

七旬练家子张玉全：

让车派形意拳在太原“安家”

在2025年全国传统武术公开赛形意拳赛区暨山西省形意拳公开赛中，年逾七旬的张玉全率队获得老年男子组一等奖。张玉全是山西车派形意拳传人，数十年来，他始终践行着一个心愿：让车派形意拳在并州大地扎根“安家”。从少年拜师学艺到广收海外门徒，从公益传拳到直播间直播，这位山西车派形意拳传人，将传统武学在并州大地开枝散叶。



图为张玉全在练习形意拳

习武五十载

8月17日，在迎泽区一间装饰得古色古香的房间内，72岁的张玉全正在直播形意拳拳法，身形矫健如青年。

1953年出生于山西文水县的张玉全，17岁那年，在父亲引领下初识武术，从此与形意拳结下不解之缘。张玉全深知学无止境，青年时期便辗转拜师山西形意拳名家武建功、苗树林等人。苗树林先生精通形意、太极、八卦及中医骨伤科，张玉全师从苗先生数十年，潜心研习气功点穴与养生绝技。“苗先生常说，武以德为先，拳以养为本。”张玉全回忆道，师父的言传身教让他体悟到武术的真谛：“内外双修，练养结合。”

数十载寒暑不辍，张玉全逐步形成独特拳风。他的形意拳势若猛虎，动如脱兔，发劲脆透精纯，行拳利落明快。在继承车派形意拳完整体系的基础上，他强调“内功养生是根基”，主张拳学理论与实践高度融合。这份执着，源于少年时的初心：“武术不是花架子，而是生命修为。”如今，他常以苗氏武医传承人身份，将中医养生融入拳法，为弟子们筑牢基础。

桃李满天下

“师父，我输得心服口服！”瑞典青年倪博是一名清华大学研究生，习练散打多年，自认为学到了中国武术的精华。一次，身高1.78米的倪博在切磋中被身高1.68米的张玉全打败，他被对方精湛拳技深深折服。从此，倪博每年从北京赶赴太原，吃住在张玉全家，一学便是十多年。“形意拳教我沉稳，更教我做人。”倪博感慨道，如今，他只要来中国都要专程赴晋，当面讨教。

这只是张玉全广收门徒的一个缩影。多年来，他的学生遍及山西、山东、河北、河南、广东等地，还有的来自瑞典、加拿大等国家，年龄从20多岁到60多岁不等。新疆青年岳择宇大学毕业后，从网上搜到张玉全信息，多方打听后来到太原。张玉全欣然收徒，让岳择宇免费吃住一个多月，倾囊相授。“待徒如子，这样的师父太少见，我非常幸运！”岳择宇说。

张玉全教学讲究因材施教：对体质弱者先授内功养生；对国际弟子强调武德文化。一直以来，面对追随其左右的弟子们，他总说：“传武不是炫技，是传心。”

2024年10月，张玉全开通短视频直播，单条播放量破百万，粉丝人数超30万。镜头前，他不仅演示形意拳“猛似虎豹”的招式，还将50多年养生心得一股脑儿分享：中医调息法、骨伤康复操……直播间里，网友们留言：“跟张师傅学拳，身心俱畅！”

为让更多人从中受益，从2022年起至今，张玉全每周在山西省人民医院神经内科开办公益养生课，教患者调理气血。“内功养生能防病于未然。”一位患者坦言。

如今，张玉全已是国武术六段高手，获得荣誉无数。比起奖杯和荣誉，他更珍视形意拳的传承与发展。多年来，他坚持公益授课，始终践行“拳功同修”的理念，并强调：“只要有人想学，我就教到底。”

记者 周利芳 文/摄

调解邻里纠纷 消除安全隐患

本报讯（记者 郭晓华）楼道是居民出行的“生命通道”，保持其畅通与安全至关重要。8月18日，枣园社区网格员成功调解了一起因楼道堆放杂物引发的邻里纠纷，消除安全隐患，促进了邻里和谐。

得一剑桥城7号楼2单元住户赵女士向枣园社区投诉，同单元的孙大爷长期在楼道内堆放废旧家具、纸箱等杂物，占据近半幅通道，除影响居民正常通行外，还存在严重的消防安全隐患。“这些杂物堆放近半年，夏天容易招引蚊虫，更让人担心的是，万一发生火灾，逃生通道被堵，后果不堪设想。”赵女士说。然而，孙大爷起初并不理解，认为“楼道是公共

空间，放点自家东西无可厚非”，双方多次协商未果，矛盾逐渐激化。

接到反映后，枣园社区网格员刘媛立即前往现场核查，发现楼道拐角处堆满杂物，部分物品甚至紧贴电表箱，存在较大安全风险。刘媛随即组织调解，一方面向孙大爷普及消防安全法规，并结合近期其他社区因楼道堆物引发火灾的案例，详细说明堵塞消防通道承担的法律责任和危害；另一方面，邀请赵女士参与沟通，促进双方换位思考，缓和邻里关系。

经过耐心劝导，孙大爷最终同意清理杂物。网格员迅速协调保洁人员协助处理并统一清运。半天时间，楼道恢复正常畅通，居民纷纷点赞。



近期，手养小鸟成为我市年轻人养宠的热门。与传统“笼养”不同，年轻人将小鸟放在手中，不仅互动性更强，还带火了放飞绳、遛鸟包等相关产品。左图摄于五龙口海鲜市场；右图摄于亲贤北街某商场内。牛利敏 摄

旧柜子摆楼道 依法劝导搬离

本报讯（记者 李涛）居民把旧柜子摆在楼道，导致公共空间变窄，引发邻居不满。多次沟通无果，邻居报警。经派出所民警、社区网格员的协调，居民意识到不妥，8月15日自行搬走了柜子。

河南街22号院是个老旧小区，楼道本就狭窄。前不久，居民王先生为了给家里腾地方，将一个高约1米的立柜摆在楼道。对此，隔壁的李女士提出，家中老人年纪大，添了这个柜子，上下楼更加不便，希望尽快挪走。然而，几天

过去了，情况没有改变。

李女士选择报警，并向朝阳街社区反映了此事。民警告知王先生，《中华人民共和国消防法》明确规定，任何单位、个人不得占用、堵塞、封闭疏散通道、安全出口、消防车通道。而且，每个居民都应该有楼道内堆放杂物是违法行为的认知。

网格员则从邻里和睦的角度开导，都是老邻居，应该互相体谅。大家的一番话，让王先生意识到过错，向邻居道歉，并搬走了柜子。

志愿服务行动 清洁小区环境

本报讯（记者 韩睿）8月17日，机床东社区与府东六栋社区利用周末休息时间，开展志愿清洁行动，美化小区环境。

当日上午，机床东社区门口集结起一群小小志愿者。社区工作人员向孩子们阐明乱贴小广告对环境造成的影响，20多名“环境小卫士”分组领取工具，深入辖区单元楼。他们仔细排查墙面、楼道门，对顽固小广告发起“攻坚”：先用工具小心铲起边角，再耐

心撕下。通过一上午的辛勤劳动，原本斑驳的楼道墙面重现清爽。

同日上午，府东六栋社区网格员刘金芳带领龙景尚都小区热心居民，开展清理小广告活动。他们将目光投向停在路边的车辆，集中清理倒车镜上粘贴着的小广告。刘金芳深知此类广告暗藏诈骗陷阱，一边组织大家进行清理，一面介绍其中暗藏的陷阱，并将现场照片及定位精准发送给社区民警备案。