

武當趙堡大架太極拳

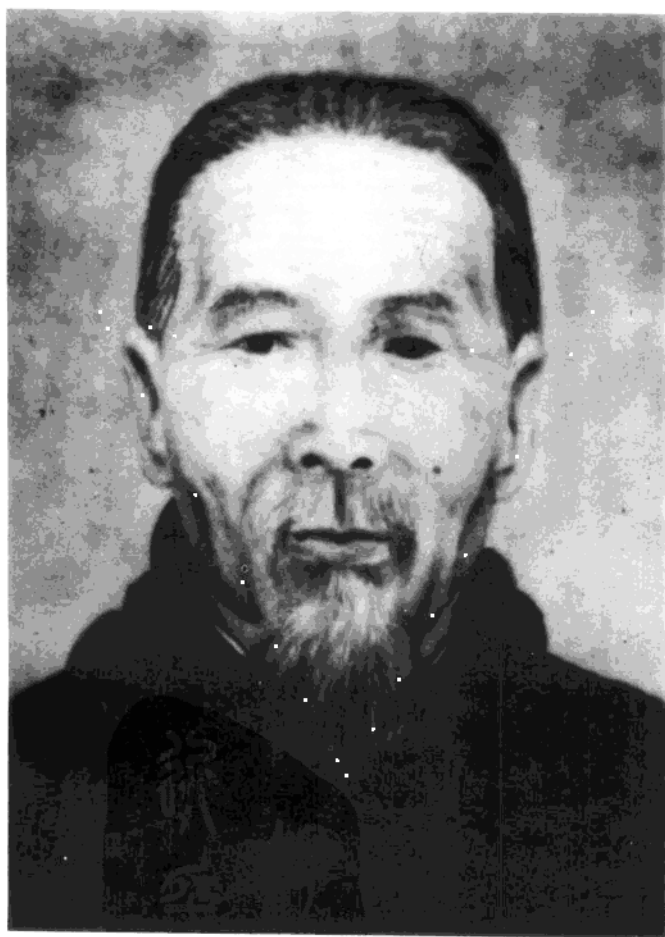


● 趙增福 趙超 著
● 路迪民 整理

陝西科學技術出版社 ●



太極拳祖師張三丰像



趙堡太極拳第八代傳人
和兆元先生



趙堡太極拳第九代傳人
和慶喜先生



趙堡太極拳第十代傳人
鄭錫爵先生



趙堡太極拳第十一代傳人
本書作者趙增福先生

PDG



影合月六年五九九一先生民迪路、文學柴、福增趙、超趙：右至左自



趙增福先生與其子趙子超
 趙增福先生（掛勾）發勁手推片照



趙增福先生與其子趙子超
推手發勁(採擷等)部分照片

武當真功
趙堡大架太極拳出版

武當真功

拂塵重光

劉洪耀
一九九五年十月

武當雜誌社主編
劉洪耀先生為本書題字

武當
第一
名
書

譚大江
書

武當
雜誌
社

任主部輯編社誌雜當武
字題書本爲生先江大譚

趙堡大架太極拳發刊

取
精
用
宏

台灣太極拳總會事務理事馬廷基



敬題

中華臺北太極拳協會副會長
馬廷基先生為本書題字

趙堡太極
智慧寶書

楊啟仁敬書于卷
九九四國際帶功節



南疆氣功動態報主編
楊啟仁先生為本書題字

太極演陰陽
功法易剛柔

甲戌夏



山西榆次龍正武館館長
董正龍先生為本書題字



生先福增赵给(發)贈織組關有
件證和書聘、旗錦分部的

劉俠僧序

中華武術，源遠流長。拳術有內外家之分：內家以武當爲宗，外家以少林爲最。太極拳乃內家拳之典型代表，她集哲理與經驗之大成，融氣功、武術、醫學於一體，其陰陽開合之妙，委婉柔順之美，輕靈自然之變，健身自衛之用，實爲中國傳統文化之一顆燦爛明珠。因而不但廣傳華夏，也爲世界人民所青睞。

武當趙堡太極拳，是武當太極百花園中開放已久的一朵奇葩。據趙堡記載，此拳由武當張三手所創，後傳山西王宗岳，王傳蔣發，蔣發於一六〇五年傳給河南溫縣趙堡鎮邢喜懷，遂在趙堡代代相傳。本世紀三四十年代，趙堡太極拳名師鄭錫爵、鄭悟清、侯春秀，先後定居西安，廣泛授徒。鄭錫爵先生所傳以大架爲主，鄭悟清先生以小架爲主，二人皆承趙堡和氏一系，侯春秀先生師承趙堡張氏一系，主習中架。在他們的辛勤培育下，致使古城西安成爲趙堡太極拳的第二基地。

余主持西安市武術協會多年，與趙堡太極各位名師均有深交，亦深知趙堡太極是一個內容豐富，古樸典雅，變化多端，注重技擊的太極拳流派。習趙堡太極者，多喜好推手，講求運用，其健身效果，不期然而然。正因爲如此，趙堡太極多以

身傳口授爲主，且有些封閉保守傾嚮。改革開放以來，趙堡傳人一洗保守舊習，廣泛傳授，並著書立說，闡理揭密，此乃武林一大幸事。

鄭錫爵先生字伯英，祖籍河南溫縣趙堡鎮，師承趙堡太極拳第九代名師和慶喜，深得太極精髓，一九三一年在開封舉行的華北五省武術擂台賽中，力戰群雄，一舉奪魁，使趙堡太極名震中原，威震武壇。他在西安有不少傳人，趙增福先生乃鄭錫爵最小弟子。趙先生自幼習武，以趙堡太極爲主，兼習楊式、吳式、八卦太極及各種氣功，勤奮好學，刻苦鍛煉，故而全面繼承了鄭錫爵先生所傳拳術之各種技藝，在理論和實踐方面都有相當建樹。

值此改革開放盛世，趙增福先生在其師兄柴學文及諸拳友支持下，由西安建築科技大學路迪民副教授協助整理，出版《武當趙堡大架太極拳》一書，將鄭錫爵先生所授拳架詳細分解，並公開了不少秘傳技藝與秘訣，這無疑對太極拳事業的發展具有重要意義。吾以鄭錫爵先生生前好友的身份，對此表示熱烈祝賀，並樂爲之序。

劉俠僧



乙亥八月於西安