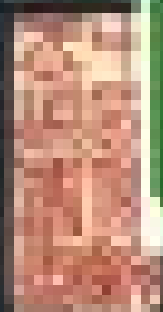


形意拳術抉微





新
畫
卷
術
法
微



刘殿琛 著

形意拳術抉微

北京市中国书店

形意拳术扶微

出版：北京市中国书店
发行：北京市新华书店
印刷：北京胶印二厂

1984年3月第1版 1984年3月第1次印刷
开本：787 × 1092 1 / 32 印张： 5
定价：0.55元

影印前言

一九八三年夏，北京市中国书店言明拟复制出版《中国传统武术丛书》一事，予甚表赞同。因将故有各旧武术书中，选出其理论明确者若干本，拟先后陆续出版，以供全国武术爱好者之参考。予以此举对于文化遗产之搜集，对于人民体质之增强，对于增加工作之能力，实有裨益也。故乐为之介绍。

吴图南

一九八三年八月一日

形意拳術抉微序

吾國人之於事雖至技藝之微末無不窮天地之奧盡性命之理從本原而達於枝葉非苟焉得其一節充然以耀於時者之所爲也是以動皆中乎其竅而發之若神醫卜星相日者堪輿信之者不知識之者亦口耳相傳不足齒之褒貶之例皆淺之爲夫而已其師曠之審音公輸之呈巧一與道合而俱莫知其爲之况羿射僚丸之各有本原者哉今世競言武技西人之體操日本之柔術誇於世界若獨步然吾國學校亦窮力追從而不敢後可謂炫乎世人之目而震懾其神明者矣乃一遇吾國武術則不待交綏而已決其敗績者知道者常勝逐末者固不宏也吾友劉君殿琛世精武術其名爲形意其技內外兼進驚風雨走雷霆其所爲書則陰陽五行三才之道歸元於太極叩其功則道家所爲通貫天地歸根復命抱一之道皆涵於身以應於藝三十幅共一轂當其無

有以爲重心所謂知有本原者也昔莊生述庖丁之解牛而以爲所好道也進乎技矣彼已窮天地盡性命而人顧誚其汪洋恣肆或則誣之曰文章之美噫誠文章也是一技藝之微何待千載下始遇大聖而通其說哉劉君知之矣則且於形意抉微加說附圖以示其端民國九年七月蠡吾齊樹楷序於京兆尹公署佳晴喜雨快雪之亭

形意拳術抉微序

我國武術不知傳於何時習者往往託於神祕其言多不馴雅然吾觀古之材官技擊蹶張拔距以至越人之劍術漢殿之角觝蓋皆武術之先河特我國狃於重文輕武之俗著述者多不之及而小說家又或傳聞失實附會鋪張以示神奇而其傳授之源流肄習之法式迄湮沒而不彰爲可慨也日本崛起東方乃以彼所謂武士道者夸炫於宇內顧其術變化之妙運用之精皆不逮我遠甚於是我國人始知武術之可貴浸假言體育者亦有取於此近年以來始有出其所得著書以問世者而深縣劉君文華形意抉微一書亦成於是時愧余未嘗習此不能縷述其書之美善而其本先人之緒而張大之以公於世則固極有心許者也嗚呼我國古先聖哲開務成物其學藝之精有爲外人所不及知者武術其一端耳推其效猶能裨助體育以爲勵民強國之基今人亦稍稍

愛護之矣若夫道德文學數千年所恃以立國者其重且什伯千萬於此顧乃熟視無覩甚則摧殘剝削滌盪唯恐不盡抑又何也民國九年五月霸縣高步瀛序

序

技擊之術由來尙矣初民鮮食其時無箭鏃鋒刃之具乃日與鷙禽猛獸相搏擊且獵取之以實口體其必有術焉以致之代遠年湮無可徵考要之奮手足之烈不假五兵有斷然者月令有角力之文春秋時挾輸超乘踰溝懸布抉門諸示武勇於戰陳間者爲左氏傳所修陳又聞管子之爲教也於子之鄉有拳勇股肱之力筋骨秀出於衆者有則以告則其時重視此術可以概見華陀有五禽之戲達摩有易筋之傳岳忠武教練士卒雜採技擊以張其軍故當時有岳家軍之目至明戚南塘紀效新書始有拳經一篇清之初元黃主一百家始著內家拳法今俱行於世至於戚氏所稱宋太祖之三十二勢溫家之七十二行拳三十六合鎖二十四棄探馬八閃十二番李半天之腿鷹爪王之擊千跌張之跌張伯敬之打又皆往昔專技名家惜書缺有間乃無傳人滋可惜矣今

之論者以少林拳式區而爲五曰龍曰虎曰豹曰鶴曰蛇後人衍之曰獅曰犬曰猴與華陀五禽之戲爲近殆亦異流而同源歟吾友劉子殿琛少壯習形意拳甚有聲名其術得自家傳而遠宗忠武拳式殆卽世所稱少林正宗余曩昔長京師第四中學聘請來京授諸生拳術溫然有儒者之風余去職且四稔而劉子仍蟬聯教授勿曠勿黜衆口翕然洵所謂藝而進於道矣屬以新編形意拳術抉微一書相示且將付梓堅請爲序余自揣不文又不曾肄習此技辭不獲已因參稽是術之見於記載者拉雜湊砌以塞吾責焉耳矣

