

# 汉风千载 武脉盛

（上接 01 版）

时光流转至明清，沛县武术形成八大门派并立格局。赵派大洪拳、三晃膀大洪拳、武当大洪拳、二洪拳、徐派少林拳、梅花拳、宋派少林拳等，各具神韵。民间还有气功、跑马、射箭、耍刀、举石等强身健体的武术活动。

新中国成立后，沛县武术迎来新生。政府组织专人搜集拳谱、整理兵器，将 20 多种稀有兵器纳入保护之列。“1971 年，沛县成立武术班和武术协会，全县各乡镇设立武术分会，兴建武术馆，开设教武场 599 处，十多万名群众常年习拳练武，全民尚武氛围浓厚。”沛县武术协会会长、大洪拳武林校长邓守超感慨道。作为江苏省省级非遗三晃膀大洪拳第 91 代传人，他深耕武术研究与推广近 40 载，见证着沛县武术的传承与蝶变。

跨越千年，沛县武术早已超越拳脚招式本身，升华为一种精神信仰。革命年代，沛县儿女挺身而出、浴血奋战，以热血践行保家卫国的誓言。和平时期，韩晓鹏、齐广璞等 37 位世界冠军驰骋国际赛场，为国争光；航天员朱杨柱、李广苏逐梦苍穹，以开拓进取精神延伸沛县武魂内核。

从守家卫国到舍生取义，从赛场争光到航天逐梦，沛县武术始终坚守侠义担当、务实奋进、心怀家国的精神内核，生生不息、代代赓续。

## 多措并举厚植全民武风

千年武脉何以历经岁月洗礼而绵延不绝、愈演愈盛？答案藏在沛县全民参与、根植市井、浸润日常的深厚土壤之中。

清晨公园广场，老者气定神闲运拳行气；傍晚乡村庭院、社区空地，青壮年拳脚铿锵、身姿矫健；中小学操场，少年列队扎马步、练武术操，青春意气与武风古韵交相辉映。

武术早已褪去小众圈层的专业标签，化作沛县人健身养心、修身律己、涵养气质、休闲社交的生活日常，融入城乡烟火的每一个角落。

“练武之人身体好，精气神格外充足，平日里几乎不生病，就算偶尔感冒发烧，多喝水调理就能痊愈。”46 岁的沛县武术协会理事张尊朋，习武数十年，每日坚持练功从未间断。深受武术熏陶的他，在儿子七八岁时便送入家附近的武馆习武，“孩子常年坚持练武，体魄强健、意志坚定，初三时从没参加过集中体育训练，中考体育轻松拿满分，这都是习武带来的益处。”

4 月 11 日至 12 日，沛县第二届传统武术交流比赛开赛，41 支代表队、748 名武者同台竞技，尽显传统武术魅力；5 月 9 日，“徐州奥体有好市·苏品苏货徐州好物”活动现场，沛县武林高手轮番登台，刚劲招式引来阵阵喝彩……

根深叶茂，行稳致远。沛县多举措完善武术传承体系，夯实发展根基。

健全组织体系，筑牢管理保障。沛县明确文体广电和旅游局为主管部门，联合县武术协会，构建政府主导、协会牵头、社会参与的立体化管理体系。目前，沛县拥有 11 个正式注册武术类社会组织、九大武术门派、20 余所武术馆校，习武人数达 15 万，实现城乡全覆盖。其中，县武术协会在册会员 1000 余人，年均举办武术赛事及文化活动 30 余场、开展公益培训 120 场次；县太极拳协会在册会员 901 人，布局 39 个标准化辅导站，常态化走进社区、乡村、校园开展公益展演、免费教学，让武术惠民落地生根。

夯实传承队伍，完善育人梯队。沛县武术各拳种遍布各镇、街道，形成老中青幼梯次传承格局，现有省级非遗传承人 3 名、市级非遗传承人 2 名，二晃拳、三晃膀大洪拳等主流拳种习练人数均达数千人。依托拳种研究会、公益培训班、非遗传承基地等载体，常态化开展传统武术教学传承。2025 年首期全民健身技能公益培训班，开设 7 个传统武术项目，吸引 900 余名群众踊跃参与，全民习武、全民传武氛围愈发浓厚。

