

林世榮
真傳

虎
鶴
雙
形
拳



虎鶴雙形拳

南拳秘傳功譜

梁達 編著

林世榮真傳虎鶴雙形拳



(粤)新登字 06 号

责任编辑	刘 军 后来居
封面设计	梁健莹
责任技编	吴少娟
书 名	林世荣真传虎鹤双形拳
编 著	梁 达
出版发行	岭南美术出版社
经 销	广东省新华书店
印 刷	番禺市印刷厂
规 格	787×1092 毫米 32 开 8 印张 138 千字
版 次	1996 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
印 数	1—15000 册
书 号	ISBN7—5362—1340—9/J·1212
定 价	9.80 元



虎鹤双形拳祖师林世荣先生像

廣東十虎說三公
少林一脈黃飛鴻
林師世榮創虎鶴
嶺南洪拳此正宗

林世荣先师传略

林世荣先师(1861—1942年),广东南海县平洲镇平北乡西河村人。传说其降生时有虎鹤临门之瑞,至今仍为乡里当作美谈。

林世荣先师自幼随祖父林伯善学习家传武技,继而师事洪拳高手胡金星、佛拳名家钟雄山及林福成(铁桥三弟子)、黄飞鸿、吴全美等广东武术大师,后融南拳诸家拳法于一体,自创虎鹤拳派,一生授徒达万余人,世称“虎鹤先生”。

林世荣先师品格高尚,武德纯良,胸襟磊落,待人诚恳。他力主拳师之间废除门户之见,以礼相让,共同切磋。与人比武,仅以技折服为止,从不故意伤人,素为同行及门人所敬重。

林世荣先师曾参加清末在广州东较场举办的一次大型武术比赛,荣获第一名,轰动整个羊城。1921年,广州孤儿院发起慈善筹款,林世荣先师秉持乐于为善之一贯精神,特到现场表演,亲获孙中山赞赏,并受其以大总统名义颁发之银质奖章。

此后,林世荣先师与徒弟朱愚斋、张士鏊、李世辉等人致力弘扬岭南武术,著作《伏虎拳》、《铁线拳》、《虎鹤双形拳》等书刊行于世,开辟广东近代武术套路写作之先河。其虎鹤双形拳结构新颖,动作轻快,革除了以往南派拳法沉滞狭隘、动作重复之弊病,一时风行全省,并远传至港澳、南洋甚至北美

等地,迄今历久不衰。

1942年,林世荣先师在故乡逝世,享年81岁。

林世荣先生遗像

林世荣先师轶事

作为清末民初的岭南武术名家，林世荣先师留下了许多脍炙人口的传奇故事，现摘录数则，以飨读者。

一、牛刀小试两折“踢馆”狂徒

由于林世荣武功高强，声誉良好，所以自开馆授徒以来，广州一时从学者甚众。结果“树大招风”，一些妒火中烧的拳师便上门挑衅，企图“教训”林世荣一番。

一日，一个光头汉子突然闯入林的武馆，自称粤中名师，对正在课技的林世荣喝道：“何物狂徒，竟敢目无他人，今日非一较身手不可。”接着不顾林的再三婉辞，硬要逼他动手。林世荣迫于无奈，只好迎战。谁知甫一交手，“光头佬”便跌出寻丈之外。林世荣赶忙表示抱歉，“光头佬”则满面羞惭，后竟反率其徒归至林世荣门下。

拳师范某，平日因常去“踢馆”且“脚风”颇顺，故在广州亦算名头响亮人物。这天他又想到林世荣这里来“发挥专长”，因此一进馆门便疾声厉呼：“乳臭小儿也想学人设馆！若人人这样，吾之少林妙术，岂不为世人所轻。听说你善用双刀，能不能和我比试一下？如果不能，则趁早散馆他去，别在广州立足。”林世荣闻言答道：“仆虽愚拙，但也不是惧怕他人的人。公能光临‘教训’，乃我之荣幸。但请勿以兵刃相见，以免危及

旁观。我且握两根木柴向公讨教”。范某一听，吼哮如虎，挺身持棍向林猛击，状甚凶暴。谁知三几回合之后，范某即受创流血，弃棍负痛而去。当他狼狈地跑到黄飞鸿医馆讨药疗伤时，黄飞鸿不禁笑赞道：“林君不愧是我的门徒。”

