

郑怀贤武学丛书

bagualongxingjianyubaguasanshoudao

八卦龙形剑

与

八卦散手刀

◎成都体育学院武术系 审定

◎冉学东
李传国 编著

【人民体育出版社】

郑怀贤武学丛书

八卦龙开剑 与 八卦散手刀

成都体育学院武术系 审定
冉学东 李传国 编著

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

八卦龙形剑与八卦散手刀 / 冉学东, 李传国编著. -北京: 人民体育出版社, 2012

(郑怀贤武学丛书)

ISBN 978-7-5009-4292-4

I. ①八… II. ①冉… ②李… III. ①龙形剑(武术) - 基本知识-中国 ②散手刀(武术) - 基本知识-中国 IV. ①G852.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 104774 号

*

人民体育出版社出版发行
三河兴达印务有限公司印刷
新华书店经销

*

880×1230 32 开本 8 印张 204 千字
2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷
印数: 1—3,000 册

*

ISBN 978-7-5009-4292-4
定价: 18.00 元

社址: 北京市东城区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 邮购: 67118491

网址: www.sportspublish.com

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

《郑怀贤武学丛书》编委会

顾问：习云泰 邓昌立 邹德发 叶道清

郭洪海

主编：李静山（成都体育学院武术系主任、教授）

赵斌（成都体育学院武术系副主任、教授）

编委：（以姓氏笔画为序）

王明建 艾泽秀 冉学东 刘涛

刘金丽 李威 李传国 杨啸原

应磊 辛双双 张勇 张小鸥

张茂于 陈振勇 周直模 彭鸣昊

卿光明 黄静 龚茂富 曾杨

温佐惠



总序

《郑怀贤武学丛书》的编写出版是对我国著名的武术家、中医骨伤科专家郑怀贤先生的缅怀和纪念。本套丛书汇集了郑怀贤先生武学思想成就和成都体育学院一批武术前辈的武学精华与专长。它不仅反映了以郑怀贤先生为代表的成都体育学院老一辈武术家对中国武术传承与发展作出的贡献，同时也体现了他们在成都体育学院武术发展形成特色过程中的风采和对武术创新的成果。

郑怀贤（1897—1981年）先生生前历任中华全国体育总会常委、第3届中国武术协会主席、中国体育科学学会理事、全国运动医学学会委员、中华医学会四川分会副理事长等职。他一生致力于武术和中医骨伤科事业的发展与研究，先后拜李尔青、魏金山、孙禄堂（孙式太极拳创始人）等武术前辈为师，系统地学习武术、伤科诊疗技术和伤科方药。1936年他参加柏林第11届奥运会中国国术表演，以精湛的飞叉技艺震惊世界，为中国武术在国际体育舞台上争得了荣誉，产生了深远的影响。1958年他参与创建了中国第一所体育医院（成都体育学院附属医院），担任院长长达二十三年之久。他的一生，集武术与医学为一生，武艺绝伦，医术精湛，扶弱救贫，教书育人，诲人不倦。为我国的武术和中医骨伤专业培养了大批的优秀人才，作出了巨大的贡献。

本丛书主要特点为：第一，内容丰富，特色鲜明。如成都体育学院的武术经典套路“八卦龙形剑”以及王树田老师的八极拳、形意对打等曾被列为20世纪70年代《全国业余武术教练员训练班》的必修教材。一代“猴王”肖应鹏老师的猴拳分别获得第1届全国



八卦龙开剑与八卦散手刀

民族形式体育表演及竞赛大会和第2届、第3届全国少数民族传统运动会的一等奖。兰素贞老师的“绵拳”，作为四川地方优秀传统拳种列入了《四川武术大全》一书。邓昌立老师的八卦掌以及叶道清老师和邹德发老师的对练，不仅内容丰富，而且风格特点与技法等独具特色。第二，传承有序，彰显传统。如郑怀贤先生所传之八卦掌、形意拳均源自孙式太极拳创始人孙禄堂先生，八极拳、形意对打等内容则是王树田老师在中央国术馆学习时的主要内容。这些套路较好地保留了中国传统武术的风格与特点，充分发挥了高校传承中国传统武术的价值与作用。第三，创新继承，弘扬发展。20世纪70~80年代，成都体育学院武术在郑怀贤先生创新发展理念的指导下，创编了三人对练、双手夺枪、三人对棍等对练套路四十多套，占据全国首位，郭洪海老师首创了旋子转体360°的动作，影响深远，将传统武术套路的发展推向一个新的起点。