强化政策支持，加大经费投入。当地出台举措推动民办武校规范发展，县财政每年投入专项资金，用于拳种保护、古籍整理、老拳师帮扶、非遗活动开展，为武脉传承保驾护航。

丰富活动载体，放大文化影响。沛县坚持“以赛事促传承、以交流促发展”，连续举办 37 届沛县精英杯传统武术比赛；成功举办梅花拳交流展演赛、苏皖鲁豫盐城武术邀请赛等跨区域赛事。同时深挖整理武术文化史料，编撰出版《沛县武术志》《沛县大洪拳谱》等专业著作。

深化融合发展，打造特色品牌。立足“武术 +”全域融合理念，推动武术与教育、文旅、体育深度共生。教育领域，全县 115 所中小学全部开设武术必修课，编撰青少年专属武术教材，改编特色校园武术操，依托课后延时服务挖掘体育后备人才，实现武术启蒙全覆盖；文旅领域，以武术赛事为纽带，串联汉文化景点、乡村文旅资源，推动“体育 + 旅游”深度融合，让武术成为展示沛县城市形象的亮丽名片。

如今的沛县，武术不再只是传统文化符号，更成为文旅融合的核心 IP、乡村振兴的文化载体、城市发展的活力引擎。以武聚客、以文兴旅、以产富民，千年武韵正焕发时代新生，为县域高质量发展注入源源不断的文化动能与经济活力。

## 体教融合崛起“冠军之城”

走进沛县体育中学，荣誉墙熠熠生辉，一张张冠军照片、一枚枚奖牌奖杯，诉说着这座冠军摇篮的辉煌过往。其中，2006 年都灵冬奥会自由式滑雪男子空中技巧夺冠瞬间的照片格外醒目，韩晓鹏一跃腾空、完美落地，为中国实现冬奥会雪上项目金牌“零的突破”。这位从沛县武术热土走出的雪上飞人，正是沛县体育中学培养输送的优秀运动员代表。

作为“国家高水平后备人才基地”，沛县体育中学自 1964 年建校，60 余载深耕体教融合，累

计培养输送运动员 8000 余名，走出韩晓鹏、齐广璞、崔文华等 29 位世界冠军、200 余名全国冠军，600 余名学子考入各类体育及综合类本科院校。

选材育苗，是冠军成长的第一步。“教练员定期下沉各中小学实地走访、现场测试，从体态、爆发力、身体灵敏性等维度精准甄别运动好苗子，不错过任何一个有天赋的少年。”沛县体育中学副校长马辉介绍。与此同时，县里支持出台体育特长生专项招生政策，以政策红利激励青少年坚守习武初心、深耕体育赛道，为人才成长筑牢政策保障。学校开设武术散打、跆拳道、拳击、技巧、蹦床等 12 个专项，技巧、蹦床、散打、举重四大项目优势突出，多年来持续向省市专业队输送人才。

沛县地势平坦，素有“百里平川地，十里高三尺”之说，最高海拔仅 41.5 米。无高山依托、无积雪资源、无专业山地赛道，为何能缔造冰雪项目冠军传奇？

马辉一语道破底层逻辑：“沛县孩子自幼习武，常年练拳打下扎实的腾空爆发力、身体平衡感与空中姿态控制能力，日积月累磨炼出坚韧不拔的意志品质，这些身体素质与精神特质，和自由式滑雪空中技巧项目高度契合，这正是跨界成才的核心密码。”

上世纪 90 年代，沛县体育中学资深教练刘德镇慧眼识才、主动破局，对接东北冰雪项目选材团队，打通沛县至东北的冰雪人才输送专属通道。

从韩晓鹏、齐广璞到 2026 年米兰冬奥会斩获两枚铜牌的沛县小将李天马，三代沛县健儿驰骋冬奥赛场，接续为国争光。

李天马与冰雪赛场的缘分，同样始于沛县本土武风的滋养。4 岁那年，他便踏入武馆拜师习武，师从启蒙教练张晓华。2009 年，张晓华专程带他远赴长春滑雪场试水训练，就此为这名沛县少年打通通往冰雪赛场的赛道。

