

祖孙三代练太极 强身健体乐陶陶

本报记者 高小豹

晨风轻拂的树林里,花香缭绕的公园中……走进焦作,无论是清晨还是傍晚,你总能看到一个个挥拳踢腿、轻柔灵动的太极人,在他们中间有老者,有青年,也有孩童,那一招一式的投入,都凝聚着他们对太极拳无限的眷恋。

“爷爷,你这招转换的这样灵活,我怎么弄不成呀。”8月10日清晨,五孔桥街心花园,一个13岁的孩子对一个正在练拳的白发老者说。在老者的旁边,是一个身着白色练功服的青年。经常来这里锻炼的人都知道,他们是家住山阳区焦东街道六号院社区的祖孙三代。

说起这祖孙三代共同练习太极拳的故事,还要回到15年前爷爷张安福的那次经历——

一次偶遇,退休老人结缘太极拳

“自从开始打太极拳以后,我的身体一直很好,从来没有生过大病。”今年76岁的

张安福,总将自己练拳和身体好结合在一起,这也是他在同龄人中最引以为豪的一件事。

1996年,退休后的张安福一下子清闲下来,这让一向忙碌惯了的他有一种被生活掏空的感觉。看到父亲整日闷闷不乐的样子,儿子张东明给父亲出了个晨练的主意。

第二天,根据儿子的嘱咐,张安福兴致勃勃地来到游园里,可当他看到前来晨练的人们,要么跳舞、要么打拳、要么三三两两在一起散步时,不由得又犯了愁:“既不会跳舞又不会打拳,我干什么呢?”没有办法,张安福就学着别人的样子,也在一旁蹦蹦跳跳起来。

“老兄,你这样毫无章法的锻炼,对身体并无益处,不如跟我一起打太极拳吧!这可是咱家乡正宗的拳术,能强身健体呢。”看到张安福一副无所适从的样子,一位姓谢的师傅主动走上前,邀请他学习太极拳。“其实,那时候我对太极拳并没有太多的认识,也没有想过怎样健身,就是为了给自己找个事干。”张安福回忆说。

没想到,看起来轻柔缓慢的太极拳套路

很一般,真正深入其中的时候,却被它的神奇功效深深吸引,张安福越来越感受到太极拳的独特魅力。他每天抽出两个小时练习太极拳,15年来从未间断。“打拳不仅能修身养性,更充实了我的老年生活,现在我再也不会为无所事事而烦恼了。”张安福说。

一条建议,太极拳魅力影响儿子

1998年,在父亲练拳两年之后,张东明也开始学练太极拳,只是和父亲不同的是,他学拳的目的只有一个——锻炼身体。

那时候,30岁左右的张东明因患慢性结肠炎,经常给人一种有气无力的样子。看到儿子每天病恹恹的,张安福看在眼里急在心里。在父亲的劝说下,张东明开始练习陈式太极拳老架一路,坚持一段时间下来,张东明明显觉得精神比原来好了很多,爱拉肚子的毛病似乎也没有了,练拳成了他日常生活中必不可少的一项内容。

一个心愿,俺也要参加比赛拿大奖

在祖孙三代中,13岁的孙子张睿虽然

年纪小,学拳的时间并不短,他那一招一式都是那样认真。

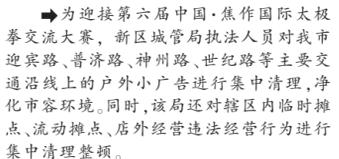
其实,张睿一开始并不愿意学练太极拳,在他看来太极拳动作缓慢轻柔和自己爱动的性格正好相反,他心中更喜欢迅猛和阳刚动作。为了能让张睿对太极拳产生兴趣,爷爷和爸爸常常跟他讲陈式太极拳刚柔相济、四两拨千斤的拳理和太极宗师的故事,使他消除了对太极拳的误解,慢慢地爱上了陈式太极拳。同时爷爷还不断用精神和物质对张睿进行鼓励。

