

意拳

中国最新实战拳学

薄家骢 / 著



中国中医药出版社



意 拳

薄家骥 著

中国中医药出版社

· 北 京 ·

(京)新登字 025 号

意 拳

薄家骢 著

中国中医药出版社出版

发行者：中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 7 号 电话：64151553 邮码：100027)

印刷者：保定市印刷厂

经销者：新华书店总店北京发行所

开 本：787×1092 毫米 16 开

字 数：420 千字

印 张：21.5

版 次：1999 年 6 月第 1 版

印 次：1999 年 6 月第 1 次印刷

册 数：4000

书 号：ISBN 7-980031-78-4/R·61

定 价：40.00 元

自序

余家祖居津门，寻常巷陌。高邻有王氏昆仲，曰竹、曰松、曰梅。岁寒三友少时与某有同里、同窗、同道之谊，过从甚密，遂成通家之好。竹、松、梅之外公即意拳（大成拳）宗师王芗斋。少年嬉戏堂前，耳濡目染，不期近朱者赤，竟作意拳之蒙求。

1960年秋，余入京赴学，经三师姑王玉白（芗老三女）介绍，拜姚宗勋先生门下，起步意拳之正轨。卅余年蒙恩师垂青严教，驽马十驾，功在不舍，虽钝鲁之人，亦有寸得，始与意拳（大成拳）结终身不解之缘。

先生晚年意在著说以示后昆，蒙师不弃选为执笔。成书过程经师重新指点，对拳学云深之处，柳暗花明，又臻新境。

某一介书生，视学术为神圣，不谙人生经营之道。仅尊先师遗训，勤苦求实，植被桃李，以武会友。于沽名窃誉、假冒伪劣之徒不屑一顾，羞与阴伍。奉告武林同好，学艺不可不辨也。

《意拳》付梓，将手头资料一并附上，以供有志研习者参考收藏。文字辗转传抄虽经多方补正，亦难免鲁鱼亥豕，待就正于高明。

在此谨向出版界的朋友们和广大武林同道，表示诚挚的感谢。

作者 于陶然亭

内 容 提 要

意拳又称大成拳，是王芗斋先生于 20 年代所创，我国最新实战拳学。半个世纪以来，他的特殊功法的神秘性和传奇般的战绩，在海内外，引发了求索拳学真谛的燎原之势。越来越为世界范围爱好中华武术的人们所倾倒，开创了意拳（大成拳）方兴未艾的广泛发展前景。

作者薄家骢是第二代意拳大师姚宗勋先生的入室弟子。现任北京市武协意拳研究会会长。本书根据他自己当年从师所学及个人心得，将现代体育理论与传统文化的研究紧密结合，揭示了意拳全部的奥秘，使其成为语焉能详、雅俗共赏的最佳教材。根据作者提供的王芗斋先生及部分弟子的拳学论文以及珍贵拳照，全面展示了意拳的发展过程及各时期的学术水平。对有志于拳学研究者，是一本不可多得的亟具收藏价值的善本珍品。



图1 意拳(大成拳)创始人王芡斋先生
(1885-1963)