“能取得这样的成绩，离不开家人和父老乡亲的长久关注和全力支持。在后续训练和赛事中我会持续突破自我、再创佳绩。”今年 4 月，载誉返乡的李天马坦言。质朴言语言，尽显沛县少年的赤诚与韧劲。

凝神静气、扎稳马步，出拳刚劲有力，腾挪行云流水，阵阵习武呼喝声响彻场馆……5 月 20 日清晨 6 时许，沛县体育馆二楼训练场内热气升腾、拳风激荡，由全县严格选拔出 39 名武术精英组成的沛县代表队，正全力备战第二十届全国武术之乡武术套路比赛（江苏沛县站）”今年 4 月，载誉返乡的李天马坦言。质朴言语言，尽显沛县少年的赤诚与韧劲。

正是一代代沛县体育人的坚守、深耕与接力，让平凡平川孕育不凡梦想，源源不断培育体育英才，成就了专属沛县的冠军传奇。

冠军精神代代传承，激励少年逐梦前行。2025 年全运会武术散打男子 60 公斤级冠军唐思硕，今年 1 月回到母校沛县少林武术学校，与学弟学妹们分享训练成长经历，讲述拼搏追梦感悟，为少年们种下习武励志、为国争光的种子。

来自黑龙江讷河的 15 岁少年马世宁，便是被沛县武术盛名吸引的追梦少年。远在千里之外的他，自幼听闻沛县“武术之乡”美誉，6 年前在亲友推荐下，他毅然南下奔赴沛县习武。数年封闭式训练，他不仅练就强健体魄，更磨砺出沉稳坚韧、自信开朗的心性，在一招一式间成长蜕变。

慕名赴沛习武的少年，不止马世宁一人。“每年都有安徽、浙江、河南、黑龙江等多地家长，不远千里把孩子送到沛县习武成长，靠的就是千年传承的正宗拳法、规范科学的训练体系，以及实打实的成才渠道。”61 岁的孟宪军感慨道。作为沛县少林武术学校校长、沛县武术协会副秘书长，同时也是徐派少林拳传承人，他自 1988 年创办武校以来，始终坚守“文武并重、以德育人”的办学理念。

30 余年深耕育人，沛县少林武术学校斩获 588 枚金牌、316 枚银牌，收获 20 余个团体奖杯，先后培养出朱扬涛、唐思硕、邢子恒等一大批体育冠军。如今校园占地 60 亩，创新推出“武术 + 中专学历”办学模式，与徐州安泰中等专业学校联合办学，让学生既能苦练武艺，又能夯实文化基础、考取正规文凭，畅通升学、参军、专业队输送、社会就业等多元成长路径，成为全国各地家长托付孩子的底气所在。

## 武韵出海架起文化桥梁

武术是中华优秀传统文化的重要载体，承载着止戈为武、崇德尚义、天人合一的东方哲学。沛县武术兼具实战攻防与修身养性双重特质，刚猛中藏内敛，质朴中见底蕴，原汁原味的传统武学底色，吸引全球武者慕名跨海拜师、潜心研学，成为县域民间对外文化交流最鲜活、最有温度的名片。

4 月的沛县欧风宾馆羽毛球场馆内，拳风阵

阵、喊声清亮。几名海外学员身着练功服，跟随少林六合堂创始人潘霜喜潜心习练六合苗刀，起势沉稳、出拳刚劲、踢腿生风，一招一式认真专注，眼神中满是对中华传统武术的热忱与敬畏。

“在这里，潘老师不只是传授招式技法，还细致讲解中医养生智慧、两汉历史文化，让我的收获远超习武本身。”来自瑞士的 31 岁学员科西莫，擦去额头汗水，言语间满是恳切。

深耕武道 20 余年的科西莫，在瑞士开办的武馆拥有百余名学员，去年在西班牙国际六合苗刀公开课上结识潘霜喜，便毅然奔赴沛县拜师学艺。“学成回国后，我会把在沛县学到的传统功夫、汉文化底蕴与养生理念，传授给武馆学员，让更多人了解沛县武术、爱上中国传统文化。”

