

老拳經

陽少陽會於大椎第一椎下兩旁去脊中一寸五分脇中內抵腰中入循脊絡腎○難經曰督脈任脈四尺五寸共合九尺王叔玄曰腦戶乃督脈足太陽之會故也

脈督脈也名曰風脊中一寸五分脇中內抵

為經曰督脈任脈四尺五寸共合九尺

相連任太陽之會故也

二脈一源古曰督者都也為陽脈之都剛任

猶天地海藏曰陰踰陽踰同起眼中

見渾身之下乃水溝而相接

於身之前一行於身之後人身之有任

任陽分可以合分之以見陰陽之不離合

居此二而一者也

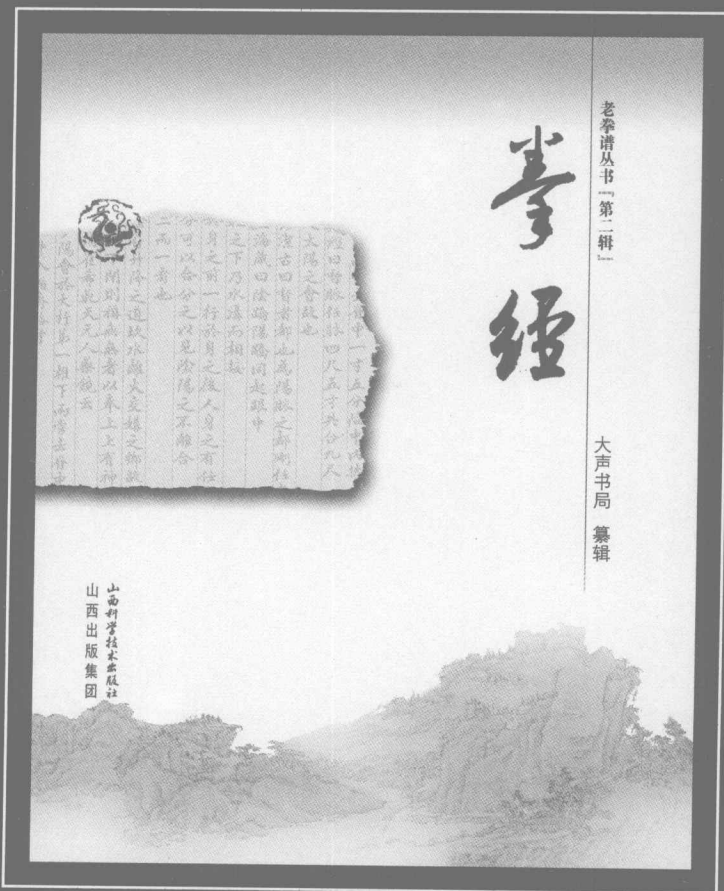
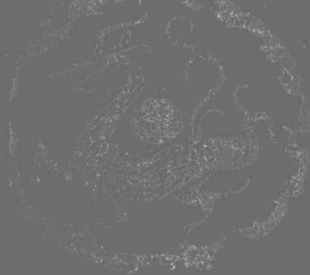
升升降之道坎水離火交媾之鄉故

下閉則稱無無者以奉上上有神

崔希乾天元人藥鏡云

為陽脈之都剛任起眼中乃血
之後人身之有陰陽之不離合
又曰任督
離火交媾之
看以奉
藥鏡云上觀





老拳譜輯集 叢書

策劃人 瀚海工作室

老拳谱丛书『第二辑』

大声书局 纂辑

拳经

經曰督脈任脈四尺五寸共合九尺
太陽之會故也

淳古曰督者都也為陽脈之都則任
海藏曰陰踰陽蹻同起眼中

之下乃水溝而相接

於身之前一行於身之後人身之有任
分可以合分之以見陰陽之不離合
二而一者也



升降之道坎水離火交媾之鄉故
閉則稱無無者以奉上上有神
在希範天元人藥鏡云

陽會於大行第一相下兩旁去脊

山西科学技术出版社
山西出版集团

图书在版编目(CIP)数据

拳经 / 大声书局纂辑. —太原: 山西科学技术出版社,
2008.1

(老拳谱辑集丛书. 第2辑)

ISBN 978-7-5377-3021-1

I. 拳... II. 大... III. 拳术—基本知识—中国 IV. G852.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 171807 号

拳
经

纂辑者 大声书局

校点者 常学刚

出版者 山西出版集团

山西科学技术出版社

太原建设南路十五号

各地新华书店

发行者 太原兴庆印刷有限公司

787×1092 1/16

12.25

开 本 二〇〇八年一月第一版

二〇〇八年一月太原第一次印刷

141千字

1-4000册

ISBN 978-7-5377-3021-1

定 价 26.00元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请
与印刷厂联系调换。



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。他们遵从前人苦心孤诣遗留之术，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，



策人武拳

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

刻
劉
李
廟
之
題





民國七年稿出版
上海大聲圖書局



序

吾國技擊之學，發端於戰國，昌明於唐宋，極盛於
明清。其業斯是者，各私所學，各秘所傳，從未著有專
書。蓋名山者，遂誠精粹之學，而君亡者，學不彰，民體之
弱，良可慨也。推原其故，武人而文人，不學，不能言，筆難達
其意，也。故進乎此，紀人而授之，如抱璞而智，去不腐，也。帝王
身制，禁民習者，往往初教嚴，聽者震，惜三也。其此三故，宜奉
技者之若鳳，毛麟，角也。幸年秋，上海大學書局有春雅之刊，云如



以自專家博與精評無道外之言云又昭昭曉暢無嘉祿之契
事人無讀盡人解習從此蓋摩之習日革邦人之能日壯吾國
之與否在新乎否在新乎余不標之之編之乎之書之因樂而
為序

戊國年九月

音浦陸守先士涉甫序



太祖长拳三十二势图

懒扎势第一

太祖長拳三十二勢圖

懶扎勢第一

拳圖





金鸡独立势第二

一、金鸡独立势

金鸡独立势第二



太极拳卷三十二图



控馬勢第三

控馬勢第三



拳圖

二



拘鞭勢第四

拘鞭勢第四





七星拳勢第五

七星拳勢第五



七星拳勢第五

拳圖

三



倒骑龙势第六

倒骑龙势第六





悬脚腾空势第七

悬脚腾空势第七



拳圖

四