



真正大成拳



编著 李康
演练 李健

北京体育大学出版社

真正大成拳

编著 李康
演练 李健



北京体育大学出版社

策划编辑：秦德斌
审稿编辑：鲁 牧
责任印制：陈 莎

责任编辑：秦德斌
责任校对：黄 强

图书在版编目 (CIP) 数据

真正大成拳 / 李康编著. — 北京：北京体育大学出版社，2005.1
ISBN 7-81100-262-0

I. 真... II. 李... III. 拳术，大成拳—基本知识
IV. G852.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 133228 号

真正大成拳

李康 编著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京雅艺彩印有限公司
开 本 850 × 1168 毫米 1/32
印 张 7.5
插 页 32

2005 年 1 月第 1 版第 1 次印刷 印数 4000 册

定 价 30.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

目 录

第一章 大成拳的学理渊源	1
--------------	---

第二章大成拳发展述真	15
------------	----

第一节 王芃斋创立大成拳	16
--------------	----

第二节 常志朗与大成拳	23
-------------	----

第三节 大成拳中兴之主王选杰	27
----------------	----

第四节 王芃斋拳学思想的继承者李荣玉	34
--------------------	----

第三章 大成拳拳学理论	41
-------------	----

第一节 大成拳之松紧	41
------------	----

第二节 大成拳之虚实	44
------------	----

第三节 大成拳之动静	45
------------	----

第四节 大成拳之含蓄	46
------------	----

第五节 大成拳之均整	47
------------	----

第六节 大成拳之形意	50
------------	----

第七节 大成拳之劲力	52
------------	----

第八节 大成拳之筋骨锻炼	60
--------------	----

第九节 不练不得、不练自得与练	62
-----------------	----

第十节 大成拳之单双重而不得	63
----------------	----

第十一节 拳禅不二	65
-----------	----

第四章 站 桩 ····· 69

第一节 养生桩 ····· 70

一、养生桩健身机理 ····· 71

二、养生桩与丹道的关系 ····· 72

三、胜于雄辩的养生效果 ····· 73

四、养生桩练法 ····· 76

第二节 技击桩 ····· 83

一 概 论 ····· 83

二、技击桩的基本要领 ····· 84

三、桩法练习 ····· 87

第五章 试 力 ····· 99

第一节 拳重身轻摸劲 ····· 100

第二节 小天星转摸劲 ····· 101

第三节 腕关节挺摸劲 ····· 102

第四节 扶按试力 ····· 103

第五节 波浪试力 ····· 104

第六节 推拉试力 ····· 106

第七节 风幡试力 ····· 108

第八节 试力须知 ····· 109

第六章 步 法 ····· 111

第一节 摩擦步 ····· 112

第二节 蛇形步 ····· 116

第三节 三角步 ····· 118

第四节 圈 步 ····· 119

第七章 推 手 ······121

第一节 推手的五种境界·····122

第二节 推手放人的基础·····123

第三节 推手原则·····127

第四节 身法要领·····127

第五节 单推手·····129

第六节 双推手·····131

第八章 断 手 ······135

第一节 大成拳断手三阶段·····136

第二节 大成拳断手的间架·····138

第三节 趟步与游斗·····140

第四节 抗击打能力的训练·····141

第五节 断手的坚基——崩拳揭秘·····144

第六节 明拳暗腿的奥秘·····149

第七节 大成拳的自卫·····152

第八节 龙虎二气·····155

第九章 发力与试声 ······161

第一节 发 力·····161

第二节 试 声·····163

第三节 发力与试声须知·····165

第十章 《大成拳论》诠释 ······169

附 录 ······193



第一章

大成拳的学理渊源

大成拳作为中华武林绝学，自20世纪40年代创建以来，遂成一大门系，形成了完整的功理功法和架构体系，在中国武术史学上承续着深厚的学理渊源。

大成拳的创立是中国武术发展史上的一个里程碑，王芃斋先生所做出的开拓性贡献及其集大成者的历史地位，早已为武术界和武术史学界所公认。

大成拳的形成是中国武术发展史的一个缩影，大成拳的发展史与中华武术的形成与发展是一脉相承的，大成拳的创始人王芃斋先生，曾多次对其得意弟子王选杰先生和常志朗先生谈起过中国武术发展史及大成拳的传承脉系。