科西莫的逐武之路，是沛县武术联通世界的生动缩影。每年夏天，沛城街道潘阁村都会迎来几名“洋弟子”。这些来自海外的学员跟随潘霜喜学习少林六合拳、春秋大刀等传统武术。

西班牙武术爱好者布鲁诺，痴迷中国传统武术 30 余年，几年前被潘霜喜所著的《六合功》等传统武术专著深深吸引，自此多次带队来沛县进修。

“我很喜欢中国文化，特别是中国功夫，这里的教练非常专业，而且非常友好。”布鲁诺深有感触地说。如今他在马德里经营的 3 家武馆，成为海外民众了解中国武术的重要窗口。

“我教给海外弟子的，从来不仅是武术招式，更有‘尚武崇德、内外兼修’的理念。”潘霜喜坦言，海外学员对中华优秀传统文化的热爱远超预期，不少人在研习武术之余，深入了解汉文化、品读沛县历史，感慨这片土地底蕴厚重、文脉绵长，远比想象中更有深度、更有气势。

以平台为依托，以武学为纽带，沛县对外武术交流持续升温。依托少林六合堂、潘阁村武术训练基地等特色平台，沛县已接待十余个国家的武者前来集训拜师、研学交流，让沛县武术走出国门、走向世界。

一批批海外学员学成归国后，主动化身中华文化传播使者，把沛县拳法、武德精神、汉风人文带回本土。在技艺交融之上，更实现了文化共情、文明互鉴。

## 武德润城涵养文明新风

武风与民风相融，武德与美德共生。在沛县，武术从来不仅是赛场竞技、强身健体的技艺，更是涵养乡风文明、塑造城市气质、浸润百姓素养的精神载体。

武当大洪拳掌门徐星，深耕武学数十载，始终心怀大爱、热心公益，以侠义真心践行武德初心。30 年前，一纸书信牵起湖南永州与江苏沛县的跨越千里之缘。得知素未谋面的笔友蒋淑芳家境拮据、求学艰难，彼时自身生活并不宽裕的徐星，毅然捐资 1200 元助其渡过难关。后因住址变迁、通信更迭，两人无奈失联整整 28 年。岁月流转，蒋淑芳从未忘记恩人，多方辗转寻访，终于在今年与徐星重逢。一段跨越半生的感恩与坚守，一段质朴纯粹的侠义温情，感动万千民众，成为沛县武德育人、崇德向善的生动范本。

师有侠义风骨，徒有少年担当。跟随徐星学武的闫俊杰，自幼寒暑不辍苦练拳法，在各级武术赛事中屡获大奖，赛场之上奋勇拼搏，生活之中谦逊有礼、心怀大爱。

2024 年 4 月 27 日，朱集镇孟楼村一位老人突发疾病急需救助，120 救护车立即出动。但是老人住得比较偏，又说不清具体位置，急救人员找不到住址，十分焦急。正在苦苦找不到路的时候，在路口，遇到骑自行车的闫俊杰。“跟我走！”得知情况后，小俊杰立即掉转头头，一路狂奔，带领救护车顺利抵达。

“我学武术就是为了练好身体，做好准备，长大以后能够成为像陈祥榕哥哥那样的英雄。”2025 年江苏省“新时代好少年”先进事迹发布仪式上，闫俊杰这样说。

师徒二人以身作则，既坚守拳法本源，更深耕品德之根，完美诠释沛县“习武先立德、学艺先做人”的千年传承理念，也带动更多人崇德向善、躬身行善，为“好人沛县”注入尚武崇德、向善而行的精神动能。

“在沛县习武，品行永远是第一道门槛。”张尊朋对此深有感触。自幼习武的他，先后师从多位武学前辈，精通武当大洪拳、洪拳小架，擅长流星锤、牛角双拐等传统器械。“不管拜哪位前辈为师，首先考察的就是人品德行。品行不端、心术不正之人，即便天赋再高，前辈们也绝不会传授真功夫，这是沛县武术传承千年不变的规矩。”

王龙表示，沛县持续推动武术进校园、进社区、进乡村、进广场，将尊师重道、坚韧拼搏、见义勇为、谦和包容的武德内涵，转化为市民日常行为准则与青少年价值追求，以武润心、以文化城，持续擦亮沛县文明底色，让尚武崇德之风浸润全城。

