



陕西出版基金资助项目

格斗

英雄筑国魂



香菊 著

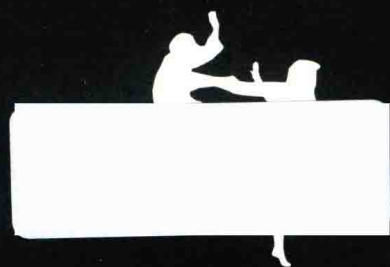
西北大学出版社

SANDA YINGXIONG ZHUGUOHUN

ANDA YINGXIONG ZHUGUOHUI

英雄

英雄筑国魂



香菊 著

西北大学出版社

CANADA WINCEYONG ZHIGIUCHIN

图书在版编目(CIP)数据

散打英雄筑国魂 / 香菊著. — 西安: 西北大学出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5604-3964-8

I. ①散… II. ①香… III. ①纪实文学—作品集—中国—当代 IV. ①I25

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第253294号



散打英雄筑国魂

作者: 香菊

出版发行: 西北大学出版社

地址: 西安市太白北路229号

邮编: 710069

电话: 029-88303059

经销: 全国新华书店

印装: 西安奇良海德印刷有限公司

开本: 787mm×1092mm 1/16

印张: 22.75

字数: 187千字

版次: 2016年11月第1版 2016年11月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5604-3964-8

定价: 68.00元

香菊打

序

武术作为优秀的民族文化遗产，已成为人们喜闻乐见的体育项目，并成为中国传统文化对外交流的重要桥梁。了解武术的发展史是我们继承和弘扬优秀传统文化的基础。

在原始社会“物竞天择，适者生存”的严酷斗争中，人们自然产生了拳打脚踢、跳跃翻滚等一系列初级攻防手段，从现在的考古发现中可以看到大量的石铲、石刀和骨制的鱼叉甚至铜斧等，这些大部分可以算是武术器械的前身。一些徒手的和使用器械的搏斗捕杀技能，便是武术的萌芽。文献中有“执干戚”的记载，是种持兵器进行的表演性质的操练，为后来武术套路的形式演变奠定基础。再如传说中的“蚩尤戏”，包含了踢、打、摔、抵等多种方法，是一种徒手搏斗的形式，对后来对抗性武术项目的发展产生一定影响。至春秋战国时代，无论是武器的制造与使用还是搏斗的方法与种类，都有了较大地发展。加之“百家争鸣”的思想影响，形成了我国传统武术重视内外合一、形神兼备的理论基础，这也是后世武术追求“武德”的理论渊藪。至汉代，政府机构通过“试弁”（拳技的考试）选拔人员，并出现了如“六禽戏”“五禽戏”等与医学相融合的、与人民群众日常生活密切相关的武术样式。至唐代，政策上推行“武举制”，为后世沿袭不改，这从政策上激发了民间和官方的习武热情。在文学艺术方面，李白的诗歌、张旭的书法，

无不从武术特别是从剑术方面寻找灵感，在武术成为当时文人观照对象的同时，也说明剑术套路已有较高的水平。至两宋，民间发展起有规模的习武组织，街头巷尾有以武术表演为生的艺人，多表演角抵、踢腿、舞刀等，“十八般武艺”一词也出现在了宋代的典籍中。至元代，蒙古族尚武的传统和异于中原的武术风格，使传统武术在融合的过程中继续发展，形成了有明一代不同风格、不同武种的众多流派。这一时期，随着战争的频发，武术与军事格斗相互渗透，在军事训练中以武术套路的形式训练士卒。由于生产力的发展，原先口耳相传的武术技法得到了较好地整理，各派著书立说之风盛行，且图文并茂，为我国传统武术留下了宝贵的遗产。至清代，传统武术有了更清晰的门派之分，如少林派、太极门、形意门等，亦有拳类和击打类，象征着武术事业发展的兴盛，但相互之间缺乏交流。民国时期，经历了西方船坚炮利的洗礼，武术的强身健体、陶冶情操的功能更加明确，加之对新生活、新文化的倡导，武术更多地以体育活动的形式出现在日常生活中。