二、海幢寺笑败铁头僧

一天，林世荣随师傅黄飞鸿到海幢寺游览，恰好方丈不在，绰号“铁头和尚”的僧人将他们迎入客堂。宾主寒暄过后，铁头和尚便向黄、林二人大谈技击之道。说欲精技击，必须刻苦耐劳，并以自己练成“铁头功”为例——先是用头反复倒椿石臼，然后再在臼中铺上碎石，直至换为铁渣椿头为止；如此日夜苦练，方告功成。他得意地称自己如今头坚似铁，以之撞敌，无人能御；并力邀黄、林二人与之较量，“以为山门生色”。

黄飞鸿遂命林世荣应付，并叮嘱他不可使用“杀手”。于是林世荣和铁头僧当下在寺中空地摆开架势。铁头和尚一头向腾身进马的林世荣撞去，林即以虎鹤双形拳中之月影手脚一式破之，当场将其打出三尺之外。林世荣随即趋前将铁头僧扶起。铁头僧双手合十，对林表示钦佩。海幢寺从此又留下一篇以武会友的佳话。

三、剧战“乐善戏院”

清末时的广州戏院，多雇用会武人士维持秩序。因林世荣为乐善戏院老板所赏识，故其徒出入该院，通行无阻。后来戏院业主更换，孰料却引发出一场轰动广州全城的“大武斗”。

林世荣有一门徒名叫朱虾，一日偕朋友像往常那样，直入乐善戏院看戏。岂知守院者已非故旧，故遭阻挡，双方即时发生冲突。朱虾等寡不敌众，遂退回武馆向林求诉。林世荣问

清缘由，责备他们不该看“霸王戏”而惹事。但朱虾等人心有不服，立意报复。林世荣见状，知道不可理喻，只得亲率徒众到戏院谋求和平解决。

戏院方面见林等前来，误以为将要“开打”；于是火速召集衙役差弁百余人，先假事欢迎，诱林等人入内，然后一拉闸门，蜂涌而上。顿时棍棒刀枪，如雨而下。这时朱虾已不知何去，只剩林世荣及弟子关坤、邓二数人，赤手御敌。未几，林世荣便力劈数人，夺得一对铁铜，一给爱徒，一留自卫。这场恶斗从二更打到四更，直杀得天昏地暗，死伤枕藉。歹徒们前仆后继，务欲置林等于死地。林世荣则越战越勇，并于官兵设下重围之紧急关头，用石块击灭院门大灯，乘暗打开铁闸栏干，混入人丛中脱险而去。

翌日报章载文称：“是役伤亡兵弁运往韬美医院疗治者，数在八十以上……而林师徒之中，独林丝毫无恙，其徒邓关等俱负重伤，尤以邓某身受七刀为险；但虽身受重伤，犹能不懈到底，且得免于死者，其勇为何如哉！”

事后，官府悬赏通缉林世荣。林世荣遂投身国民革命活动，为推翻满清统治奔走出力。

虎鹤双形拳谱目

(传统古谱)

第一式	龙虎出现	(3)
第二式	二虎藏踪	(5)
第三式	伏虎藏龙	(7)
第四式	美人照镜	(9)
第五式	斜风摆柳	(11)
第六式	袖里藏花	(13)
第七式	指定中原	(15)
第八式	乌龙戏水	(17)
第九式	四指撑天	(19)
第十式	摇龙归洞	(21)
第十一式	乌龙吐珠	(23)
第十二式	风箱拳法	(25)
第十三式	四平大马	(27)
第十四式	双提日月	(29)
第十五式	乌鸦晾翼	(31)
第十六式	双弓插花	(33)
第十七式	宝鸭穿莲	(35)
第十八式	双龙出海	(37)
第十九式	金桥相定	(39)

