東岳太極拳國際總會推廣講座報告
「認識東岳太極拳——21 世紀的太極拳研究成果」

余志明

應香港武術聯會賢聚會邀請，東岳太極拳國際總會余志明於昨天(9 月 5 日、星期一)晚上在香港舉行了「認識東岳太極拳——21 世紀的太極拳研究成果」講座。講座由香港武術聯會麥關寶珍執行委員主持，余志明主講，東岳同門董大雄、鄭超彬、孫用書到來協助示範，吸引了香港武術聯會關志翔副會長及共約 70 位武術愛好者出席。

余志明在講座上重點介紹東岳太極拳起源及特色，淺白地向參加者講解了門惠豐教授的太極拳核心思想，說明東岳太極拳是順應時代誕生，符合 21 世紀人類追求健康的要求，為人類健康造福而創編。其後，由董大雄示範了「東岳太極拳五功八法」，還邀請了參加者一起體會五功的要領。在董大雄、鄭超彬、孫用書 3 位同門帶領指導下，他們都理解到東岳太極拳的要求，引發很多參加者的興趣。

最後由 3 位同門演示了東岳太極拳體系中的拳、刀、棒，為講座掀起高潮。演示後，3 位同門各自發表了簡短的東岳太極拳教學心得，鄭超彬分享了他的學員在學習東岳太極拳一段時間後感到很多套路都容易上手的趣聞。孫用書和董大雄都講述了他們由其他拳種轉練東岳太極拳的體會，參加者均表示有所感悟，講座在熱烈的氣氛中結束。

從國內到來支持的同門、東岳太極拳愛好者合照。
後排(由左至右)：孫用書、余志明、鄭超彬
前排(由左至右)：唐萬年、但長林、黃翠娥、袁梓真

香港武術聯會關志翔副會長致歡迎辭(右一)。

出席者都專心聆聽余志明的報告(左)，不時拿出手機記錄示範的重點(右)。

董大雄在示範五功，余志明講解要領。
參加者全神貫注細聽。

參加者踴躍上台參加五功體驗，鄭超彬、孫用書、董大雄在細心指導。

台下亦有參加者在蠢蠢欲試，細心體會。

鄭超彬、孫用書、董大雄演示東岳太極拳體系的拳、刀、棒，掀起講座高潮。

講座後部份參加者與講者合照。

講座資料

「認識東岳太極拳——21 世紀的太極拳研究成果」
主辦機構：香港武術聯會聚賢會
主講：東岳太極拳國際總會會長余志明
示範：東岳太極拳第一代傳人：鄭超彬、孫用書、董大雄
日期：2016 年 9 月 5 日
時間：晚上 8:00-10:00
地點：九龍鯉魚門體育館散手訓練場 (九龍觀塘鯉魚門徑6號(市政大廈2字樓)