大成拳作为单个拳种应该属于中

国武术发展史的一个新阶段。中国武术的发展经过了漫长时期，大体上可以分作以下几个阶段：

第一阶段：“一拳一脚、一刀一枪”

这8个字乃王芃斋先生对常志朗先生所讲的原话，高度而形象的概括了中国武术发展的最初阶段。芃斋先生观察事物一针见血，阐述事物一语中的，实非常人所能及。上古时期，人类赖以度日的主要生活来源之一是狩猎，于是狩猎技术得以发展，以此来与猛兽互夺生存空间，原始社会晚期的父系氏族公社时期，以掠夺物品和人口为目的的部落冲突频繁发生，单兵格斗技术日益发展，人与人之间为了各自的利益也会发生搏斗。在长期的实践中，人类必然要总结出一套搏斗之术和简单的训练方法。从这时就进入了“一拳一脚、一刀一枪”的武术发展第一阶段。

第二阶段：研究动物的特性

人类在长期的搏斗实践和观察自然界的过程中，发现动物有很多搏斗特长可资借鉴，以弥补人类自身的不足，来提高搏斗能力，这一阶段出现了“五禽戏”。“五禽戏”为三国时期华佗所创，虽然目前尚没有资料直接显示“五禽戏”具有技击性，但是明显可以看出，“五禽戏”充分受到了动物特性的影响。

这一时期的格斗技术、训练方法也必然受此影响（按：从五禽戏到少林龙虎蛇豹鹤五拳，再到心意十大真形，乃至形意十二形，无一不是这一思想的延伸、渗透和发展。其精髓是后来保存在形意、大成真传里的鸡腿、熊膀、龙身、虎抱头等技术）。我们期待着古代文物和历史典籍对这一推测加以论证。这一阶段的搏斗术，使搏斗从训练到实践都上了一个档次，并把养生结合到搏斗术中来，使搏斗术在训练时有了养生的成份。

第三阶段：锻炼筋骨的运用

南北朝时期，印度人达摩到中国传经，同时带来了锻炼筋骨之法，他的锻炼筋骨之法在中国流传甚广，对中国武术的发展起到了巨大的影响，锻炼筋骨之法与中国本土武术有机融合在一起，使中国武术产生了质的飞跃。这一阶段，搏斗术从理论到实践以及训练方法都有了科学的体系。

第四阶段：形意拳的形成

明末清初姬际可习拳术，善大枪格杀术，他总结了历史上以往的拳术精华，结合了当时武坛取得的新认识（如重视能力、锻炼筋骨、改造人体等），“以枪为拳”，创出形意拳。这段历史当初多以代代口传的形式流传下来，为历代拳家所公认。但苦于一直难觅相关证据，后山东济南孙业民先生苦心孤诣，辗转多年，终于探明姬际可籍贯，并发掘出直接关键证据，撰成具有较高学术价值的拳史论文《形意拳源首考阐真》，证明了前辈口述历史的价值和意义。其中原因在于中国武术虽然绵延千古，但武术自身的特点决定了它是一种体认功夫，没有亲身磨砺就难以得到其恩泽，就不容易真正认识其价值之所在。历史上文武兼通的武术家毕竟只占少数。故而历来典籍少有记载，口述历史代代相传就成了武术文化繁衍传播的一种重要方式，因此，研究武术史必须重视前辈口述史料。重视杰出人物的口述史料在武术以外别的专业中均受到相当重视。如美国哥伦比亚大学开风气之先，首创设立口述历史部，专门邀请各领域的代表人物来口述其所亲身经历的历史，实践证明，其价值及意义巨大，为世人瞩目，此是题外之言。

形意拳有着完备的理论、崭新的拳学理念和系统高效的训练方法，因此造就了一代又一代拳坛大家，可谓能人辈出（如戴龙邦、李洛能、郭云深、车毅斋、宋世荣、李存义、尚云祥、韩慕侠等等），灿若星河，威震武坛。然而，由于形意拳派过于保守，当时并未得到宏

扬。这个时期，由于社会环境及政治因素，中华武术成了舞术花法（王芃斋先生谓之“花拳”）的天下，形意拳也不免受到严重污染，除了其真谛在少数弟子中继承发展之外，大部分人又回到了本质上的“一拳一脚”的认知水平上。

