

咏春拳术

入门

拳势刚劲 步法稳健

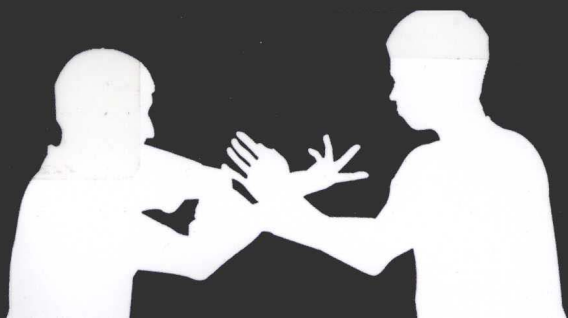
象形为势 以意为神

以气催力 落地生根

发劲有力 攻防兼备

舒建臣 编著

北京体育大学出版社



咏春拳术

——入门

舒建臣 编著

北京体育大学出版社

策划编辑 张清垣
责任编辑 吴大才
审稿编辑 鲁 牧
责任校对 长 春
版式设计 陈 怡 志 忠
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

咏春拳术——入门/舒建臣编著. - 北京:北京体育大学出版社, 2012. 7

ISBN 978 - 7 - 5644 - 0994 - 4

I. ①咏… II. ①舒… III. ①南拳 - 基本知识
IV. ①G852.13

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 135807 号

咏春拳术——入门

舒建臣 编著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区信息路 48 号
邮 编 100084
邮 购 部 北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部 010 - 62989320
网 址 www.bsup.cn
印 刷 北京昌联印刷有限公司
开 本 850 × 1168 毫米 1/32
印 张 5.75

2012 年 7 月第 1 版第 1 次印刷 印数 5000 册

定 价 16.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

目 录

contents

第一章

咏春拳概述	(1)
第一节 咏春拳的源流	(1)
第二节 咏春拳的发展与传播	(10)
第三节 咏春拳的风格和特点	(14)
第四节 咏春拳的价值	(15)
第五节 咏春拳的内容	(18)
第六节 咏春拳与现代运动学科	(21)
第七节 回顾咏春拳的概念	(22)
第八节 建立咏春拳的依据	(26)
第九节 咏春拳的社会化	(29)

第二章

咏春拳的流派	(37)
第一节 咏（詠）春拳永春拳	(38)
第二节 佛山咏春拳	(39)
第三节 广州鸦湖咏春拳	(43)
第四节 岭南咏春拳	(44)
第五节 南海班中咏春拳	(46)
第六节 古劳咏春拳	(47)

第三章

咏春拳基本功和基本动作 (52)

第一节 咏春拳基本功 (52)

第二节 咏春拳基本动作 (105)

第三节 小念头 (114)

第四节 寻 桥 (127)

第五节 标 指 (133)

第四章

咏春拳阐秘 (141)

第一节 中线理论 (141)

第二节 练咏春拳的基本要求 (142)

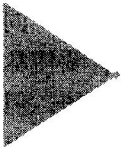
第三节 整体合一法 (156)

第四节 三层功夫 (159)

第五节 学练咏春拳常识 (162)

附 录

咏春拳使者——叶问 (170)



第一章

咏春拳概述

咏春拳术在被越多越多的人接受着，并有许多修习其他拳种的武术家以及武术爱好者在接受咏春拳。事实上，当人们认识咏春拳的拳理和结构，才发现它是非常符合现代科学理论，并且可使修习者达到无懈可击的完美境界。

根据叶问宗师的遗留口述记录，其言五枚大师晚年，由于生理上的关系，力量与体能均日渐衰退，这是人生必经过程，是无法改变的事实。而倚靠气力为主的拳法，必随着年纪的增长而走下坡，但假如能创造一套省力的拳法，减缓受年老体能衰退的影响，便可使中国拳术发展迈进一步。结果，五枚大师在悉心钻研之下，成功地创造这出这套完美的拳术。