简而言之，在漫漫历史长河中，武术以其强身健体的功能、修身养性的意蕴成为人们喜闻乐见的活动形式，形成了独特的民族风格。

中国传统武术有两种表现形式，一种是套路演练形式，一种是格斗对抗形式。散打就是格斗对抗的一种。散打以中国武术的踢、打、摔、拿四大技法为主要攻击手段，另外还有防守、步法等技术。自 20 世纪 80 年代末散打被国家批准为正式的比赛项目，并确定“团体锦标赛”和“个人锦标赛”的赛制，到 2001 年中国武术散打王争霸赛在国家奥林匹克体育中心中国武术协会散打馆拉开战幕，中国散打坚持竞技体育和商业比赛的模式，在继承中国武术优秀传统文化的同时，增强对抗性与市场性。2008 年散打入选北京奥运会比赛项目；2012 年 2 月，中国国家武术散打队在陕西西安成立。中国散打发展的历程，表明我国散打运动在与世界各国相互交流切磋的同时，正日益正规化、职业化的

特点。

以张根学为总教练的中国国家武术散打队，自成立以来，征战国际赛事数百场，鲜尝败绩。一方面，我国散打运动以科学的训练方法、规范的管理体系，在国内外赛场取得了辉煌的战绩。另一方面，中华传统武术中蕴含的自强不息的精神、坚韧不拔的品质以及对厚德载物思想境界的追求，激励着运动健儿为国争光、提升自身的习武境界；在促进国际交流的同时，诠释奥林匹克精神，弘扬中国优秀传统文化。

为了中国武术精神的传承，为了中国散打屹立世界武林之巅，中国国家武术散打队“青出于蓝而胜于蓝”“长江后浪推前浪，世上新人超旧人”，这是时代赋予他们的使命，也是广大武术爱好者对他们的殷切希望。《散打英雄筑国魂》一书记述了运动员的夺冠之路、夺冠之事、夺冠之绩的真实故事，其心路历程又是那样令人折服与感动，他们的奋斗经历反映了中国体育健儿为国争光的雄心壮志与赛场浴血奋战的拼搏精神，一个个鲜活的形象在艺术的描述中光彩照人。故事里的主人公，他们都是为国争光、夺取冠军的最杰出代表，有着不同的光辉形象、优秀品质及令人唏嘘与感动的成长历程和传奇经历。为了梦想，他们经历了常人无法忍受的艰苦训练和伤痛，面对任何困难和挫折永不放弃，永不言败，为中国散打运动的发展做出了重要贡献。这无疑是一部激励年轻一代勇于进取的好作品，是年轻一代思考人生、激励斗志的一面镜子。

