



古拳谱丛书

第六辑

拳经拳法备要

山西科学技术出版社

张孔昭

清康熙
庚子年
正月
张孔昭
书



古拳谱丛书

第六辑

山西科学技术出版社

拳经拳法备要

张孔昭

石涛
家梁注
原六月
山水
方味仁
十七
岁
画

图书在版编目(CIP)数据

拳经拳法备要 / 张孔昭著. — 太原: 山西科学技术出版社, 2006. 7
(古拳谱丛书, 第 6 辑)
ISBN 7-5377-2729-5

I. 拳... II. 张... III. 少林拳—基本知识
IV. G852.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 036588 号

拳经拳法备要

著者 张孔昭

校点者 张雄鹰 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

开本 787×1092 1/16

印张 7.5

版次 二〇〇六年七月第一版

二〇〇六年七月太原第一次印刷

字数 28 千字

印数 1-4000 册

书号 ISBN 7-5377-2729-5/2·609

定价 18.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请
与印刷厂联系调换。



感谢您对我们工作的支持

- 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

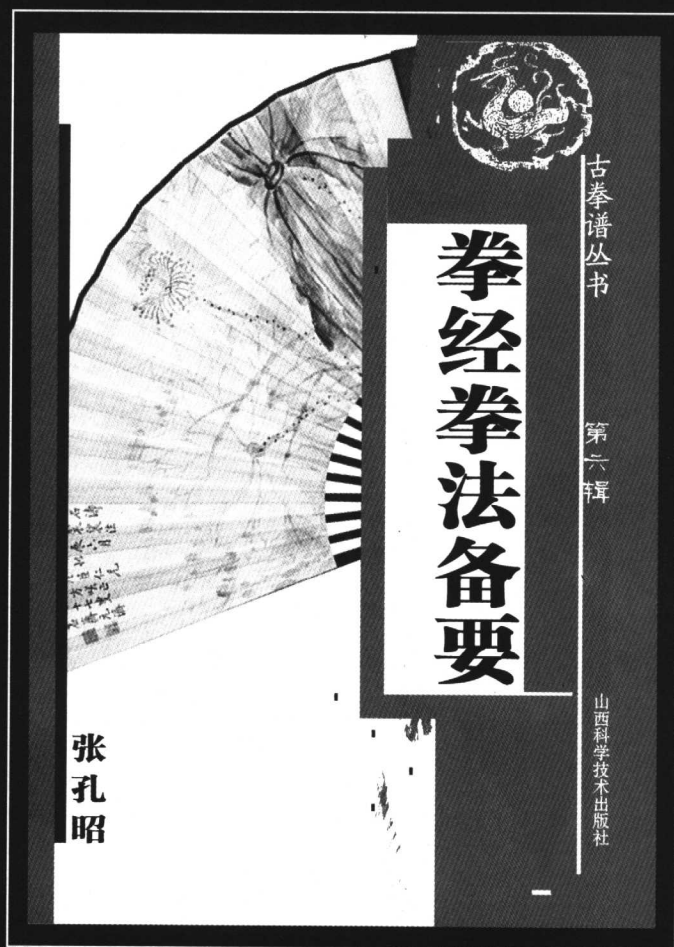
0351-4922107(编辑部)
0351-4922121(发行部)

电子信箱

sxjwk@163.com

传真

0351-4922121



古拳谱丛书

策划人 瀚海工作室



策划人语

本丛书影印的目的，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，使其更具合理性和可读性。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化化处理;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。



拳經拳法

丙子孟秋 蟬隱廬印行

備要二卷



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	合编 20.00 元
易筋经图说	

(第五辑)



古拳谱丛书

手臂录 / 吴 旻	36.00 元
拳经拳法备要 / 张孔昭	18.00 元
太极拳阐宗.上 / 王新午	17.00 元
太极拳阐宗.下 / 王新午	25.00 元
武术汇宗.上 / 万籁声	34.00 元
武术汇宗.下 / 万籁声	22.00 元
少林枪法阐宗.少林刀法阐宗 / 程宗猷	16.00 元
少林弩法阐宗 / 程宗猷	14.00 元
少林棍法阐宗 / 程宗猷	23.00 元
武艺精华 / 汤 显	17.00 元
陈氏太极拳图说(珍藏版) / 陈 鑫	50.00 元
陈氏太极拳图说(简体版) / 陈 鑫	38.00 元

(第六辑)

国术丛书

古拳论阐释 / 马国兴	25.00 元	心意拳真谛 / 马琳璋	28.00 元
宋氏形意拳 / 宋光华	18.00 元	心意六合拳 / 李淞波	26.00 元
宋氏形意拳续编 / 宋光华	48.00 元	形意拳体用功法学 / 李玉栓	23.00 元
形意拳技击术 / 尚 济	28.00 元	戴氏心意拳 / 郭瑾刚	35.00 元
形意拳图解 / 苗树林	10.00 元		
形意拳练法用法与功法 / 曹志清	30.00 元		

(第二辑)

(第一辑)



国术丛书

古拳论阐释续编 / 马国兴 26.00 元
形意拳教程 / 申华章 28.00 元
形意拳述真 / 杨遵利 42.00 元
八卦掌秘传拳谱拳法
/ 高银鹤 30.00 元
戳脚汇宗 / 刘学勃 45.00 元

(第三辑)

大成拳站桩与求物 / 于永年 28.00 元
形意拳器械技击功法(第一集)
/ 房丹才 26.00 元
形意拳器械技击功法(第二集)
/ 房丹才 27.00 元
形意拳器械技击功法(第三集)
/ 房丹才 25.00 元
武式太极拳阐秘 / 庞大明 23.00 元
杨氏八卦掌秘法 / 杨 维 26.00 元