## ■记者手记

# 读懂文武双馨的千年底蕴

行走沛县大地，扑面而来的不仅是苏北小城的烟火气息，更有刚柔并济、文武共生的千年气韵。这里既是全国首批武术之乡，亦是苏北首个中国武术之乡，一身侠骨、一脉文心，相融共生、代代传扬。

武风随处可见：清晨场馆拳脚铿锵，公园广场老少习拳，校园课堂武韵浸润，民间武馆薪火相传，尚武精神早已融入城市血脉。与此同时，满城书香同样沁人心脾。刘邦一曲《大风歌》开汉韵文风先河，

历代文贤辈出，千年文脉绵延不绝。如今沛县文坛人才荟萃、创作兴盛，书香与武风相互滋养，铸就了崇文尚武、文武兼备的独特城市气质。

武脉兴则风骨立，文脉盛则气质雅。沛县以武铸魂、以文润城，把尚武之风与书香文脉深植乡土，既培育出驰骋赛场的冠军健儿，也涵养出翰墨飘香的文学沃土，让文武双馨的沛县底蕴，成为中华优秀传统文化永续传承的生动范例。

盛夏时节，丰县瓜果飘香、风物繁盛，本土特色果蔬陆续成熟上市，迎来一年一度的产销旺季。在凤城街道海子崖社区海子崖农场，绿意铺展，硕果盈枝，线上直播带货火热朝天，线下田园采摘人气爆棚，勾勒出一幅果香四溢、业态兴旺的乡村夏日烟火画卷。

“直播间的家人们，欢迎来到海子崖农场！咱们棚里有小番茄、奶油小黄瓜、布利塔长茄、螺丝椒。想带娃体验田园采摘的朋友，直接拍链接，线下随时入园。”农场工作人员丁玲花对着镜头展示新鲜果蔬，细致介绍果蔬品相、口感特点与挑选技巧。亲切接地气的解说，吸引众多网友围观、互动下单，直播间订单不断，新鲜优质的本土果蔬通过线上渠道销往各地。

直播间内热度高涨，大棚里更是生机盎然。走进农场种植大棚，藤蔓交错缠绕，各类果蔬挂满枝头。红彤彤、黄澄澄的小番茄错落点缀，翠绿的黄瓜、鲜亮的辣椒缀满枝蔓，满眼皆是硕果累累的夏日丰收景象。

游客们穿梭在田垄之间，俯身挑选成熟果实，现摘现尝，饱满清甜的汁水满口迸发，纯粹自然的果香萦绕舌尖。“现摘的就是新鲜，这是我吃过最清甜多汁的小番茄！”李女士带着孩子前来体验采摘乐趣，满心欢喜地分享道：“我刷短视频看到这里。实地来了发现，环境更好、氛围更热。孩子第一次见到五颜六色的小番茄，新奇又兴奋，我们摘了满满一大盒。”

据农场工作人员介绍，目前大棚内培育有青、橙、黄、红四种色系的特色小番茄，品种优良、口感清甜、皮薄多汁，一经上市便广受消费者青睐。该品种小番茄产量喜人，亩产可达一万余斤，采收期更是长达 5 个多月，相较于普通果蔬，经济效益大幅提升，成为农场的特色增收好物。

除缤纷果蔬采摘之外，农场的“一分田”共享菜园更是俘获了众多市民的芳心，成为亲子游玩、休闲放松的网红打卡地。在这里，市民可以认领一小块专属田地，沉浸式体验春耕播种、秋收采摘的完整农事过程。闲暇时分，带着孩子捡拾农家土鸡蛋、亲近田园自然，一站式满足田园体验、亲子陪伴、亲近自然的需求。

小小农场的热闹图景，是丰县乡村产业蝶变的生动缩影。田间饱满的硕果、直播间嘹亮的吆喝、田园间欢快的笑语，处处彰显着乡村发展的新活力。

农文旅深度融合，不仅让本土优质果蔬走出乡村、打响名气，更盘活了乡村闲置资源，激活了乡村旅游活力，拓宽了村民增收渠道，为乡村振兴持续注入鲜活动能，让夏日的丰县乡村，既有果香四溢的烟火气，更有蓬勃发展的新气象。