“我曾经带领全校学生打太极拳,今后要向爷爷和爸爸多学习,将来也要参加太极拳大赛拿奖牌。”张睿的一番豪言壮语,让爷爷张安福感到十分欣慰。

“学练太极拳现在可是俺爷儿仨共同的财富。”张安福自豪地说。如今,无论是在家里还是在游园里,经常可以看到祖孙三代一起切磋太极拳技艺的情景,同时作为儿子和爸爸的张东明,更是不忘把自己对太极拳的研究让爸爸和儿子共同分享。“太极拳不仅改变了我们的生活,更承载着咱们祖孙三代间的亲情。”张安福如是说。



8月12日,解放区焦南街道中州社区志愿者冒着酷暑正在清洗护栏。随着第六届焦作国际太极拳交流大会日益临近,解放区组织志愿者深入40条主次干道积极参与城区环境整治活动,以优美的城市环境,迎接大赛的顺利召开。李良贵 摄



为迎接第六届焦作国际太极拳交流大会,新区城管局执法人员对我市迎宾路、普济路、神州路、世纪路等主要交通线上的户外小广告进行集中清理,净化市容环境。同时,该局还对辖区内临时摊点、流动摊点、店外经营违法经营行为进行集中清理整顿。图为新区城管局执法人员正在对户外小广告进行清理。本报记者 高小豹 摄

三十年后重见光明

重见光明,对于一个患白内障30余年的病人来说,本是不敢想的事情,但是,焦煤集团中央医院眼科二区主任张志明让这一“奢望”成了现实。

近日,记者在焦煤集团中央医院眼科遇到了这样一位特殊患者,今年57岁的赵心爱在25岁那年患上了白内障,她在河南藁县的一次手术,不但没有好转,反而出现左眼近乎失明的状况。此后的30多年,在丈夫的陪伴下到过很多的眼病专科医院求治,得到的答复都是“眼底坏死,无药可医”。

前不久,在乡邻的指引下,赵心爱找到了焦煤集团中央医院的张志明医生,张医生为其实施了眼内节重建术、前段玻璃体切除术、后房型人工晶体悬吊术三项手术,术后第二天左眼就恢复了光明。

本报记者 王龙帅

勤学苦练展英姿

从小时候练习外家拳到长大后精于太极拳,从太极拳新手到国际太极拳交流大赛一等奖获得者,从自己练习到培养新人,党国俊在他45年人生经历中,与太极拳解下不解之缘。

1998年,30出头的党国俊开始练陈式太极拳新架。有了外家拳的扎实功底,党国俊学习陈式太极拳就轻松了许多,很快就掌握了陈式太极拳的要领。由于工作忙等原因,在之后的两年多时间里,党国俊练太极拳时断时续。师傅告诫他,做一件事如果要想成功,必须克服困难,坚持不懈。从2000年开始,除非特殊情况,党国俊每天早上在市雕塑公园练2个小时的陈式太极拳。

经过8年坚持不懈的练习,党国俊的太极拳有了较大的长进。连续数年在国内国际太极拳大赛中获奖。2007年,他报名参加第四届中国·焦作国际太极拳交流大赛,在男子陈式太极拳传统套路D组比赛中脱颖而出,获得了一等奖。2009年,他又参加了喜迎国庆60周年第七届香港国际武术节,在武术套路大奖赛男子M11传统陈式太极拳比赛中,力挫群雄,获得第一名的好成绩。同年,再次出征第五届中国·焦作国际太极拳交流大赛,在男子陈式太极拳传统套路C组比赛中再次获得了一等奖。在陈式太极剑传统套路C组中,荣获一等奖。去年8月份在温县举办的2010中国陈家沟太极拳邀请赛上,获得陈式太极拳传统套路金牌。

近两年,党国俊开始把主要精力投向培养新手上。他教授了100多人学了太极拳,其中有的徒弟练习一年后就崭露头角。在今年5月份,焦作市第二届陈式太极拳交流大赛上,其14岁的弟子张森和20岁的弟子谢中亮分别荣获男子D组和C组的一等奖。