(第四辑)

宋式八卦掌与器械 / 王举兴 25.00 元
三环套月鞭 / 曹志清 18.00 元
龙涎集 / 马国兴 22.00 元
李派太极七星如意拳
/ 杜子宇 25.00 元
李派太极八法奇门拳
/ 杜子宇 28.00 元
李派太极五行捶
/ 杜子宇 26.00 元
宋氏三皇炮捶拳 / 张成仁 30.00 元
邓州心意六合拳 / 马雷石 30.00 元

(第五辑)

大成拳——科学的站桩功
/ 曾广骅 23.00 元
武当丹派武当剑 / 马 杰 28.00 元
山西鞭杆技法精要
/ 张希贵 苗树林 30.00 元
形意拳器械技击功法(第四集)
/ 房丹才 32.00 元
形意拳器械技击功法(第五集)
/ 房丹才 32.00 元
邓州心意六合拳续编 / 马雷石

(第六辑)



武学丛书

苋氏武技书 / 徐 震	22.00 元
苋乃周武术学 / 徐 震	16.00 元
太极拳谱理董辨伪合编 / 徐 震	15.00 元
太极拳考信录 / 徐 震	22.00 元

(第一辑)

真武丛书

万籁声武术教范 / 万籁声	25.00 元
万籁声技击教范 / 万籁声	23.00 元

(第一辑)

武功秘笈丛书

秘本文武八段图说 / (清)邓钟山	16.00 元
秘本虎啸金钟罩图说 / (清)邓钟山	32.00 元
秘本浑元阴阳五行手图说 / (清)邓钟山	18.00 元

(第一辑)

配套光盘

形意拳功法述要(单盘) / 苗树林	15.00 元
商式形意拳(双盘) / 曹志清	30.00 元
戴氏心意拳(双盘) / 郭瑾刚	30.00 元



国术丛书

大成拳筑基功 / 张东宝

古朴大成拳 / 黄景文

张氏古太极拳(配盘) / 尚 济

六合八法拳(配盘) / 陈亦人

戴氏心意原传器械功法(配盘) / 王 毅

(第七辑)

武学丛书

吴文翰武术文存 / 吴文翰

定式太极拳 / 徐 震

太极拳新论 / 徐 震

太极拳原理与练法 / 徐 震

太极拳发微 / 徐 震

太极拳谱笺 / 徐 震

徐震佚文集 / 徐 震

(第二辑)

新书预告



武术养生丛书

武术运动养生法(配盘)/ 尚 济

健康长寿功法(配盘)/ 苗树林

龟蛇养生功(配盘)/ 周稔丰

(第一辑)

新
书
预
告

以上价格均不含邮资。如需邮寄需另加书价 15% 的邮寄费。

汇款地址:山西省太原市建设南路 21 号

邮编:030012

电话:0351-4956025 4922121(传真)

收款人:山西科学技术出版社

注:请在附言栏里注明书名、册数。款汇出后 30 天未收到者,请来函查询。



拳经序

《拳经》、《拳法备要》各一卷，传抄本，其法为少林宗派。据其题名，则张孔昭撰，曹焕斗注；按其内容，则孔昭之法，焕斗述之，非孔昭原著也。自来书之注解，概列本文于前，而附注其下，以为区别。此书则本文注解，初无界限。其《拳法备要》，不署张名，图又为曹所补，似全为曹作。然《拳经》中“双管秘法”后附张先生原歌诀，可见《拳经》亦非张氏原文也。凡技术由师传授，而弟子记录者，往往有之。曹与张顾年代不相及，故其序中言读张氏之书，揣摩而得。窃疑张氏徒众至乾隆时，

拳經序

拳經拳法備要各一卷傳鈔本其法為少林宗派據其題名則張孔昭撰曹煥斗注按其內容則孔昭之法煥斗述之非孔昭原著也自來書之注解概列本文於前而附注其下以為區別此書則本文注解初無界限其拳法備要不署張名圖又為曹所補似全為曹作然拳經中雙管秘法後附張先生原歌訣可見拳經亦非張氏原文也凡技術由師傳授而弟子記錄者往往有之曹與張顧年代不相及故其序中言讀張氏之書揣摩而得竊疑張氏徒眾至乾隆時



犹有存者，曹实再传而得其法。不然，仅据原书，固不能为此发明也。所谓梦二老人传授，当是讐（音 wei，通“伪”）言。康熙时，武术盛行，其后寢（音 qin，寢的异体字。寢通寢，逐渐之意）衰。此书末有“光绪廿六年，王某手录”一行。是年为庚子，适当拳乱，故有闻风兴起而假旧本重录者。其实此为真正拳法，与拳匪之邪术不同也。《少林棍法》有明刊本，坊间已印行。拳法流传颇罕，故为校印。原抄不免讹（音 e，讹的异体字）字，且排类不整，字句时参俚俗歌诀，平仄不协者多。盖武术及术数两类之书，强半非出通人行文，例多繁冗。今粗加润色，俾其明顺，至关系拳法字面，均仍其旧，固一字不为更动也。

罗振常记

猶有存者曹實再傳而得其法不然僅據原書固不能為此發明也所謂夢二老人康熙時武術盛行其後寢衰此書末有光緒廿六年王某手錄一行是年為庚子適當拳亂故有聞風興起而假舊本重錄者其實此為真正拳法與拳匪之邪術不同也少林棍法有明刊本坊間已印行拳法流傳頗罕故為校印原鈔不免訛字且排類不整字句時參俚俗歌訣平仄不協者多蓋武術及術數兩類之書強半非出通人行文例多繁冗今粗加潤色俾其明順至關係拳法字面均仍其舊固一字不為更動也羅振常記