

ONE格斗冠军赛首秀战胜日本老将 被格斗界称为“中国最强中学生”

冰城郝帅 好帅!



□本报记者
张堃雷

小姑娘随便“捶巴”的小男孩

第一次见到郝帅，他穿着粉色的拳击鞋，与教练陆阳的小女儿玩得不亦乐乎。“郝帅哄孩子特别靠谱，比他师父强多了。”师娘赵可欣笑着调侃这位爱徒。

摘下眼镜，郝帅显出搏击高手本色——快速的出拳和踢腿、灵活的步伐，以及如野狼一样的坚毅眼神，让人不寒而栗……谁曾想到，如今格斗场上的王者，曾经是个连小姑娘都打不过的弱小男孩。

当时，为了让比同龄孩子矮半头的儿子锻炼身体，郝帅的妈妈把他送到赛文搏击俱乐部，希望能让儿子长长个儿。那时的郝帅性格沉闷，身材矮小不被教练看好。训练场上，已经上小学四年级的他，甚至连比自己小两岁的小姑娘都打不过，随便谁都能捶巴他几下。“不想练了，想回家。”嘴上没说的想法，在郝帅心中默默萌生。胆小的他不敢直接跟教练和妈妈说出想法，于是偷偷跑到幼儿组课堂上，这让俱乐部总教练陆阳有些看不懂：“你怎么跑幼儿班来混了？”

听着教练的疑问，郝帅心生一计：“下午要上课，只能上午来。”不善于撒谎的郝帅随便编了一个理由，没想到却让教练上了心。“郝帅妈妈，孩子真是下午要上课吗？”看着在电视前闷不做声的儿子，妈妈满心疑问，随即反应过来是儿子在撒谎。“我们省吃俭用让你去练搏击，为的是让你学会骗爸妈？”不善言辞的妈妈此刻歇斯底里，倔强的郝帅却只是默默擦着眼泪。

亲戚打来一通接一通的电话，全都是劝妈妈让郝帅放弃搏击，被倔强的妈妈一一拒绝。“我也不知道自己到底行不行，只是想不让我妈的坚持打水漂。”一番波折后，郝帅回到小学班开始苦练，



这一切都被俱乐部总教练陆阳看在眼里。

情同父子的搏击师徒

郝帅的境遇让小时候同样怯懦不自信的陆阳，仿佛看见了曾经的自己。于是，他破格将郝帅招到自己的精英班，亲自培养。“敢跟教练和妈妈斗智斗勇，还能这么冷静，这孩子的勇气不一般。”

训练中，陆阳惊喜地发现郝帅拥有远超同龄人的敏捷性和反应速度。“郝帅，你信吗？你要是好好练，我敢保证你会成为世界冠军。”陆阳的话，让小眼睛的郝帅第一次惊讶地瞪大了双眼：“你是在说我吗？师父！”郝帅把这话当成师父哄自己努力训练的玩笑。

自从跟这位全国冠军教练一起训练，郝帅就像坐火箭一样进步神速。曾经连小姑娘都打不过的他，不到3个月就在俱乐部里鲜有对手。2018年，哈尔滨市散打比赛，成为郝帅搏击生涯的转折点。比赛中，他一路过关斩将，最终跟同门师兄会师决赛。由于两人来自同一家俱乐部，因此决赛时教练坐上了看台，没有师父指导的郝帅明显有些底气不足。

“练搏击一年，我第一次感到什么叫紧张。”即便有了训练中的积累，郝帅仍然心里没底。直到比赛鸣锣开始后他才发现，自己竟然能跟“不可一世”的师兄打得有来有回。3局比赛，双方比分交替上升，此时的郝帅似乎忘记一切，所有精力都专注在场上。当最后宣布获胜环节时，裁判拉着两人的手，郝帅低头不语，直到裁判将他的手高高举向空中，这位总是沉默寡言的男孩终于仰天长啸，庆祝自己的第一个冠军。