咏春拳，这种称得上完美的拳术，其招式结构、拳理和攻守技术，均博大精深，把人体肌肉特征、骨骼结构、力学原理，思想和力量的潜能都融汇在一起，发挥出人类搏击的最高技巧。修习者如能领略及掌握其理论，深入研究，不断练习，即可感受其中奥秘，必然会心神陶醉，欲罢不能，得到最大的满足和享受。

第一节 咏春拳的源流

咏春拳究竟源于何处，可以追溯到愈百年前历史。今天，叶问宗师为叶系咏春拳的掌门人，从佛山移居香港，在其教拳生涯

中，教导出很多杰出的学生，其中包括李小龙。李小龙在习得咏春拳后，并将咏春拳的特质加进自创的截拳道中，又因李小龙功夫片的传播影响，使李小龙学练过的咏春拳让世人另眼相看。同时，由于叶问先生所居的香港处于对外交流的特殊位置，致使咏春拳更易于传播至世界各地。后由于叶问年事已高不再授徒，但当今世界各地的咏春拳馆，却绝大部分都是叶问的门下和再传弟子所主持的。这使咏春拳在世界各地更得到了广泛地传播，也推动了各地功夫人的交流和发展。

由于咏春拳在世界各地的流行，有关咏春拳源流的传说也逐渐多了起来。当今的咏春拳传人们，无人能拿出确切的文字、实物依据来证实咏春拳最早的前辈是什么人，如何将咏春拳传下来的。因此，历代咏春拳的传人们对于有关咏春拳的起源、创始人、传承人等等有各种不同的说法。有说咏春拳是严咏春所创，传与夫婿梁博俦，后再传给红船戏班人，一直流传至今。有说梁博俦者是咏春拳的传播人，是通过红船戏班往下传的；还有的说是南少林传人至善所创而流传下来的等等。

一、严咏春创咏春拳说

据传，咏春拳是福建严咏拳（咏春二字之意为美丽的春天）根据蛇鹤相斗的形象创编而成的。传说大约在清嘉庆十五年（公元1810年），在福建泉州有位武林高手名叫严四，因触犯了官府的法令，被迫逃避官府的追捕，而携带其爱女严咏春从泉州逃难至一个小县城的近郊隐居起来，为了生活而做起了卖豆腐的行当。严四的女儿严咏春，自幼随父练武，身体壮实，容貌秀丽，武艺较好。有一天，严咏春到河边洗衣，看见河岸上有只白鹤与一条大青蛇互相搏斗，观望许多，心里顿有所悟。回家后她暗自揣摩，吸取当时福建永春一带流行的拳术，并将白鹤拳中的动作与少林搏击的招法揉入，创编了一套适合自己演练的拳术。

到后来，有位江西商人梁博俦，其曾学艺于河南少林寺，路过严咏春家附近的客栈投宿，无意中在月色下看见了严四父女在磨盘旁边练武的场景。他见得严咏春生得艳如桃李，武功深奥，心中顿生爱慕之情。后经过多次交往，并经过共同切磋技艺，梁博俦对严咏春愈加心悦诚服了。这使得中年丧妻的梁博俦不禁萌发了与严咏春共结百年之好的念头。于是梁博俦便托人前去说媒，向严四父女表白心意。严四只见梁博俦相貌端正，举止大方，知识广博，加上其又是少林同门中人，便应承了这门亲事，后遂招梁为上门女婿。

二人成婚数年后，严四寿终正寝，夫妇二人将严四安葬后便返回江西另谋生活。不久，因兵匪为乱，二人又由江西辗转至粤北南雄县，做些小本生意以谋生活，期间并设馆授徒，传教拳术，并将所教拳术正式取名为“咏春拳”。

约在嘉庆二十年（公元1815年），梁、严夫妇把武馆迁至广东肇庆府继续授徒传艺。当时，由佛山到肇庆的红船戏班黄华宝（武生）、梁二娣（武旦）、阿锦（大花面）、孙福（小生）四人结识了梁严夫妇，期间一起拜师学习咏春拳。红船戏班成员回到佛山后，传授了咏春拳术。

