

# 跟著潘氏兄弟學太極

中華語文學校太極班暑期交流、相互切磋

記者唐嘉麗

麻州康克鎮報導

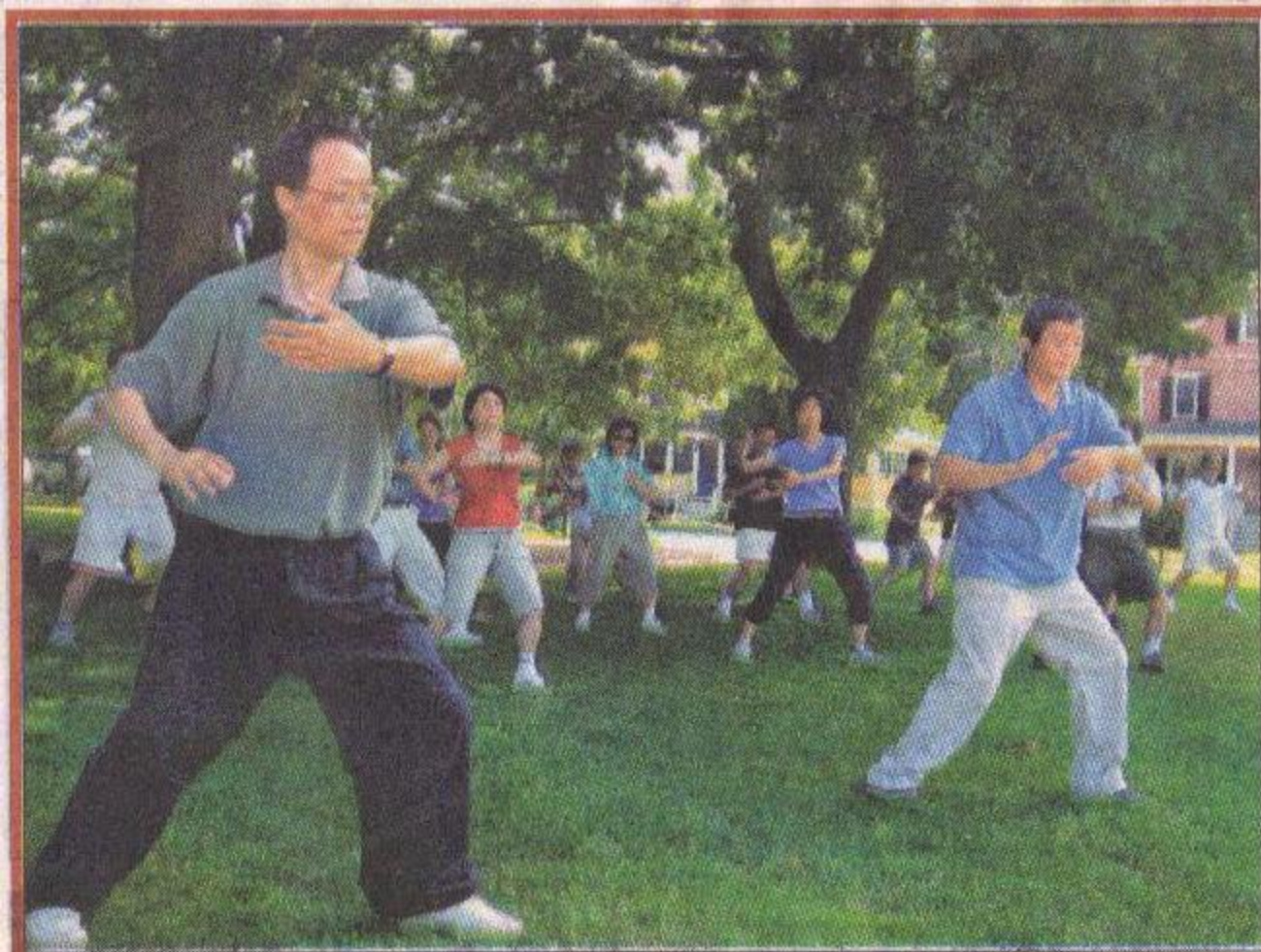
中華語文學校太極班暑期師生聚會，日前在康克鎮愛默生運動場舉行。30多名與會者在樹蔭下、涼風中，跟著兩位老師潘台生、潘台春兄弟扭動腰脊、畫弧走圓、演練拳架，並交流討論、相互切磋，健康又愉快地共度夏日周末時光。

潘氏兄弟自1980年起，在中文學校教拳，至今已滿30年。每年暑假，集合中文學校太極班學生一起複習練拳的戶外聚會，今年特邀過去的學生一起參加。不少相互認識，但不同時期隨潘氏兄弟習拳的好友們，驚喜相見，大談習拳故事、交換練拳心

得。

新舊學生跟隨兩位老師練習太極、推手，和太極劍。學生陸續提問、老師詳細說明，並做示範，大家在溫故知新中，力求拳藝精進。

自1980年起，即跟隨潘台生、潘台春習拳的方自荃說，30年來學校搬了好幾次家，但太極課沒有中斷，自己也自深奧的拳藝中發掘和體會，至今還在摸索學習。在中文學校習拳十多年的華人醫務中心精神科主任楊世賢說，學習協調、發力、放鬆，太極拳劍是很好的運動，也有坐禪冥想之效，讓人身心愉快。華人醫務中心也正在進行太極幫助治療憂鬱症的研究，約兩個月後可以完成。



潘台生（前右）、潘台春（左）帶領學生打太極拳。

（記者唐嘉麗／攝影）