第二十式	左运柔桥	(41)
第二十一式	右运柔桥	(43)
第二十二式	水底捞月	(45)
第二十三式	霸王举鼎	(47)
第二十四式	飞鸿敛翼	(49)
第二十五式	双剑切桥	(51)
第二十六式	左手破排	(53)
第二十七式	右手破排	(55)
第二十八式	双弓伏虎	(57)
第二十九式	猫儿洗面	(59)
第三十式	白马献蹄	(61)
第三十一式	伏虎连珠	(63)
第三十二式	子午珠桥	(65)
第三十三式	沉桥串掌	(67)
第三十四式	指尾撑天	(69)
第三十五式	坐马单桥	(71)
第三十六式	进马出掌	(73)
第三十七式	玄坛伏虎	(75)
第三十八式	金刚出洞	(77)
第三十九式	削竹连枝	(79)
第四十式	拨草寻蛇	(81)
第四十一式	浪里抛球	(83)
第四十二式	魁星踢斗	(85)
第四十三式	双弓抱月	(87)
第四十四式	童子拜佛	(89)
第四十五式	猛虎负隅	(91)
第四十六式	虎眼豹槌	(93)

第四十七式	独臂单桥	(95)
第四十八式	进马冲拳	(97)
第四十九式	单工千字	(99)
第五十式	双工千字	(101)
第五十一式	双挂槌法	(103)
第五十二式	挂槌双落	(105)
第五十三式	独臂单桥(右势)	(107)
第五十四式	进马冲拳(左势)	(109)
第五十五式	单工千字(左势)	(111)
第五十六式	双工千字(左势)	(113)
第五十七式	双挂槌法(左势)	(115)
第五十八式	挂槌双落(左势)	(117)
第五十九式	通天拳势	(119)
第六十式	连环通天	(121)
第六十一式	八分箭拳	(123)
第六十二式	还魂拳法	(125)
第六十三式	吊脚千字	(127)
第六十四式	转身撇竹	(129)
第六十五式	铁门闩槌	(131)
第六十六式	蝴蝶分飞	(133)
第六十七式	饿虎擒羊	(135)
第六十八式	单虎出洞	(137)
第六十九式	猛虎下山	(139)
第七十式	虎凭豺狼	(141)
第七十一式	带马归槽	(143)
第七十二式	手扳丹桂	(145)
第七十三式	跌荡麒麟	(147)

第七十四式	膀手沉腰·····	(149)
第七十五式	指手问题·····	(151)
第七十六式	水浪抛球·····	(153)
第七十七式	袖里冲槌·····	(155)
第七十八式	鹤嘴沉肘·····	(157)
第七十九式	还魂饱鹤·····	(159)
第八十式	独脚飞鹤·····	(161)
第八十一式	独脚饿鹤·····	(163)
第八十二式	饿鹤寻虾·····	(165)
第八十三式	右鹤顶法·····	(167)
第八十四式	左鹤顶法·····	(169)
第八十五式	乌龙摆尾·····	(171)
第八十六式	罗汉晒尸·····	(173)
第八十七式	卞庄擒虎·····	(175)
第八十八式	醉酒八仙·····	(177)
第八十九式	罗汉出洞·····	(179)
第九十式	单指引手·····	(181)
第九十一式	一星抛槌·····	(183)
第九十二式	二星抛槌·····	(185)
第九十三式	连环责胛·····	(187)
第九十四式	连环扣撞·····	(189)
第九十五式	胛底箭拳·····	(191)
第九十六式	拘弹脚法·····	(193)
第九十七式	连环火箭·····	(195)
第九十八式	铁扫把脚·····	(197)
第九十九式	猴子偷桃·····	(199)
第一百式	黑虎爪法·····	(201)

第一百零一式	金龙献爪·····	(203)
第一百零二式	十字分金·····	(205)
第一百零三式	金星挂角·····	(207)
第一百零四式	猛虎推山·····	(209)
第一百零五式	日字猛箭·····	(211)
第一百零六式	雁落平沙·····	(213)
第一百零七式	双飞蝴蝶·····	(215)
第一百零八式	扭马冲槌·····	(217)
第一百零九式	走麒麟步·····	(219)
第一百一十式	之字蝶掌·····	(221)
第一百一十一式	蝶掌连环·····	(223)
第一百一十二式	月影手脚·····	(225)
第一百一十三式	龙藏虎跃·····	(227)
第一百一十四式	猛虎扒沙·····	(229)
第一百一十五式	虎豹双拳·····	(231)
第一百一十六式	穿桥归洞·····	(233)
第一百一十七式	单龙出海·····	(235)
第一百一十八式	虎鹤齐鸣·····	(237)

虎鶴雙形拳圖譜

第一式

龍虎出現



訣曰：龍虎出現面南天，拱手吊腳為禮先；
雖說不攻亦不守，折拳一掌變伸展。