即将召开的第六届中国·焦作国际太极拳交流大赛,党国俊这次没有申报个人项目,只代表焦作陈式太极拳协会报了集体陈式太极拳传统套路和太极剑集体项目。为了弟子们在这次大赛中取得好的成绩,最近一段时间,他每天早晚要带领徒弟练2个小时。相信在这次中国·焦作国际太极拳交流大赛上,他们会用自己的实力征服裁判、征服观众。



8月12日,几名来自洛阳的摄影爱好者在孟州市滨河公园拍摄荷花。该市滨河公园种植的荷花品种多,花形美,花期长,每年都会吸引洛阳、济源、新乡等周边地区的摄影爱好者和游客前来赏花。郭增强 摄

阅报栏——城市文明的亮点

段贯央

今年年初以来,《焦作日报》阅报栏在市区的数量明显增多。不管是群众娱乐的广场,还是街头公园;不管是居民社区,还是单位办公地,随时都可看到阅报栏内当天的报纸新闻,深受广大市民的欢迎。阅报栏,这个看似平常且不起眼的小框框,实则是城市文明的亮点。从每天早晨起天黑止,阅报栏前总有不少群众驻足观看,阅读者感慨:“有了阅报栏真好,这不仅是一种休闲娱乐学习的良好方式,也确实方便居民群众及时了解国内外和本市所发生的大事,对精神文明建设发挥了很好的促进作用。”



姐代妹妹还债务 事后反悔被驳回

本报记者 全伟平

【案情回放】

陈某某欠宋某货款25万元,宋某经多次向陈某某催要未果,遂向法院起诉。案件进入执行程序后,执行法院用尽财产调查手段也未发现陈某某财产。经申请执行人宋某同意,2009年10月15日,执行法院裁定终结执行程序。2010年11月30日,陈某某因涉嫌拒不执行判决、裁定罪被公安机关刑事拘留。在这种情况下,陈某某的姐姐陈某某代其向执行法院缴纳25万元清偿其债务。

2011年4月15日,公安机关撤销了该刑事案件。后来,陈某某向法院提出异议,要求退还其所代缴的25万元。

【庭审现场】

法院认为,陈某某向法院提出异议,要求退还其所缴纳的25万元没有法律依据,遂依法裁定驳回陈某某的异议。

【法官析案】

市中级人民法院法官孙志强说,本案起初只是一起普通的欠款纠纷案件,但由于案外因素的介入,使得案情变得较为复杂。在该案的处理中,需要明确两点:

一是刑事责任与民事责任可以并存。刑事责任是与刑事责任并不因刑事责任的有无而改变。如故意杀人犯罪者,既需要被追究刑事责任,又要承担民事责任,两者并行不悖。本案中,陈某某代陈某某向法院缴纳25万元欠款,系履行法院判决的付款义务,承担的是民事责任;公安机关撤案产生的法律后果是刑事责任追究程序的终结,并不意味着民事责任的必然终结,陈某某归还宋某欠款的义务仍然存在。

二是提出执行异议的条件。根

据最高法院《关于适用〈中华人民共和国民事诉讼法〉执行程序若干问题的解释》第五条第一款的规定,执行过程中,当事人、利害关系人认为执行法院的执行行为违反法律规定的,可以依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百零二条的规定提出异议。从该条规定可以看出,当事人、利害关系人异议所针对的行为必须是在民事执行过程中所发生的执行行为。本案中,执行法院已于2009年10月15日裁定终结了本次执行程序,一直未予恢复执行。2011年,陈某某自动代陈某某履行还款义务,并非源于执

行法院在民事执行过程中的执行行为,故其提出执行异议没有法律依据。

对于确无偿还能力的被执行人,我们不能要求太过苛刻,毕竟其不能履行是由客观原因造成的。但对于有履行能力而故意规避执行的“老赖”,法院应严厉打击,维护申请执行人的合法权益,确保社会稳定。



