

功夫郑州 奇遇记 系列报道

以拳载道！在拳法中寻找人生真谛

本报记者任思颖 文/图

过蒸锤是一项古老拳法，属于小众拳种。源于古代，与佛学、道学、中医学、养生学有着密切的关系，该拳种攻防兼备、快速灵活。在该拳种中流传“治人而不伤人”的说法，在民间对徒弟要求较高。2018年，在陈国胜的努力下，过蒸锤入选第六批郑州市非物质文化遗产，这种小众拳法也逐渐走进大众视野。

传统拳法放光彩

陈国胜的过蒸锤源自家传，他儿时便跟随大伯习练武术，几十年间坚持不懈，终将过蒸锤这一传统武术走向世界舞台。

在陈国胜的传承与发扬下，如今的过蒸锤成为一项强身健体的拳法。陈国胜师从韩德民，从幼时便开始习练武术，通过传统的练习方法，在自己的武术生涯中打下了一个好基础。在练习过蒸锤的过程中，陈国胜一直在寻找武术对于自己的价值，换言之，他通过习练过蒸锤一直在寻找自己生命的哲理。后来，陈国胜为了能将传统武术过蒸锤发扬光大，他总结自己的武术套路，创立了过蒸锤功法。“通过练习过蒸锤的套路，可以达到强身健体的目的，这是武术在这个时代所发挥的独特价值。”陈国胜说。

在陈国胜的带领下，过蒸锤这一传统武术拳法正在新时代中大放光彩，在传承传统武术的同时，让更多人了解武术的魅力。

武理医理融会贯通

在陈国胜看来，练习武术要先了解自己的身体。1995年，陈国胜拜入少林首座僧印松大师门下，学习药理和医理，通



陈国胜展示拳法

过对理论的深入学习，他对武术的感触也更加深刻。

武人要具备文风，是陈国胜在习武中得到的认识。习武过程中并不是像大多数人想象的那样，不仅仅要练好招式，还要懂得其中蕴含的精神和道理。“通过

练习过蒸锤，人体的筋能到舒展，通过舒筋、壮筋、养筋等方式，能达到锻炼全身的效果，所以练武也是一个调理身体的过程。”陈国胜说。

武术和医术具有交汇点，陈国胜认为通过科学的练习，武术不但能达到强身健

体的目的，还能改变自身的身体状态，这也是传统武术的魅力所在。

承武强身惠群众

2019年，陈国胜成为郑州市非遗传承人，同年成立惠济区武术协会并担任会长。在成为非遗传承人之后，陈国胜觉得自己身上的担子更重了，他想让武术惠及更多人，产生更积极的作用。

在陈国胜的不断努力下，截至目前，已经成立了40余个武术辅导站，培养了300余名社会体育指导员，惠及群众数千人。随着陈国胜不断的努力推广，传统武术走进校园、走进社区，让更多人了解到了传统武术的价值所在。在推广的过程中，陈国胜还推动国内外文化交流，陈国胜有一个外国徒弟，来自菲律宾，跟随陈国胜练习过蒸锤1年多，在这名外国徒弟看来，通过练习过蒸锤，可以更深入地了解中国的传统文化。“武术没有界限，只要是热爱传统武术的人，都可以练习，其中会不断感悟到传统文化的魅力。”陈国胜说。

在陈国胜的总结推广下，一套更适合普通人练习的拳法映入世人眼帘，在破除了练习的阻碍之后，如今越来越多的人开始走近传统武术，更深入地了解传统文化。

线上线下齐发力 搭建就业好桥梁

这场招聘826人达成初步就业意向



本报讯(记者 刘盼盼 文/图)为促进郑州现代服务业与专业人才精准对接，助力青年人才高质量就业，2月26日，由郑州市人力资源和社会保障局、阿里巴巴国际站郑州区域、支付宝就业联合主办的“河南省跨境电商创业就业峰会”在郑州举行。活动通过“专场招聘+峰会论坛”两大板块，搭建起企业与技能人才的精准对接平台，提供从求职应聘到创业扶持的全方位、一站式服务。

