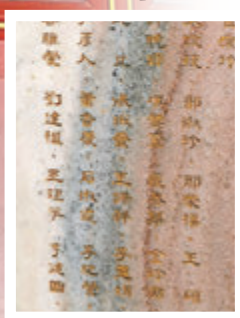


# 邢啟林崔愛玲為弘揚太極文化無私奉獻

# 將太極功夫藝術化 向年輕人傳播



◆邢啟林(右)與太太崔愛玲不忘初心地傳承太極文化。



▲邢啟林與崔愛玲將天真園繼承權聲明書刻在石上以表堅定不變。



◆天真園的明德門莊嚴肅穆。

邢啟林老師自五歲開始隨民間大師習武，考入大學後繼續專注太極，從運動解剖學、運動心理學等科學角度認識並習練太極，研究其對人體的益處。大學畢業後，正值改革開放時期，許多人都開始做生意，邢老師則選擇走入山林修煉，這一待便是12年。其間，他將自己吸納的太極知識與老師的教誨融合，獲得了極好的反思與實踐。後來患重病的崔愛玲博士在朋友介紹下向邢老師求助，邢老師告訴她，想要真正得求，就要靠自己，跟他學習太極。在日本生活了多年的崔博士也是位千金小姐，窮鄉僻壤的環境令她非常不習慣，但為了生存，她還是留下來練太極。

後來，為照顧崔博士，邢老師向師父請示下山。崔博士說：「他可以下山了，我也可以幫他完成大德祖的願望。」身體的病醫好，更收穫了愛情。在彼此關懷下，兩個互生情愫的人走到一起，並於2000年成婚。崔博士有管理外國企業的经验，正好可以幫助邢老師辦培訓班。

## 與香港教育家溫金海志同道合

邢老師的祖先期望後人保留並傳承太極文化，於是下山後的邢老師開始以演講和培訓班的形式發展生源、傳播太極文化，但辦校就如人體是物質基礎一樣，學習也需要場地，於是兩人先在河北廊坊嘗試開辦了幼稚園、老人院、企業家培訓中心、大學生培訓班，以最多二十幾人的規模經營；後來二人發現效果甚好，便在2003年買下地皮，用三年時間養地，又在第四年建起部分建築。2007年，兩人結識了對他們教育理念甚有興趣的國際經典文化協會主席——香港教育家溫金海，邢老師與其在培養「人」的想法上一拍即合，認為在現代社會，文武相兼很關鍵，只習武不習文，偏偏之才；只習武不習文，匹夫之勇，於是決定合作辦學。



◆邢老師研究出的「五臟能在信息層發出五個音」的理論，目前在廣傳。

「剛認識溫主席的時候，我們沒有馬上合辦學校，而是先到廣州、香港、台灣地區走訪，見了星雲法師、慈濟的法住，也見了很多香港中文大學的老師。」夫妻二人也與全國二十多家私塾的校長舉行了教育研討會，邢老師認定太極不單是一套太極拳，還包含了哲學和醫學，太極文化也是開放、包容、多元、和諧、大同的中華文化，是生命、人性、心性、性情、聖賢的修身文化。修習太極以涵養道德為根本，以倫理道德為基礎，以五常、四維、八德為德。五倫為道，父子有親，夫婦有別，長幼有序，君臣有義，朋友有信。

2001至2009年，溫主席出錢出力，每周都專程由香港飛到天津，為天真園的學員講解《論語》、《莊子》、《史記》等。

立志推廣心中太極文化的邢老師，也決定於2010年創辦「天真國際書院」。崔博士回憶，起初很多人都認為他們辦「天真國際書院」的計劃不切實際，「買地建園區、開墾土地、耕種都需要大量資金；很多人都在土地方面努力掙錢，而我們在花錢，辦學也沒有利潤，還有人用『瘋子』形容我們。」