市公安局定和派出所墙北警务室

「八法」调解矛盾纠纷效果好

七是公开明理法。针对一方当事人蛮不讲理造成的纠纷,民警及时邀请了解当事人且有威望、有身份的长者或群众代表参加,由各方各自叙述事情的经过,然后摆明事实,讲清道理,让对方当事人服理。

【本报讯(通讯员原野)】今年年初以来,市公安局定和派出所墙北警务室针对南水北调工程及沿线小区建设中矛盾纠纷增多的现状,社区民警坚持靠前工作、调解为先,处置在前,总结出调解矛盾纠纷的八种方法,在实际工作中取得了明显成效,调解的治安案件占治安案件查处处的71%。

一是冷却降温法。民警在调处矛盾纠纷时深入分析当事人的心理变化,根据当事人的情绪开展调解工作,注意劝说口气和方法,使他们冷静下来,理智客观地分析问题。

二是晓以利害法。在快速调查取证的基础上,民警分别做好双方当事人思想工作,并晓以利害,指出双方或一方当事人行为的危害性以及公安机关可能采取的处罚措施,使他们自觉接受调解。

三是亲情转化法。纠纷发生时,民警找到当事人家庭的“主心骨”,争取其信任,促使其主动配合民警做好调解工作。

四是换位思考法。民警抓住矛盾一方最急于解决的问题,劝其换位思考,考虑对方的处境和难处,然后找到有效化解矛盾的切入点,进而达到调解的目的。

五是信息主导法。民警充分发挥辖区情报信息职能作用,用好信息员,构建“网格化”信息工作格局,广泛深入开展矛盾排查工作,对掌握的情报信息认真筛选、研究,制定处理对策。

六是提前介入法。对于可能引发群体性事件的热点、敏感问题,民警依托基层调解组织,提前介入,及时疏导,把矛盾纠纷化解在萌芽阶段。

八是跟踪回访法。民警利用各种走访之机,按照谁调解谁谁谁的原则,严格落实矛盾纠纷当事人回访机制,详细掌握当事人对调解结果的认可程度,分析矛盾纠纷反复的可能性,并采取有效措施全力消除。



在群众观点大讨论活动中,沁阳市法院针对赡养案件执行过程中存在的特殊难题,采取多种方法,加大执行力度,保护老年人的合法权益,受到了广大群众的欢迎。图为8月12日,该院法官将2400元赡养费送到了在养老院休养的有残疾的粟长珍老人手中。张建忠 李中富 摄

交通事故人民调解协议得到司法确认

【本报讯(通讯员姬生林)】日前,解放区首例交通事故人民调解协议得到司法确认。

家住解放区上白作街道某村的大货车车主李某,一日安排司机蒋某和刘某驾车前往外地送货。途中蒋某驾车时突然翻车,导致蒋某当场死亡,大货车严重受损。事故发生后,蒋某家属和车主

李某由于赔偿问题发生纠纷。解放区司法局上白作司法所所长莫辉了解情况后,决定对这起人身损害赔偿责任纠纷进行调解。由于双方当事人均存在诸多顾虑,调解难度非常大。为此,莫辉和双方当事人进行多次沟通,最终使双方当事人自愿达成调解协议:车主李某先付6万元,今年9月10日

前再付6万元。为避免双方当事人事后反悔,在司法所的引导下,双方当事人到解放区法院申请司法确认。法院经立案审查,向双方当事人送达了司法确认决定书。

人民调解协议司法确认程序的法定化,进一步建立健全了诉讼与非诉讼相衔接的矛盾纠纷解决机制。

抢手机强索QQ号 露马脚网吧落法网

【本报讯(记者高小豹 通讯员何登恩)】两个嫌疑人合伙抢劫一部手机后,强行向受害人索要QQ号,声称要加其为好友,进行网上互动交流。8月6日,两个嫌疑人做梦也没想到,加受害人为好友没几天,就被突然出现的民警在网吧逮个正着。