黄华宝在其晚年期间居住佛山，把咏春拳术传授给赞生堂药材店少东梁赞。梁赞利用药店开馆授徒，前来求技者较多，其首徒有陈华、陈贵、梁奇等人。其中陈华学成后返回顺德原籍设馆授徒，传教于陈汝棉、吴仲素等人。另一支是郭宝全、阮济云、阮奇山、姚才、叶问等人。其中，姚才又传给姚祺、梁权等人。至此，咏春拳支流繁衍，经过多年的相互传授，已人材辈出，枝繁叶茂。

二、五枚创咏春拳说

咏春拳的传说，五枚大师被现代咏春拳人奉为老祖宗。但很

有意思的是，当今的白眉拳传人也将五枚奉为祖宗，在福建省永春县的永春白鹤拳流记载中，也有五枚大师。

事实上，五枚是位怎样的人，历史上是否真有其人，五枚是是否与广东的咏春拳、白眉拳和福建的白鹤拳有着直接的关系，至今都未能找到充足的历史资料来客观的证实。但从这些拳术的具体内容来看，福建永春白鹤拳与广东咏春拳在流传进程中，也有一些共同点，诸如方七娘创出的白鹤拳与严咏春传入广东的咏春拳，在承传的过程中，经历代承传的拳师和拳术家在研习和实践不断以各自的理解，充实、丰富、变革，使原来的极富女子特色的白鹤拳与咏春拳到今天已成为或极刚或刚柔相济的男子拳术了。如果在今天我们还说，现在的咏春拳仍遗留着一点像女子拳术特点的话，那么也只能说是咏春拳在拳术运用方法上有着以后发制人、以守为攻的战术为其特色。

今日的许多咏春拳传人以及叶问咏春拳等人士都较同意本门由五枚所创，传予严咏春，才开始有咏春拳的出现。但也有人认为，咏春拳虽由五枚所创，却是传给了苗显，后由苗显再传严咏春及其父一说。甚至也有人说，根本没有什么所谓五枚及严咏春拳，咏春拳其实是由一尘庵主所创，传给京剧伶人张赛，后张赛从北方逃难落到佛山的大基尾，将北方大戏功加传授给广东的戏子，同时又将咏春拳传授给黄华宝等人，由此便开始有佛山咏春拳之说。或者说有人将咏春拳叫做永春拳，是由至善禅师在红船传出，直到后来经传承人改为咏春拳等等。

如果是认为咏春拳创自五枚大师的人，多承认五枚也是福建白鹤拳的高手，而且坚持这种说法的人不只是咏春拳中人说，在南派其它武术中人均有此说法。

三、一尘庵主创咏春拳说

咏春拳由一尘庵主所创，是由彭南系所传说，彭南眼中的咏

春派，其实称为永春派，只是佛山人误会将永称为咏。

彭南先生所传的资料认为，永春拳是由乾隆和嘉庆年间，由一位名为一尘庵主的和尚所创。一尘庵主居住于湖南省衡山一所寺院中约十三年，后传授“永春拳术”给一位绰号“摊手五”的弟子。后京剧名伶摊手五由北方逃离至南方，落脚于佛山大基尾，由于摊手五功夫了得，而获位于大基尾“琼花会馆”内的粤剧老馆们的邀请，在该处教授一班红船弟子，于是将永春拳传于黄华宝、梁二娣、大花面锦、黎福孙等人。

在彭南系永春拳的传说中，没有关于五枚及严咏春的故事。彭南先生认为永春拳的发源地应是湖南。如此来说，永春拳（咏春拳）的创始者应是北方人而并非是南方人，按此道理说永春拳（咏春拳）已是“北方拳术”而非“南方拳术”了。因为，广东人认为，一过了广东及广西的范围时，不论人、物，均是属于“北方”。