第五阶段：大成拳的创立

王芃斋先生因缘自幼从郭云深（史称郭先生“半步崩拳打天下”）习形意拳，年少无欲、幼功纯正，敬师若父，得郭老倾囊相授，经十年磨砺，功臻大成。年仅二十，已秀出于众。著名武术家、武术史家金警钟先生的《国术名人录》曰：“能深入形意三摩地者，只王一人而已。”王芃斋弱冠之年走出家乡，遍访大江南北，所遇拳家众多，拳理拳技更达炉火纯青，旷古通今之境，他针对当时花法武术积重难返之势，大力阐扬“改造生理，发挥良能”，“拳本无法，有法也空；一法不立，无法不容”等拳学理念，并形成了站桩、试力、试声、摩擦步、推手、断手等系统的有别于形意拳的新拳学，因效验显著、养练合一、体用兼备，故从者如流，高手辈出。20世纪40年代，王芃斋先生使该系统更加完善，其系统性、实效性、可操作性，更得以强化，友人学人谓其集武术技击，养生健体之大成，故赠名大成拳，并得武林确认。

综上所述，可以这么说，大成拳是几千年来中国广大劳动人民的创造，然后才是王芃斋的创造。换句话说，大成拳的形成，是中华武术传统文化的深厚积淀，而王芃斋先生是这个领域内首屈一指的专家和学者，他作出了革命性、开拓性贡献。大成拳也因而进入了中国武术发展史的新阶段（或称高级阶段）。

大成拳从既定套路中摆脱出来，走出了花法的迷惑，完全超越了“一拳一脚，一刀一枪”的层次和境界，他着眼于人体良能的开发和搏击运动能力的培养，着眼于技击原则的应用（当然，大成拳之技击原则的运用必须以人体良能的成功开发为基础和前提）。其拳学理念和训



王芗斋先生站独立桩

练方法，较之以往取得了突破性进展。学人从之，效果惊人，不但王芗斋先生本人先后轻取薛颠、英格、八田、渡边、杰姆士、泽井健一、大山倍达等中外技击顶尖高手，获得了“天下武艺二分半”的盛誉。其传人也出类拔萃、身手不凡、名手众多（如张恩桐、卜恩富、赵道新、韩星樵、韩星垣、张长信、高振东、姚宗勋、王斌魁、李永良、窦世明、李永宗、杨德茂、魏竟成、常志朗、王选杰、李荣玉、郭贵志等），其中王选杰、张恩桐、常志朗、李荣玉四位先生颇具代表性，使大成拳渊源承续，发扬光大。

王芗斋先生所创拳学，乃是以形意拳的均整笃实之力为基础，吸收了太极拳的沾、粘、连、随四大要点和柔化之力，吸收了少林拳法中的立禅功，揉以八卦掌舒展的身法和灵活多变的步法，融会贯通，冶为一炉，遂成大器。其中形意拳的均整笃实之力是指桩功及直进步法，

太极的柔化之力指试力及推手，八卦的灵活身步指圈步、相关步法及单操手，少林拳立禅功指与浑圆桩相似的桩功。

注：据先师王选杰先生谈，王芃斋先生曾在四川遇到川水道人陈方舟，又曾在福建见识鹤拳，受益良多。下面将李刚先生发表于《武林》的《意拳与福建鹤拳》一文收录于本书，以供大成拳史研究者参考。至于有关二拳的技术关系问题，诚望鹤拳专家发表高见。

附： 意拳与福建鹤拳

中国香港·李刚

意拳（又称大成拳，本文统称意拳）自王芃斋先生于20世纪20年代中创立以来，经70多年的承传发扬。现时已成为武术界的“明星拳”，故而有“北意拳”，南“咏春”之美誉。

多数人认为意拳是王芃斋先生在形意拳的基础上加上太极拳、八卦拳以及少林心意拳的精华而成。王氏门人如此说，武林中人也如是说。虽然有不少意拳中人心中明白，福建鹤拳对王芃斋创立意拳的影响十分巨大，意拳中很多技法取自福建鹤拳，可是他们不敢宣之于口，不愿承认这个事实。