中華民國九年十一月

王道元序於瀛廬

序

嗚呼今之時代一優勝劣敗弱肉強食之世界也立國於大地之上其國民苟無尙武精神不至於危亡者幾希觀夫歐美之注重體育及日本之以武士道爲國魂者其國強有由來也我國武術之精巧久已著名於世惜爲專制政體所抑壓以致未能發達幸民國改建以來國人多欲尙武圖強提倡拳術然我國拳術門類繁雜猶多江湖花拳一流徒重美觀不求實際是亦爲國人應注意者也民國四年予任陸軍訓練總監處騎兵監長時適改定陸軍教育令乃呈請 總統於該令中增加拳術一門併請設立武技術教練所均蒙批准於是遂招集各門拳術家細心考察加意選擇研究多日始得形意拳術一門爲最合軍用蓋該拳爲岳武穆所發明用以教練軍隊專能以少勝多簡單精巧最切實用且無論老幼皆可學習雖千百人亦能齊一操作而於兵士之三

年退伍期間每日學習一次即可應用若他拳雖各具巧妙之處然非自童年學習操練十數年不爲功用於軍隊則不相宜矣該拳不惟強健筋骨併具有佛道家之禪理上則精神貫頂以養性下則氣達丹田以固命大則可以強國強種小則可以却病延年其利益誠非淺鮮焉今有形意拳術大家劉殿琛先生得家傳之精奧不自秘密著書行世具有普及全國之願心形意拳之精華盡發洩於是書誠爲學者之終南捷徑也劉君曾充武技術教練所教員學員畢業已有數班成績極佳予習斯拳數年亦承劉君之指教得以略窺門徑頗有進益劉君之熱心教授殊堪令人佩服書成命予爲序予本軍人粗鄙不文焉能爲序僅就予之所知者略舉大概以告國人使國人知所注重可耳尙乞閱者諒焉時在庚申冬月陸軍中將江壽祺謹誌於都門

形意拳術抉微序

形意拳術抉微凡二卷同邑劉殿琛先生所著用以教人練習技擊之書也其技得自家傳而參以近世體操法之方式開來繼往推陳出新詢近今技擊界之泰斗也清宣統三年余任北洋法政學校教職時法校注重體育議添技擊一門以振作精神余薦劉君担任教授全校生徒翕然從之課餘練習未或稍懈吾國拳術之施於學校殆以此爲嚆矢焉國體變更民氣勃騰尙武之風應時而起余與劉君及二三同志首創武士會於津門同時京師有尙武學社之組織京津各校聞風興起爭延教師相與練習拳術之訂爲體育專科至是爲各校所共認近且風行全國而埋沒不彰之神技始得與日本之武士道歐西諸國之新式體操爭相夸耀於宇內矣孔子云雖小道必有可觀者焉方今文明諸國莫不注重體育果人人習此體健力強國民之精神卽國家之精神之

所寄雖一技之微未始非強國之基也豈可以小道輕視之哉劉君不欲自秘其術今以所得於先人者著書以問世書既成囑余爲之序余述劉君十數年來之苦心經營者以示國人至其技術之神妙教法之精詳覽是書者自能領略無待余之揄揚也

中華民國九年十月

深縣張恩綬序於京師之二柳廬

形意拳術抉微序

宋岳武穆王精通鎗法及爲帥時乃脫鎗爲拳用以教將士遂自成一派爲後日形意拳術之始厥後歷金元明三代其技無名迨明清之交蒲東有姬公際可者訪師終南山得武穆拳譜盡擅其技繼傳曹繼武先生先生秋蒲人修其術十二年仕至陝西靖遠總鎮大都督卒成一世之業李政繼之傳戴龍邦龍邦傳其子文英文雄及郭維漢李飛羽飛羽字能然皆爲及門弟子飛羽復傳先父奇蘭公及郭雲深深縣人白西園饒陽人李太和深縣人車永宏太谷人賀運亨太谷人李廣亨榆次人宋世榮北京人張樹德祁州人劉曉蘭高陽人等綿綿延延形意迄今而大昌始先父寢饋斯道垂四十年所授生徒甚夥燕趙好武之士多歸之余生不才忝家學惟竊先人之餘緒以自存活清之季年在津任法政學校武術教員民國初復任京師清華學校教員當時津門之武士會京

師之尙武學社皆推余爲總教習卽與同志磋商欲以武術強中國編纂教科書呈部立案頒行全國適值張堅白先生巡按兩粵余應其聘作嶺南之行議遂中輟丙辰返京稍稍得暇乃本聞於先子者一一筆記之擬成數篇并繪其圖以資於好武術者爲之初步他日進而上之再舉其精深變化者悉箸於編或足以發明 先子之傳以上報我國家惟高明鑒其區區之愚而不責其不文也則幸甚

民國九年十月深縣劉文華自序