从那以后，陆阳发现，以前不敢直视对方双眸的徒弟，眼中竟开始闪烁出耀眼光芒。从那一刻开始，陆阳更加坚信，这个小小徒弟的未来不可限量。

师徒两人相差20岁，从最开始的总教练与普通学员，到后来的亲师徒再到亲如父子，陆阳说，他把从事教练工作以来将近一半的精力，都放在郝帅一人身上。为了帮郝帅研究对手，陆阳甚至会把一个比赛视频看30多遍；生气时，他也会朝着郝帅的屁股狠狠来几下，偶尔也会有几句难听的话脱口而出，但每次更难受的总是他。“最近两年，随着郝帅的成熟，我再也没有对他说过太重的话，反而更像是朋友一样去交流。”

从黑龙江走向全国赛场的第一场比赛，郝帅“吃了瘪”。那是在2020年的一次全国知名比赛，预赛阶段，郝帅遇到东道主运动员。比赛中，郝帅始终略占上风，却没能将对手KO（将对方击倒获胜）。宣布比赛结果时，裁判裁定两人战平，郝帅因体重比对方高0.1公斤而被判负。“没想到，在第一场全国比赛就遇到这种情况，这也警示我必须要在比赛中占据绝对优势。”回到哈尔滨后，郝帅开启了玩命苦练模式。

看着徒弟的努力，陆阳虽然有些心疼，但更多的是为徒弟骄傲。“这小子有血性，我没看错他。”一切似乎都顺理成章，郝帅的竞技状态随着这些改变迅猛提升。截至目前，郝帅已手握5条国内青



郝帅和
师父陆阳

少年比赛金腰带，在国内同年龄、同级别甚至更高级别上都难遇对手。师徒俩开始将目光瞄向更高水平的国际赛场。

17岁中国学生打赢31岁日本老将

2024年，在陆阳的多方沟通和协调下，17岁的郝帅来到泰国曼谷，开始在异国他乡的打拼。

“在国外我就代表中国，不能给咱们国人丢脸。”抱着这样的信念，在泰国打了4场表演赛的郝帅取得全胜，且全部以KO对手的方式结束比赛。他的表现吸引了ONE自由搏击冠军赛主办方的注意，原本约定郝帅明年在该项赛事上的首秀，被提前到了今年5月31日。

郝帅在ONE冠军赛首秀的对手，是拥有两条日本国内金腰带的31岁老将志贺将大。为了更好地研究对方，陆阳特意委托在日本的朋友找到志贺将大的4段比赛视频，每段视频看了不下50遍。“虽然他打法凶狠，但毕竟已是31岁的老将，体力和精力都无法与17岁的郝帅相比。”陆阳给郝帅制定了加快节奏和步伐等战术，用更高效的进攻打垮对手。

鸣锣开赛后，志贺将大的第一拳进攻就在郝帅的右下巴上留下一道3厘米长的口子。回忆这一场景时，师徒两人说，这道伤口就像是一根火柴，彻底点燃了郝帅的斗志。从那之后，郝帅的重拳就像暴风雨一般，让志贺将大疲于奔命，并多次主动搂抱郝帅以躲避袭击。从第二节开始，比赛就成了郝帅一个人的表演，志贺将大彻底沦为陪衬。赛后，郝帅毫无悬念地成为获胜方，他跳上陆阳的肩膀，尽情地享受着现场观众的欢呼和呐喊。

截至目前，郝帅在职业生涯中的全部61场比赛中，取得了58胜3负的战绩，其中有9次KO对手获胜。说起搏击，郝帅说，这就像是给他原本昏暗的生活里洒下一道曙光，照亮了人生之路。

郝帅说，现在的他有两个愿望——成为搏击领域的世界顶尖，用自己的努力改变家人的生活。“现在大家都叫我‘中国最强中学生’，我希望未来的某一天，成为能让全世界都记住的来自中国的世界格斗之王！”