招聘会现场人头攒动，热闹非凡(如图)。求职者早早来到会场，手持精心准备的简历，穿梭在各个展位前，寻找着心仪的岗位。“今天发了400份宣传页，175人进招聘群，接收110份简历，还在持续接收中。”河南人工智能数据产业基地招聘老师姚聪告诉记者，基地致力于人工智能领域基础数据服务，主要包括图像标注、语音标注、文本标注等，目前基地人才缺口比较大，这是第一批招聘、计划招聘百余人。

“看到辅导员发在群里的招聘信息，今天就来现场看看有没有专业对口的岗位。”郑州科技学院计算机科学与技术专业大四学生小志向姚聪详细了解岗位的相关情况。“我参与过大学生创业项目，从事过大模型训练，有相关经验，刚刚跟招聘老师聊了一下，目前对这个岗位比较心仪，准备再看看其他的公司招聘。”

据了解，本次招聘会是依托大学生电子商务专业与阿里巴巴深度合作，以跨境电商为着力点，通过线下现场招聘实现精准对接，提高大学生精准就业成功率。本次活动共吸引53家优质企业参与，提供运营、营销、物流、数据分析等岗位5000余个，覆盖应届毕业生、技能人才及行业资深从业者等多类群体，进场求职人数达1500余人。

为进一步提升供需匹配效率，活动同步开展直播带岗。在直播过程中，企业与求职者积极互动，答疑解惑，直播间人气极为火爆。同时，直播间特别上线简历直投功能，求职者只需一键操作，即可投递简历，极大地提高求职效率。据统计，此次直播活动观看量高达12.9万人次，参与求职人数达755人，通过线上线下紧密联动，最终成功达成初步就业意向826个。

优雅永不过时！

“追梦女团”步履间惊艳时光

本报记者汪永森 实习生陈怡霖 文/图

“让青春吹动了你的长发让它牵引你的梦，不知不觉这城市的历史已记取了你的笑容……”郑州碧沙岗公园，绿树掩映的小径之上，一支成员均已年过半百的中老年模特队扮着精致的妆容，以自信昂扬的步伐、优雅的姿态，讲述着红颜不老、青春无悔的故事！

追梦模特艺术团成立于2006年，成员绝大多数为公园周边居民，她们以相互宣传的方式，自发地组成一支“女团”，249名队员轮番展示岁月不败美人的风采(如图)。

2月25日，记者来到梅花盛开的碧沙岗公园，正值春日万物复苏之时，散步休闲、健身锻炼、松快筋骨的人三五成群，触摸着春天独有的美好，追梦模特艺术团再次成为引人注目的焦点。

“追梦女团”的两位团长昵称分别是“香香”和“虎牙”，她们带领着女团成员，或穿旗袍或着汉服，或被风衣或戴船形帽，随着音乐或翩翩起舞或款款走来，一次又一次惊艳着时光。

