秘書集成

秘書集成

19

本卷內收入《八卦拳學》、《八卦劍學》、《太極拳》、《太極拳學》、《陳氏太極拳彙宗》等書五種。

八卦拳學

八 排 练 习

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

自序

易之爲用。廣大精微。上自內聖外王之學。下迨名物象數之繁。舉莫能外。而於修身治己之術。尤爲詳盡。乾文云天行健。君子以自強不息。然健也。自強也。非虛無杳冥而無可朕兆也。余自幼年即研究拳術。每欲闡易之義蘊。一一形之於拳術。如是者有年。嗣來京獲見程先生廷華。始知有八卦拳。因從而受業焉。拳式始於無極。終於八卦。中分兩儀四象。先天後天。縮力順行正變錯互。無不俱備。然後知易之爲用之廣大精微也。但程先生祇憑口授。未著專書。余恐久而失其傳也。爰不辭固陋。每式繪之以圖。並於各式後附以淺說。非敢自矜一得。亦聊以廣先生之傳已耳。八卦拳不知創於何時何人。聞有董海川先生者。精技擊。好遨遊。嘗涉迹江皖間。遇一異人傳以此技。後董先生傳之程先生廷

華。李先生存義。尹先生福。馬先生維祺。魏先生吉。宋先生永祥。宋先生長榮。劉先生鳳春。梁先生振普。張先生占魁。史先生六。王先生立德。自是而後。尹先生復傳之馬桂等。李先生傳之尚雲祥。李文豹。趙雲龍。郝恩光。郭永錄。黃栢年。李海亭。耀亭兄弟等。張先生傳之王俊臣。韓金鏞等。余與張玉魁。韓奇英。馮俊義。闞齡峯。周祥。李漢章。李文彪。秦成等。則皆親炙程先生之門者。縷觀述之。以示不忘所自也。

中華民國五年十一月直隸完縣孫福全序

凡例

一是編爲修身而作。取象於數理。立體於卦形。命名於拳術。謂之遊身八卦連環掌。內藏十八蹚羅漢拳。兼有七十二截腿。七十二暗脚。至於點穴劍術。各樣兵器。均於拳內含藏。以上諸法。皆以實行體育。強壯筋骨。保護身體爲正宗。

一是編標舉八卦拳生化之道。提綱挈領。條目井然。其次序。首自虛無式而起。至太極形式。此二者爲八卦拳之基礎。由無極形式說起。以至於神化不測之功用學終。是爲全編條目。內中起點。進退伸縮。變化諸法。一一詳載。操練時。凡一動一靜。按此定法。不使錯亂。則此拳之全體大用。神化妙用之功。庶幾有得。可爲世道用行舍藏之大用矣。

一是編粗淺之言。以明拳術極深之理。簡約之式。能通拳法至妙之道。

一拳中數形。不過作爲萬物之綱領。若能熟習。則縱橫聯絡。全體一致。不惟取數形數式習之則已也。朱子云。蓋人心之靈。莫不有知。而天下之物。莫不有理。惟於理有未窮。故其知有不盡也。是以拳術始教。即凡全體之式。萬物之形。莫不由於數式數形而時習之。以求至乎其極。至於用力之久而一旦豁然貫通焉。則萬物之中。目有所見。心有所感。皆能效法彼之性能。而爲我用矣。

一八卦拳術。不外易數方圓二圖之理。昔武侯作八陣圖。其中氤氳變化。奧妙莫測。其實不過以巨石爲之。八八成行六十四堆而已。拳術中之精微奧妙。其變無窮。有神化不測之機。亦不過以數式數形。縱橫聯絡變化而已。溯其源。皆出於河洛理數之原也。

一是編爲體操而作。祇敘八卦拳之實益議論。但取粗俗易明。原非等於詞賦文章。固不得以文理拘也。

一是編除各式之指點外。其他一切引證。均與道理相合。迥非怪力亂神之談。學者不得以異端目之。

一是編發明此拳之性旨。純以養正氣爲宗旨。固非異端邪術諸書所可比倫。今將八卦拳始末諸法。貫爲全編。使學者一閱瞭然。

一體操門類繁多。惟八卦拳練習極易。用法最良。係行天地自然之理。運用一派純正之氣。無論男女婦孺。及年近半百。皆可練習。一無曲腿折腰之苦。二無皮肉磨挫之勞。且不必短服窄袖隨便常服。均可練習。此誠武技中儒雅之事也。

