

說法文的詠春拳老師

——習武重德的泰力

文／記者蕭軒 圖／泰力提供



▲為學武術，自法國來台定居17年的泰力。

武術大師李有甫說，中華武術從道家思想而來，與修煉有關，而武德則是武術的靈魂，武術則是為止惡揚善。台北市的一間小武館，主人是輪廓鮮明、說著法文的外國人，遠從巴黎漂洋過海，為的是精進武術及探究「武」與「德」。

來自法國、擁有小麥膚色的泰力 (Thierry Cuvillier) 今年 45 歲，身形結實，笑容可掬，在台灣生活將近 20 年的他，還擁有一間自己的武術教室。多年習武使泰力身心受益，他笑說，「我的中文沒有非常好，我的功夫比較好，很推薦大家多了解武術，找到適合自己的類型來練習。」

更擅長用手 致力投入武術

泰力還在巴黎時，已學過近身格鬥技巧、跆拳道與合氣道，他還取得跆拳道黑帶資格，也是一名防身術教練。一次機緣，朋友在聊天中談到中國功夫，泰力萌生興趣，開始一邊練習跆拳道、一邊習武。

最終，泰力發現比起腿自己更擅長用手，希望專心致志在武術上，此外，他也對中國武術講究「武德」的文化內涵很感興趣。泰力說，「我在法國時就喜歡去中國城，買老子的書，試著理解『道』和『功夫』之間的關聯。」

1999 年，泰力做足功課來到台灣，向詠春拳宗師葉問的外甥盧文錦拜師學藝，6 年

後，泰力獲頒盧文錦親授的詠春拳助教資格，在台北市開設了自己的詠春拳教學班，傳授所學至今。

泰力說，國外很強調身體機能的強健，速度要快、力量要大，他在法國勤奮鍛鍊，就為了比賽獲勝。初來台灣，泰力也曾想四處拜師，或找高手比試。

詠春精隨在防禦 隱含佛道思想

但是，詠春拳的精髓不在扳倒對手，甚至不主動攻擊，而是防禦。「學習一套保護自己的拳法，你的思考模式就不再只是拿冠軍、得第一。」泰力分享，習武過程中，他不斷發現，詠春拳法似乎隱含著道家和佛家思想，練拳同時，他也沈浸在博大精深中華文化中。

中華武術起源於古老的中華傳統文化，內涵豐富，首先從道家思想而來，與修煉有關。中文字的內涵豐富，「止」、「戈」為「武」。

《漢書·武五子贊》記載，以武禁暴、整亂，止息干戈，非以為殘而與縱之也。也就是說，武是用來御暴防身、化解爭鬥、獲取和平的意思。

武術大師李有甫指出，「中華傳統武術的精華是武德，就是止惡揚善」。武術名家楊龍飛則說，武術除了鍛鍊身體，道德品行是至關重要的，唯有提高道德，才能開發外部技巧和天生的能力，僅身強體壯並不代表就是真正的武術家。

對此，泰力感同身受。「詠春拳有鬍手練

習，一來一往間，雙方會產生情緒。一旦你被激怒或感到膽怯，內在的平衡被打亂，你就無法做好練習。」泰力說，提升精神層面的訓練，對外部技能有絕對的影響。

物質驚人相通 武術改變人

在習武之外，泰力固定會冥想打坐。泰力表示，打坐是一種修行方式，幫助他更了解自己的內在，對生活中的苦難和情緒紛擾也有更多認識，同時也使他的情緒變得更加平和。

「我發現，精神與物質是相通的，因為身體和心靈不能被分離。」泰力說，日復一日、年復一年地精進著詠春拳法，也讓他對武術和中華文化不斷更進一步了解，潛移默化中，他彷彿變了一個人。

「人只要投注精力、經年學習某一樣東西，比方藝術、音樂或武術，都會使人從裡到外發生轉變。」泰力有感而發，那種微妙的變化並非一蹴可幾，而是經年累月產生的，「好比當初，我也是拼命鍛鍊想要在擂台上得冠軍、拿第一的人，然而現在卻幾乎不想找人比試。」

武術帶給泰力的獲益良多，他微笑道，自己也會像身邊的人介紹武術或打坐，建議對武術有興趣的人，別想太多，找一間離家近的道館，先嘗試一個月，多試幾間也沒關係，最後總會找到適合自己的武館，就能修習下去。



▲泰力展示詠春八斬刀耕手。



▲泰力表示，打坐能幫助控制情緒，讓自己更平和。(示意圖)(大紀元資料室)



▲泰力(右)指導學生藉由蒙眼鬍手訓練聽勁。

詠春拳小百科

詠春拳本身，不強調架勢，也不強調力與美，要求「腰馬一致」、「心意合一」、「心靜神定」，不能存有任何雜念，也不必運氣吐氣，拳由心生，正如《大學》所述：「定、靜、安、慮、得」，強調「活人練活死功夫」。——盧文錦(詠春拳宗師葉問親傳弟子)◇