## 在教學與困難中磨煉並獲益

崔博士指現在的學生都是隨機加入的，他們的淘氣為兩人帶來教育的難度，但也磨煉了兩人的教學經驗

## 以太極文化育人(下篇)

走進「天真園」，就見到其兩

位靈魂人物——創辦人李氏太極第四代傳人邢啟林

與夫人崔愛玲。邢啟林直直的腰板、銀白的頭髮，一身好武功，簡

直是從武俠世界走出來的一代宗師。他性格剛直，對捍衛中國傳統文化的仁

義禮智信、太極文化及其包含的世界非物質文化遺

產太極拳有着強烈的使命感。崔愛玲是位優雅女

士，她是工學博士，也是企業家兼教育家，曾

在日本做了十多年企業CEO。她能言善道，長袖

善舞，如今是天真集團執行總裁。訪談過後，

更覺得兩人就是金庸筆下的郭靖與黃蓉；當

然，也不能缺少一位溫文儒雅的黃藥師。香港

嘉德麗幼稚園校監溫金海，是邢啟林與崔愛

玲辦學的關鍵人物，三人都信天命，認為自己

在世上的天職是要搭出人梯通天地，為人類作

貢獻，於是聯手打磨出一套育人「武林秘

笈」，以太極文化為社會培育出好人。

◆採、攝：香港文匯報記者 焯玲



掃碼睇片

和技。她回。她回憶起第一次看到丈夫教課時的感

動：「邢老師嚴肅地在前面

講課，後面年齡小的學生還流着鼻涕，但

那個氣勢是可以留在學生幼小的心靈中的。」她

介紹，有的學生幾歲就入了園，也有人十幾歲入園，

他們在每個成長階段都會面臨各種選擇和問題，例

如學習、就業、結婚等。現在園區內的導師、工作

人員、學員都是隨天真園的發展成長起來的，「我

們也不斷從這份事業中獲益與成長。」

在天真園，踏實學習文、武、醫、農、藝，以及

茶道、香道、花道等，是學生們真正需要的「基本

功」。兩人清楚孩子的成長是不可逆的，「家長將

孩子交託給我們，如果我們在教育過程中偏離了社

會的軌道，那就成了罪人。我們既是學生的「家

長」，又要對各位家長負責，所以我們要兼顧營運

資金、生源、社會輿論等多方面。」崔博士常要費

心與家長溝通，她也將這個艱辛的過程看作是自身

的修行。

## 研究太極功應用在保養身體

夫妻二人一直在研究太極的起源與發展歷史，也串聯起了許多太極文化。邢老師於2019年成立天真太極文化研究院，開展太極文化傳承、研究、創新、傳播與培訓的工作。他認為，《禮記·大學》中的「明德」也可以與太極相聯繫。「一定要是語言、文字、心理上的明了，然後實現身心上的和諧，真正修到了、踐行了，知行合一了，才是『明明德』。太極就是大學，大學就是太極。」

兩人還為太極圖加入了《皇極經世書》和《道德經》的精髓，讓其更加立體。崔博士引用老子在《道德經》中提出的「一而不生，故分而為陰陽，陰陽合而和萬物生。故曰一生二，二生三，三生萬物。」表示，他們研究得出，太極當達到高度和諧時會進入下一階段，然後以此規律生生不息。兩人還以宋代的《皇極經世書》為例，指出其內容當年並未實踐，因此他們多年來努力將各種歷史素材



▲崔愛玲(左)邢啟林(中)夫婦與溫金海攜手傳承國學。



◆崔愛玲與學生共表演太極舞。

圖》，美國耶魯大學也因此與天真園合作研究探索。

天真園廣傳「五指、五訣、五臟」太極養生功。邢老師指出，在中醫學中，人體五臟藏着仁、義、禮、智、信這五德，五德又生五性。腹有五臟，而生五氣；五氣在信息層能發出五個音——轟、通、喻、哼、哈。邢老師從學太極開始，就每天練習發這五音，還能清晰地通過這五音感受他人的五臟是否健康，因人體慢慢通達後，手與心靈都會產生信息，在放射出去時，就能感知到周圍的一切。

在日本講課時，邢老師的這項技能驗證了不少個案，讓眾人欽佩不已。他指，只要記住這五個音訣，再配合五指及一套動作，就能調和五臟能量。崔博士也指出，所有的「德」都是一種物質基礎，而基礎就是人體。「沒有身體，談什麼都沒用。所以太極是生活的應用，是科學的。」天真園的學生也會受到相關訓練，以培養自己的德能。

兩人也希望讓更多年輕人了解太極兼動起來。他們期望「潤物細無聲」地將太極融入生活。崔博士強調天真園「太極文化實踐基地」的定位說：「我們讓大家通過吃自己種的素菜、玩太極操、太極舞、交朋友、吐心聲，感受並產生感觸和興趣，然後我們再逐漸深入太極文化。」

## 營運艱苦貴在堅持可見曙光

天真園完全由私人營運，兩位老師面對的最大困難是維持學院開支。他們用積蓄、演講費、短期課程班學費，甚至賣房屋的錢來維持園區建設維修和員工基本開支。園區也通過種菜、種生果、種玉米和小麥，基本上做到了自給自足，減輕了一點經濟壓力。

