

非遗传承人周洪安：守古锁传技艺

□ 记者 杨晓莉

每天傍晚，高邮体育场西侧的撂石锁训练场上十分热闹，爱好者轮番上阵，数十斤重的石锁在手中上下翻飞，一招一式，尽显力量之美，江苏省非遗项目高邮撂石锁代表性传承人周洪安就在其中。年少结缘石锁，暮年拜师精进、寻访古锁、广纳爱好者，他凭一腔热爱，守护运河畔这项千年非遗。

今年68岁的周洪安，是江苏省非物质文化遗产高邮撂石锁代表性传承人、高邮市民间文艺家协会会员。谈及与石锁的缘分，他的思绪一下子回到大淖河畔。

“我自小在大淖河边长大，家里兄弟姐妹十人，我排行老七。”周洪安缓缓回忆，父亲是一名新四军战士，退伍之后回到高邮，安家在大淖河畔。大伯、父亲和兄长都喜爱撂石锁。往日大淖码头商贸繁忙，里下河农副产品在这里装卸转运，码头边的空场上，常常聚集着撂石锁的乡人。沉甸甸的石锁在他们手中抛起、翻转，落于拳面、肘尖、肩头，力量与美感融为一体。年少的周洪安常常站在一旁静静观看，石锁翻飞的画面，深深烙印在他的心底。

十四五岁，周洪安正式拿起了人生第一把石锁，重20斤。“那时候锻炼身体的法子不多，石锁、石担子，就相当于现在的杠铃。”没有专门的训练场，也没有成套的保护设施，他就约上伙伴，站在长条凳上练习抛接。全凭手感控制力道，依靠默契配合招式，日复一日打磨基本功。

生活的重担压下了这份爱好。1976年，为了谋生，周洪安远赴上海，在码头做装卸工。繁重的体力劳动，练就一身扎实力量，却少有机会触碰石锁，这份心底的热爱，一搁置就是数十年。1981年，他从上海回到高邮，工作之余，他翻查史料，一点点溯源撂石锁的千年脉络。

“撂石锁最早起源于唐代军营，将士通过托举、抛掷石质器械，锻炼臂力、腕力与腰腹力量，提升作战能力。到了明清，京杭大运河漕运繁荣，码头漕工、脚夫依靠石锁强身健体，这项技艺沿着运河一路流传。明朝中后期，东南沿海倭患四起，江苏一带成为抗倭前线，撂石锁也在军营中广泛推广。随着漕运慢慢衰退，加上现代各类体育项目兴起，撂石锁渐渐淡出大众视野。直到近些年民俗文化复兴，这项古老技艺才重新回到大众眼前。”说起石锁，周洪安侃侃而谈。

2014年，一次偶然机会，周洪安看到有人现场表演撂石锁，埋藏心底多年的情愫瞬间翻涌。平日里工作繁忙，他就购置两把小石锁，抽空练习，过一过手瘾。

2018年，周洪安正式退休，终于可以全身心投入撂石锁技艺。当年国庆，他专程奔赴泰州拜师学艺。业内素有“中国玩石锁看江苏，江苏玩石锁看泰州”的说法，为习得正统技法，他多次前往泰州泰山公园，登门向国家级非遗海陵撂石锁传承人、“石锁王”王秉荣求教。

“王老师见我肯吃苦，悉心传授招式和发力窍门，还送我一一把92斤的大石锁。”周洪安笑着回忆，这把石锁过重，单人无法搬动，最后请两个人合力抬出，这一幕直到今天依旧历历在目。

有名师指点，再加上年轻时打下的力量底子，周洪安技艺精进很快。上架、霸王举鼎、正反推龙、正招财、反招财等基础招式信手拈来；喜鹊登梅、关公脱袍、犀牛望月等高难度动作也练得娴熟流畅。结合高邮运河石锁的特色，他还自创招牌招式“墨云”，动作飘逸沉稳，自成风格。

多年来，周洪安常年奔赴全国各地交流研学，一面印着高邮撂石锁的宣传旗帜随他走遍山河。“看着家乡非遗的旗帜在



外地飘扬，我心里满是自豪和底气。”

在周洪安的积极推广下，高邮撂石锁一步步登上更大舞台。2023年3月，他携技艺亮相央视《非遗里的中国》节目；同年11月，“高邮撂石锁”入选第五批江苏省非物质文化遗产代表性项目名录；2024年2月，周洪安获评高邮市级非遗代表性传承人；2025年，在全国石锁精英（锁王杯）传承创新交流表演赛（常州站）中，他斩获中国石锁传承特殊贡献奖。

“小锁玩技巧、玩花样，大锁玩动作、玩力量。”周洪安告诉记者，他练习石锁的最好成绩，是单手玩转115斤石锁，可将418斤的巨锁捧离地面。如今，他加入全国、全省石锁爱好者社群，每年外出交流十多次，以锁会友，让更多人借石锁认识高邮这座运河古城。

一人习练是热爱，众人参与才是传承。在周洪安的带动下，高邮撂石锁的民间练习氛围日渐浓厚，各行各业的爱好者陆续加入。场地修整、器械购置、场馆布置，所有费用都是周洪安个人承担，只为守住这项水乡非遗。

走进高邮体育场撂石锁训练场，这片150平方米的场地上，每天平均有20多名爱好者前来练习，年纪最大的70多岁，年轻的学员仅二十出头。“撂石锁不是老年人专属的玩乐项目，现在越来越多的年轻人愿意来试一试。”场地内摆放着两把状元锁、元宝造型宝锁，各式石锁整齐陈列，部分锁身刻有“高邮”“风调雨顺”等字样。

58岁的于晓宇是学员之一。“跟着周老师练撂石锁以后，酒戒了、烟也不抽了，

每天都来练上一阵子，身体清爽，精神头也好。”于晓宇说。通过石锁，周洪安还结识不少外国友人，在其提供的一段视频里，他与一名外国青年面对面交流石锁文化，互相抛接石锁，把这项中国传统健身技艺分享给海外朋友。

带徒传艺的同时，周洪安还积极寻访抢救老石锁。“招式和套路，只是石锁的‘形’；一代代留下来的老石锁，其背后都藏着一位习锁人的故事，他们身上展现出来的坚韧不拔、勇于挑战、修身养性的品质与昂扬向上的精神风貌，才是非遗真正的‘魂’。”外出交流的间隙，他辗转山东、天津、山西、安徽各地，寻访民间遗存的老石锁。

推开其位于通湖路通湖花园小区内的私人石锁收藏馆，百余把形制各异的老石锁静静陈列在展架上。汉白玉、火山石、青石、花岗岩等，材质丰富多样；元宝、瑞兽造型石锁古朴雅致，部分锁身刻“武”字。“石锁重量跨度从数斤到数百斤，馆内最重的捧锁将近600斤，安置在训练场供爱好者参观；年代最久远的一把，经考证为光绪年间遗存。”周洪安介绍道。

“老石锁不能锁在自家屋里，要拿出来让人看得见，文化才能传下去。”周洪安已经把部分珍贵藏品无偿捐赠给泰州望海楼石锁非遗博物馆对外展出。谈及心愿，周洪安眼神坚定：“我最大的愿望，是能在高邮景区落地一座石锁收藏馆，集中陈列这些老物件，让游客看得懂运河边石锁的百年历史，让撂石锁这项源自运河畔的千年非遗代代相传、生生不息。”



文明高邮 好事成双