一此拳不僅便於個人獨習。若人數衆多。或三五人同一圈習。或數十

人同而習之。或數百人。亦可分數圈而習之。再多亦均無不可。

一此八卦拳術。關係全體精神。而能卻病延年。又不僅於習拳已也。

一是編每一式各附一圖。使八卦拳之原理。及其性質。切實發明。用以達八卦拳之精神。能力巧妙。因知各拳各式互相聯絡。總合而爲一體。終非散式也。

一附圖有電照。有畫形。使學者可以入手。按像模仿。實力作去。久則義理自見。奇效必彰。固非虛語也。

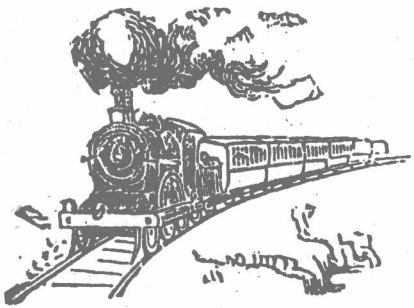
此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

八卦拳學目錄

第一章　形體名稱說
第二章　初學入門三害說
第三章　入門九要說
第四章　四德八能四情說
第五章　左右旋轉與左右穿掌之分別
第六章　無極學
第七章　太極學
第八章　兩儀學
第九章　四象學
第十章　乾卦獅形學

第十一章　坤卦麟形學
第十二章　坎卦蛇形學
第十三章　離卦鷂形學
第十四章　震卦龍形學
第十五章　艮卦熊形學
第十六章　巽卦鳳形學
第十七章　兌卦猴形學
第十八章　八卦先後天合一式說
第十九章　八卦先後天合一圖
第二十章　八卦先後天合一圖解
第二十一章　八卦陽火陰符形式註語

第二十二章　八卦練神還虛註語
第二十三章　八卦拳神化之功練習借天地之氣候形式法



第一章　八卦拳形體名稱

古者庖犧氏之王天下也。仰觀象於天。俯觀法於地。觀鳥獸之文。與地之宜。近取諸身。遠取諸物。於是始作八卦。以通神明之德。以類萬物之情。是以八卦取象命名。制成拳術。近取諸身言之。則頭爲乾。腹爲坤。足爲震。股爲巽。耳爲坎。目爲離。手爲艮。口爲兌。若在拳中。則頭爲乾。腹爲坤。腎爲坎。心爲離。尾閭第一節至第七節大椎爲巽。項上大椎爲艮。腹左爲震。腹右爲兌。此身體八卦之名也。自四肢言之。腹爲無極。臍爲太極。兩腎爲兩儀。兩胳膊兩腿爲四象。兩胳膊兩腿各兩節。爲八卦。兩手兩足共二十指也。以手足四拇指皆是兩節。共合八節。其餘十六指。每指皆三節。共合四十八節。加兩胳膊兩腿八節。與四大拇指八節。共合六十四節。合六十四卦也。此謂無極生太極。太極生兩儀。兩儀生四象。

四象生八卦。八八生六十四卦之數也。此四肢八卦之名稱。以上近取諸身也。若遠取諸物。則乾爲馬。坤爲牛。震爲龍。巽爲雞。坎爲豕。離爲雉。艮爲狗。兌爲羊。拳中則乾爲獅。坤爲麟。震爲龍。巽爲鳳。坎爲蛇。離爲鸛。艮爲熊。兌爲猴等物。以上皆遠取諸物也。以身體八卦屬內本也。四肢八卦屬外用也。內者先天。外者後天。故天地生物。皆有本源。先後天而成也。內經曰。人身皆具先後天之本。腎爲先天本。脾爲後天本。本之爲言根也。源也。世未有無源之流。無根之本。澄其源而流自長。灌其根而枝乃茂。自然之理也。故善爲醫者。必先治本。知先天之本在腎。腎應北方之水。水爲天一之源。因嬰兒未成。先結胞胎。其象中空。有一莖透起如蓮蕊。一莖即臍帶。蓮蕊即兩腎也。而命寓焉。知後天之本在脾。脾爲中宮之土。土爲萬物之母。蓋先生脾官而後水火木金循環相生以成

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com