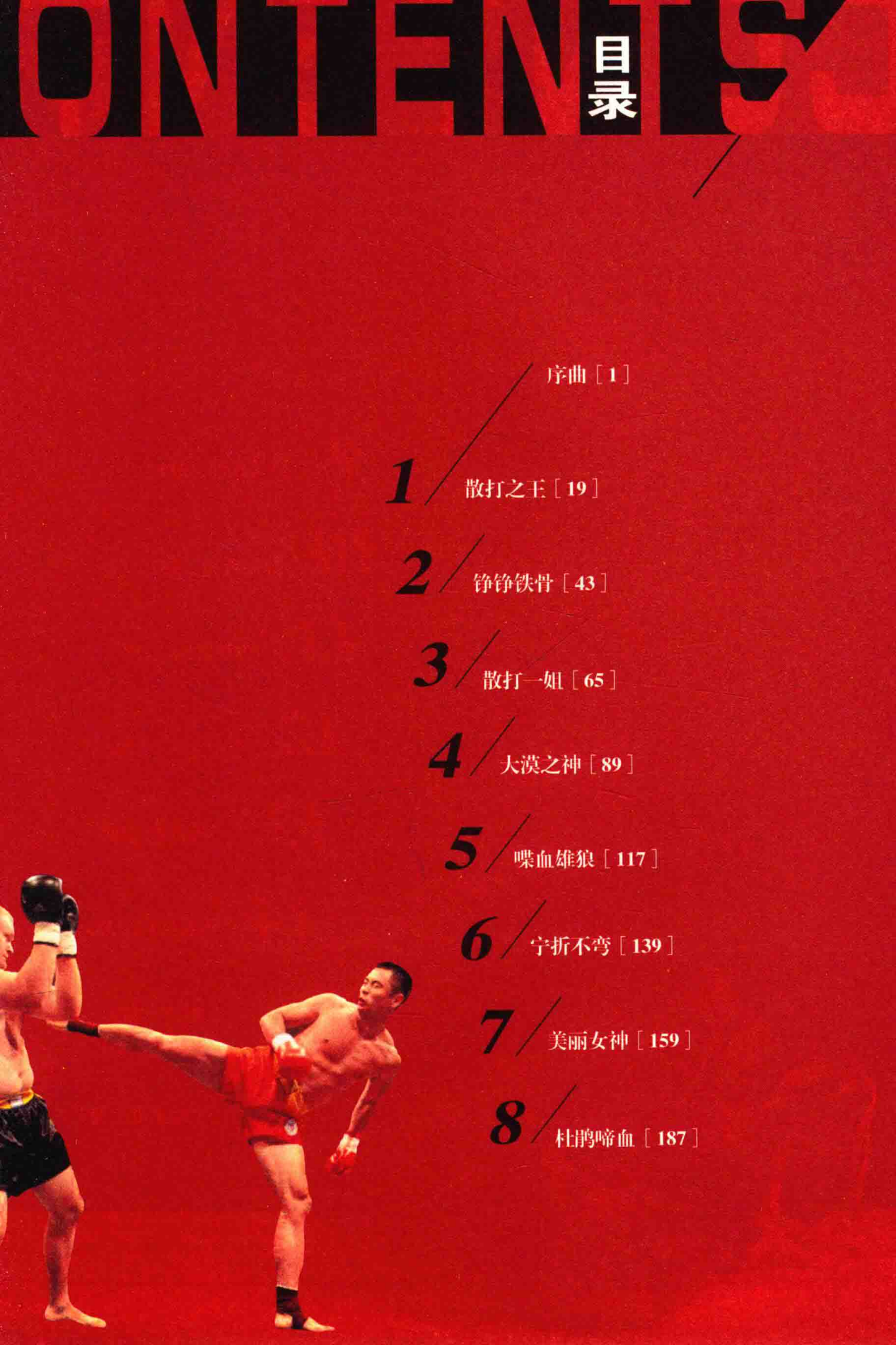
习近平总书记说：“重大赛事最令人感动的未必是夺金牌，而是体现奥运精神。这正是中国人讲的自强不息。”如今，国家重视武术的学习与推广，这对广大青少年的思想道德建设、身心健康发展、民族素质提高、民族精神培育具有重大意义。同样，武术运动的特点决定了武术在强身健体方面具有其他运动项目所不具备的优势。竞技武术以其独特的魅力吸引人、感染人，更以强烈的人文精神催人奋进。我们组织编写这本书的目的，正是通过对中国国家武术散打队队员的

成长经历和奋斗历程的记述，在弘扬中国传统文化和加强国际交流的同时，体现中华民族坚韧不拔、自强不息的奋斗精神。通过中国散打和中国传统武术，将体育强国纳入到建设中国梦的体系中，以更好地提高民族素质，提振国民精神，为实现中华民族的伟大复兴做出应有得贡献。

我们祝愿中国武术散打运动蓬勃发展、再创辉煌！

陈国荣

2016 年 8 月于陕西西安



CONTENTS

目录

序曲 [1]

1 / 散打之王 [19]

2 / 铮铮铁骨 [43]

3 / 散打一姐 [65]

4 / 大漠之神 [89]

5 / 喋血雄狼 [117]

6 / 宁折不弯 [139]

7 / 美丽女神 [159]

8 / 杜鹃啼血 [187]

CONTENTS

目录

9 / 黑马武神 [211]

10 / 铿锵玫瑰 [237]

11 / 少林雄鹰 [257]

12 / 王中之王 [279]

13 / 一代骄子 [303]

14 / 青春擂台 [323]

／ 尾声 [339]

／ 结束语 [352]





序曲

从漫漫的历史长河中跋涉而来的中华武术，历经几千年岁月而不衰。中华武术是人类文化宝库中的一朵“奇葩”，自从武术产生至今，数千年来，深受中华传统文化的影响，饱蘸东方文明之精华。因此，武术中蕴含着丰富的中华传统文化基因，渗透着中华传统文化的精髓，体现着中华民族的基本精神，在当今人类非物质文化遗产中极为罕见。

早在 20 世纪 70 年代，中华武术的风采已展示于世界，中国功夫成为其代名词。特别是中国功夫凭借电影产业的发展而一路走红，并受到世界各国的关注。可是，外国武术爱好者对于中国功夫的实战性却提出了疑问：中国武术能不能实战，可不可以比试切磋一下？为了彰显中国武术的实战威力，武术技击性问题被摆在桌面，也使散打兴起并成为与套路并存的项目。一些有名望的武术家开始思索和探讨中国武术如何与国际接轨，如何与世界流行的搏击术进行实战对决并战而胜之，以扬我中华武术实战技击的威名。

