

古拳谱丛书

第六辑

武艺精华

山西科学技术出版社

汤显



六月
汤显

武艺精华

武艺精华





古拳谱丛书

第六辑

武艺精华

山西科学技术出版社

汤显



图书在版编目(CIP)数据

武艺精华 / 汤显著. —太原: 山西科学技术出版社,
2006. 6

(古拳谱丛书. 第6辑)

ISBN 7-5377-2737-6

I. 武... II. 汤... III. 武术—中国 IV. G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 036580 号

武艺精华

著者 汤显

校点者 常学刚

出版者 山西科学技术出版社

太原建设南路二十一号

发行者 各地新华书店

承印者 太原兴晋科技印刷厂

787×1092 1/16

印张 7.25

版次 二〇〇六年六月第一版

二〇〇六年六月太原第一次印刷

字数 73千字

印数 1-4000册

书号 ISBN 7-5377-2737-6/2·617

定价 17.00元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请
与印刷厂联系调换。



中華民國十五年五月初版
中華民國十七年三月再版



〔武藝精華一冊〕
〔每冊定價大洋六角〕
〔外埠酌加運費〕

編纂者	湯顯
校訂者	平雪士 袁濟時 戎傳耀 丁松年
發行所	集益合作書局 <small>杭州三元坊大馬路</small>
分發行所	各省各大書坊 <small>杭州延定巷</small>
總發行所	達摩拳練習所 <small>杭州金波橋電話三五三</small>
印刷所	弘文印書局



感谢您对我们的工作的支持

- 如有珍贵的古旧拳谱、拳经、拳书；
- 如有传统的武术经典之作；
- 如有宝贵的信息和线索；
- 如有任何问题和建议；
- ……

欢迎您与我们联系！

通讯地址

山西科学技术出版社

太原市建设南路21号

邮编 030012

联系人 王跃平

电话 0351-4922107(编辑部)

0351-4922121(发行部)

电子信箱 sxjwkk@163.com

传真 0351-4922121



古拳谱丛书

第六辑

山西科学技术出版社

武艺精华

汤显

古拳谱 丛书

策划人 瀚海工作室



策划人语

本书影印的目的，旨在供各界武术爱好者鉴赏、研习和参考，以达弘扬国术，保存国粹，俾后学者不失真传而已。

原书大多为中华民国时期的刊本，作者皆为各武术学派的嫡系传人。他们遵从前人苦心精诣遗留之术，恐久而湮没，故集数十年习武之心得，公之于世。丛书内容丰富，树义精当，文字浅显，解释详明，并且附有动作图片，实乃学习者空前之佳本。

原书有一些涂抹之处，并不完全正确，恐为收藏者之笔墨。因为着墨甚深，不易恢复原状，并且尚有部分参考价值，故暂存其旧。另有个别字，疑为错误，因存其真，未敢遽改。我们只对有些显著的错误之处和版面上的墨点等，做了一些修改的工作；对缺少目录和编排不当的部分原版本，我们根据内容进行了加工、调整，使其更具合理性 and 可读性。有个别原始版本，由于出版时间较早，保存时间长，存在残页和短页的现象，虽经多方努力，仍没有办法补全，所幸者，



就全书的整体而言，其收藏、参考、学习价值并没有受到太大的影响。希望有收藏完整者鼎力补全，以裨益当世和后学，使我中华优秀传统文化承传不息。

为了更加方便广大武术爱好者对古拳谱丛书的研究和阅读，我们对丛书作了一些改进：将书中的文字通篇做了简体化处理；尝试着做了断句；并根据现代人的阅读习惯，将处理后的文字改为横排版，同时，与原版本并行刊印，以便于对照阅读。

由于我们水平有限，失误和疏漏之处在所难免，敬请读者予以谅解。



编辑大意

一、鄙人忧国技湮没失传，爰将武术场中一生心得，穷原竟委，说图列解，供献于世。

一、本书供中等以上学校国技教师及学生、军人之用，与拙著《达摩派拳诀》相辅而行。

一、本书内容先将国技之根本功夫如一字步、十字手、十字拳、十字腿，详细说明，以立基础。而于军队适用之南阳大刀、急三枪、镖术、刀枪诀法等，尤为注意。学者苟能悉心练习，小则充当国技教师已游刃有余。

一、本书文词浅显，使阅者一目了然，无杆格难通之苦。间有难明者，另附摄影以便参阅。

一、本书系鄙人课余所编，经拳界诸同人再三校订，始克藏事，惟

編輯大意

一鄙人憂國技湮沒失傳爰將武術場中一生心得窮源竟委說圖列解供獻於世

一本書供中等以上學校國技教師及學生軍人之用與拙著達摩派拳訣相輔而行

一本書內容先將國技之根本功夫如一字步十字手十字拳十字腿詳細說明以立基礎而於軍隊適用之南陽大刀急三槍鏢術刀槍訣法等尤為注意學者苟能悉心練習小則充當國技教師已游刃有餘

