

陈氏嫡传

蔡李佛小梅花拳





蔡李佛



ISBN 7-5362-1517-7



9 787536 215177 >

定价:6.80 元

陈耀墀授徒——潘芬授

陈氏嫡传蔡李佛小梅花拳

潘顺遂 梁达 编著



嶺南美術出版社

责任编辑 封面设计 责任技编	胡子雄 张珊鹰 吴少娟
书 名 编 著	陈氏嫡传蔡李佛小梅花拳 潘顺遂 梁达
出版发行 经 销 印 刷	岭南美术出版社 广东省新华书店 广东新华印刷厂
规 格 版 次	787×1092毫米 32开 5印张 110千字 1996年12月第1版第1次印刷
书 号 定 价	ISBN7-5362-1517-7/J·1370 6.80元



蔡李佛拳始祖陈享先生
(1806 - 1875)



蔡李佛拳二祖陈官伯先生
(1846 - ?)



蔡李佛拳三祖陈耀坪先生
(1888 - 1965)



蔡李佛拳名家潘芬先生

(1905 -)

序

小梅花拳为广东著名拳派——蔡李佛拳之一种短拳套路。该拳短小精悍，技法灵活，便于初学者习练。

据历史记载，蔡李佛拳始创于清道光十六年（公元 1836 年），创始者为广东新会县崖西京梅乡人陈享。

陈享生于清嘉庆十一年（公元 1806 年）七月初十日子时，卒于清光绪元年（公元 1875 年）八月二十日卯时，享年 70 岁。

传说陈享自 7 岁起即开始练武，初得其族叔陈远护悉心教授；至 15 岁时，已练就一身铜皮铁骨，功力超群。陈远护原为南少林之俗家弟子。其师“独杖禅师”时居广东肇庆鼎湖山庆云寺，为佛家罗汉拳高手，陈远护长期追随左右，悉得其佛家拳绝技。

陈享 17 岁时，经介绍与李家拳始祖李友山认识。李见其为可造之才，遂纳为弟子，尽授平生真技。4 年后，陈享携李友山荐书上罗浮山拜蔡福和尚为师。蔡福因在“火烧南少林”时头部受伤，留下满头疤痕，故人称“烂头和尚”。陈享随蔡福习武 8 载，尽得师传，时年 29 岁。

后陈享别师返乡，苦心钻研诸师所授之技，历时 2 年，编出 150 余套拳术及兵械套路，并取三师之姓合而名之，“蔡李佛拳”于是诞生。

随后，陈享在祖祠设立武馆，传技于族人。京梅乡遂成为

蔡李佛拳之策源地。

陈享仙逝后,衣钵由其次子陈官伯继承。陈官伯又传于次子陈耀墀。于是陈耀墀被尊为蔡李佛门“三祖”。而此“小梅花拳”,即为陈耀墀亲手所创。

“小梅花拳”共有七十一式,本书保留古谱的全部练功图谱及功诀。本谱为陈耀墀高足、名列“八骏”之首的潘芬老先生所授。潘老先生为广东南海西樵人,素有“铁砂掌”之称,现任广东蔡李佛拳总会名誉会长。

值此拳谱付梓之际,谨借上述简介,聊表对历代先师的感念之情。

是为序。

潘顺遂 梁达

一九九六年元月于广州西关

陈享先师轶事

作为清朝中晚时期的广东技击名家，蔡李佛拳的创始者，陈享一生留下了不少脍炙人口的故事，今特录两则，以飨读者。

一、罗浮山三寻蔡福

清道光六年(1826年)，陈享为寻求武术内功真谛，手持原师父李友山的一封信函，离开新会老家崖西京梅乡，来到了南粤名山罗浮山。时年20岁。

陈享此行，目的在于寻访原福建少林寺高僧、现隐居在此处白鹤观的蔡福和尚。

陈享一路问到白鹤观，入门便见一个骨瘦如柴、身着破烂衣服的老僧人。陈享上前合掌施礼，向他打听观中可有蔡福和尚此人。

老僧摇头答道：“此处不曾有什么蔡福和尚，施主请便！”说完，自回房中去了。

陈享无奈，只好离开白鹤观，在附近找了一间客栈住下。

一连数日，陈享继续在山中四周寻访，凡寺必入，凡人必询，但仍无一点蔡福和尚的消息。

这天，陈享又折回白鹤观，向那老僧询问；这回老僧答道，蔡福和尚远在天边，他云游去了，不知何时才会回来。

这时，陈享便一心恳求老僧，让其在寺中住下，等待蔡福和尚归来。

老僧口念一句“阿弥陀佛”，说：“施主若不嫌此寺敝败，但住无妨。”