王芃斋从小在形意拳大师郭云深的教导下，形意拳造诣非同凡响，在京、津各地几乎未逢敌手。王先生28岁已名震京津，时任陆军部武技教练所教务长，当时刘文华、尚云祥、孙禄堂等人都在他麾下担任教练，可见年纪轻轻的王芃斋威望过人。

这个时期王氏仍然是以郭云深所传的形意拳技服群雄，称誉武

坛，还未有创立“意拳”的念头，因为他未曾遇到敌手。

乃至王氏到湖南拜见衡阳解铁夫，“与其作徒手交，竟十战十败，复以其较擅长的白蜡杆子与解氏较，仍然十负”，于是王芃斋留住年余，从此拳艺大进，为日后创立意拳奠定基础。当王氏要离开时，解铁夫对他说：“以你的技艺在大江以南我不敢说，大江以北，恐怕你无敌手了。”解铁夫对当时大江以南武林的情况十分了解，也对王氏的武功十分了解，故有此语。无可否认，经过年余的相处，王氏在解铁夫的指导下，功力大增，这时王芃斋 33 岁。

事实诚如解铁夫所说。1923 年王芃斋随徐树铮到福建，碰到福建鹤拳名家“方恰庄”，双方交谈试艺，王先生四胜六负，又得识另一位鹤拳名手金绍峰，“相交甚欢，切磋拳艺，探讨拳理，对其日后在学术成就上均大有裨益”。

这次福建之行可以说是他前半生最大挫折，然而也是最大的收获。他亲身体认到别具风格的福建鹤拳，吸取了福建鹤拳中的精髓，为他日后创立意拳打下了坚实的理法基础。

王芃斋与福建鹤拳的关系，始见于 1983 年香港麒麟图书公司出版的王芃斋遗著，由李英昂先生校注的《意拳正轨》。书中第 22 页写道：“后随徐宦游闽南，客有闻名造访者，方一交手，忽大笑出，观者异而质之先师曰：此吾乡技击巨擘，无与比伦，胡为独于公而自逊？先师曰：行家一出手，便知有没有，真知技者，何必多费手足哉。”李氏在该书 33、34 页注九写道：“此说先后闻之杨研君及汤汝琨二位。汤兄四十年代在京随先师习意拳，汤兄见告，先师曾云，一生所遇，不可轻视者为四川梅花拳及福建鹤拳。四川梅花拳，著者访之多年，无缘见及。1965 年往台访友，得识福建鹤拳名家洪懋中先生及林葭蕃先生。据洪先生见告，先师游闽时，与其岳丈当时地方首长周荫人先生有往来，当时接触之鹤拳名手，即为其业师金绍峰先生。金精纵鹤拳，乃据鹤拳改进者，此派拳法刚柔并济，始创自清代方世培先生。清稗类钞存方先生纪事。民国十余年间，该拳以金绍峰先生称巨子。金身材魁伟，年纪当时比先师稍长。著者见林葭蕃示范纵鹤拳法。确有先师

进退步法之形象。后著者在台湾台北新公园又访到许贞^量先生，亦为福建鹤拳名手，见其传授两人搭手对操方法，与老师传搭手方法极相类。是则先师曾受鹤拳影响之说可信。”

李英昂称王芑斋为“先师”，必定精研意拳，他亲自看到台湾纵鹤拳师示范纵鹤拳的搭手对操等技法，又由洪懋中证实王芑斋当年与其岳丈周荫人有交往，与王氏接触的纵鹤拳名手金绍峰就是洪懋中的业师。这是王氏在闽遇到的鹤拳名手之一。可是，对于金绍峰，在其他有关王芑斋及意拳的著作中均不见提起，令人费解。

较多被意拳著作中提及的是方恰庄。1986年大同市大成拳研究会出版的内部刊物《王芑斋生平大事记》中这么写道：“1923年，先生38岁，随徐树铮往福建，曾访于方恰庄先生。方乃福建少林寺心意派嫡传弟子，善鹤拳，体格魁伟，与先生相交甚欢，曾交谈试艺，先生四胜六负。方氏云：我虽六胜，但胜的勉强，拖泥带水，你摔我则摔得干净利落，我不承认是胜，你也不能承认是输。同年又得识鹤拳名手金绍峰先生，相交甚欢，切磋拳艺，探讨拳理，对先生日后在学术成就上均大有裨益。先生当时在闽军周荫人部任武术教官。”

