

# 任孝杰：追逐武侠梦想 传播太极文化

□晚报记者 宋风 文/图

## 1 痴迷武术步入武林

许多人年少的时候都有一个武侠梦，任孝杰便是其中之一。随着年龄的增长，一些人的武侠梦逐渐被其他梦想所代替，而任孝杰却坚持了30多年。30多年来，为追逐梦想，任孝杰辗转全国各地与人交流学习。追梦过程中，他从全国散打冠军，成为名震一方的太极拳大师。如今，任孝杰身兼杨氏太极拳第六代传人、陈氏太极拳第十一代小架传人、中国武术七段、国家一级教练、国家一级裁判等多重身份。虽然人过中年，但任孝杰依然在习武的道路上昂首前行，因为他认为自己天生就是练武的“材料”，多年的梦想早已成为他生活中的重要组成部分。

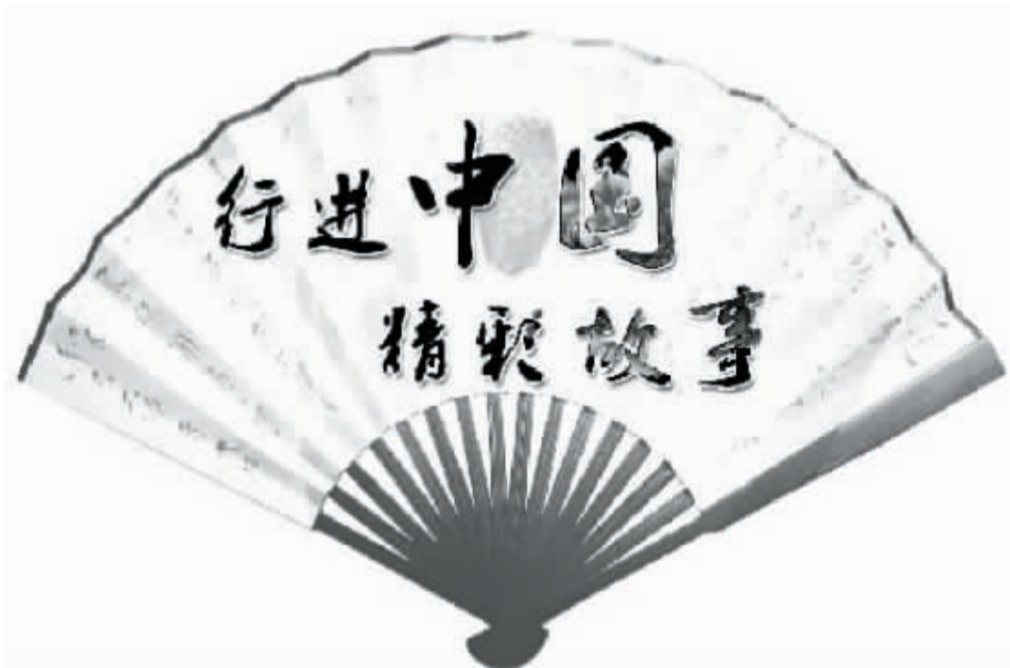
任孝杰原名任孝兵，1968年出生于项城，因看了李连杰主演的电影《少林寺》，他把名字中的“兵”改成了“杰”。任孝杰希望自己能像电影中的李连杰一样，成为一名武林高手。儿时，受连环画、电影的影响，任孝杰对武术产生了浓厚兴趣。玩耍中，他经常和小伙伴儿们比划拳脚。遇见不平事，他总是挺身而出主持公道。10岁那年，他缠着习武的表哥学习要拳，并凭借能吃苦、不服输的劲头，开始了自己的武术生涯。1983年的一天，一些武术爱好者在任孝杰所在的村子摆了一场散手擂台赛，乡亲们都去看热闹。任孝杰毛遂自荐，上台挑战。凭借良好的身体素质，任孝杰三拳两脚就击败对手。任孝杰的表现被台下的拳师张明看在眼里。下场后，经过一番交流，任孝杰拜张明为师。接下来的两年时间里，任孝杰跟随张明勤学苦练，为日后一举成名打下了坚实基础。