正因为武术承载着优秀的民族传统文化和民族精神，因此，以武术为载体，传承和弘扬中华民族优秀的传统文化，就显得尤为重要。中华民族的伟大复兴需要有民族精神做后盾，而中华武术所蕴含的民



族精神正是中华民族伟大复兴的重要催化剂。当代武术，不仅肩负着传承中华民族优秀传统文化的历史使命，从更深层次的意义讲，它还肩负有中华民族伟大复兴的历史使命。

于是，中国国家武术散打队于2012年2月在陕西省西安市正式宣告成立，建立这一支专业性的队伍在中国武术发展史上尚属首次。散打国家队是精英中的精英，是我国散打大军中的“特种部队”。国家武术散打队总教练张根学同样肩负着重任和使命，为捍卫国家荣誉，他带领着散打精英，南征北战，走出国门，走向世界，扬我国威！

.....

故事还得从国家武术散打队总教练张根学说起。

张根学，中国国家武术散打队总教练、中国武术协会常委、教练委员会副主任、陕西省体育训练中心主任、武术运动管理中心主任、陕西省武术协会主席、陕西省武术院院长。

张根学，1965年5月出生于西安郊区。童年时期的他，聪明伶俐，活泼可爱，是村里有名的小顽皮。由于父母中年时才有了他，所以全家人对他特别宠爱。张根学特别喜欢体育运动，当看到村里的一个工人师傅在练习摔跤时，他身体就产生了动感，觉得摔跤比家族中一个爷爷练的武术要刺激得多。于是，他就跟着工人师傅练摔跤，那时他才7岁。除了摔跤，在学校里，他更是足球和乒乓球方面的佼佼者，他速度快，反应敏捷，悟性较高，每次比赛中都是最抢眼的焦点人物。赛场上他以出类拔萃的表现，常常成为同学们的喝彩对象，同时，也引起了体育老师杨兴运的注意，觉得张根学在体育方面很有天赋，便收他为徒弟，教他练习正规的摔跤基本功。

如此一来，便开启了张根学摔跤的短暂历程。

虽然白天上学，晚上练习，很是辛苦，但杨兴运老师的悉心指导让张根学收获颇多。经过几年的基本功练习，杨兴运老师觉得这小家



伙训练刻苦努力，进步很快，打心眼里高兴，心想，这个徒弟真的没有收错。为了让徒弟在武术道路上能有更好的发展，杨兴运老师决定将张根学推荐给摔跤名师赵安利（现任西安市公安局治安局副局长、陕西省武术协会副主席）。

初次见面，赵安利老师就让张根学进行对抗练习。张根学不怯场，他光着膀子，穿着大人的摔跤服，和其他小伙伴对抗摔打。张根学的表现着实令赵安利老师感到惊讶，他没想到张根学不仅反应敏捷，身体协调性好，而且毅力和韧劲也超乎寻常。惊讶之余，赵安利老师感到由衷地欣慰，毕竟，这样优秀的摔跤人实在难得，便决定尽心教授张根学。于是，赵安利老师对张根学进行速度和力量以及技巧的强化训练，使张根学从中学到了更多东西，且基本功越来越扎实。接着，赵安利老师教张根学国际摔跤法。经过接触，张根学觉得国内摔跤法与国际摔跤法完全不一样，前者直接抱摔，后者可以抓力，两种摔跤方法给他以后的武术生涯带来很大帮助。

通过几年的强化训练，赵安利老师觉得张根学不仅为人正直诚恳，乐于助人，而且聪明伶俐、悟性甚高、不怕苦不怕累，是个好苗子，便决定将张根学推荐给了闻名陕西的摔跤教练陈建虎（其人是赵安利的教练、摔跤专家、国际运动健将、国家摔跤队教练）。

陈建虎老师的训练体系不仅仅是基本功和对抗性的训练，还包含了技击战术的运用以及综合素质的训练等。年幼的张根学非常珍惜这次机会，勤奋好学，勤于训练，使他慢慢懂得了训练方法，适应了训练方式以及如何提高基础代谢的方法。在不知不觉中，张根学的技能不断提高，综合素质也有了质的飞跃，在同龄伙伴中，他的成绩非常突出。

少年好学，将成大器！就这样，年幼的张根学整天沉浸在练习摔跤的氛围里，他对摔跤的那份热爱，是一般人无法理解的。也许，正是源自心中那份喜爱，才使他对武术技击有着自己独到的见解。