但这里令人困惑的是，即是庵主，如果懂得一点中国传统风俗的人都会明白，只有尼姑住的地方才能称得上“庵”，并且也只有尼姑的“住持”才得上“庵主”。如果是和尚住的地方，那就只能是“寺”了。有关寺内地位较高的僧人，则被人尊称为“大师”，最高级的那位，则是被称为“住持”。因此，这里所说的“一尘庵主”如果是一位高僧，是不是有些说不过去呢？所以，在这里只能勉强地说，这“一尘庵主”或可能是一位退隐山林，棲身草庐带发修行的居士，只有如此，才可以称得上“一尘庵主”。

当然，如果在湖南的衡山的一个大山中，真有一位这样的一尘庵主曾居此十多年，并创立了一派具有独特的永春拳术（咏春拳术），并曾教出过一位如此出色的名伶摊手五弟子，那么，可以想象的是摊手五不可能是一尘庵主的唯一弟子，应会有其他的弟子等等。但在湖南一带，根本就找不出关于任何跟永春拳支

流或者同源异流的武术门派，这只能留给人们去猜想了。

这里要提出的是，叶问宗师与永春派的朱仲民宗师是好友，同时，两人原籍都是佛山，其先后又移居香港，他们之间每提出咏春拳及永春拳同属一派时，叶问是极力反对这种说法的。

四、至善禅师创咏春拳说

传说，咏春拳是为至善禅师所创。至善禅师为“南少林五老”之一，其武术源自福建永春县。由于至善禅师是男性，其拳术路线走的是刚猛，他与五枚大师的武功根底均出自同一地域，因此，二人在拳术招式、形态、搏斗观念、心法上等有部分是非常接近的。两人都均属洪门高层，也都一心借着发扬南少林拳术招揽会众，实际上是暗自做着“反清复明”的大事。

后因造反的计划暴露，五枚、至善禅师及其他各洪门的重要人物四散溃逃，以避清廷的追捕。至善禅师逃到广东，隐居于红船中做着伙夫（煲头，广东话音意）之职。隐在一艘四处飘流的红船中，加上船内尽是洪门子弟，至善如此才安然无事，不被官兵追捕，后就有了红船传拳的故事。

还有关于咏春拳的其它传说，这里不再叙述，因为有些与现实有出入，难以自圆其说。诸如说摊手五或是至善禅师，在红船所传的本是叫永春拳，后因咸丰年间粤剧艺人李文茂起义，遭受清政府镇压，连及了“琼花官”诸弟子。后为了掩人耳目，其门人才将所习之永春拳改名为咏春拳或泳春拳。

也就是说，永春拳与咏春拳、泳春拳应是同一拳派的不同称呼。但据考证当时的事实是，泳、咏春拳流传之时，永春拳依旧公开流传于世，两者之间并行不悖。难道一部分因避祸而易名，而另一部分则无需避祸？这似乎有些说不过去。当然今天的永春拳与泳、咏春拳，虽然其音相近，但却有着各自不同的武学内容与训练系统，事实上两个形成了不同的拳派，不能相混。所以上

述说法，似与事实不符，难以弥缝其说。

还有其他诸如严咏春其人，关于她的种种传闻，实却颇有斟酌的余地。若真有其人，则其生存的年限就很有考究。若说她是五枚大师的传人，则她起码是雍正、乾隆年代的人。有一说梁赞曾遵其黄华宝之命，往福建寻严咏春继续学艺深造，如果这样严咏春既学艺五枚，又传艺于梁赞，她便跨越雍正、乾隆、嘉庆、道光、咸丰、同治等六个朝代，起码活 150 ~ 200 岁了，这种说法当然不可信。如此严咏春是否确有其人，她生活于哪个朝代，就很有必要弄个清楚。总之，上述不同的说法，只能给人留下一个有待揭开的谜。