一本書文詞淺顯使閱者一目了然無杆格難通之苦間有難明者另附攝影以便參閱

一本書係鄙人課餘所編經拳界諸同人再三校訂始克藏事惟



謬誤脫落仍所難免，海內方家賜以指教，尤所盼幸。

謬誤脫落仍所難免海內方家賜以指教尤所盼幸。



序

武人与文人异。文人授徒，类皆悉心指导，不留余地。武人则不然，其以拳术授徒者，确亦根据《易筋经》或少林派等手术依次教授，惟耳提面命之时，多不肯以独得之杀手诀举以示人。盖恐所授之徒，或有逢蒙之心者，则无法以制之也。近世枪炮为战争利器，拳术日见退化。吾绍汤君鹏超心焉忧之。汤君为拳术社长兼任各校中拳术教师，其拳术之精通，技击之勇猛，有口皆碑，无待余之喋喋。今汤君以所著之《达摩派拳诀》及《武艺精华》一书见示，并乞序于余。然余非武人，不敢妄赞一辞。惟披览是书，见其能言人所不能言，道人所不肯道，举凡拳术之奥蕴及其独得之秘诀，一一而笔之于书，尽扫从前武人忌刻之习，诚不愧为庸中之佼佼者矣。世之学拳术者，以此书为良师也可。

会稽周清序

序

武人與文人異文人授徒類皆悉心指導不留餘地武人則不然其以拳術授徒者確亦根據易筋經或少林派等手術依次教授惟耳提面命之時多不肯以獨得之殺手訣舉以示人蓋恐所授之徒或有逢蒙之心者則無法以制之也近世鎗炮為戰爭利器拳術日見退化吾紹湯君鵬超心焉憂之湯君為拳術社長兼任各校中拳術教師其拳術之精通技擊之勇猛有口皆碑無待余之喋喋今湯君以所著之達摩派拳訣及武藝精華一書見示並乞序於余然余非武人不敢妄贊一辭惟披覽是書見其能言人所不能言道人所不肯道舉凡拳術之奧蘊及其獨得之秘訣一一而筆之於書盡掃從前武人忌刻之習誠不愧為庸中之佼佼者矣世之學拳術者以此書為良師也可

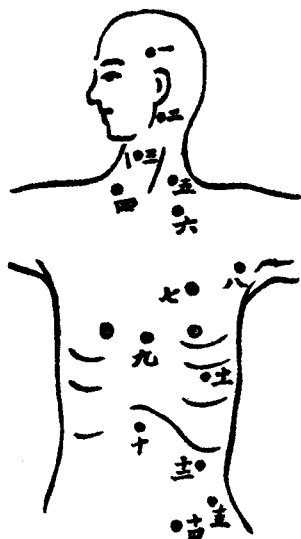
會稽周清序



点穴图

(见左图)

圖 穴 點



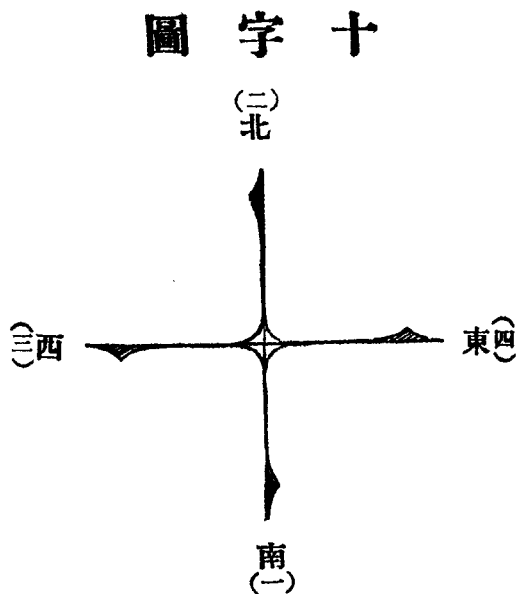
- 一、太阳穴
- 二、共堂穴
- 三、气管穴
- 四、痰宁穴
- 五、肩窝筋地(池)穴
- 六、痰突穴
- 七、肺苗穴
- 八、脉宗穴
- 九、锁心穴
- 十、挖心穴
- 十一、捉命穴
- 十二、吊筋穴
- 十三、锁腰穴
- 十四、肚节穴

- 一 太陽穴
- 二 共堂穴
- 三 氣管穴
- 四 痰甯穴
- 五 肩窩筋地穴
- 六 痰突穴
- 七 肺苗穴
- 八 脉宗穴
- 九 鎖心穴
- 十 挖心穴
- 十一 捉命穴
- 十二 吊筋穴
- 十三 鎖腰穴
- 十四 肚節穴