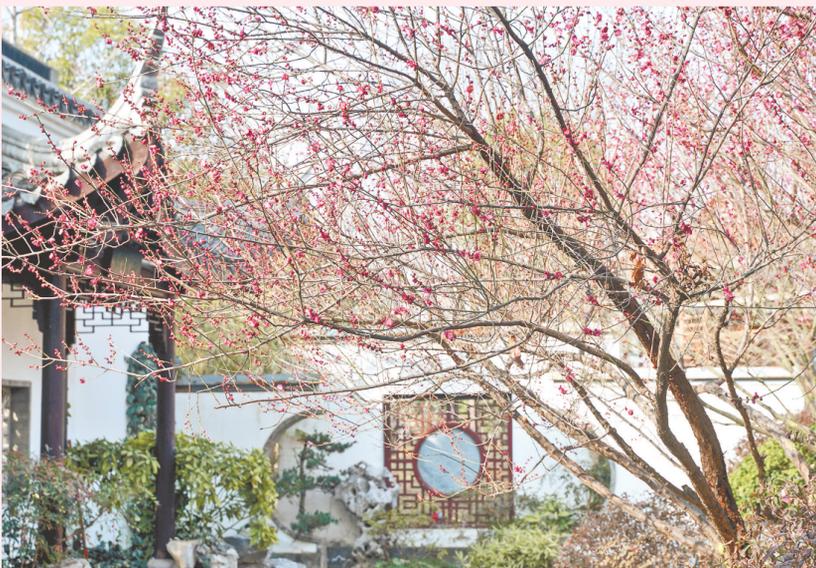
“艺术团自成立以来，已经拿过很多奖项，特等奖、一等奖、金奖都拿过，但我们不是为了拿奖，就是图自己开心。”“香香”提及艺术团的获奖情况，脸上露出骄傲的表情，她还说：“有些队员之前有抑郁症，时不时就生病，现在在这儿多走路，身体越来越好，整个人都开开心心的。”

看到这支模特队的表演，很多网友赞叹：“阿姨们在气质这方面拿捏的死的，感觉现在很多年轻人都不如她们有活力。”

最后，“香香”还特意多走了几遍模特步，希望记者用相机记录下她们最美的姿态，那潇洒酷飒的步伐和脸上的自信与快乐，让人感觉如沐春风。

“前尘后世轮回中谁在声音里徘徊，痴情笑我凡俗的人世终难解的关怀……”花期虽短，人生却漫长。追梦模特艺术团在一方小小的舞台上，用她们从容的步伐、优雅的姿态和自信的笑容，诠释着生活的热爱，那勇敢迈出的每一步，都是她们不惧岁月，坚定前行的坦然。

城南春事晚，园博园梅花始盛开



2月26日，郑州园博园的豫园、南京园、马鞍山园等园中园的梅花刚刚开始开放，比市区的梅花花期晚了四五天。园博园内的各种中式建筑，与梅花搭配韵味十足，特别适合拍摄唯美风格的图片，如果有时间，来园博园拍一张风光大片吧！
本报记者 马健 摄

畅通郑州在行动

骑车别任性！

交警严查行人和非机动车交通违法行为

本报讯(记者汪永森)2月24日，郑州交警三支队组织警力在陇海路沿线进行交通秩序综合治理，持续开展道路交通秩序服务大提升行动，进一步改善辖区道路交通秩序，保障广大市民群众出行平安、畅通。

“早上出门急，忘拿头盔了！”“我戴着厚帽子，头盔戴不上！”“刚才没注意看车道，就不小心走到这儿！”……在陇海路与一马路交叉口，许多未戴头盔和走机动车道的电动自行车驾驶员被执勤民警拦下。

面对五花八门的违法理由，民警耐心地进行普法宣传，并按照处罚和教育相结合的方式治理，引导大家自觉抵制闯红灯信号、停车越线、逆行、行驶机动车道、违法载人、上高架桥、不佩戴安全头盔等交通违法行为，保障自己和他人的交通安全。

“家人去修一下手机，很快就出来了！”“给店里送点货，马上就走了！”“感觉有点困了，想着在这儿眯一会儿！”……在陇海路与钱塘路交叉口南侧，一排非机动车停放在最外侧机动车道内，严重影响陇海路一层西向东方向车辆行驶。

执勤民警坚持人性化执法，在现场逐车进行劝导并给予驾驶员批评教育，对于车内没有驾驶员的则采取贴单处罚、拖移车辆等措施。经过一系列治理，陇海路一层机动车道全部恢复正常通行，有效地消除了道路交通安全隐患。

交警三支队负责人表示，将结合辖区春季交通安全形势和交通特点，聚集群众反映强烈的路段，不断加大路面交通秩序管理力度，继续强力开展道路交通秩序服务大提升行动，通过点线结合、辐射带动的方式，形成严管、严治、严惩的高压态势，不断提升辖区的整体交通秩序，全力打造安全、有序、畅通的道路交通环境。