五、佛山梁赞先生

梁赞，在佛山人称为“赞腥”，这里的“腥”，意是“先生”两字的合拼音。这是因为其长居于佛山，加上其人之名而被各界人士称为“佛山赞先生”。根据一些史料记载，梁赞应是生于清嘉庆年间（约公元 1816 年），原是祖籍鹤山县古劳镇，其家庭是诗礼世界，故家学渊源。梁赞原名不叫梁赞，这要从梁赞的身世说起了。

梁赞之父原本是医世之家（也有称其父原为卖猪肉为生），梁父有两个儿了，大儿子名为梁德南，二儿子名为梁德荣。二子中，梁德南从事商业发展，梁德荣则传承父之医术，以行医为业。后梁德荣继父业，在佛山开设了一药店，并于此悬壶济世。而有关梁德荣所开设的药材铺之名也有了多种说法。有人说是梁德荣所开设的药铺名为“赞生堂”，有人说名为“杏济堂”，也有人说是“荣生堂”。这倒底是哪一说法为正确呢，根据综合的资料来看，这些说法原来都可以说是正确的。因为，梁德荣所开设的药铺正式名称为“荣生堂”，“荣”即是指“梁德荣”。此荣生堂招牌而是用草书写成，故“荣”字在那时的社会里使大

部分的文化水准不高的街坊眼中，便误以为“赞”了。

有意思的，街坊众人并不称梁赞为“佛山梁先生”，而是称其为“赞先生”，这其中有一有趣的故事。按照过去社会中的风俗，特别是广东人有个习惯称某店中的老板为“某店老板”，诸如“波记鞋店”的老板，就称其为“波记老板”之类的。如果将“老板”两字省略掉，就成了“波记”了。而梁德荣即是“赞生堂”的老板，街坊们当然顺口称其为“赞生”了，即“赞生堂老板”的简称。如此，不明就里的人，就以为“赞腥”的“腥”，是“先生”两字的合体声，特别是广东话中的音意。这样一来，一般的街坊众人也就习惯叫“荣生堂”为“赞生堂”了，而作为生意人，梁赞当然也不好意思当面纠正人家的谬误。于是，荣生堂便在坊众口中变成了“赞生堂”一说了。此也使“赞生堂老板”顺理成章地被称为了“赞生”。

梁赞虽是个儒医，却非常酷爱拳术。据传，梁赞的父亲曾在其少年时聘请过一些武术教头在家教授梁赞。梁赞之父身后，其继承了父业，接任了父留下的药铺，在佛山筷子街继续营生。梁赞药铺营生稳定后，其便萌生了习武的念头。于是，梁赞暗自开始寻识一位足可令其拜服的武术高手为师。这期间，刚好梁二娣的亲戚梁佳得知梁二娣欲寻找一位其认为有资格作为弟子的人，于是在梁佳的推荐下，梁赞便拜了梁二娣为师。梁二娣每晚特别到荣生堂教授梁赞咏春拳术，梁赞同时得到了黄华宝的指导。

那时佛山武风鼎盛，除了梁赞的咏春拳派，还有其他各门派的武馆，并在这期间流行着“以武会友”的风气。“以武会友”在广东武术界俗语中称为“讲手”，其实质也就是“比武”。很多人在佛山设武馆，或者在武术界有些名望者，都会被其他武术界的好手或新秀上门挑战，要么就是发帖向此武林名宿请求“赐教”。实际上，也就是藉着“讲手”的手段，恶意打倒对方，

以作为自己扬名立万的踏脚石罢了。当时的梁赞，既不是开馆，也不是要成为什么“武林盟主”，但却偏爱接受武林各派人士的挑战，同时其也是借着所谓的“讲手”来增加自己对咏春拳技的造诣。据传，梁赞从打练咏春拳术以来，其大小不下数十战，却从来没有失败过一次，故在佛山被誉为“咏春拳王”的美名。