就在张根学沉浸在摔跤带给他的快乐中时，全国的征兵工作开始了。

张根学从小就崇拜军人和英雄，特别是看到战争影片中牺牲的英雄王成、黄继光、董存瑞等，这些英雄人物形象和事迹让他感动得流泪，并由衷地敬佩他们。他常常暗自思量，长大了要当一名武艺高强的军人！就连《英雄儿女》《上甘岭》等电影插曲他也非常喜欢，很快就学会了唱这些歌曲，并且一唱就是几十年，仿佛自己就是一位战场上的英雄。当他一听到征兵消息，不顾一切地去报名。虽然体检合格，但年龄太小，又是家里的独子，不符合当兵条件。赵安利老师了解情况后就去向征兵领导竭力推荐，说张根学从小能吃苦耐劳，并且是摔跤好手，别看他年龄小，但他有着惊人的能量。张根学也在一旁苦苦哀求道：“你就批准我去当兵吧，我就是要当兵，打仗我不怕！哪怕死在战场上，我也愿意！”这些话把张根学内心的爱国激情和英雄情结表露得淋漓尽致，征兵部队领导被赵老师和张根学的话语感动了。

就这样，16岁的张根学踏上了军人之旅。

寒风瑟瑟地吹着，光秃秃的树枝发出簌簌的声响。

一辆解放军大卡车装载着几十个新兵在寒冷的夜里向前行驶。大卡车经过天安门前时，新兵们兴奋地伸出脑袋，想看看雄伟壮丽的画面，但大卡车飞驰而过，很快驶向了前方，新兵们你看看我，我看看你，不知要去何方？

大卡车在颠簸中晃晃悠悠，新兵们裹着军大衣相互交流着难以平静的心情，而此时的张根学却一声不吭地看着天上的星星，两眼里饱含着泪水，入伍前的欢送场景一直浮现眼前，难以忘怀。

那天，数九寒冬，公社武装部的墙上写着“欢送新战士入伍！”“一人参军，全家光荣！”“提高警惕，保卫祖国！”等大红标语，道路



两旁锣鼓喧天，一派热闹景象。公社武装部的门前挤满了人，大多是来送子女参军的，只见有的亲属不住地叮嘱自己的孩子，有的父母在不断地擦着眼泪。张根学班级的老师和全班同学都来欢送他，整个班级他是第一个当兵的，确实是件很光荣和骄傲的大喜事。这时，张根学转眼看见父亲在锣鼓队里一边使劲敲着鼓，一边流着泪看着他，瞬间，张根学的眼泪止不住流了下来。突然，他意识到，怎么没有看到母亲？他四处张望，四处寻找，发现母亲站在远处看着他，他含着泪不顾一切地向母亲跑过去，母子俩紧紧拥抱，母亲的泣声让他泪如雨下。母亲边为他擦眼泪边语重心长地说：“儿啊，离开了家，一切全靠自己了，到了部队要好好干，要向英雄黄继光、董存瑞学习，别老牵挂着家里。”



青年张根学



张根学拉着母亲的手说：“妈，我知道了，我会好好干的，我会照顾好自己，你和爸爸千万要保重身体。”母亲微笑地点点头，然后抚摸着儿子的脸庞依依不舍地看了又看。张根学含着泪说：“妈，我走了。”

母亲望着儿子离去的背影，泪水模糊了双眼。

大卡车越开越远，越开越远……

突然一个急刹车，大卡车终于停下了。天依然很黑。

新兵们从卡车上下来，这时的广场上已有好几百个人，探照灯将场地照得通亮。张根学四周看看，发现所有人的个头都盖过自己。

新兵们列队等待着分配。

首先是特务连开始挑兵，要求身高 1.75 米，形象帅气。只听到“特务连的，带走。”“四连的，带走。”接着一连、二连、三连的新兵一个个都被带走了。

这时，广场上只剩下一个新兵站在原地等待着，在探照灯的照射下，是那么的显眼。

“这是咋回事？难道没连队要我了？还是自己会被带到特殊的连队？”张根学正想着，就听到领导说：“就剩一个了，这样吧，去五连吧。”