6月5日，铜山区棠张镇凯庆家庭农场果蔬丰收正当时。温室内大棚内绿意盎然、瓜果飘香，番茄红润饱满、挂满枝头，甜瓜果香浓郁、品相上乘。农户们抢抓时节，有序开展采摘、分拣、管护等田间作业，处处是繁忙的丰收景象。

本报记者 刘天禹 摄

# 翻舟自救、离心救援、心肺复苏…… 睢城街道这场演练“战”味十足

本报记者 郝力 通讯员 肖迎迎

“有人落水了！快，抛绳！”话音刚落，一只橙红色的救生圈带着绳索精准落在“落水者”身旁。岸上救援人员稳稳牵引，“落水者”被拉向岸边，整个过程用时不到 15 秒。

6 月 5 日下午，烈日当空，睢宁县睢城街道徐沙河红旗桥东侧水域喊声阵阵。睢城街道 2026 年水域应急救援实战演练正在这里火热进行。

来自睢城街道综合行政执法和安全生产综合监管办公室、睢城平安义警协会、睢城街道民兵应急队伍、睢城街道水利站、工人医院等多个部门单位的队员，连同各社区安全员、灾害信息员（AB 角）共 140 余人全副武装，迎接一年一度的“大考”。本次演练共设置远距抛投救援、橡皮艇抵近救援、离心救援、翻舟自救、岸上急救、水泵排涝等 6 个科目。

演练刚开始不久，河中央突然传来惊呼。一艘橡皮艇在行驶中倾覆，3 名队员落入水中。在岸上观摩的群众心里一紧。然而，落水的队员没有一丝慌乱。他们迅速抓住船底浮力带，借助救生衣浮力保持呼吸，然后默契配合——探身、抓绳、顶推、回正，整套动作一气呵成，倾覆的舟艇被成功扶正。3 人依次登船，继续执行任务。

紧接着，一名“被水冲走”的“落水者”在河面挣扎。一艘救援艇从下游快速靠近，操控手稳住油门，以“落水者”为中心做圆周运动。艇身随着离心力自然倾斜，一侧船舷贴近水面。就在靠近“落水者”的一瞬间，艇上救援队员迅速探身、伸手、发力——一把将人拉上艇。从抵达到救起，只用了 20 秒左右。离心救援技术适合在流水中快速施

救，对操舟手的控艇能力和队员的配合默契度要求极高。

演练现场，不少附近居民闻讯赶来围观。家住附近的居民张大爷说：“看到这些小伙子动作这么利索，咱们老百姓心里踏实。”

远距抛投救援、橡皮艇抵近救援等科目轮番上演。睢城街道综合行政执法和安全生产综合监管办公室负责人王山一边盯着水面操作，一边叮嘱身边的队员：“每一个动作都要形成肌肉记忆，到了实战才不会慌。”“落水者”被救上岸后，医疗救护组立即接手。两名医护人员跪在垫子上，迅速清理“落水者”口鼻异物，判断其呼吸心跳。发现无呼吸后，立即实施心肺复苏——双手交叠、垂直按压，30 次胸外按压配合两次人工呼吸，节奏沉稳有力。经过两个循环，“落水者”恢复自主呼吸，随后被盖上保温毯，模拟转运至医院。整套急救流程紧凑规范，赢得现场观摩人员的一致认可。

在排涝水泵实操环节，场景模拟的是暴雨过后城市低洼区域严重积水。队员们迅速铺设水带，启动大功率排涝水泵。水泵轰鸣声中，积水被快速抽出。“这台泵流量大、扬程高，特别适合地下车库、下穿隧道等内涝点的应急强排。”王山介绍。

演练结束，所有参演人员列队清点，装备逐一回收。睢城街道相关负责人表示，下一步，将继续加强防汛工作，严格落实各项防汛措施，密切关注雨情、水情变化，同时把此次演练中发现的问题清单化整改，确保汛期应急队伍“拉得出、冲得上、救得下、处置稳”。