于是，陈享住进了白鹤观。

一晃百日过去。这期间，陈享早晚练拳使棒，又常帮老僧煮饭担水、扫院劈柴，乃至装香拜佛，十分勤力。但老僧看了，只作不知不觉。

俗话说，苍天不负有心人。这一日，陈享正在山中砍柴，一个老樵夫走了过来，对他说，后生仔，你不是想找蔡福和尚吗？蔡福又名“烂头和尚”，他的头在火烧少林寺时烧伤，留下疤痕，你可以凭此辩认。又说，他就近在眼前。

陈享闻言大喜，忽然想起三个月前老僧也曾说过蔡福和尚“远在天边”的话，只怪自己当时并未细思其中含义，以致误以为蔡福和尚不在身边。现在可以肯定了，那个老僧就是自己苦苦寻找的蔡福禅师！

陈享不再迁延，立即一口气跑回白鹤观。他一推山门，顿时被眼前的情景惊呆了：但见老和尚正从殿中飞身跃起，以头撞击悬挂在殿梁上的大钟。“咚——”大钟一晃，发出沉雄悠远的声音。而老和尚则飘然落地，若无其事。

原来，平时每日之钟声，竟全是这老僧以头撞响！陈享惊叹之下，岂敢怠慢，当即“扑”地跪倒在老僧面前，口中说道：“蔡福大师，弟子寻得您老人家好苦，请先受愚徒一拜！”说罢叩首再三。

在刚才老僧双脚落地的片刻，陈享已看清他头上有几块烧疤，所以更加确认其为蔡福无疑。

老僧哈哈一笑，唱出一偈：“远在天边，近在眼前；有缘相

识，悟成可见。”然后续道：“贤徒起来，贫僧就是蔡福了。从今之后，你我即以师徒相称。”

于是，陈享遂留在蔡福和尚身边，练功学武，一呆就是8年。

蔡福和尚将金钟罩、铁布衫、罗汉肚、铜头功、削刀掌、踢千斤等少林内功悉数授与陈享，并将一手柳叶飞刀镖传给他；在他艺成下山之时，赠给他一支龙头九节鞭。

陈享尽得蔡福衣钵而归。

二、插槌挫败龙六爷

陈享天生一副高脚长手，自幼便随族叔陈远护练习佛家拳，故在崖西周围乡里，被人誉为“长手罗汉”。

一日，时近中秋，门人龙子才回广州西关探亲，邀请师父陈享一路同行，齐入城中观灯赏月。

到了广州宝华路龙子才家中，龙子才将师父介绍给父母认识，并大赞师父之技，他人难及。陈享连忙示谦。龙氏父母却满心欢喜，尽出名茶珍果，待之以上宾。

不料这样却惹恼了旁坐一人。他是龙子才的堂兄，在西关一富豪家当护院镖师，入称“龙六爷”。这龙六爷恰好节前来探望伯父母，适才听龙子才赞自己师父为“长手罗汉”，心中已大为不悦，此时又见伯父母对之殷勤招待，更是由妒生怒。只见他出口“挑”^①了一声，也不向堂兄弟打招呼，便冷声冷调地说：“细才，你因住(小心)被人扼(骗)。世间卖武开馆之徒，多系(是)江湖佬，乃装人人葫芦也。什么罗汉菩萨，通通假

^① 挑——广州粗话。

嘢^①来嘅!”

龙子才一听此话,心里也不痛快,立即顶他说:“堂兄既然咁(这样)讲,敢唔(不)敢同我师父过下手呢?”

龙六爷一捋衫袖,“霍”地站起身来,大叫一声:“我怕你是乌龟!”

陈享不曾想有此场面,不愿意交手,便极力婉辞。但龙六爷正在火头上,还以为陈享是心惊胆怯,毫不客气地一开马步,一拳就朝陈享的胸口打来。

陈享只好还手了。

只见他一标四平马,左手一个盘桥势,拨开龙六爷的右拳,右手顺势一个插槌(拳)打出。“咚!”龙六爷整个人飞了出去,重重跌落在一丈开外的地上。

陈享连忙急步上前,把龙六爷搀扶起来,并再三致歉。

龙六爷满面羞惭,自是后悔莫及。但咎由自取,又怨得了谁呢?

