

功夫郑州 奇遇记 系列报道

# 在太极拳中感悟人生真谛

本报记者 黄栖悦 文/图

宋会霞，陈式太极拳第十三代传人，创办了东武太极研修院新密分院。她从9岁跟着张东武老师学习陈式太极拳，苦练太极拳技巧，全身心投入到太极拳的传承与推广中，致力于让更多人领略太极的魅力，感受太极带来的身心改变，通过太极拳找到健康与内心的宁静。

## 从学习太极之中获得健康

2月26日上午，48岁的宋会霞在指导学员完成太极拳技巧的练习后，身上既散散发着习武之人特有的豪迈之气，又兼具学文之人的温婉儒雅。

“我是从9岁开始学习太极拳的，第一次学习太极拳时，太极拳让我感受到从未有过的平静。”宋会霞回忆道。那时的她，体弱多病，出于对健康的关心，父母决定将她送到河南大学少林武术学院，希望在那里能找到强身健体的方法。于是，她有幸拜入了张东武老师的门下，开始接触并学习太极拳。

在学院的大家庭里，众多师兄姐妹纷纷投身于搏击、散打等充满力量与对抗的武术训练中，那些训练场上的呐喊与汗水，展现着青春的活力与拼搏的精神。然而，她对那种热闹与喧嚣有着



宋会霞在练习太极拳

不同的感受。或许是因为她性格中本就有着一份对宁静的偏爱，让她在众多武术项目中独独钟情于太极拳。

毕业之后，她选择了投身实业，然而命运的齿轮悄然转动，再次为她创造了全身心投入太极拳的机会。2015年，长期在外打拼的宋会霞，因多年的奔波劳累，腰椎等多处严重受损，让她不堪重负。于是她毅然决然

地再次选择太极拳，放弃了在美工已取得的成就，全心全意地沉浸在太极拳的世界中。

“我的选择得到了师傅的大力支持，从那一刻我就明白，健康是最重要的。因此我也想通过建立会馆，将陈氏太极拳传递给更多的人，让更多的人受益。”宋会霞的话语透露出坚定和对未来的信心。

## 她为太极传播开会馆

2018年，宋会霞以弘扬太极拳为己任，创办东武太极研修院新密分院，自此开启太极文化传承新篇。

研修院秉承“传承国粹，研习太极，淬炼身心”的立院宗旨，在宋会霞带领下，将太极哲学融入现代生活，构建起传统武术与现代健康理念交融的研修体系，得到了新密当地众多市民的肯定。

宋会霞是陈式太极拳第十三代传人，更以卓越造诣诠释太极精髓。2019年国际太极拳大赛、2021年宿迁国际赛事、2023年陈正雷功夫大赛等重要赛事中屡摘桂冠，更荣膺郑州市社会指导员技能展示大赛魁首。从招式到心法，由术及道，宋会霞在太极的阴阳开合中领悟生命哲学，将“松而不懈、柔中寓刚”的拳理升华为处世智慧。

作为太极文化传播者，累计培养学员逾500之众。其门下英才辈出，十余名弟子先后在国内武术赛事中斩获殊荣。

太极不仅赋予她健康的身体，更激发了她以不懈的努力回馈太极文化的热情，她通过自身的实践与传承，让太极的智慧之光照亮更多人的心灵，为太极文化的繁荣与发展贡献着自己的力量。

宋会霞以武修身，以文养心，在太极拳的推广与传承道路上不断前行。正如她在每一次教学中所说的那样：“太极给予我们健康的体魄，更赋予我们智慧的心灵。”

## 国足兵发迪拜备战世预赛

河南队王上源随队前往

本报讯(记者 刘超峰)3月3日晚，中国男足一行由北京出发，飞赴阿联酋迪拜，备战即将于3月下旬进行的2026年世预赛亚洲区18强赛。

本次国足集训共有32名球员入选。由于海港和申花两支上海球队的9名球员要参加亚冠精英联赛1/8决赛，他们最早要到3月13日才能赶到迪拜与球队会合。效力于青岛西海岸俱乐部的年轻球员徐彬因中超补赛无法与大队一同出发。因此，只有22名球员从北京出发前往迪拜。河南队队长王上源随队前往，由于有伤在身，联赛首轮王上源并没有出场，第二轮王上源替补登场。尽管中国队人员还不太完整，但伊万依然可以通过现有的球员进行战术演练和磨合。