梁赞后开始教授咏春拳。梁赞传授咏春拳，只是在晚上，当其药店关门后，才私下教拳。其中较出色的弟子有陈华顺、陈桂、梁奇等人。

陈华顺是在赞先生附近开设了一个小小的铜钱找换档，而被坊众称呼为“找钱华”，此时陈华顺向梁赞学拳，梁赞当时年约45岁左右。

陈桂，有称为陈贵的，其是一名猪肉档的贩子，绰号“猪肉桂”，他也是梁赞的得意弟子之一。“猪肉桂”未成名前，据传曾练过外家拳术，甚至传其练过“铁指功”，能将食、中二指合并一起，练如一柄铁匕首般，可以插穿猪的咽喉处。也有传说是，猪肉桂本来有些不服梁赞的咏春拳技，故此找赞先生比武，却被赞先生一两招即击败于众前。而猪肉桂并不怀恨在心，反倒立刻扑在地上拜师，后梁赞见其求技诚恳，才收纳其为弟子。

梁奇，有文人所定的武侠小说将其称为“刘文奇”，或将其写成是个北方来的汉子。实际上梁奇是个地地道道的佛山人，其绰号“流氓奇”。由于他出身于世家子弟，因而大部分时间无须工作，除日间练武外，其它时间多沉迷于花天酒地之间，加上其有些嚣张的态度及流氓式的口气，遂被坊众称为“流氓奇”。据传梁奇腰间经常缚有一腰带长约一丈三尺，可随时作软鞭、飞铊或长索使用，而这条京青布带，并不是咏春拳中的武器，可能是梁奇本人从北方卖艺者学回来的伎俩。

梁赞除了有众多的出色弟子之外，其还有五个儿子。大儿子名为梁壁，绰号“大少壁”，是赞先生五子中武功最好的一位，

后叶问到了香港期间的武术修为多得其指点而更进一步；梁知为赞先生二子，因其年幼时得过天花，故脸上留有点点的疤痕，被人称为“痘皮知”。梁知后来迁到越南定居，其只是有一段时间在“广东会馆”教授过咏春拳；梁春为赞先生的三子，其主要以医术为生，在咏春拳术的造诣据传不见得如何；梁元为赞先生的四子，也是唯一不跟赞先生练习咏春拳的儿子，故对个人情况所知不多；梁高为赞先生的幼子，即五子，据传其是最顽皮的一位，而被熟人送其绰号“星君高”，他是赞先生最疼爱的一个儿子。

梁赞在七十余岁时，本打算退隐回其鹤山古老家乡，但因充满活力，便在其偏僻的家乡故居呆了没有多久，就因终日无所事事，遂开始教授数名乡间小子咏春拳术功夫，以打好时间渡日。

赞先生的生卒年份应约在公元 1816 ~ 1891 年间。后其门人弟子，将其所传咏春拳术相互传授，而使咏春拳术支流繁衍，人才辈出。

第二节 咏春拳的发展与传播

咏春拳无论是传说由严咏春所创，还是摊手五所传等等，但流传至今，咏春拳至少也有五、六代，甚至可以算得上十几代，百多年的历史。而传说中的几位重要传人诸如黄华宝、梁二娣等人，其真实资料，诸如生辰年月、籍贯、生平重要事件等，以及如何学到咏春拳，如何将咏春拳传下来的，到今天都未能找到确切的文字资料或依据来证明。因此，只有从数十年前在佛山较为兴盛拳术的年代，来分析咏春拳的传承过程，可以发现咏春拳确有脉络流派，并可从有些流传下来的拳谱，以及从咏春拳术的理论、经验体会内容上，看到它的分化前的原貌，这样可以明显分出了咏春拳的发展与传播情况。

咏春拳，佛山可以说是咏春拳广泛传播的重要发源地，其对港澳地区和世界传播都起着重要的作用，特别是叶问先生，是由佛山到了香港后，将咏春拳陆续传播出去的重要人物。

今日佛山地区目前流传的咏春拳有几个主要支系，也是晚清期间由梁赞、霍保全等人所传而形成的。其中，梁赞的几位再传弟子中，有陈华顺与阮济云的弟子姚才支系；有阮奇山和张保全的弟子支系；有陈华顺的弟子与再传弟子陈汝棉支系；有陆锦、黎协簾支系；还有梁赞与冯少青其他再传弟子的一些传人以及近年复又活跃于咏春拳界的郭富、伦佳的弟子传人等等。