俗云,不打不相识。经过此番较量,龙六爷从心底佩服陈享的人品武功。两人重新入座叙茶后,龙六爷提出与陈享订交,结为好友,并邀陈享次日光临寒舍指教。陈享欣然允诺。

第二天,陈享与龙子才来到龙六爷家中,龙六爷和早已在那里等候的一班武林朋友纷纷起立,表示热烈欢迎。大家互报姓名,切磋武艺,一直谈到夜色降临方尽兴而散。

从此,陈享之名在羊城渐露头角。

① 嘢——广州方言,东西。

蔡李佛小梅花拳谱目

(传统古谱)

- | | | | |
|---------|---------|-------|--------|
| 第 一 式 | 垂手合脚预备势 | | (3) |
| 第 二 式 | 上马右撇左撑虎 | | (5) |
| 第 三 式 | 上马合脚右生桥 | | (7) |
| 第 四 式 | 退右跪马右沉桥 | | (9) |
| 第 五 式 | 偷马向后右撒手 | | (11) |
| 第 六 式 | 魁星踢斗吊脚势 | | (13) |
| 第 七 式 | 魁星踢斗打左脚 | | (15) |
| 第 八 式 | 跃进三步跪马礼 | | (17) |
| 第 九 式 | 向后拱手二见礼 | | (19) |
| 第 十 式 | 复前拱手三见礼 | | (21) |
| 第 十 一 式 | 退左拐马双沉桥 | | (23) |
| 第 十 二 式 | 回头左擒右虎爪 | | (25) |
| 第 十 三 式 | 踏右拐马右挺槌 | | (27) |
| 第 十 四 式 | 回头车身双合手 | | (29) |
| 第 十 五 式 | 退左马合脚卷手 | | (31) |
| 第 十 六 式 | 右马向东左穿绕 | | (33) |
| 第 十 七 式 | 左脚吊马左盘桥 | | (35) |
| 第 十 八 式 | 右马落跪右攻插 | | (37) |
| 第 十 九 式 | 左马拐脚右滚挂 | | (39) |

第二十式	斜身一转左盘桥	(41)
第二十一式	右脚单提右插槌	(43)
第二十二式	提脚左擒右虎爪	(45)
第二十三式	提脚马势再左擒	(47)
第二十四式	落马回头双虎爪	(49)
第二十五式	回头跃进双箭槌	(51)
第二十六式	后吞左马双分手	(53)
第二十七式	过左马拐脚左穿	(55)
第二十八式	踏右马拐脚左盘	(57)
第二十九式	上左马右手挽扫	(59)
第三十式	左拨右撒打右脚	(61)
第三十一式	落右马回头右挂	(63)
第三十二式	车身回头左挂槌	(65)
第三十三式	扭马低桩右扱槌	(67)
第三十四式	上右马左跪左抛	(69)
第三十五式	转四平左盘右插	(71)
第三十六式	回头四平左穿挠	(73)
第三十七式	上右马拐脚左擒	(75)
第三十八式	横退右跪右包肘	(77)
第三十九式	起身撒手打右脚	(79)
第四十式	进右马四平右挂	(81)
第四十一式	四平马势左擒手	(83)
第四十二式	左擒手中右千字	(85)
第四十三式	千字一势出标撞	(87)
第四十四式	吊脚马势左穿挠	(89)
第四十五式	穿挠手变左盘桥	(91)
第四十六式	迫步四平右插槌	(93)

第四十七式	右马扭下双捞手·····	(95)
第四十八式	顺势撩阴打左脚·····	(97)
第四十九式	雪花盖顶右单拦·····	(99)
第五十式	上左马拐脚左撇·····	(101)
第五十一式	上右三角马右蝶·····	(103)
第五十二式	上左三角马右捌·····	(105)
第五十三式	上右马吊脚右穿·····	(107)
第五十四式	朝手踏马双撑掌·····	(109)
第五十五式	回头车身右挂槌·····	(111)
第五十六式	右拐马势左极槌·····	(113)
第五十七式	车身左弓左挂槌·····	(115)
第五十八式	左弓箭马右撇桥·····	(117)
第五十九式	退左马拐脚左撇·····	(119)
第六十式	上左马左盘桥手·····	(121)
第六十一式	左弓箭马右挽槌·····	(123)
第六十二式	左撑掌兼右阳脚·····	(125)
第六十三式	右虎尾脚右抢眼·····	(127)
第六十四式	拐马白鹤双分翅·····	(129)
第六十五式	转体腾空右双飞·····	(131)
第六十六式	退右马四平左拿·····	(133)
第六十七式	迫步落跪右攻插·····	(135)
第六十八式	退左拐马双撇手·····	(137)
第六十九式	退右马吊脚拱手·····	(139)
第七十式	退左马收拳立正·····	(141)
第七十一式	双盘手垂拳收式·····	(143)