



编者按：武术是岭南传统文化中响亮的一张名片。数百年来，洪拳、蔡李佛拳、咏春拳、太极拳、龙形拳等众多流派百花齐放。叶问、李小龙等名家更是将武术的影响力推向一个高峰，在海外开枝散叶。

随着时代的发展，这些非物质文化遗产如何传承、创新、发展？如何更有“烟火气”？如何吸引更多的年轻人参与？广东新快报联合广州市武术协会推出系列报道，一起走近武术非遗传承人，听他们讲述岭南武术传承与发展过程中的故事。

●蔡李佛拳源自南少林，集三家之长

蔡李佛拳创建于1836年，糅合佛家掌、李家拳、蔡家拳三家之精华，结合自身特点，创立了具有“快速灵活、刚柔相济”特点的新拳种——蔡李佛拳。

历经一百多年的发展，蔡李佛拳逐渐形成了几个分支：鸿胜蔡李佛流派、洪胜蔡李佛流派、北胜蔡李佛流派和雄胜蔡李佛流派。其中，北胜蔡李佛拳由广东开平人谭三于上世纪30年代创立。

谭三与南下的北派少林高手顾汝章相互切磋，借鉴北派拳精华，尤其是腿法之长，融会贯通，自创连环插捶、穿心脚、走马挂扫、高椿马等独门技法，丰富了南拳腿法。因此，谭三的拳法自成风格，有“南拳北腿佛家掌”之称，故称“北胜蔡李佛拳”。

蔡李佛拳注重实战性，据说谭三还曾担任军校的搏击教官。曾强表示，他8岁开始学拳，师从谭三之徒李尧山，因此他称谭三为“师公”。

Q：都说蔡李佛拳是南派武术的代表，那它的特点是什么呢？

A：蔡李佛本身是三家拳派，一个是蔡家拳，一个是李家拳，佛不是姓，而是指南少林。这里面，姓蔡的叫蔡福，他是南少林的和尚，他以单边手、长桥大马见长，这就是北方拳术；姓李的叫李友山，他高椿大马、进退灵活；另外，就是还有佛家拳术。蔡李佛拳的创始人先后和蔡李两家学拳，然后集三家之长，就创立了一种融合了很多种武术理念的新拳种，并取名为“蔡李佛”。可以说蔡李佛拳源自南少林，但后来成了南派武术的一个代表拳种。

Q：蔡李佛拳的发源地是哪里呢？

A：具体来说，发源地应该是江门新会，前辈陈亨和张炎都是新会人。不过，蔡李佛拳发源于江门，发展于佛山，壮大于广州。抗战时期，蔡李佛拳又转入香港并传入了海外。在对外传播上，香港对蔡李佛拳这门拳术起到了很大的作用。

Q：现在，蔡李佛拳在海内外的门徒有多少？

A：从清代起，我们的宗师就一批又一批地把蔡李佛拳这个拳种传到了全世界。现在，蔡李佛拳在国内外的学习者都不少。国内在广东、香港，练习者会比较多；国外在东南亚发展得比较好，北美欧洲也有众多门徒，目前按照不完全统计，起码有几十万到上百万人学习蔡李佛拳。世界上有几十个国家和地区都有我们的蔡李佛拳同门协会。

南派拳法的主要代表之一蔡李佛拳，发源于江门，壮大曾强：上世纪60年代，整个广州

武术届有云：北有太极，南有蔡李佛。蔡李佛拳算是南派武术的代表之一。2008年，在第二批国家级非物质文化遗产名录中，蔡李佛拳便名列其中。

蔡李佛拳一门多派，旗下有“鸿胜”“洪胜”“北胜”和“雄胜”等几大流派。去年，广州北胜蔡李佛拳也单独申请非遗成功，被列入国家级非物质文化遗产代表性项目扩展名录。

近日，新快报记者采访了广东省武术协会蔡李佛拳总会会长、北胜蔡李佛馆首任会长曾强，曾强表示：“我们蔡李佛的确有几个分支，但本门其实就是三个字——蔡李佛！”

■策划统筹 王会进 ■新快报记者 王敌 实习生 石宛珊/文 郭思杰/图



■广东省武术协会蔡李佛拳总会会长、北胜蔡李佛馆首任会长曾强。

●改革开放后，蔡李佛拳重现生命力

尽管上世纪中叶，蔡李佛拳曾一度沉寂，但随着改革开放，它重新焕发了生命力。

北胜蔡李佛拳是几支蔡李佛流派分布较为广泛的一支。有很多弟子在世界各地设馆授徒。目前，蔡李佛拳已推广普及到全球逾百个国家和地区，多达一千多个社团组织，习武健身者逾百万之众，他们都成为了蔡李佛拳传承发展的基础，这些成就离不开老拳师、海外华侨华人的努力。多年来，老一辈的武术师傅以及众多弟子坚持在海外传承和传播蔡李佛拳，传遍了亚洲、欧洲、美洲、大洋洲，被世界熟知。

Q：广东本地练习蔡李佛拳的人大概有多少？

A：经过我师公师伯师叔他们所培养出来的人，这么多年下来应该说最少也有几十万门生。现在，武术开始走进校园，除了我们这辈人之外，我们的下一辈都开始去学校里教拳。广州的很多大中小学都开始有人学习蔡李佛拳，

所以目前在学习蔡李佛拳的，应该也会有几十万人。

Q：蔡李佛拳有没有固定性的交流活动？

A：相关的活动在全世界都有展开。比如在北美、欧洲和东南亚这些地方，每年都有蔡李佛拳的门徒举办活动。疫情之前，他们也会带着自己的徒弟和学生来广州、佛山和江门拜山祭祖，我们也经常会去他们那里交流学习。我们自己这边也会举办例行的年会，或者是开展探讨会。对我们来说，这样的聚会有利于促进蔡李佛拳的生命力。

Q：作为一门搏击技，蔡李佛拳的实战性如何？

A：传统武术中，我没听说过不能打的。其实，现在的散打也是脱胎于传统武术。当然，现在的散打训练更加系统，从体能、力量、手法上都有专业的指导，而且每天都会练上6-8小时。如果

传统武术也能够有类似的实战训练方式，那么同样可以打得很好。蔡李佛拳的拳术套路有100多种，主要分为单练和对练两种，单练套路中，有拳术49套、器械62套；对练套路中，有拳术对练10套，器械对练33套。此外，还有秤桩、沙包桩等18种桩法。北胜传承蔡李佛拳以穿、挠、挂、扫、插的基本特点之外，还创新了连环插拳、偷溜手插拳、走马挂扫等多个招式，实战性非常强。

Q：蔡李佛拳以前也拍过一些影视作品，您认为影视作品中的蔡李佛拳是否体现了它的全貌？

A：有关蔡李佛拳的影视作品，角度都比较侧重于实战性，而非故事性，所以在宣传上的确不如咏春、洪拳到位。咏春的叶问系列拍了很多版本的电影、电视剧，黄飞鸿（洪拳）更是加起来拍了100多部影视作品，都是通过故事性的题材把武术门派“套”进去。不得不承认，在这方面，蔡李佛拳还需要向做得好的人多多学习。