世预赛亚洲区18强赛前6轮比赛过后，中国男足所在的C组出线形势已经明朗，除日本队一骑绝尘外，积7分的澳大利亚队排名第2位，剩余4支球队同积6分。尽管中国男足由于净胜球原因排名垫底，但依然还有晋级希望。

由于中国男足和沙特队同分，因此接下来这场比赛被视为事关出线前景的决战，至少拿到一分是中国男足的最低目标。

按照计划，国足将在当地时间4日傍晚开始本期集训的首次训练。在迪拜期间，球队还将安排一场重要的国际热身赛，对手大概率是一支与沙特队打法相似的西亚球队。

## 全国女子五人制足球锦标赛开战

本报讯(记者 刘超峰)3月3日，由中国足球协会主办的2025年全国女子五人制足球锦标赛在宁夏回族自治区平罗县开战。来自全国各地的15支参赛球队、240多名运动员展开为期8天的激烈角逐。

开幕式比赛上演强强对话，东道主宁夏平罗恒利队对阵实力不俗的上海海港。第23分钟，上海海港率先打破僵局，两名国脚精妙配合，苏嘉虹边线直塞撕开防线，曹嘉仪禁区内低射破门。落后的宁夏平罗恒利迅速调整战术发起反击，第25分钟，队内国脚邹映岚单刀赴会，球打到守门员腿上弹出，她机敏补射破门，帮助球队扳平比分。第31分钟，另一名国脚张蕊一脚劲射帮助宁夏平罗恒利实现反超，并将2:1的比分保持到终场。

当天其他比赛中，云南师大4:2战胜首都体院，上海同济8:0轻取湖南辰溪二中，赣州足协3:0赢海南体职院，上海华正立信4:2力擒广东珠超，浙江临平乐茵8:1大胜苏州大学。

本次锦标赛采用循环赛制，共进行51场比赛，最终将决出所有名次。

## 跳台滑雪全锦赛落幕 河南队集齐金银铜奖牌

本报讯(记者 陈凯)3月4日，2024—2025赛季全国跳台滑雪锦标赛在张家口国家跳台滑雪中心落下帷幕。河南队在比赛中发挥出色，斩获1枚金牌、1枚银牌和1枚铜牌。

本次跳台滑雪全锦赛，设有女子个人标准台、女子个人大跳台、男子个人标准台、男子个人大跳台、男子超级团体、混合团体共6个项目。河南体育学院冬季运动管理中心派出了由周潇洋领衔的10名运动员组队全员参赛。

经过4天激烈角逐，最终，作为国家跳台滑雪队的一员的周口小伙儿周潇洋在本次比赛中表现极其优异，他不仅携手王瑞、邵毕润和张瑶拿下了混合团体的金牌，还在男子个人标准台项目和男子个人大跳台项目上贡献一银一铜。

据了解，通过河南体育学院跨界跨项选材的渠道练习滑雪后，武术运动员出身的周潇洋，竞技水平稳步提高，近几年多次在跳台滑雪全国冠军赛和全国锦标赛上摘金夺银。

## 晋闽豫手球协会汇聚郑州

探讨校园手球发展新路径



本报讯(记者 陈凯 郑州手球协会 供图)3月4日，记者从郑州手球协会获悉，近日，山西省手球协会、福建省手球协会一行来到郑州，与郑州手球协会展开为期2天的研讨交流，探讨校园手球发展新路径。

研讨交流期间，晋闽豫三地手球协会参观了郑州市惠济区枫叶小熊小学、郑州市郑东新区普惠路第二幼儿园和郑

济经济技术开发区第一幼儿园，并展开手球教学教研经验分享、现场教学观摩以及座谈会等活动(如图)。

校园手球作为新兴体育项目，有着巨大的发展潜力。对此，参与本次研讨交流活动的河南省学生体育总会综合部负责人表示，希望郑州手球协会以本次研讨交流活动为契机，与山西、福建两省以及全国其