崔博士憶述，疫情期間，天真園完全沒有生源或體驗者，基本收入都沒有，但兩人仍盡力給員工發放薪資。她也曾因急性胰腺炎進入ICU搶救，醫生

告訴她，再晚半小時去醫院，人就沒了。在她命懸一線的時候，聯合國教科文組織將太極拳列入了人類非物質文化遺產代表作名錄。天真園這個「太極文化實踐基地」獲得了重生的契機，崔博士認為這是件神奇的事，也是天意。

身體情況好轉後，崔博士開始同丈夫調整天真園的教育模式和客戶群體，歡迎各地有緣人前來。她說：「祖先留下這麼多寶貝，不能因為我們的執着和貪念阻止文化的發展和繼承。我發現當我們自己改變了，『門』開了。」天真園開始順應訪客需求開設不同體驗班，「這就是佛所說的：『世人永遠在做我想做的，佛陀永遠做我能做的。』」。崔博士點明，重點不是人們是否認識文化，而是天真園是否願意應客戶需求逐步滲透太極教育。所以天真園嘗試走出去，在香港舉辦過11場免費公益講座，也對500多名香港中樂團的聽眾進行了後續教育。

將太極藝術化也是兩人正在做的事。天真園曾用時8年與香港中樂團合作籌備「極」音樂會，反響很好。音樂會讓香港中樂團收到了世界巡演的邀請，也引起了很多外國高層人士的興趣。崔博士分享，籌備期間，邢老師不斷向音樂會總指揮、香港中樂團團長、作曲家等介紹太極文化。全體演奏人員都參與過五次邢老師的講座培訓，以演奏出更動聽的生命的旋律，增進對文化的興趣和敬仰。為讓樂團更好地理解太極文化，邢老師還將南宋末初道士張三豐的《無根樹詞》譜成曲，請給樂團聽，自己再跟隨樂團的演奏歌唱。「就等於是讓香港中樂團先修身、學習文化，然後再向他們介紹太極。」

香港作曲家伍卓賢也曾在園區內住下，跟隨邢老師靜修，還創作出了斬獲CASH金帆音樂獎的作品。那些外國高層人士現在已是天真園的學員，每周參加四次太極學習。對崔博士而言，這也是一種精彩的文化傳播。

夫妻兩人還將太極與舞蹈結合為「太極舞」，香港芭蕾舞家馮雲黛就隨邢老師學習太極。夫妻二人也會來港講解太極文化並教授「五指操」，助參與者舒緩精神壓力、提升心理健康。近年，邢老師多次前往美國、新西蘭及日本等地弘揚太極文化藝術。是否考慮創作一套太極舞台劇？崔博士表示會考慮，但一切的發生也都需要有願、緣、機三個條件。她相信當時機成熟時，一切都會實現。

## 在教學中為太極後人點燈

多年來，有太多賺錢多、賺錢快的渠道擺在兩人面前。有人曾建議他們開通短視頻賬號，在獲取一定關注度後直播帶貨。也有人表示自己可以出資將天真園改造為高檔收費場所，然後給他們分紅，但兩人仍堅守初心。對他們而言，這些誘惑都是「水過地皮濕」，更重要的還是在天真園播種、深耕、澆水、等待。崔博士認為，看一件事要將「歷史的長軸」拉開。她借用溫校長常說的「成功未必在我」，表示他們可能看不見成功，但未來的人因為他們，有了可走的路。兩人指出，如果他們不迎接任何困難，那後人就無經驗可取。「我們必須走這條路，而且不可能是順利的。」邢啟林指，這就是始終一心：「起正念、學正法、做正事、持正訣。」兩人相信，他們做人的態度和民族文化自信就是教育和傳承本身。

當被問到選擇傳承人的問題，兩人指出，傳承人首先要「天擇」，要有慧根。他們目前也不會刻意選定傳承人，即便發現了很多有潛質的「苗子」。崔博士點明，將來出現的傳人大多會是現在學生們的後代，因為這是一個祖祖輩輩都有參與的、正義的文化事業，而父母的心胸、願望、情感、智慧，還有天時、地利，都決定了孩子的基因。

兩人亦不執着於某事某人，只在乎如何建立起一個傳承體系，以及如何為後人鋪出一條路。兩位老師在天真園立了石碑，刻上他們的理念和意願目標。他們決意在離世後將天真園送給國家，讓他們的子女及學者做見證人，可證他們做事是光明磊落。