

# 一人击败日本空手道代表团的“中国拳王”

——中国陈式太极拳的第十一代传人 张志俊

他没有上过大学，却在世界各地的大学做了近百场学术报告；他并非出生在太极拳世家，却在央视《走近科学》节目《解密太极拳》，被誉为中国科学解读、解密太极拳的第一人；他一人击败全日本少林寺流空手道联盟鍊心馆多名高手的“上门”挑战；他的太极拳被称为《最高境界的格斗术》；他是中国陈式太极拳的第十一代传人——张志俊，一人击败日本空手道代表团的“中国拳王”。

□ 宾语/文 张志俊/供图



## 隐退江湖十六载 悟出八字真功夫

一时间，“张志俊隐退江湖”的消息传遍整个武林。体育主管部门在问，各门各派的掌门人在问，他的弟子们也非常不理解：为什么要在事业发展如日中天之时选择激流勇退？张志俊微笑着说：“太极拳需要的不是一时一地的胜负，而是向更广泛范围的推广，我想我的老师陈照奎的愿望也在于此。”

张志俊隐退江湖，江湖上却一直有他的传说。他的关于太极拳拳理、拳技、拳法的论文，开始陆续出现在《武林》、《武魂》、《中华武术》、《少林与太极》和港澳武术杂志上。

张志俊说，太极拳是中华武术，有攻防，有对抗，才叫武术。太极拳创拳的本意就是搏击，就是打人，就是保护自己，没有想到健康，没有想到修身养性，也没有想到开发你的智力。那么，它的招招式式必然是为了搏击而来，因此，过去拳的美和丑它有一个标准，我和你伸手，你趴下了，我站起来了，那么我肯定比你美；无论你长得多漂亮，你只要趴下了，你就没有我站起来好看；无论你多么高大，你只要趴下了，你一定没我高大。所以过去的目标就是趴下和站起来，失败和胜利。如果你没有抗击这个动力，你就没有争胜心，武术也便只剩下术而丢掉了“武”。

武术简化到一个字是“打”，太极拳简化到两个字是“巧打”。张志俊常讲：“跟我练拳学会摔倒人不难，更要学会潇潇洒洒地摔倒人。”太极拳是拳术，攻击性是拳术之魂，太极拳套路中的动作源于实战，因此能应用于实战的动作才为正确，才叫潇洒。

生活中的张志俊为人宽厚、热情，然而，谈到太极拳，他却语出惊人：“现在有关太极拳的文章都是千篇一律、陈陈相因，闪光的、新颖的观点很难看到。”他说：“如果我们今天还延续过去的理论，照搬、照抄古拳谱，不用现代的科学理论研究、指导太极拳，太极拳就不可能发展。”

## 梢节领劲入妙境 两头卷屈定乾坤

2000年，张志俊带着全新的“梢节领劲，两头卷屈”太极拳理论出山了。

2001年8月，应国际武联副主席、泛美武术联合会主席、美国武术联合会主席吴庭贵邀请，张志俊赴美参加了在佛罗里达州举行的第五届国际武术锦标赛，被大会邀请作为名家表演并作了学术报告，在美国引起了轰动。

张志俊讲太极拳不讲“四内”，讲内功，讲阴阳八卦，老外听不明白，说杠杆、说支点、说力臂、说切线，老外全懂了。张志俊认为，大家喜欢听他讲课，是因为他讲明白了太极拳的道理，他用简单的道理验证了太极拳的古理论。

2014年4月26日，张志俊应邀来到北京大学开展学术交流的重要场所英杰交流中心阳光厅，就“解密中国传统太极拳与太极拳的运动健身”做专题讲座。梢节的“梢”，那就是最前端，树梢、边梢、梢节、前梢、支梢，总之最前端的我们称为梢；梢节呢，是双手的第一个关节、双脚的第一个关节、上肢最前端的一个关节这五个最前端的关节。

手指是最重要的一个梢节，金字塔是手垒的，《兰亭序》是手写的，广陵散是手弹的，我们做的所有的事情，几乎都是通过手指来完成的……手由腕骨形成第一个腕关节，是我们身上最灵活的一个关节，组成的小关节越多，它的灵活性就越大，然后向前延伸，有14节指骨，5个掌骨……

太极拳和所有武术的区别只有一个，叫缠法，叫缠丝劲。子弹为什么厉害，因为有螺旋。螺旋在太极拳里边叫缠丝，太极拳的核心只有一句话叫“太极拳，缠法也”。那么缠法有几种呢？两种。一种叫顺缠，一种叫逆缠，都需要旋转关节；你写字，你拉琴，你跳舞，只要你的肢体运动，无不是梢节领劲……

北大学子们说，深奥的太极拳让张志俊大师用“梢节领劲，两头卷屈”这8个字给讲明白了。活动的雕塑，流动的山水，优美的音乐，抒情的长诗，这就是张志俊用“梢节领劲，两头卷屈”这8个字表现出来的太极拳。