本丛书的编写凝集着成都体育学院武术系全体老师的心血和汗水。为了搞好丛书的撰写工作，在学院领导的大力支持下，武术系先后召开了多次郑怀贤武学思想研讨会，并邀请国内外知名专家和学者进行了研讨。同时，以座谈和访谈的形式，深入社会和家庭，对郑怀贤生前传承弟子以及武术系退休老教师进行了调查与收集资料。这些工作为本套丛书的顺利编写奠定了坚实的基础。在此，对全体参与丛书编写的人员付出的艰辛劳动表示感谢。

2012年正值我院70周年校庆，本丛书将作为校庆的一份献礼，以示祝贺。真心祝愿我们的学校成都体育学院未来发展更加辉煌，真正实现“科学发展，建设成为高水平有特色的高等体育学府”的办学目标。

丛书编委会

2011年10月1日



前 言

“八卦龙形剑”与“八卦散手刀”是成都体育学院传统特色项目。八卦龙形剑由我国著名传统武术大师郑怀贤初创，八卦散手刀则是由著名武术家王树田在传统八卦刀的基础上进行创新的刀术，经过成都体育学院武术系几代人承前启后的接力打造，形成了特色鲜明的传统武术套路。“八卦龙形剑”与“八卦散手刀”同属传统单器械，在内容与结构上，主要根据八卦掌的特点融合了剑术、刀术的精华编排而成。它们都是以八卦为根基，具有深厚的文化底蕴。郑怀贤先生创编的八卦龙形剑，独具匠心地把“八卦、龙、剑”融为一体，既很好地把握了民族传统文化之精髓，又充分地展示了传统武术之神韵。王树田先生编创的八卦散手刀，结构严密、身灵步活、刚柔相济、风格朴实，既具有较强的技击功效，又有着很好的健身价值。

随着全球化、现代化进程的加快，随着老一辈武术家的离去，传统武术逐渐走向式微，面临着失传的境地。因此，抢救、挖掘、整理传统武术，是我辈武术工作者时不我待的历史重任，传承、发扬、推广传统武术，是我辈武术工作者义不容辞的时代使命。成都体育学院武术系编辑审定的郑怀贤武学丛书，无疑为武术工作者和爱好者提供了一次极好的学习机会。此次编辑整理的《八卦龙形剑与八卦散手刀》，既立足于对我国著名武术家郑怀贤、王树田先生



八卦龙形剑与八卦散手刀

的武学思想和传统技艺的抢救、挖掘与整理，更着眼于成都体育学院武术系几代人对郑怀贤武学思想和传统技艺的传承、发扬与推广。

本书内容丰富，特色鲜明，图解清晰，图文并茂，全面仔细地解析了传统经典技艺的动作要领、风格特点、演练要求及技击用法，并标明动作路线图及套路动作演练的连续图，力求使读者一看就会，一读就懂，久练能熟，熟则能用。在编写过程中，得到了成都体育学院领导的关心和支持，以及武术系领导的高度重视和大力支持，成都体育学院习云泰教授、郭洪海副教授给予了許多具体的指导，武术系学生李煦、童国军、程迪迪、钱如意、杨溢、刘杰、夏柯对此书的编写也作了一些贡献，在此表示万分感谢。人民体育出版社为本书的编审和出版等做了大量工作，在此深表谢意。

本书的编写与出版既是对传统武术的挖掘与整理，也是对民族传统体育专业教学改革、教材建设的有益补充，书中如有不妥之处，恳请广大同仁批评指正。

谨以此书缅怀郑怀贤、王树田先生。

编者

2011年11月



目 录

八卦龙形剑

一、八卦龙形剑概述	(5)
(一) 八卦龙形剑的历史沿革	(5)
(二) 八卦龙形剑的风格特点	(8)
(三) 八卦龙形剑的演练与教法要求	(10)
二、八卦龙形剑基本技法介绍	(12)
(一) 基本手型及持握方法	(12)
(二) 基本步型与步法	(15)
(三) 主要身法	(17)
(四) 基本剑法	(17)
三、八卦龙形剑剑谱名称	(21)
四、八卦龙形剑套路动作图解	(23)
五、八卦龙形剑套路运行路线图	(85)
六、八卦龙形剑套路动作连续演示图	(89)

八卦散手刀

七、八卦散手刀概述	(112)
八、八卦散手刀风格特点	(114)



八卦龙开剑与八卦散手刀

(一) 刀步相融，合而为一	(114)
(二) 身活步灵，随走随变	(114)
(三) 刀若猛虎，刚柔相济	(115)
九、八卦散手刀演练要求	(116)
(一) 刀法、步法的要求	(116)
(二) 身法、眼法的要求	(116)
(三) 节奏变化的要求	(117)
十、八卦散手刀基本动作及方法	(118)
十一、八卦散手刀刀谱名称	(145)
十二、八卦散手刀套路动作图解	(147)
十三、八卦散手刀套路运行路线图	(223)
十四、八卦散手刀套路动作连续演示图	(226)
参考文献	(245)