这是李英昂校注王芑斋《意拳正轨》一书中，另外介绍王芑斋与福建鹤拳名手交往的文章。其中金绍峰一段，应是参照李英昂的旧作而撰述的。我们不妨先从金绍峰这一方面探讨一下他们之间的关系。

李英昂在台湾得识福建鹤拳名家洪懋中，洪氏告诉他王芑斋当时所接触的鹤拳名手，即为其业师金绍峰，金精纵鹤拳。

纵鹤拳，也称“宗鹤”。“纵鹤”正名应该是“纵身鹤法”或称“腹身鹤法”。“纵”、“宗”、“腹”乃福州语系方言之谐音，意即弹、抖、震、颤。它以清清揉实为体，震身抖劲为用。始创人方世培，字慧石，福建福清茶山人，从小练习鹤拳，年甫弱冠中武举人，但无意仕途，周游名山大泽，寻师访友，后采寒鸦抖雨、狗之摇身、鱼虾游水伸缩之意境，在茶山天竺寺潜修，更得该寺长老授予内功心法，苦修十余寒暑，创出“纵身鹤法”。

方世培一生授徒无数，著名的有儿子方永华，侄方永苍，唐依鹤，

程学琛等人，金绍峰即为程学琛的徒弟，方世培的徒孙。

金绍峰字西坡，江苏铜山人，居福州，少时习八段锦拳，后投方慧石入室弟子程学琛门下苦修纵鹤拳，尽得程氏所传。金氏功力深厚，拳理渊博，善使圆形手法，擅用五弹手、双环手、蝙蝠手、抖手等纵鹤拳手法。他与人较技从不伤人，仅制而服之而已，故凡与其交手者，无不钦其武技武德。金氏先后受聘于福建省公署、海军学校教官、省国术馆顾问、江西教育厅武术教官、皖赣监察使公署、江西盐务局国术教官。

另一位常被意拳中人提及的是方恰庄，人们称他为“福建少林心意派嫡传，善鹤拳”颇值得研究。首先我们应该清楚，福建武术界对拳术的称谓并不是如武侠小说中那样，它不叫什么派、什么门，而是什么拳，什么法。比如“鹤法”、“虎拳”、“太祖拳”、“地趟术犬法”、“鸡拳”等等。方恰庄练的是鹤拳，则可以肯定。

我们曾花了不少时间，翻阅一些福建武术资料，特别是鹤拳方面的资料，发觉20世纪20年代福州地区姓方的鹤拳名家有几位。一位是纵鹤拳创始人方世培的儿子方永华，一位是侄儿方永苍，还有一位飞鹤拳的方秉端，另外一位莆田人“方洽庄”。

早几年我们把意拳的一些功法（如桩功、走步、搭手、特别是它的抖劲）及训练方法，与纵鹤拳进行对比研究，发觉彼此竟然那么相似。于是就从纵鹤拳方面去探索，发现“方恰庄”的福州语与“方永苍”一样。方永苍当年的年龄也与传述中相差无几，当年方氏在福州武术界也是数一数二的名家，故此认为“方恰庄”应是“方永苍”之误。

近年来，为了查证“方恰庄”其人，我们再次查阅有关资料，查询多位鹤拳中人，据台湾纵鹤拳林国仲一系的传人语，其师门从未听闻过有关王芃斋与他们师辈交往的说法。我们认为这个说法并不奇怪。当年王芃斋为军阀徐树铮武术教官（另一说王氏在闽军周荫人部任武术教官），之前曾任陆军部武术传习所教务官。王氏拥有官衔在身，属于“当官的”，民间拳师尽管武功盖世，也是一介草民。怎么说也不敢

与当官的争名气，何况最怕就是惹上“官司”，对于这种“试手”、“切磋”之事，多隐而不扬、秘而不宣的，修养好的拳师更是这样。所以方永苍、林国仲的后辈不清楚这段武林秘史也就不足为奇了。

近日，从《中国武术名人录》一书中，发现姓方的一段里有“方洽庄”这个名字，内文这样写道：“方洽庄（1873—1940）莆田人，居福州，善鹤拳。民初担任福建省第三次联合运动会国术评判员。”