他等地的手球协会加强合作，共同探索适合不同年龄段学生的手球教学模式，让手球运动在我国的各级校园中生根发芽，为国家培养更多优秀的体育后备人才。

通过本次研讨交流，晋闽豫三地手球协会加深了彼此间的友谊和合作，为手球运动在校园的普及与发展注入新的活力。

# 新修订的文物保护法施行，带来哪些变化？

新华社记者 胡梦雪 施雨岑

任务重、压力大，修订后的文物保护法多措并举加强了保护。”国家文物局政策法规司司长金瑞国说，一是明确保护要求，规定未定级不可移动文物由县级人民政府文物行政部门登记公布，并作出标志说明，建立记录档案，明确管理责任人。二是明确要求制定未定级不可移动文物保护措施，并纳入相关规划。三是明确原址保护措施和相关审批程序，规定未定级不可移动文物的原址保护措施，应当报县级人民政府文物行政部门批准；需要迁移异地保护或者拆除的，应当报省级人民政府文物行政部门批准。

近年来，我国不断加强流失海外中国文物追索返还工作，成功促使2100多件(套)流失文物重归故土。

“新修订的文物保护法首次在法律中明确了对流失境外中国文物的追索权和有关程序，声明我国对于因被盗、非法出境等流失境外的文物，保留收回的权利，且该权利不受时效限制。”中国文物交流中心专职研究员钟鸣表示，多措并举织密文物保护法网，完善法律责任，为我国开展文物追索返还提供有力法律支撑。

## 推动有效利用

新修订的文物保护法坚持更好发挥馆藏文物作用，明确文物收藏单位应当改善

服务条件，提高服务水平，通过举办展览、科学研究、文化创意等活动，加强对中华民族优秀的历史文化和革命传统的宣传教育。

“近年来，我国博物馆体系不断健全完善，馆藏文物价值挖掘阐释持续深入，博物馆已经成为展现源远流长、博大精深的中华文明的重要场所。”山东博物馆馆长刘延常认为，新修订的文物保护法大力推动让文物活起来，充分体现文物由人民创造、为人民享有、被人民传承的理念，更好满足人民群众日益增长的精神文化需求。

文物管理的现代化，需要与科技发展、信息技术应用相适应。

中国文物信息咨询中心副主任祝孔强表示，此次修订是我国首次以法律形式明确加强文物数字化、信息化工作，意义深远。面向未来，以数字化手段实现文物行业资源可呈现，以网络化手段实现文物保护工作可控制，以智能化手段实现文物管理决策更加科学化、有依据，将为推进我国文物领域治理体系和治理能力现代化提供有力支撑。

## 凝聚动员全社会力量

社会公众十分关注文物保护法修订，提出很多意见建议。修订后的文物保护法，强化了文物保护宣传教育和舆论监督、

科技和人才支撑、国际交流与合作等方面的内容。

全国人大常委会法工委行政法室主任梁鹰介绍，此次修订明确国家健全社会参与机制，调动社会力量参与文化遗产保护的积极性，鼓励引导社会力量投入文化遗产保护。

“让法律实施各相关方都知晓、理解、熟悉法律规定的内容，推动法律全面有效落地实施，把历经沧桑留下的中华文明瑰宝呵护好、弘扬好、发展好。”梁鹰认为，要将文物保护纳入普法内容，利用国际博物馆日、文化和自然遗产日等重要节点，创新传播方式，加大宣传力度，增强全民文物保护的意识，调动社会力量参与文物保护的积极性。

法律的生命力在于实施。据介绍，推动文物保护法宣传贯彻实施已列入国家文物局2025年度工作要点。

金瑞国表示，国家文物局将组织开展文物保护法培训宣讲，通过举办文物保护法专题培训班、文物保护法青年骨干暑期班、巡回宣讲，开展第一届全国大学生文物保护法模拟法庭等形式，帮助文物系统工作人员、文物领域从业人员以及社会公众及时知悉、准确掌握、有效执行、自觉遵守相关规定。

新华社北京3月4日电

## 世界图纹与印记展开幕



本报讯(记者 李居正 文 唐强 周雨 图)3月4日下午，《文明互鉴——世界图纹与印记展》开幕式在郑州商代都城遗址博物院大厅举办(如图)，来自郑州、杭州两地的文学艺术界联合会有关领导、西泠印社专家学者，以及社会各界对印章篆刻、金石文物感兴趣的广大群众齐聚一堂，共同见证篆刻艺术与商代古城的交流碰撞。