7月28日下午,15岁的许某和同岁的刘某约定,两人晚上一块儿到网吧上网。当日20时许,许某、刘某在网吧门前见面后,却因囊中羞涩,无钱上网。随后,两人在大街上逛了一个多小时后,觉得无聊,便来到许某家中骑了一辆电动自行车去兜风。

22时许,许某、刘某骑车来到中站区焦克路花坛西200米处时,发现13岁的陈某某第二人在路边玩耍,陈某某不停地玩着手机。许某、刘某见两人年龄小,顿生歹意,决定抢夺陈某某的手机后卖钱上网。

他们将陈某某两人胁迫到路北小树林里进行殴打,并抢走陈某某手机一部。临走时,许某还强行向陈某某索要QQ号,声称要加其为好友,扬言不准两人报案,否则见一次打一次。随后,许某、刘某骑着电动自行车逃离现场。

后来,陈某某兄弟俩在家人的陪伴下,来到市公安局中站派出所报案。民警根据陈某某提供的线索,立即上网登录其QQ号查看,果然一个名为“陌生好友”的网友请求加其为好友。民警进入“陌生网友”的聊天对话框,经陈某某辨认其空间照片,确认此人正是那天晚上抢劫他们手机的其中一名犯罪嫌疑人的网名。

民警经缜密调查,发现“陌生好友”经常在中站区一个网吧上网。8月6日16时,民警快速出击,在网吧将正在上网的犯罪嫌疑人许某、刘某抓获。目前,此案正在进一步审理中。

刑满释放再诈骗 被判徒刑又罚金

【本报讯(记者赵玉玲 通讯员杨玉明)】近日,修武县法院审理了一起诈骗案,被告人魏某因诈骗罪,被法院判处有期徒刑2年,并处罚金4万元。

被告人魏某,2008年11月14日因犯诈骗罪被法院判处有期徒刑3年9个月,并处罚金2万元,今年2月25日刑满释放。3月初,魏某、王某(另案处理)预谋用旧版人民币兑换新版人民币。到该家属院后,王某以先去联系买主为名,让李某拿包在楼下等。后王某与魏某携款逃跑。案发后,赃款已退还被害人。4月11日,被告人魏某到公安机关投案自首。

便撞擦李某凑钱,从中赚取差价。李某信以为真,便回家取现金3.5万元交给王某。王某当着李某的面将钱放入一个黑色提包内,并用锁将包锁住放到床边。之后,魏某将李某喊到卫生间。王某趁魏某不注意,将另一个同款式黑色提包予以掉换,并放在被子下面。后王某借口下楼,并打电话让李某带提包到某家属院其朋友家兑换旧版人民币。到该家属院后,王某以先去联系买主为名,让李某拿包在楼下等。后王某与魏某携款逃跑。案发后,赃款已退还被害人。4月11日,被告人魏某到公安机关投案自首。

法院审理后认为,被告人魏某以非法占有为目的,虚构事实,伙同他人诈骗,数额较大,其行为已构成诈骗罪。被告人魏某在刑满释放后5年内再犯应当判处有期徒刑以上刑罚之罪,系累犯,应当从重处罚;被告人魏某犯罪后主动投案,如实供述自己的罪行,系自首,可以从轻处罚;归案后都以1:5的价格全部收购,但是却称尚差现金3.5万元。二人

法院审理后认为,被告人魏某以非法占有为目的,虚构事实,伙同他人诈骗,数额较大,其行为已构成诈骗罪。被告人魏某在刑满释放后5年内再犯应当判处有期徒刑以上刑罚之罪,系累犯,应当从重处罚;被告人魏某犯罪后主动投案,如实供述自己的罪行,系自首,可以从轻处罚;归案后都以1:5的价格全部收购,但是却称尚差现金3.5万元。二人