## 鍊心馆挑战遭横扫 张志俊一战成英雄

日本少林寺流空手道，起源于中国少林寺拳法，经开山宗师、“拳魂”保勇改造后形成了今天的少林寺流，遍及世界各地，创设道馆千余所，门下师生30余万人。全日本少林寺流空手道联盟鍊（日本汉字，同“炼”）心馆官网介绍，昭和58年5月，鍊心馆馆长保勇曾带团到河南进行文化体育交流。昭和58年是公元1983年。这一年，张志俊一战成名。

1965年12月，保勇作为全日本少林寺流空手道开祖首次访问中国，与广州、长沙、武汉、北京、西安等中国武术各派进行交流。17年后，保勇第二次来中国时，少林寺流全国空手道选手权大会已举办了15次，随队来访的有多位少林寺流全国空手道鍊心馆个人赛、团体赛冠军。与17年前来时抱着取经的态度不同，这次保勇来到郑州，希望能与太极高手切磋，而且特意说明不是表演，是要“交手”。

少林寺流空手道的特点是以实战为主并精通兵器，中国的太极拳在国际武术交流中，以表演居多，这让许多的日本人看不上眼，认为中国功夫不过是花拳绣腿。知道了日本人的意图之后，郑州市体委不敢怠慢，立即给张志俊发急电：“有一个外事活动需接待，速回。”当时，张志俊率河南代表队正在江西南昌参加全国武术观摩交流赛。就在这场比赛中，张志俊年仅16岁的儿子张鹏摘取太极拳、太极剑两块金牌。接到电报，张志俊不敢怠慢，连夜赶回郑州。

双方见面，日本人显得非常尊重，嘴里说着“请多多关照”的话，但动起手来，那可是认真“切磋”呢。日方代表轮番上阵，都被张志俊劈打推压一招儿KO。

时年37岁，正值当打之年的张志俊用一人之力征服了前来“挑事儿”的日本空手道代表团。打不相识，张志俊与保勇先生成了朋友。

从1975年29岁时第一次和人交手，到1983年打败日本空手道代表团，在正式以及非正式场合，张先生与各类武术高手交手上百场，无一败绩。

## 为求活命练太极 “误入拳途”遇名师

1946年3月，张志俊出生在河南省焦作市龙洞乡许和村，十一个月时就失去了父亲，家里就他一个男孩，家境非常贫苦，只读了七年书，上完初一就报名下了煤窑。由于长年下煤窑，张志俊得了心脏病、胃溃疡、腰疼、关节炎等病，医生说以后不能干重体力活，也不能过分运动了。他赶紧问医生怎么治，医生说没法治，只能休息，吃点药，没事去打打太极拳吧。

已经到郑州国棉四厂上班的张志俊走进了公园，里面练太极拳的全是老人。几年下来，在公园里和那些练太极的大爷大妈们推手，已经遇不到对手了，年轻气盛的他开始有了孤独求败的感觉。

1972年6月，太极名师陈照丕带着陈家沟代表队到郑州参加武术比赛。听说来了一个传说中的高手，张志俊直接找到陈照丕下榻的宾馆，敲开门后，开门见山要跟人家“推推手”。只见一个身穿白布衫的老头坐在床边，连头也没扭，轻描淡写地对旁边的一个年轻人说：“和他推推。”连着三次被重重地摔在墙上之后，陈照丕朝他转过头来，一脸善意地看着他。

张志俊终于明白，人家的老师是陈家沟的名家，自己只是跟那些老头老太太练的，自己练的那些根本就不是真正的太极功夫。很快，他的羞耻感就被另一种情绪代替了。他在心里涌起一个坚定的念头：这辈子非把太极拳搞明白不可！

1973年，张志俊一年内六下陈家沟，学习太极拳。在陈式太极拳第十代传人陈照奎老师的精心传授下，聪明的张志俊进步神速。1977年前后，张志俊的太极拳功夫大成，那时只要人来找他讨教，他就先问对方是练什么拳的，对方说是练习形意拳的，他就用形意拳中的劈拳来应对。后来，他甚至可以把自己的一只胳膊绑起来和人比武。张志俊说，人有时应该狂妄一点，如果总是当谦谦君子，自己的功夫就得不到检验，也没人承认你的成果。他说那是他年轻的时候，现在比年轻时候可是要宽容多了。张志俊说，是太极拳改变了他。

张志俊的拳艺越来越精湛，他的知名度也越来越响亮。1980年，应郑州市体委和武协的邀请，他开始出山授拳。

张志俊教拳，有自己一套独到的方法。他不会生搬硬套，更不会敷衍塞责，他将所学灵活运用在实践中，并且用大家都好理解的杠杆、螺旋、切线的原理，形象生动地阐释了太极拳的核心——四两拨千斤。使听的人既能领悟，又易记忆。从1980至1984年间，先后有3000多名海内外弟子向张志俊拜师学艺，多名弟子在全国乃至世界比赛中摘金夺银。然而，在打败全日本少林寺流空手道联盟鍊心馆代表团不久，张志俊突然宣布，以后不再率队参加各类比赛了。