极拳。

自刚接触太极拳至今已经有27年。韩孟琦说，太极拳作为连接“心灵和身体的桥梁”，令人每每打完拳之后身心愉悦。“很多人将太极拳归类于老年人养生的一种健身运动，实则不然。”韩孟琦说，现在年轻人工作、生活压力都比较大，太极拳不需要消耗身体很多的能量，更多是一个引导吐纳的过程。哪怕你打完一套拳，也不会出现气喘、疲惫的情况。

将太极拳传授给更多的人

作为芝罘区白石街道清华社区的一名居民，社区里的人都喊他“韩老师”，因为韩孟琦经常免费给社区居民传授太极拳。

一声“韩老师”，含金量十足。

他每天都会到拳馆里传授太极拳，也会积极参加社区里举办的各种活动。今年5月份，韩孟琦被新海阳小学特聘为学校的太极武术教练。每周的周一到周四大课间和体育课，他都会与弟子免费向全校学生传授太极拳。授课时，他的动作时而如行云流水，时而刚劲有力，一柔一刚中演绎出太极的精妙，一招一式中舞动着太极的魅力，展示了太极的精髓和习练者良好的精神风貌。

“孩子们都很喜欢，我也希望把自己所学的技能传授给更多的人，把我们中国的优秀传统文化发扬光大。”韩孟琦说，他的徒弟中也有很多老人，坚持练习下来之后，他们在腾挪推移、起势收势间，充分展示出了中国传统功夫的无限魅力。

韩孟琦说，打太极拳，是与志同道合的人一起变得更加有活力，而不是慢慢变老，他和徒弟们将一起“弘扬太极文化，传承太极精髓”。



福山打造一处环卫工人休息点

本报讯(YMG全媒体记者 姜晓通讯员 王芳 摄影报道)为解决环卫工人“喝水难、避暑难、歇脚难”等问题，“山东省五一劳动奖章”“省级农民工之星”获得者黄普法，在福山区梧桐路自家商铺设置一处环卫工人休息点，7月29日正式投入使用。

昨日上午，户外闷热无比，环卫工人休息点内却凉意十足。记者看到，休息点内设置了沙发、空调等。黄普法为20余名环卫工人每人免费发放了一件T恤衫，并请工人们吃西瓜。

谈起设立环卫工人休息点，黄普法说：“目的就是方便户外工作者，让咱们这些环卫工大叔大姨们累了有个歇脚的地方，渴了有个喝水的地方。我也是从农民工一步步干起来的，对咱们一线工人有深厚的感情。如果没有环卫工人，我们这座城市哪有这么干净……”环卫工人王世安激动地说：“感谢爱心人士设置了这个休息点，还请我们吃西瓜、喝水，我们感到很舒服、很开心。这说明我们的工作得到了认可，今后我们会继续努力，把福山的环境卫生打扫得更干净。”



们的工作得到了认可，今后我们会继续努力，把福山的环境卫生打扫得更干净。”

明天，市区两级“城管开放日”进社区

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜)7月31日9时至11时，烟台市城市管理局将组织全市综合行政执法局，会同辖区街道办事处在社区开展“城市管理进社区 解决群众身边事”城管开放日活动。市区两级城管部门分管领导、相关科室负责人、业务骨干和相关单位负责人将参加。

城管部门将走进芝罘区毓璜顶街道海防营社区居委会、福山区清洋街道香逸中央小区、莱山区宏远社区天合城小区、牟平区宁海街道金埠街社区等，围绕市政设施、园林绿化、公用事业、环境卫生、行政执法等“五进社区”活动内容，现场受理居民诉求，也会对生活垃圾分类、违建治理、水暖气等居民关心的热点问题进行现场科普、答疑。对于现场诉求，市区两级城管部门将以“能现场解决就现场解决，不能现场解决做好登记，限期督办解决”为宗旨，确保问题“事事有着落，件件有回音”。

南洪社区：探寻团扇之美



本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 摄影报道)近日，芝罘区南洪社区组织开展“探寻团扇之美·传承文化精髓”非遗团扇制作活动。

工作人员提前为居民们准备了空白扇面、干花、画笔等材料。在老师指导下，居民们开始制作配饰，根据自己喜欢的颜色进行色彩搭配，勾勒出图案效果。

经过1个多小时的努力，一件件独具匠心的团扇作品诞生。大家开心地互相拍照，收获了满满的成就感和幸福感。

世学路社区：举办消暑晚会



本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 摄影报道)近日，芝罘区世学路社区举办了“燃情夏日 共享欢乐”消暑晚会。

晚会在歌舞表演中拉开帷幕，热情洋溢的歌声和灵动的舞步点燃了现场气氛。魔术表演吸引了小朋友的目光，大家认真观看的同时，发出阵阵惊叹声。