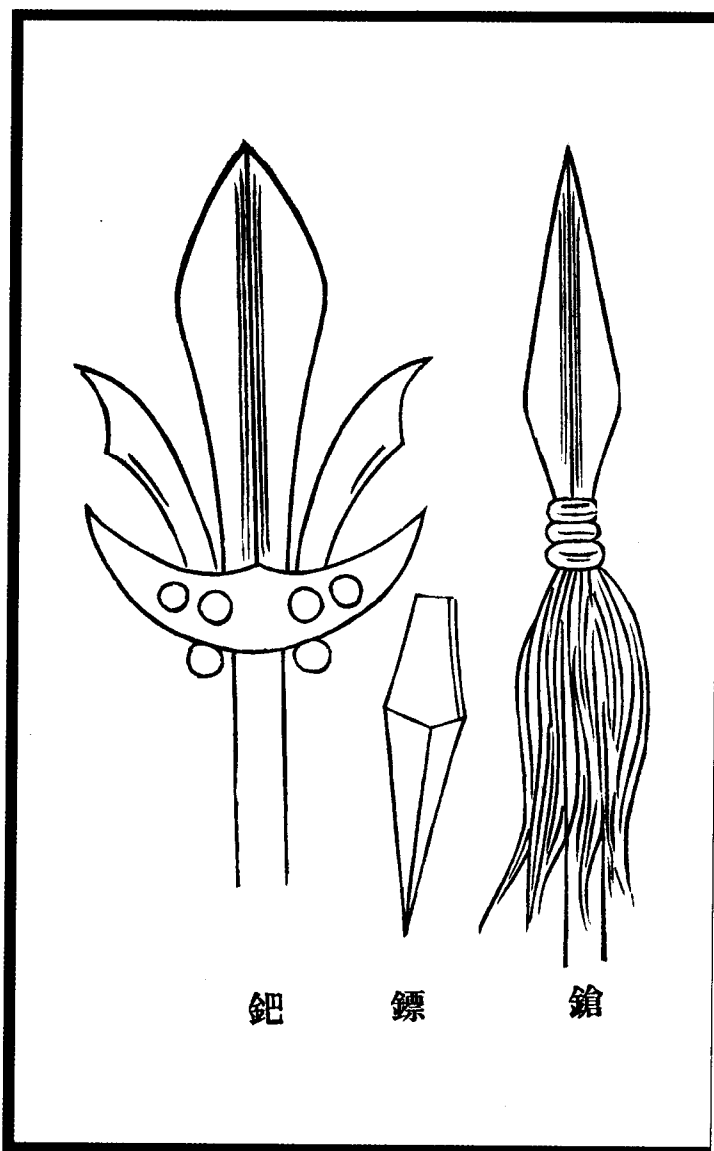
十字式说明

凡十字手、十字拳、十字腿，其练习时之方向，先南方，次北方，又西方，末东方。收势则仍在南方，形如十字，俗谓开四门。
(见右图)



十字式說明

凡十字手十字拳
十字腿其練習時
之方向先南方次
北方又西方末東
方收勢則仍在南
方形如十字俗謂
開四門



鉞

鏢

鎗



古拳谱丛书

- | | | | |
|-------------|---------|---------------|---------|
| 太极拳讲义 / 姜容樵 | 22.00 元 | 形意拳术 / 李剑秋 | 8.00 元 |
| 形意拳谱 / 宝鼎 | 6.80 元 | 阴阳八盘掌 / 任致诚 | 11.00 元 |
| 龙形八卦掌 / 黄柏年 | 6.80 元 | 象形拳法真诠 / 薛颠 | 15.00 元 |
| 金台拳谱 / 金台 | 9.00 元 | 灵空禅师点穴秘诀 / 薛颠 | 10.00 元 |
| 形意杂式捶 / 姜容樵 | 12.00 元 | 国术太极拳 / 吴图南 | 12.00 元 |
| 少林破壁 / 阎德华 | 10.00 元 | | |
| 国术名人录 / 金恩忠 | 13.00 元 | | |

(第一辑)

(第二辑)

- | | | | |
|--------------|---------|---------------|---------|
| 陈氏太极拳图说 / 陈鑫 | 38.00 元 | 太极剑 / 吴图南 | 12.00 元 |
| 形意母拳 / 姜容樵 | 20.00 元 | 太极刀 / 吴图南 | 8.00 元 |
| 形意拳术抉微 / 刘殿琛 | 13.00 元 | 形意拳图谱 / 凌善清 | 11.00 元 |
| 岳氏八翻手 / 王新午 | 8.00 元 | 八卦掌真传 / 陈锡堃 | 13.00 元 |
| 国技论略 / 徐哲东 | 9.00 元 | 写真太师虎尾鞭 / 姜容樵 | 9.00 元 |
| 中国技击精华 / 金一明 | 9.00 元 | | |
| 练功秘诀 / 金一明 | 13.00 元 | | |

(第三辑)

(第四辑)

- | | |
|---------------|------------|
| 国术大全 / 中央技击学会 | 16.00 元 |
| 太极拳势图解 / 许禹生 | 16.00 元 |
| 棍术科(上) / 马子贞 | 22.00 元 |
| 棍术科(下) / 马子贞 | 25.00 元 |
| 写真太师水磨鞭 / 姜容樵 | 19.00 元 |
| 意气功辞解 | |
| 易筋经图说 | 合编 20.00 元 |

(第五辑)