很巧，这个“方洽庄”也是鹤拳传人。“方洽庄”与“方恰庄”只差中间一个字，“洽”与“恰”字形近似，会否在书写时潦草或排印时有错，把“洽”字写成（排成）“恰”字，后人以讹传讹，使“方洽庄”便成了“方恰庄”？如是，则我们从前认为方恰庄乃方永苍就不能成立了。可惜的是，有关方洽庄的资料就那么简单。他的鹤拳到底是纵鹤、飞鹤还是咏春白鹤拳？我们无从稽考。不过，他善用的肯定是福建鹤拳。

我们认为，姑不论王芗斋在福州遇到的“方恰庄”或“方洽庄”，还是“方永苍”，他们都是福建鹤拳好手，王氏在福州多年，与这些鹤拳好手过往甚密，相互切磋过功夫，探讨拳理，必定如李英昂所说的“是则先师曾受鹤拳影响之说可信”，“对先生日后在学术成就上均大有裨益”。

综观有关王芗斋创意拳的著作，除了李英昂及大同市大成拳研究会文章中提及福建鹤拳外，余者均着重于“集形意、八卦、太极拳及少林拳精华而成”的说法，难道他们不知道王氏与福建鹤拳交往的轶事？当然不是，最大原因是他们对福建鹤拳不了解，对南拳存有偏见。我们认为，只要对这两种拳术能稍加研究，就不难发现它们之间有着很多类同的技法，特别是练功方法中有些几乎同出一辙。

李英昂校注《意拳正轨》一书中说：“见林荫蓀先生示范纵鹤拳法，确有先师进退步之形象……又访到许贞堃先生，亦为福建鹤拳名手，见其传授两人搭手对操方法亦极相类。”上面我们说过，意拳与纵鹤拳的关系十分密切，功法不少相类似，走步即为一例。

李英昂所说的“进退步”，应是意拳的“走摩擦步”，即鹤拳中的“走三角步”。练习时，两足一虚一实，重心互相调换，五趾抓地，前足如犁头轻贴地面而动，双足进退自如，进行前后左右的移步练习，既练步马稳固，也练走步灵活迅速。咏春白鹤拳古谱《白鹤拳家正法》有关练步马的要求这样说：“头如戴石帽，肩似担千斤，前脚上曲下直，后脚上直下曲，分左右步，配三七力，后如船槽得七分力，前似蛇舌得三分力，过左夹右腿之势，过右蓄左腿之力，骹头（胯）乃双腿之关锁，内腿一并夹入，膝头微微吊起，膝眼展开，五趾收起，脚心吸落。”“两足不丁不八，前膝对鼻中……必以正为主，如犁头……前三后七、留七出三，此乃两脚载身之势，然后两脚一齐出力。无有轻重分别，落地平分矣！”

上述鹤拳三角马步的练习方法，文句以闽南话写成，如与现时意拳练摩擦步作比较，就会发现在太近似了。只是鹤拳的语句为方言土语，不及意拳那么有现代感，“科学化”。比如：“头戴石帽，肩担千斤”，意拳的说法是：“头挺拔、有争力，松肩腋虚”；“骹头”，意拳叫“腰胯”。王芃斋在《意拳正轨》中说“前步作后步，以后步作前步，更以前步作后步之前步”，何其相似！王氏乃有文化之人，加多了“更以前步作后步之前步”，更加完善。

王芃斋自福建北返后，拳风大变，似乎未遇敌手，败敌十分轻松，都是“轻轻一抖”，对手即“弹出倒地”。其传人如此记述王氏与人交手的情况：“先生左手一抖，即将英格弹到在地”、“方觉触及王先生之臂部即被弹出倒地……虎扑进攻，亦被弹出倒地；第三次用崩拳，仍被弹倒”。“两手才一接触，立即被抖得腾身离地”。“先生轻轻一拍，泽井健一感觉如电击一样，顿失自信。”

“抖”、“弹”、“电击”是王芃斋用以制敌取胜的劲力体现，也是意拳技击中最高的要求。“意拳正轨”说：“任敌于千差万异，一惊而即败之”，“柔者外缩有惊弹力”，“柔而惊抖”、“一触即爆发，炸力无断续”、“一经觉触，立时紧且张，如同火药爆发状，炸力发出意不亡”。可见，王芃斋对这种惊、弹、抖、震劲力体用之深。