## 2 勤学苦练一战成名

自从踏上习武路，任孝杰几十年如一日地练拳，尤其是1978年至1986年间，他每天坚持跑步10公里，练拳时间在14个小时以上。其间，他还慕名到淮阳讨教当时盛行的伏羲八卦拳，学习了大洪拳、长拳、八卦拳等。“当时，只要听说某个拳种有过人之处，我就会去找人学。”任孝杰说。1986年，在全国散打比赛中，任孝杰荣获冠军。1988年，任孝杰受聘于嵩山少林武术馆任散打教练。

## 3 太极路上传奇多

同金庸笔下的英雄人物一样，任孝杰学习太极拳的经历也颇为传奇。1993年春，任孝杰在哈尔滨教学。一天，在冷水滩广场晨练时，他看到一名鹤发童颜的老人在打太极拳。虽然老人已年逾花甲，但身体却十分硬朗。歇息时，老人指出任孝杰练拳中的不足。老人说：“你打我一拳试试，用你最大的力气。”任孝杰不敢，因为对方毕竟是一名老人，怎么能承受得一记重拳。老人执意要试，任孝杰推辞不过，决定点到为止。令任孝杰意想不到的，他刚做完起式，就被这位老人一下打翻在地。这次经历彻底改变了任孝杰对太极拳的看法。随后，任孝杰辗转多地，拜名师学习太极拳。最终，他拜在陈氏太极拳第十代传人范鸿信的门下。



## 4 集各家所长走创新之路

任孝杰认为，中国武术要想有所传承并发扬光大，就要摒弃门户之见，采众家之长，走不断创新之路。因而把陈氏

太极拳、杨氏太极拳、混元式太极拳以及少林拳的优势融合在一起，成为任孝杰最感兴趣的事。经过潜心钻研，凭借良好的悟性，任孝杰成功将陈氏太极拳、杨氏太极拳、冯志强的心意混元太极拳和少林散打技击术融合在一起，创立了任意浑圆太极拳法。该拳法取随心所欲，任意发挥，混合各家之长，追求圆润灵活，不拘一格之意，注重关节的运转活动，拳势舒展大方，动作柔顺自然。2011年3月，任孝杰被评为全国太极拳优秀传承人。他的事迹先后被《亚洲新闻人物》《太极拳人物志》《中国太极拳大百科》等杂志收录、报道。

## 5 武学是一门修为课

习武为了什么？一次行侠仗义的经历，阐述了任孝杰习武的目的。1997年的一天，任孝杰坐火车去东莞。在火车

上，一帮乘客因一件小事欺负一名河南老乡，他挺身而出上前制止。这帮乘客见任孝杰出来“管闲事”，准备动手打人，但任孝杰一个擒拿手便把其中一名挑衅者制服，当场震慑了对方。虽然架没打起来就被乘警制止了，但任孝杰的侠义之举征服了现场的乘客，他们纷纷称赞任孝杰。通过这件事，任孝杰逐渐悟出习武的真正意义，并不断教导弟子：“中华武术是一门精深的艺术，也是一门修为课。习武的目的应是以武悟道，自我修行，而不是为了打败谁。如果学习武术的目的是为了争强斗勇，那就太浅薄了。”

## 6 把太极养生推向产业化

随着社会的发展，人们越来越注重养生。任孝杰敏锐地把握时代脉搏和社会潮流，利用太极拳的养生功效，传播太极拳，发扬中国武术精神。2008年5月，任孝杰创办了任意浑圆太极道易养生馆，主要培训任意浑圆太极拳、杨氏太极拳传统套路及陈氏太极拳、

少林拳、散打、搏击等，门下弟子有数千人，遍布世界多个国家和地区。近年来，任孝杰还致力于研究通过练习太极拳，治疗各类慢性疾病和亚健康病的办法。目前，任孝杰还在广州创办了极美养生馆。该养生馆占地400多平方米，集传统养生文化与西方芳疗养生文化于一体，分为太极拳生、中医养生、精油美容养生。任孝杰热衷于做慈善。2012年，他创办了“仁孝接爱心”公益组织。2013年，回老家过春节时，他给全村80余名老人送去棉被、食用油、大米、鸡蛋等生活用品。任孝杰表示，家乡是养育他的地方，什么时候他都不会忘本，只要家乡有需要他的地方，他会尽力相助。同时，他希望能把中华武术发扬光大，把中华瑰宝继续传承下去。



任孝杰现场表演



任孝杰展示所获得的荣誉