八卦龙形剑



八卦龙形剑以八卦为根基，具有深厚的传统文化底蕴。“无极生太极，太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦”。八卦分别与自然界八种基本物象相对应，代表了早期中国的哲学思想。乾为天，坤为地，坎为水，离为火，震为雷，艮为山，巽为风，兑为泽。八卦互相搭配又得到六十四卦，用来象征宇宙间的万有、万事、万物，皆依这八种物象而变化，虽变幻莫测，却又万变不离其宗。八卦龙形剑以八卦为机理，既寓意行剑千回百转、变化无穷之灵巧，又强调“龙形”上天入地出没于山泽、挟雷乘风穿行于水火之灵动。

八卦龙形剑以龙形为骨架，具有鲜明的民族特色。龙是中国原始社会形成的一种图腾崇拜的标志。经上下数千年民族文化的创造，龙已成为中华民族典型的文化符号，炎黄子孙自诩为“龙的传人”。龙是集多种动物为一体的灵异神物，能大能小，能隐能现，春分登天，秋分潜渊，呼风唤雨，无所不能。八卦龙形剑以龙形为架构，既赋予剑路内含“天行健，君子以自强不息”的民族文化精神，又突出剑势外显“乘长风破万里浪”的民族文化风格。

八卦龙形剑以单剑为运动形式，具有传统的武术特征。剑，古代兵器之一，属于“短兵”，出世极为古远，后人称之“短兵之祖”。东汉以降，剑逐渐退出了战争舞台，蜕变为佩带仪仗之需或强身自卫之用。隋唐，佩剑之风盛行，使剑成为中国传统文化中颇具代表性的文化符号，并奠定了由武艺转变为武术的文化基础。历朝的帝王公侯，商贾庶民，莫不以持剑为荣；历代的文人墨客，侠客游勇，莫不以舞剑为骄。剑至尊至贵的文化品质，使其获得“百兵之君”的美称；剑至仁至义的文化气质，使其享有“君子剑”的美誉。八卦龙形剑以舞剑为承载，既直抒胸中“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的浩然之气，又践行自我修心养性、强身健体的为人之道。



八卦龙开剑与八卦散手刀

八卦龙形剑由我国著名传统武术大师郑怀贤初创。郑先生武学思想深厚，传统技艺精湛，又有扎实的国学功底和中医基础，德艺并重，文武双全，体医结合，他创编的八卦龙形剑，风格独特，深受人们的喜爱。20世纪60年代，郑怀贤先生以师徒的方式，把八卦龙行剑传授给郭洪海先生。郭洪海先生不辱师命，不负众望，在潜心研习中不断扬弃、不断充实、不断完善，使八卦龙形剑结构更趋合理，动作更趋精美，体系更趋完整。20世纪90年代，作者有幸得到郭洪海先生的亲临传授和悉心指导，系统地学习和掌握了八卦龙形剑，在数十年演练八卦龙形剑的过程中，也有很多感悟和体会，并将这些一并整理编写出来，以飨广大武术爱好者。

谨以此书缅怀郑怀贤先生

谨以此书感谢郭洪海先生多年的教诲和培养



一、八卦龙形剑概述

(一) 八卦龙形剑的历史沿革

1. 八卦龙形剑源起剑术

八卦龙形剑是一种剑术套路，它虽由郑怀贤先生创编于20世纪50年代，但作为剑术却在我国具有悠久的历史。剑最早出现在殷商以前；春秋战国时，斗剑十分流行；汉朝，击剑更是风行；隋唐时，剑形十分精致华丽，佩剑之风盛行；宋代以后，击剑之风逐渐为剑舞所代替，最终促成了剑的武术化发展。古往今来，历朝历代，不少人以剑术显名于天下，在促进剑术技艺不断提高的同时，也促进了剑术理论的发展。在杜甫《剑器行》中，对公孙大娘舞剑作了传神的描述：“昔有佳人公孙氏，一舞剑器动四方。观者如山色沮丧，天地为之久低昂。燿如羿射九日落，矫如群帝骖龙翔。来如雷霆收震怒，罢如江海凝清光。”明·唐顺之《武编》中记载：宋太宗“选诸军勇士数百人，教以舞剑，皆能掷剑空中，跃其身左右承之，妙绝无比。会北戎遣使修贡，赐宴便殿，因出剑士示之，袒裼鼓噪，挥刃而入，跳掷承接，霜锋雪刃，飞舞满空”。足见当时剑术技艺之精湛，以及对后来剑术套路及其表演技艺的发展，都产生了很大的影响。

