

# 葉問徒弟馬亨霖：詠春拳法最人性化

因為《葉問》電影系列，加上《一代宗師》參與了全球多個地方的電影節，令電影裏講述的詠春拳，從大銀幕走向全世界。適逢深圳歌劇舞劇院原創舞劇《詠春》今晚在香港文化中心大劇院上演，文藝界與武術界再次掀起一陣詠春熱潮。詠春拳由葉問在香港發揚光大，本報專訪現年88歲的葉問嫡系徒弟馬亨霖，詳談詠春起源，以及昔日跟葉公學武的點滴。

記者：胡茵



馬亨霖是少數仍然在生的葉問嫡系徒弟。他說因為年輕時多練功，多做帶氣運動，到現時年近九旬仍然頭腦清晰。 記者 胡茵攝

葉問是上世紀五十年代首位以詠春為門派授徒的師傅，現在世界各地學詠春的多是堂堂大男人。葉問嫡系徒弟馬亨霖接受香港商報專訪時告訴記者，原來詠春最初是專為女性而設的拳術。

據馬亨霖介紹，在清朝康熙年間，廣東人嚴二因事被誣告，攜女嚴詠春遠走四川大涼山，以賣豆腐為生。大涼山白鶴觀有位五枚師太（「少林五老」之一）常去買豆腐，某天師太在豆腐店見嚴詠春在流淚，原來詠春已年滿15歲，當地土霸垂涎其美色，前來迫婚，詠春不願，卻苦於無計可施。師太告訴詠春：「你先答應這個土霸，但是設一個條件，就是半年後來一場比武，妳輸了才下嫁對方。」嚴詠春照着師太的話去做，土霸亦答應。接下來半年，師太傳授武藝予詠春，結果，半年後詠春果真在比武中擊敗土霸。事件廣為流傳，嚴詠春施展的拳術，亦以「詠春」命名。這套拳法後來幾經流傳，到1950年代，葉問由內地來港教拳，名曰「詠春」，而發揚光大。

## 詠春必須互相對練

據馬亨霖的回憶，梁相是葉問的大弟子，也是港九飯店工會主席。葉問1950年來香港時，梁相已經是教頭，和葉問認識後再學詠春，他佩服這種適合女性的拳術，竟能打倒一個大男人，想必有其獨到之處（事實上，葉問的個子也不高，有紀錄顯示葉問身高約1.6米），因而邀請葉問在飯店工會教拳。上世紀五六十年代，香港治安比較混亂，市民為了免受欺負，都會學習功夫，習武是一種社會風氣，街上武館林立。梁相邀請葉問在飯店工會任教，使葉問來港後，不但有落腳處，也有任教的穩定收入，以維持生計。馬亨霖說：「我是葉問早期的弟子，跟葉問師傅學拳後，清楚知道這是一套根據人體工學設計出來的拳法，而非如虎形、蛇形等拳術般，根據不同的動物形象發明出來。詠春拳法更人性化，可以說是「人形拳」。我希望這種蘊藏中國武術精髓的

中華文化能傳承下去。」

馬亨霖表示，現在有很多歐美人以學詠春為榮，坊間亦有葉問學派的武館，甚至有很多網上教學方法。可是詠春不可以單靠圖片或影片教學，因為拳法靈活，如單手發拳角度差一點都用不上勁。「李小龍走紅後，曾要求給師傅一萬港元叫他展示一下功夫，拍一個錄影視頻。可知道當年一萬元足以買一層樓了，但葉師傅也沒有答應。因為這種功夫必須要手傳身教，兩人互相對練，所以師傅每開班授徒，必然收三人或以上，就為了可以互相對練。」

## 為份工學詠春

馬亨霖續指，詠春拳之所以可以成為著名門派，第一要感謝葉問，第二要多謝梁相，因為梁相為師傅提供了教學場地，讓拳術在香港這片土壤先成長起來。馬亨霖表示：「葉問最喜歡的徒弟是羅炳。羅炳是巴士司機，帶了很多跟師傅學拳。」當年一輛出勤的巴士，不但有司機，還有售票員和負責關門的員工（巴士門非自動開關）。上世紀五六十年代，香港經濟開始蓬勃，人們上班擠車爭先恐後，更會向巴士關門人員動武。巴士每到一站常有爭鬥或擾攘，不習點武功，關門人員可能天天要負傷上班。就這樣羅炳帶了大批巴士員工跟葉問學詠春，這也是當時詠春武館的鼎盛時期。後來李小龍跟隨葉問學拳，還創立了截拳道，使詠春之花開遍世界。

詠春拳流傳至今已300年歷史，馬亨霖說明，練這套拳有相當的秘訣：一、一定要朝迎，追身



李小龍（左）於1956年拜葉問（右）為師，學習詠春。 資料圖片

不追身，多發空拳，走中線，對準敵人，就像等腰三角形的直角中線，那是最近的距離。二、練拳時要完全放鬆，來留去送。不能束力，否則就是死力，例如防衛時，束橋是大忌。馬步是二字鉗羊馬，雙腳橫開兩步，雙腳八字微曲內扣。向前向後都必須是這個馬步，這樣才能自己不用力，也能化解對方打過來的拳力。三、練拳時着重尾指的力度，因為小指的力度是最弱的，所以要練沙包練習尾指骨發力。

馬亨霖作為詠春體育會前主席，希望詠春拳術可以在全世界不斷傳承，發光發亮。讀者若有興趣認識詠春，可留意即日起至24日假香港文化中心大劇院上演的深圳歌劇舞劇院原創舞劇《詠春》，故事以20世紀深圳劇組拍攝的電影《詠春》為引，將「戲外」的《詠春》劇組與「戲內」赴香港打拼的葉問兩條故事線在劇中並行展現。舞劇將武學招式與古典舞及現代舞結合，是一場武舞相融的視覺盛宴。

