

## 咏春拳



咏春拳（亦称“永春拳”或“泳春拳”）据传由福建省连城县严咏春（又名咏春三娘）所创。清嘉庆年间，福建有一位名叫严四的少林高手在连城隐居，他的女儿名叫严咏春，从小随父习武。一天，咏春在河边洗衣服，看见一只白鹤与一条青蛇在激烈争斗，她仔细观察之后顿有所悟。于是她将蛇鹤相斗的缠绕吞吐动作结合南派少林拳法创编出早期的咏春拳。严咏春又将此拳技传给丈夫梁博涛（江西人）。此后，夫妇在连城县设馆授徒，后辗转江西南下，在广东省南雄县和高要县广授弟子。弟子们在广东各地亦陆续授徒，为咏春拳的普及和发展起了重要作用。

咏春拳盛行于广州、佛山、肇庆、顺德、鹤山及福建、港澳等地；国外加拿大、美国、日本及东南亚等国亦有流传。

咏春拳动作姿势较高，招招式式既重规格又重实用。身法讲求闪身、贴身和紧迫快打。防守时务必将对方的攻击点排斥在自己的防守圈外，进攻时要抢进对方的防守圈内。对方进攻时要吞其来势，牵其来力，引进落空；一旦对方抽手逃脱，要顺势而入，送招反击。

咏春拳的主要特点是：动作朴素，招法实用，手法丰富多变，起脚必配手，发腿隐蔽，出手护中。短桥手，上拦下按，连消带打，贴身靠打。

### 关键词解析：

**咏春拳** yǒng chūn quán

Wing Chun

中国传统武术拳法之一。

A category of Chinese Boxings

**套路** tàò lù

Routine

编制成套的武术动作。

A series of boxing skills

**身法** shēn fǎ

skill

武术技法之一。

One kind of Kungfu skills

### Talk Show

A: Hey Leo, what film are you watching?

B: It's Ip Man.

A: Who is Ip Man?

B: A famous kung fu master in Chinese. And he is almost the best Wing Chun player.

A: Wow, is Wing Chun very powerful?

B: Of course.

A: Who created this?

B: A woman named Yan Yongchun.

A: Wow, women are always better than men!

B: OK, OK, now I wanna go on watching the film now, do you wanna enjoy it with me?

A: Why not.

**小测试:**

Who created Wing Chun?

请问谁创立了咏春拳?

A. 成龙 Jackie Chan

B. 李连杰 Jet Li

C. 叶问 Ip Man

D. 严咏春 Yan Yongchun