

白天教法律 晚上教咏春拳

# 叶问第五代传人 李大明教授

## 缤纷武术

蓝天游 / 文图

说起咏春拳，大家都不陌生。《叶问》《一代宗师》等影片让咏春拳走进大家的视野。也许很多人年少时都有个武侠梦，不过多数只把它当作梦，但在新加坡有这样一个人，愿意付出一生的心血，将它变成现实。

### 叶问第五代传人

55岁的新加坡国立大学法学院李大明教授白天在大学教法律，晚上在自己开的咏春拳学校当师傅教拳法，他也是叶问第五代传人。

李大明年少时热爱武术，1988年他在新西兰学习法律时，认识咏春拳师傅，之后又认识师公，也就是著名的咏春拳师傅谭鸿勋，并习得一身好功夫。

身为教授的李大明平日已够忙碌，但为了发扬咏春拳，于2006年创办“新加坡咏春研习轩”，希望传承咏春拳。至今，李大明师傅教导过500多弟子，他们来自各行各业。

### 看似简单蕴含哲理

电影虽然精彩，但毕竟是演戏，距离真正的咏春拳还有很大的差距。那天，在咏春研习轩上了人生第一堂咏春拳课。李师傅展示咏春拳的基本功，示范的招式毫无花哨，所有动作都有其特殊意义，速度比电影里看见的快很多，动作幅度没有那么大。

咏春拳套路看似简单，其实蕴藏着高明深刻的哲学内涵。不仅武功，李师傅教学，也言简意赅。他一直向弟子强调，咏春拳

是国大法学院教授李大明白天教法律，晚上在自己开设的咏春拳学校当师傅教拳法。55岁的李大明也是叶问第五代传人。

是自卫的技术，合理使用武力的目的，是要制止侵袭，不是为了侵袭。

### 核心训练之一 黠手

第一次体验课，李师傅和一名资深徒弟对练黠手，场面给我留下难以磨灭的印象。黠手是咏春拳独特练习方式。不了解的人，以为黠手是咏春拳的神秘武功，其实误会了。黠手和太极拳的推手等功夫训练一样，非高不可攀的神秘功夫，因为黠手不是格斗技法，只是一种触觉特质训练，以温文的方法模拟对打。黠手是咏春拳入门功夫的核心训练之一。

李师傅和徒弟面对面站桩，四臂相接，互相要攻击对方头部。只见李师傅双臂刚柔交替，武舞交融，涌动能量惊人。出击速度快如闪电，又如骤雨般形成密不透风的屏障，攻势与守势一体两面，难舍难分。

我在旁边瞪大眼睛，屏住呼吸，但师傅速度极快，无论如何聚精会神都看不真切。眼前赫然是一个整体的、变幻的意象。师傅的手臂如同蛇舞，经过手臂接桥，似蛇延伸。转瞬间，他的掌已直击对手头部，蛇化作鹤，击



李大明以腿代拳示范独特的脚法。

打如鹤颈之末般优雅轻盈，洒脱超逸，不粘不滞。这些并不是刻意在耍花招，而是给观者一种由内而外，浑然天成之感。师傅动作行云流水般流畅无比，连神态也显得轻描淡写，潇洒自如。

### 木人桩、刀法、棍法

再是木人桩，练习咏春拳一定离不开木人桩。它是咏春拳独有的训练器械，包括拳脚、手法和身法。木人桩的构造有三只手臂，一条腿和桩的躯干代表对手的身体。传统的木人桩安装在墙壁上或植入地里，通过练习木



李大明展示六点半棍，霎那间棍的威力很有画面感。



李大明和妻子示范棍法和刀法，充分反映这两种兵器的威力。

人桩，可将咏春拳的所有手法脚法揉合到自由搏击中去。

大多数人的印象里，咏春拳属拳脚武术。事实上，咏春拳也有刀和棍，刀法称为“八斩刀”，棍法叫做“六点半棍”。

八斩刀分为八节，它也是很多武侠片中的常客，由两把一样大小的刀组合。练习八斩刀一定要有良好的咏春手法作基础，整套刀法以咏春手法为根据，而且有两个严格要求。第一，走位，避过对方的攻击；走位有法度，是八斩刀最机要的靈魂所在。第二，手腕旋转速度，手要快，眼

也要快。所以，没有咏春手法根本，很难把八斩刀法练好。

很多人对六点半棍一知半解，它指的是这套棍法由七个不同的动作组成，因为最后一个棍法不算一式，故此得名。

六点半棍又长又重，需要很大的劲去控制，它的发力不止来自双臂，还用身上的劲，主要为腰劲。六点半棍最致命的是标棍，它像一个火车头撞向对方，对方靠臂力很难拨开。

### 现代功夫传奇

许多人心中心疑惑，在现代文明社会中，学了咏春拳有何用呢？

李大明师傅解释，武术讲究的是心灵修养，影响到生活点滴。学习咏春拳带给人们的不只是格斗技术和神经反应，还有因咏春拳提倡精神放松，使人们面对突发的环境，亦能以冷静的态度处理。咏春拳讲究以柔克刚，松柔结合，练习到一定阶段，可对身心产生积极乐观的影响。咏春拳也讲究轻出重收，所以出手时都要放松，只有放松的时候才能做到劲在手上，传导身体的劲。

李师傅感叹，现在人太着急，很难沉下心真正学习一项本领。他坦诚不随便收徒，主要不是看对方有没有天赋，而是有没有耐力。咏春拳须要时间来练，相当辛苦，很多人在练习过程中，因身心疲惫而放弃。在练习过程中，是否能坚持下去，直到练出实战能力，证明你的天赋，才是最重要的。

李师傅以自己的感悟和行动，武馆夜夜亮起的灯光，是现代功夫传奇，也为千年历史的咏春拳注入新的生命。