这时，他才知道自己已成为中国人民解放军北京卫戍区 51117 部队的一名战士。

张根学本以为到了部队是学本事的，结果到了五连，才知是步兵。虽然每天“一，二，一”“向左转，向右转”的最常规的基本训练，他都非常认真，不怕苦不怕累，但每当看到特务连战士训练时，除了个个长得帅气，那拳来脚往的训练模式和激情高涨的训练气氛，都会让他产生一种羡慕之心。有一次，训练时经过一个大沙坑，看到一些战士在进行训练，顿时，引起他很大兴趣。于是，他就跟同公社一起入伍的一个新兵战友去大沙坑观看，这才明白，大沙坑是特务连的格斗训练的场地。



不看也罢，一看简直难以抚平他那颗热血沸腾的心！他认为特务连所训练的科目才是自己想要的。逐渐，他的心开始偏离五连。

一天，张根学与同公社来的一个新兵战友说：“走，我们去看看特务连训练。”战友立刻显出兴奋神态，说：“好，去看看，咱们跟他们练练。”这个新战友当兵前在家练过武术。当时他俩商量，如果是摔跤，张根学就上！如果是打斗，战友就上！

他俩跑到一个大沙坑前，往地上一坐，一边看特务连战士训练，一边发表着议论，说这不咋样，说那不行。就在这时，他俩的议论却被特务连的一个班长听到了。

“嘿，小家伙，你俩在说什么呢？”

他俩立刻把刚要说出的话咽了回去。

“新兵战士，你们要不要练练，摔一个看看？”

听到这话，张根学和战友互相对视，微微点了点头，摔就摔，有啥不敢的。

“动真格的了，一定要胜过他们，加油！”战友悄悄地跟张根学说。

“没问题，看我的。”张根学边说边跳进沙坑里。

“我们选一位战士与这位新兵练练。”班长高声说。

张根学已经迫不及待了，他浑身充满着力量，一下子就把那个战士撂倒了。紧接着，班长上来与他摔练，很快，他又把班长给撂倒了。这下，站在一旁的排长急了：“嗨，小兔崽子，来，跟我练练，我让你一只腿。”说完，一个踢腿攻击，张根学灵活躲开，然后一个滚翻动作，又快速站起，突然一个转身，以快制胜的战术，干净利落地将侦察排长掀翻在地。全场士兵目瞪口呆，对眼前矮小的张根学那难以置信的力气赞叹不已。

“嘿，臭小子，还真有两下子，哪个连队的？”排长问。

“五连的。”张根学高声回答。

“哦，五连的。”排长认真打量起眼前这位个小力大、具有摔跤



功底的新兵蛋子。

“啊，你太牛了，简直让那些战士都目瞪口呆呀。”同公社来的新兵战友兴奋地说。

“他们也不想想，俺是摔跤专业队出来的。”张根学显得洋洋得意。

没想到，这件事传到了作战股股长的耳朵里，他就想看看这小子是啥样的，竟能把侦察班的班长、排长给赢了。其貌不扬的张根学站在股长面前，听股长的口音是陕西人，便与股长说，自己想去特务连，于是，股长就向特务连指导员推荐，说他是好苗子。再说，他平时在五连也经常与战友们摔跤格斗，五连班长和战友们都很喜欢他。所以，第二天他就被调到了特务连。

勇敢和必胜的信念常使战斗得以胜利结束——恩格斯。

张根学心里美滋滋的，他现在是一名警卫三师十一团特务连的战士，激动的心情无法形容。他从心里要感谢三位老师，是他们让自己学到了武术摔跤技术，没有他们就没有自己今天的“牛气”。

由于有着扎实的武术和摔跤功底，张根学在军中格斗比武时大显身手，一时名声大噪。三个月后他被调到了特务连侦察排。在这期间，团长经常与战士们进行擒拿格斗交流，在一次的交流中，他一下就把团长从背上翻了过去，团长连连称赞，好小子，果然名不虚传呐！没多久，他又被调到了警卫连一排。一听到警卫一排，张根学激动的心情就甬提了，他以为警卫员腰里挎着小手枪，打开枪套，拔出手枪的姿势简直太帅了。可是，他高兴得太早了，他被分到警卫班当公务员，每天给首长打扫卫生、倒开水等等。虽然不是自己想象的那种警卫工作，但他在警卫班期间工作非常认真，几次在单独执行特殊任务时表现优秀，尤其是不到十七岁的他，经常一个人代表特务连单独完成接待外国元首、外国军事观察团的任务。那个时候经常有很多外国人观看训练表演，虽然他不会说英语，但一个接一个的“Please”倒让他越说越标准了。