葉問現時在港的一些徒弟與正、羅在達。記者 胡茵攝



## 「青春長沙，機遇之城」系列報道之一

# 機遇長沙：大灣區企業創業新熱土

在時代的浩瀚洪流中，每一座城市都如同璀璨星辰，各自閃耀着夢想與機遇的光芒。長沙，這座歷史與現代交織、文化底蘊與活力並蓄的城市，正以獨有的風姿和日新月異的發展態勢，成為大灣區乃至全球創業者心中的一片熱土。近年來，隨着「強省會」戰略的深入實施，營商環境的持續優化，長沙以更加開放包容的姿態，向大灣區乃至全球的企業張開雙臂。

化定興 戴穎



低成本創業、高品質生活的長沙充滿發展機遇，展現出生機勃勃的氣象。

10月21日，位於長沙自貿臨空區的玉湖冷鏈（長沙）交易中心正處於如火如荼地建設之中，部分建築已經開始地上部分的主體建設。該項目不僅是湖南省與長沙市的重點項目，更是湖南省吸引外商投資的標誌性工程。佔地400畝，建築面積超過36萬平方米，冷庫庫容高達28萬噸，它預示着長沙在冷鏈供應領域的又一重大飛躍，預計將於2026年投入使用。

香港玉湖集團是一家跨國港資企業，以其深厚的行業積澱和前瞻性的戰略眼光，將目光投向了長沙這片充滿希望的熱土。玉湖冷鏈，作為集團旗下的冷鏈食品供應企業，依託國際領先的數智化冷鏈園區產業集羣，不僅重塑了線下流通的

標準，更賦能線上數智貿易，構建了一個雙循環的產業生態環境。

談及為何選擇長沙，玉湖冷鏈長沙公司相關負責人深情表示：「湖南長沙，以其得天獨厚的交通区位优势勢和豐富的資源賦賦，為玉湖冷鏈的發展鋪設了寬廣的道路，提供了無限的可能。長沙市委、市政府對招商引資的高度重視與鼎力支持，以及各級領導的高效服務與精準對接，讓我們感受到了家一般的溫暖與信心。因此，我們堅信長沙的投資發展前景不可限量，毅然決定在此投資建設玉湖冷鏈

（長沙）交易中心。」

據了解，玉湖冷鏈（長沙）交易中心將依託長沙便捷的交通網絡和自貿試驗區核心地位等區位優勢，建設集展示展銷交易區、冷鏈倉儲交付區、進出口貿易服務區、商務配套區等四大功能區於一體的食品供應全產業鏈交易中心。「近年來，長沙不遺餘力地構築國際化營商環境新高地，從舉辦多項國際盛事到吸引全球企業精英與人才匯聚，開放程度越來越高。我們期待以實踐為橋，吸引灣區乃至全球企業共赴長沙，共創輝煌。」玉湖冷鏈長沙公司相關負責人說。

長沙的魅力還吸引了眾多其他行業的領軍企業。廣汽埃安，作為新能源汽車領域的佼佼者，也將長沙視為自身發展的重要戰略支點。8月21日，廣汽埃安長沙工廠項目竣工投產活動在長沙經開區舉行。作為國家製造業新型技術改造升級重點項目、湖南省重點項目，廣汽埃安長沙工廠的正式竣工投產讓長沙再次點亮一座全球燈塔工廠。

新能源汽車作為湖南省重點打造的「4+6」國家先進製造業產業集羣，也是長沙市重點發展的產業鏈。近年來，長沙以電動化、網聯化、智能化搶佔汽車產業發展制高點，先後獲批汽車車身先進設計製造國家重點實驗室等6個國家級創新平台，擁有智能網聯汽車「車路雲一體化」應用試點城市等5塊智能網聯領域國家級牌照，逐步

形成了主配協同、服務配套的新能源汽車產業鏈條。

廣汽埃安長沙工廠的竣工投產，不僅是企業實力的展現，更是長沙營商環境優化的生動註腳。廣汽埃安總經理古惠南在談及長沙工廠的發展時表示：「長沙擁有良好的營商環境，與我們的發展目標高度契合。長沙工廠投產後，我們將採取就近配套戰略，通過拉動周邊配套產業布局，推動產業集羣的形成，為長沙打造先進製造業高地貢獻「埃安力量」。」

據記者了解，2023年10月，廣汽埃安長沙分公司在長沙經開區註冊成立並動工建設，首期固定投資超過40億元，廠區佔地面積達1220畝。令人矚目的是，這座工廠僅用了短短8個月的時間就完成了升級改造，實現了打之年標準產能20萬輛新能源汽車工廠的壯舉，53秒即可下線一台車。這背後，是廣汽埃安在智能製造領域柔性、低碳和數字化水平的行業領先優勢的集中體現，也是長沙速度與長沙效率的完美詮釋。

當前，長沙正鑄定「三高四新」美好藍圖，以時不我待、只爭朝夕的奮進姿態，加速融入全球產業鏈、供應鏈、價值鏈。隨着越來越多粵港澳大灣區企業的湧入，長沙的經濟發展迎來了諸多歷史機遇。在這片充滿希望的熱土上，長沙將攜手大灣區企業共同書寫高質量發展的新篇章，共同開創更加美好的未來。



廣汽埃安將長沙視為自身發展的重要戰略支點。