



一掌可劈断四块砖头 徒手将钢钉砸入木板 姐妹花记者见证习武之人真功夫

我们铁砂掌是硬功。练了,如果真碰到了威胁生命安全或财产安全的时候,也可以出手,一招就制敌。但是绝不能去欺压良善。话音刚落,袁海吸气、提掌、运力,厚实的手掌在空中划过一道弧线,啪的一声,叠在一起的4块砖刹那间断裂。

近日,记者与一群习武爱好者相约金胜山,近距离体验在人们眼中颇为神秘的铁砂掌真功夫。



手背打大理石条



单手劈大理石条



徒手砸铁钉



铁头功展示



两条大理石条应声断裂



指导新手功夫要领

记者 徐灿灿

镜头一:高手劈砖打钢钉如饮水 新手吐气开声直呼好痛

在金胜山,记者见到了习武爱好者们,袁海身高1米80,身材魁梧的他为人和善,说话低声细语。他和一众徒弟从车上搬下钢架、大理石条、砖头、木块等物品,就地架设起来。

26岁的金广春在搬条石时看见了公园里散落的长条水泥块,他见状心喜,把长条水泥块架在石台上,前端伸出约20公分,随后他站立,吐气,对着水泥块连劈3掌,将伸出的部分劈断。

这个比砖头硬太多了,不是很好劈。他吐吐舌头,腼腆地朝记者笑了笑。

这个砖块是在工地上买的,你来看下,这个是不是真材实料的。袁海很严谨,在展示前特地让记者上前检查。他们用的是常见的红砖,记者用手检查时感觉并无异常,把它斜靠在路缘石上,使劲用脚刹了两次才勉强刹断。

兰世伟今年36岁,接触铁砂掌还不足一年。我从小就喜欢武术,接触铁砂掌后一有时间就去练功房练习,我在家里也置备了哑铃、沙袋、臂力棒,晚上都会练一下。他说的很谦

虚,但展示起来毫不马虎。他将大理石条横放在钢架上,直接用手背去砸中间部分,砰的一声,大理石条中间应声而裂。随后他将大理石条加为两条,并排放在钢架上,伸出钢架约20余公分。兰世伟将拳头摆至头顶,迅速砸下,两节石条断裂,碎屑飞舞。

他们都用铁砂掌,那我来个铁头功吧。在一旁喝彩的朱啟香体格均匀,精神奕奕,丝毫看不出已有52岁。他先是打了一套拳法助兴,步伐辗转十分灵活,打出的拳头刚劲有力。打完,朱啟香扎好马步,拿起一块大理石条就往头上碰,石条从中部断裂,上端飞入树丛中,他赶忙去捡回来,不能这样随意乱扔,要爱护环境。他说。

师兄们的展示让一旁刚入门的姚登先心里痒痒,直嚷着也要尝试。因为姚登先只是刚入门,袁海就上前手把手教他,演示动作要领。姚登先兴致满满,喝呀一声,大理石条纹丝不动,他却跳起来直呼痛,练的还是不够,在家里都是打沙袋,打条石还是没什么经

验,我以后还是要努力,定个小目标先打一块砖。姚登先边甩手边说。

我过几天要去金华参加比赛,所以只能展示些轻松点的绝活,太极的话怕影响状态。袁海拿出一个铁板手,斜架在砖头上,一手抵住扳手和砖头的衔接处,另一手直接往铁板手的中间部分劈去,一拳下去,铁板手受力,尾部翘起,袁海并没有收手,而是继续用手背往铁板手砸,一拳又一拳,铁板手以肉眼可见的速度弯曲,成了一个弓型。记者上前查看袁海的手背,只有一些微红,并无大碍。

随后,袁海又拿出一块木板,将一颗铁钉竖在木板上,用拳头一下一下把铁钉砸入木板中。这是真功夫,真厉害。路过的游客王先生在一旁认真观看,还掏出手机拍摄视频,转发到朋友圈。

手疼么?劈下去是什么样的感觉?袁海每砸一下,记者的脸就抽搐一下。一点都不疼,经过长期的练习,这种程度不会觉得疼,只有手接触物体上的感觉。袁海说。

记者手记

习武者应先修德

现场演示完毕,袁海和徒弟们拿出早已准备好的大编织袋,将碎石块一一捡起,抬回车上。永康是我们的第二故乡,练完功还是要保持环境的整洁。随着关系的熟络,袁海也打开了话匣子。

我练功十几年了,大大小小的奖项拿了很多,拿过个人全国冠军,拿过王中王,也带领团队拿过团体总冠军。奖牌和奖杯都摆在荣誉室里。我喜欢练武喜欢到骨子里,但我不会去欺负别人,反而喜欢去帮助别人。身材魁梧的他,说这句话时表情特别认真。

袁海打开手机,给记者看了一些照片,是他在永康志愿者协会做公益的时候拍摄的。他告诉记者,自从来到永康,他就经常参与志愿者活动,还带徒弟一起帮残扶困。有人知道他是练铁砂掌的,邀请他去公益表演,他也从不拒绝。最少表演了70场吧,为永康人民做贡献嘛。他摸了摸手,憨憨的笑了。

台上是比赛冠军,台下是公益人士,希望有更多的练武之人可以把善良传承下去,为家乡做更多贡献。

镜头二:单掌厚度超常人两倍 想为铁砂掌正名

刚开始练习铁砂掌,就是用右手不停地打装满绿豆的布袋,随后慢慢换成铁沙粒。袁海告诉记者,练习肯定是件痛苦的事,一次次受伤,但他还是很喜欢练功,一有空就去打布袋,慢慢摸索出一套练习方法。袁海常用的热身方式是单手击地俯卧撑,担心击地影响楼下邻居,他就改为正常的俯卧撑。做完俯卧撑后,就练习指部力量,用双指插装满绿豆的布袋,后来将布袋装的绿豆改为铁沙粒,然后练习劈掌,单手正、反、侧3面各劈装有铁沙粒的袋子1000次。

记者发现,他们的右手手掌和手背肌肉极其发达,手指、手背、掌心长

满老茧,巴掌厚度明显比普通人大。袁海握起拳头,记者用手去触碰了下,质感跟铁块差不多。

这个不是病,很多人看到我们的手掌就说我们练功把手练废了,其实不是,我们练功之后都会用药酒擦拭,这些是正常的肌肉增厚,照CT的结果都是很好的,手是十分灵活的。在游人围观的时候,袁海很认真的跟游客解释。而且很多人都是从影视上了解铁砂掌的,他们以为铁砂掌就像《射雕英雄传》里裘千仞练的一样,徒手插进热铁砂里练,其实这是错误的。袁海说,影视剧中的铁砂掌是艺术创作的结果,徒手插进热铁砂里会对手造成

损伤,尤其是指甲缝等易伤部位。

袁海希望让更多对铁砂掌感兴趣的人有一个正确的学习途径,也为铁砂掌正名,让普通人知道铁砂掌并不仅存在于影视作品中,这门武艺现实存在且颇具威力。



成员展示练功的手掌



永报姐妹花

Yong Bao Jie Mei Hua

浙江省巾帼文明岗

监督电话:87126426