图2 芡老练功照之一



图3 芡老练功照之二

忠信拳意鍛弘振
 孝義拳拳煉揚興
 仁服正身國中
 愛平齊宗體粹華

武德
信條


為


图4 姜老墨宝之一

内虚灵外雄拔舒直得力
为基本不动的原则
及以刚柔虚实和静柔拙
同时起笔之错综作用
为第一

图5 岁老墨宝之三

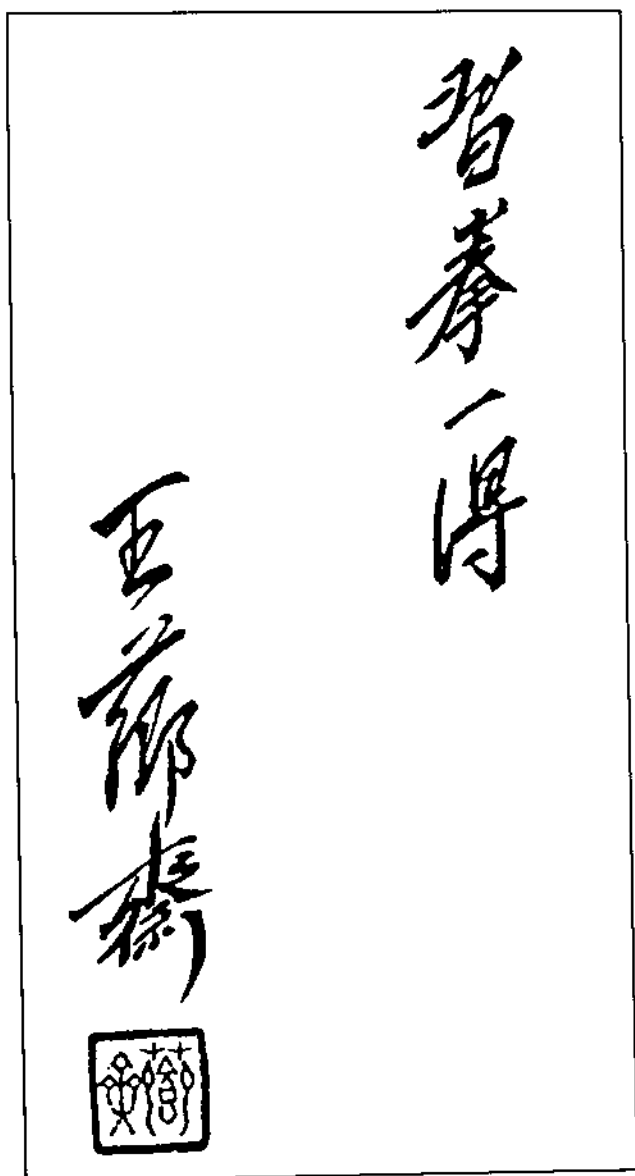


图6 萝老墨宝之三

意 拳

周	尤	張	韓	韓	趙	張	卜	齊	姚
松	彭	長	星	星	道	恩	恩	執	繼
山	熙	信	橋	垣	新	彤	傳	度	鄰
李	王	王	李	王	楊	馬	張	張	趙
永	玉	十	見	玉	德	驥	孚	中	華
傑	祥	川	宇	芳	茂	良	焦	澤	舫
禮	斌	竇	竇	楊	朱	伶	全	非	韓
立	奎	志	志	紹	在	國	剛	健	嗣
		榮	江	庚	亭	藻		一	煌

丙戌春

芎



站 桩

图7 芎老墨宝之四（部分弟子名单）



图8 意拳（大成拳）大师姚宗勋先生
(1917-1985)



图9 作者 薄家骢



图10 意拳（大成拳）
第二、三代部分传人
前排左起：杨绍庚、窦世明、王玉祥、司徒柱、姚宗勋、张中
后排左起：左起第二人薄家骢、白金甲、韩嗣煌



图11 姚宗勋先生练功照之一



图12 姚宗勋先生练功照之二



图13 姚宗勋先生练功照之三



图14 姚宗勋先生练功照之四



图15 赵道新先生练功照



图16 卜恩富先生
(左)示范照



图17 王玉芳老师练功照之一



图18 王玉芳老师练功照之二



图19 张中先生练功照之一



图20 张中先生练功照之二



图21 白金甲先生练功照之一



图22 白金甲先生练功照之二



图23 崔瑞斌先生练功照之一



图24 崔瑞斌先生练功照之二



图25 姚承光先生练功照之一（左打手靶者）



图26 姚承光先生练功
照之二 (左打手靶者)
右为高长友

图27 卜恩富先生指导
训练 (左一戴镜者)



图28 市体委科研所训练基
地留影

前排坐者自左至右：樊明
玉、卜恩富、司徒柱、姚宗
勋、侯邳华

后排自左至右：张增瑞、贺
相佐、刘普雷、崔瑞斌、武
小南、李士铁、苏小发、姚
承光、高长友