市民热线

游园路灯迟迟不亮

回复：正在核实电源等问题

本报讯(记者汪永森 实习生刘硕坤)“印刷厂黄家门对面小游园一到晚上就黑乎乎的，3年来路灯一直没有亮，运动散步都不方便。”近日，市民杨先生向郑州日报“市民热线”反映，桂花路豫丰游园内照明设施失灵，夜间运动休闲存在安全隐患，希望相关部门尽快采取措施进行修复。

豫丰游园建成已有20余年的时间，位于桂花路与郑新里交叉口附近，周边有翠园、豫丰社区、豫丰街9号院、黄家门住宅小区等多个居民小区，是附近居民休闲运动的重要选择之一。

2月24日20时许，记者来到桂花路与郑新里交叉口，豫丰游园内有健身的基础设施与步道，但未见路灯等设施提供光源照明，游园市民摸黑散步，只能“借光”附近道路节能路灯。

一位锻炼的老人称，豫丰游园建成之初安装有照明设备，其中的一盏灯能够照

亮整个游园，但2022年以来这盏灯就没再亮起，周边居民早晚到园运动，只能摸黑或打开手机的手电筒功能了。

记者注意到，游园之中的3处路灯均处于步道旁的灌木丛中，虽相距较近但均为关闭状态，步道之外的小广场上不见照明设施，花坛尖角及步道处的台阶在昏暗的环境中，可能给游园市民造成伤害。

小游园路灯3年不亮，问题出在哪里？2月25日，记者致电电南关街道豫丰社区，工作人员表示游园内的路灯不亮确有3年之久，居民也曾反映运动休闲受到影响，希望绿化管理部门采取措施进行处理。

随后，记者联系管城区城管局市政绿化服务中心，工作人员核实后回复称该处游园建成开放20余年，内部照明设施老旧损坏，目前正在核实电源等问题，将向上级部门反映情况，争取早日更换照明设施，重新为周边居民夜间游园提供便利。

长椿路违停现象严重

交警：常态化开展整治行动

本报讯(记者徐富盈 通讯员常鑫鑫)近日，多位市民向郑州日报“市民热线”投诉称，高新区长椿路莲花街交叉口以北路段违法停车现象严重。2月24日，记者把情况反映给交警十一支队。

为解决这一问题，2月25日、26日，交警十一支队安排警力针对该路段开展集中整治行动，民警表示，长椿路路段毗邻谦祥万和城，附近有大型社区与朗悦荟商圈，周边分布着小学、初中和高校、步行街和不少培训机构，因此，该路段人流量与车流量很大。

此次全市开展道路交通秩序服务大提升行动，交警十一支队紧密结合辖区实际情况，对辖区内机动车乱停乱放的高发点、治理难点以及群众反映集中的路段进行全面梳理，以此建立长效治理机制，常态化开展违停整治行动，全力营造安全畅通的交通环境和文明规范

的停车秩序。

交警十一支队负责人表示，在此次集中整治过程中，交警秉持批评教育与依法处罚相结合的原则。通过发送短信的方式提醒车主10分钟内将车辆驶离现场，并对其进行现场批评教育，增强其交通安全意识；对于驾驶人不在现场，或者收到提醒后未及时驶离的车辆，民警则依法进行现场拍照取证，并严格按照规定张贴违法停车告知单。

据统计，2月26日9时至10时，交警共劝离违停机动车105辆，张贴违法告知单84份。经过治理，长椿路恢复了有序畅通的交通状态。

交警提醒广大车主，违法停车不仅扰乱正常交通秩序，还存在严重的安全隐患。此次违停治理绝非“一阵风”式的短期行动，交警部门将持续倾听民意，在严格执法与便民服务之间寻求最佳平衡点。