剑术发展至今，已自成体系，在中华武术中占有重要的地位。剑术就其体势，有行剑、工架剑、绵剑、醉剑之分；就其持握手法，有正把剑、反把剑之分；就其持器多寡，有单剑、双剑之分；



八卦龙形剑与八卦散手刀

就其剑穗长短，有长穗剑、短穗剑之分。由此形成了风格各异、特征鲜明、连贯一体的各种套路形式，成为剑术最传统、最基本的形态。如七星剑、青萍剑、达摩剑、太极剑等。八卦龙形剑属短穗单剑套路，是在继承前人剑术的基础上，参考各门各派剑术套路的演练特点，另辟蹊径的发展创新。

2. 八卦龙形剑理出八卦

剑术套路的创编，不仅仅是简单地集动作之大成，而且是以剑理为根基的动作重组和再造。剑理的深浅，往往是判别剑术套路优劣的决定因素。八卦龙形剑的创编，以八卦为剑理，具有深厚的民族传统文化积淀。八卦最原始的资料来源为西周的《易经》：“易有太极，始生两仪。两仪生四象，四象生八卦。”八卦对应自然界的八种基本物象，反映了中国古代朴素的宇宙观和自然观，对几千年中国传统社会的发展影响深远。八卦通常与太极相结合，称为太极八卦或阴阳八卦。一套有象征意义的八卦符号与太极阴阳鱼搭配构成的太极八卦图，形象地表现了八卦与太极的关系。中国传统的道家文化和儒家文化，都极为推崇太极八卦，奉为具有终极意义的“道”。

八卦龙形剑以太极八卦为理论根基，遵循阴中有阳、阳中有阴、阴阳相合、相生相克的对立统一思想，演化展示剑术中的攻防平衡、动静结合、进退有度、张弛有致；参照世间万物既相辅相成、相互渗透，又相反相成、相互转化的辩证关系，演进重组剑术劈、刺、点、撩、崩、截、抹、穿、挑、提、绞、扫等技法。

3. 八卦龙形剑意蕴龙形

剑术套路的创编，立意甚为重要。剑术套路立意的高低、远近，往往决定其风格的格调和特色的品位。一套好的剑术套路，不仅剑理深厚，而且剑意高远。八卦龙形剑的创编，以中国传统的“龙”立意，以灵动多变的“龙形”传神，民族特色鲜明，风



格格调高雅。龙是我国古代传说中的灵异神物，是原始社会形成的一种图腾崇拜的标志。龙以东方神秘主义的特有形式，经过上下数千年的文化创造，已成为代表中华民族的文化符号，得到了海内外炎黄子孙普遍的文化认同。代表着中华民族绵绵不绝、生生不息的民族精神，体现了华夏儿女不屈不挠、奋发图强的民族性格。

龙形剑以“龙”立意，以“龙形”传神，为其创编提供了可以无限拓展的空间和任其发挥的条件。龙有翻江倒海、吞云吐雾和呼风唤雨的神力。八卦龙形剑就是遵循上述的立意和龙灵动多变、神出鬼没的形态特征，吸纳各门剑术套路之精华，借鉴各派剑术套路之高招，融会贯通，自成一体。

4. 八卦龙形剑的创编

八卦龙形剑，是20世纪50年代，由原中国武术协会主席、著名武术家郑怀贤先生，以八卦为剑理和龙形为剑意，荟萃剑术中的各种技法，创编的一套剑术套路。

郑怀贤先生创编的八卦龙形剑，不仅因其武学思想深厚和传统技艺精湛，还得力其扎实的国学功底和中医基础。20世纪50年代，成都体育学院的武术在武术界占有举足轻重的地位，活跃着王树田、兰素贞、肖应鹏等一批赫赫有名的武术大师，他们之间的相互交流，彼此切磋，为郑怀贤先生创编八卦龙形剑营造了良好的武术氛围。

八卦龙形剑文化底蕴深厚，民族特色鲜明，剑术风格雅致，深受武术行家的好评，在武术界享有较高的声誉。1976年八卦龙形剑被列为“全国业余武术教练员训练班”第一期至第三期学习的必修教材。但由于特定的时代背景和诸多的各种原因，传授极不系统，效果不理想，不仅没达到全面、有效地推广八卦龙形剑的目的，而且还破坏了其系统完整、连贯流畅的总体形象。