印章，是镌刻历史的符号，承载着人类对美的追求、对文明的思考，承载着中华民族的智慧与世界历史记忆，跨越时空、连接古今、沟通中外。此次“文明互鉴——世界图纹与印记展”由西泠印社、郑州商代都城遗址博物院、河南省书法家协会主办，是郑州商代都城遗址博物院与西泠印社共同践行“博物馆+”战略，诠释“和而不同”文化理念，探索世界文明与中国文化之间的共通性与独特性的一次生动实践。

从商代的第一枚图形印，到两河流域的楔形文字印；从东亚紫荆花与西亚郁金香的绽放，到南亚佛塔与中亚岩画的辉映，以“文明互鉴”为精神内核的展览带来了95方亚洲文化主题印章、65方跨越千年历史的域外古印、25方浓缩中华文明基因的图形印，以及多幅印屏艺术作品，构建起一座“古、今、中、外”交相辉映的篆刻艺术矩阵。

记者从现场了解到，“百年名社”西泠印社以“保存金石，研究印学，兼及书画”为宗旨，是我国现存历史最悠久的文人社团，也是海内外成立最早、影响最广的金石篆刻专业学术团体，在国际印学界享有崇高地位。此次展览，西泠印社所精选的一批域外图形印，是中原地区第一次大规模域外印章展出，也是对世界各地文化特色的一次生动展现。

漫步展厅，无论是小巧精致的铜制印章，还是生动形象的动物篆刻，往来群众围观在图形与文字之间，感受着创作者的精心打磨与细心雕琢。文明互鉴的展览主题更是让来自东南亚、南亚、西亚国家的文化象征与人文标识闪烁其中，域外风情通过方寸之间流淌于观众心田，多元文化之美各美其美，诉说着文明的天下大同。

开幕式结束后，中国文联副主席、西泠印社社长兼秘书长陈振濂在商代都城遗址博物院还进行了一场内容丰富的主题讲座。陈振濂以《“大印学”的新视角与新时代篆刻学学科建设》为主题，讲述了“金石学”的前世今生与发展演变、“世界印章史”的悠久渊源等内容。

据悉，此次“文明互鉴——世界图纹与印记展”将从即日起至5月11日在郑州商代都城遗址博物院一楼临展厅持续展出。

## 话剧《孔子》带你梦回春秋

本报讯(记者 秦华)为弘扬中华优秀传统文化，展现圣贤精神风骨，3月2日、3日晚，由河南省话剧艺术中心创排的大型历史话剧《孔子》在禧仔亲子剧场(原河南省儿童影剧院)连演两场，让观众感受圣贤孔子的人格魅力。

话剧《孔子》由中国话剧协会主席蒲永钧担纲编剧，河南省话剧艺术中心青年导演、演员李享达执导，王霖堃、刘畅、刘军洋、李京、马明威等老中青三代共同出演。该剧讲述了在春秋战国时，孔子追求礼治仁德的艰难历程。孔子从青年立志推施仁政的豪情，到中年的困顿孤独，再到老年时“有教无类”的筑坛讲学，演绎出了孔子“十五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲、不逾矩”的人生脉络与心路历程。

《孔子》以恢宏的史诗气质与创新艺术表达，再现孔子跌宕起伏的传奇人生，力求还原一个有史有据又同时兼具艺术高度和思想深度的孔子，为观众呈现一场跨越千年的文化盛宴。据了解，为了呈现最好的舞台效果，该剧主创团队历时多年考据典籍、打磨剧本，演出团队更通过古乐吟诵、仪礼舞蹈等创新形式，复原多处历史场景，展现周礼文化的庄重气韵。

自登上舞台以来，《孔子》获奖颇丰，好评不断，曾荣获第九届中国话剧金狮奖剧目大奖、“第八届黄河戏剧节”铜奖，截至目前，该剧已经演出50多场，受到了专家、观众的一致好评。

本次活动由河南恭禧文化传播有限公司与河南省话剧艺术中心共同主办。河南恭禧文化传媒发展有限公司成立于2013年，是河南省重点文化企业、河南省文化产业示范基地、郑州市文化产业示范基地、郑州市金水区文化产业示范基地。该公司成立以来，相继推出多部话剧、儿童剧作品。十多年来，该公司长期在禧仔亲子剧场推出儿童剧驻场演出，为提升青少年群体的艺术修养做出有益探索。