

菏泽梅花拳十五代传人陈良柱

60多年习武路练就“梅花跤王”



之老拳师系列

文/片 本报记者 邢孟



自幼习武，拜师学艺

在牡丹区东城办事处双河社区的一个小院中，年届七旬的陈良柱还时常手握一柄春秋大刀在自家小院中练上几个回合。一提起梅花拳，陈良柱就来了精神，讲起来滔滔不绝。

陈良柱出生于武术世家，小小年纪就打下了扎实的基本功。十几岁时，陈良柱拜林名宿梅花拳第十四代传人丁金龙为师，学习摔跤技艺。除了每天坚

持练习武外，为了增加腿功，陈良柱每天早晨在双腿上绑上沙袋跑步，沙袋越换越重，后来直接换成了9公斤的铁瓦跑步20里路。长此以往，陈良柱的腿上、脚上经常磨破、起泡。

功夫不负有心人，在苦练之下，陈良柱的摔跤技艺大增，轻而易举就能将比自己习武时间长的师兄摔倒在地。“那时候条件艰苦，摔跤没有垫子铺，就

到麦秸垛边去练习。”陈良柱说，虽然如此，但磕碰、摔打之下，难免身上不留下伤。除此之外，陈良柱还多次自费到河北、河南等地拜访当地的名师切磋武艺，取长补短。

即使工作之后，陈良柱也从未间断。刚开始在拖拉机厂当修配工，为了练习臂力，陈良柱经常利用身边的工具练习，400多斤的拖拉机轮胎成了他手中的

举重杠铃。因此，陈良柱的武艺不仅一丝也没有落下，反而进一步加强，闲暇之余很多工友、同事都跑来找他“拜师学艺”。渐渐地，陈良柱崭露头角，名声远扬。



广传技艺，传承传统武术文化

在圈里小有名气之后，不少人慕名前来希望拜陈良柱为师，学习梅花拳击摔跤技艺。在师傅的劝解之下，而立之年的陈良柱正式开始收徒传授技艺。

为了将传统武术文化发扬光大，并没有拘泥于传统“传内不传外”的家传形式，而是广收

门徒，悉心传授技艺，将自己的看家本领全部教授给自己的徒弟。习武60多年，陈良柱收徒近2000人。

“习武先习德。”陈良柱习武多年十分重视徒弟的武德修养，想要拜师他的门下，首先要遵循“不准欺师灭祖、不准滚门

跳教、不准为非作歹、不准退前落后的四不准门规，只要心性纯良，热爱武术，不管从事何种行业、胖瘦高矮、年纪如何，陈良柱都一视同仁，尽心教授。正因如此，他的徒弟遍布菏泽的各行各业。

“传承武术也要从娃娃抓

起。”为了给喜欢武术的孩子们提供一个专业的练武场所，更好地发扬传统武术文化，退休之后的陈良柱自己投资创办了文武学校，招收各个年龄层次的孩子学习武术。他自己也时常去学校看望孩子，指导他们练习。



摘金夺银，他让菏泽摔跤名声大震

1968年，菏泽第一支摔跤队成立之后，由于摔跤技艺更胜一筹，陈良柱顺理成章成为领队。重任在肩，陈良柱更加用心，每天除和队友们练习摔跤之外，经常带领他们参加各种武术比赛和摔跤比赛。自1968年至1987年，陈良柱先后在市、区摔跤及散手比赛中获得冠军9次，获亚军及第

三名16次。

随后，陈良柱开始走出去参加各种摔跤比赛来切磋技艺，取长补短，1974年10月，在西安举行的全国首届武术比赛及中国式摔跤邀请赛中，他力挫各路高手荣获第二名；随后，在全国各中摔跤比赛中，陈良柱及其弟子都又获得了骄人的成绩，使得菏泽的摔跤

在当时名声大震。

虽然摔跤技艺高，但他们却从来没有一个正规的训练场所。一次比赛中，他们和一支专业摔跤队伍狭路相逢，因为技术装备不敌对手，落了下风。回到菏泽后，陈良柱就考虑在菏泽也建一个摔跤训练的专业场所。为此，他自己投钱建起了摔跤柔道训

练基地，有了专业的场地和器械，弟子们的技艺也突飞猛进。

现在，虽然年届古稀，身体也大不如从前，但陈良柱的心放在了将传统武术传承上面。如今，他将文武学校教给了自己儿子打理，希望儿子能继续将他的事业传承下去。



陈良柱演练春秋大刀。



发红包啦



近日，单县天祥罗汉参专业合作社在李田楼镇潘庄村召开成员分红暨罗汉参有机种植培训会议。据悉，2013年冬合作社在市场转型不确定的情况下，冒着很大风险将罗汉参全部收购，并积极开拓农贸市场，使产品得以顺利销售，解除了风险，实现了盈余。按照2013年合同约定，凡是与合作社签订合同并使用合作社统一购置有机肥的成员，根据向合作社销罗汉参的数量参加盈利分红，每市斤分红0.2元。

本报记者 王保珠 摄影报道

菏泽新世纪电影城
影讯

《脱轨时代》



电影《脱轨时代》讲述80后许可在某个清晨醒来后，佯装气定神闲地走进民政局办离婚。回去的路上与一辆宝马车相撞，回到家后，她开始检阅自己凄惨的生活：青春已逝、老公出轨、净身出户、车辆被毁。

富二代康少的出现给许可的生活打了一剂强心针，谁知却又撞上闺蜜毛毛，尴尬无比的三角恋轰轰烈烈地展开。另一边，气质忧郁的前夫刘光芒，在度过失去婚姻的颓废期后，亦步亦趋地走在浪子回头的路上，恋爱时的点滴回忆与温馨慢慢复苏，许可又将如何选择？