目前，在佛山地区的咏春拳传人中，较为活跃的主要有姚才支系的弟子姚祺、林瑞文、林瑞波、霍超等传人，有彭南的传人，有阮奇山的传人，还有白昌支系的传人等。

据传，梁赞在佛山传拳时，正是其 30 ~ 50 岁的壮年间。梁赞传拳主要教授小念头、寻桥、标指三套拳，器械为棍和刀。而今天流行的翻手训练法和木人桩法是不是梁赞所传的，目前无法证实。如今佛山地区的咏春拳术传人已经经历数代的再传弟子的传承。如今科学的发展使人们对社会的认识逐步提高，这对于属于人体运动范畴的咏春拳的认识和理解自然不会与前人一模一样了。时到今天，当问及现时佛山咏春拳各支系的传人以及细节时，即使难以说清，但还是可以从咏春拳的传承过程中，发现其中的规律。

在今天所能看到的佛山咏春拳，多是陈汝棉、阮奇山和叶问再传弟子所传播的，同时包括今顺德、肇庆等地的咏春拳传人，更是陈汝棉的多代传人。

阮奇山和阮济云是近代对佛山地区和广州地区咏春拳的传播重要作用的一对奇才。阮济云和阮奇山是兄弟俩，其受教于霍保全（也有称郭宝全者，没有具体文字记录），而阮奇山又得到冯少青的指点。阮济云在佛山有一位对现代佛山咏春拳发展有着重

要贡献的弟子姚才，姚才再传弟子有姚祺、姚锡、霍起、林瑞文、林瑞波等人，并成为现代佛山咏春拳的重要一脉，后又有部分弟子将咏春拳带至香港和国外一些地区，诸如阮济云就曾被应邀至越南传拳。如今的这些弟子们习练的咏春拳仍保留着这一脉的主要拳风。

阮奇山（1889～1956年）是阮济云的弟弟，当年与佛山咏春拳界的陈汝棉和叶问被誉为“咏春三杰”。据传阮奇山的拳劲刚猛，出手快捷，接手连消带打的功夫非常高，而其弟子岑能的快手则是得益于其师的真传，也使岑能和黄祯等人成为对现代咏春拳传播有着重要影响的人物。

阮济云弟子姚才（1890～1956年），其少时跟阮济云学咏春拳，因其好武艺，更是勤学苦练。在姚才壮年时，其身体魁梧力大，因而被人为称大力才。姚才所学咏春拳，为小念头、寻桥、标指，棍术为六点半棍，刀术为二字拑阳夺命刀。如今在佛山地区，姚才的传人成为了咏春拳较为活跃的一支。姚才的儿子姚祺、林瑞文、林瑞波、霍超等弟子均有再传弟子广泛传播咏春拳。姚才一脉的咏春拳特点，讲究发劲的韧性，强调用腕力，拳掌打出去时，用弹性腕劲，用臂发力，不用手力。

佛山咏春拳中，黎协簾是近代鼎立于世界咏春拳界较有名气的支系。黎协簾所传咏春拳与流行于世界各地的叶问咏春，以及广东、港澳传承的阮奇山、姚才、梁赞佛山与古劳咏春都有较大的区别。黎协簾所传的咏春拳不叫“咏”，而是称为“永”，这看上去虽是一字之差，却是代表承传者对本派系统流传过程及其特色的一种界定。其中彭南就是永春拳的较好继承者。彭南原学咏春拳师为招就先生，后遇黎协簾，就一改招就而习永春，跟黎协簾从头学，一学十数年，成为黎协簾弟子中最有成就者。彭南早年曾学过洪拳、花拳等拳术，跟随几位老师习拳艺，在1945年开始跟陈汝棉的弟子招就学咏春拳。为什么其放弃了跟招就学