

《八拳制敌绝技》是自一九一二年平江不肖生所著《拳术》一书后
近百年来出版的**第二部**关于八拳的专著
八拳是我国众多拳种中一支**风格特异的纯攻击型**拳种

湖南科学技术出版社



八拳

羊定国
陈钟华 著

八拳是我国众多武术流派中一支**风格特异的纯攻击型拳种**。因实用性强，历来被拳家

视为秘籍，极少示人，流传甚少。近百年来，仅有向恺然

先生（平江不肖生）1912年著述出版的《拳术》。

本书的出版，旨在发掘濒临湮没的武术遗产，再现其蕴藏的灿烂光芒。

制敌绝技



《八拳制敌绝技》是自一九一二年平江不肖生所著《拳术》一书后
近百年来出版的**第二部**关于八拳的专著
八拳是我国众多拳种中一支**风格特异的纯攻击型拳种**

湖南科学技术出版社



八拳

羊定国
陈钟华 著

八拳是我国众多武术流派中一支风格

特异的纯攻击型拳种。因实用性强，历来被拳家

视为秘籍，极少示人，流传甚少。近百年来，仅有向恺然

先生（平江不肖生）1912年著述出版的《拳术》。

本书的出版，旨在发掘濒临湮没的武术遗产，

再现其蕴藏的灿烂光芒。

制敌绝技



图书在版编目 (C I P) 数据

八拳制敌绝技 / 羊定国, 陈钟华著. — 长沙: 湖南科学技术出版社, 2010. 4

ISBN 978-7-5357-6145-3

I. ①八… II. ①羊… ②陈… III. ①拳术—中国
IV. ①G852. 19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 053716 号

八拳制敌绝技

著 者: 羊定国 陈钟华

总 策 划: 黄一九

责任编辑: 郑 英 罗大庆

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731 - 84375808

印 刷: 长沙瑞和印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市井湾路 4 号

邮 编: 410004

出版日期: 2010 年 4 月第 1 版第 1 次

开 本: 710mm×1000mm 1/16

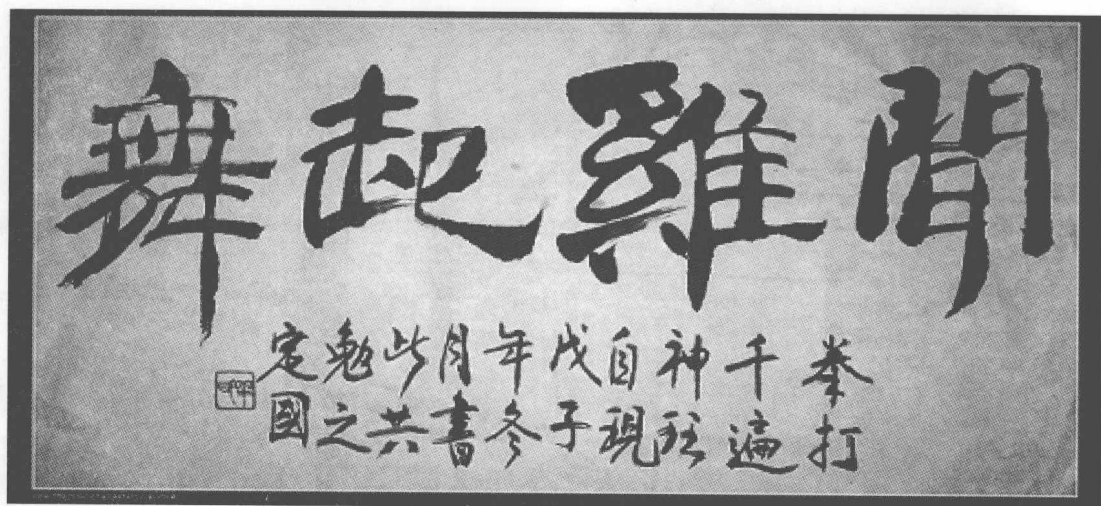
印 张: 10.5

字 数: 99000

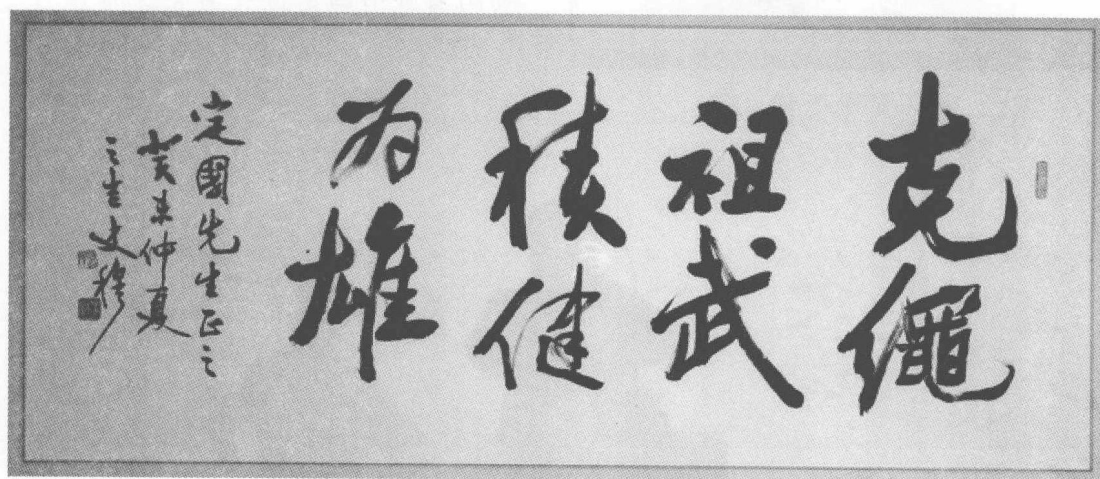
书 号: ISBN 978-7-5357-6145-3

定 价: 28.00 元

(版权所有 · 翻印必究)

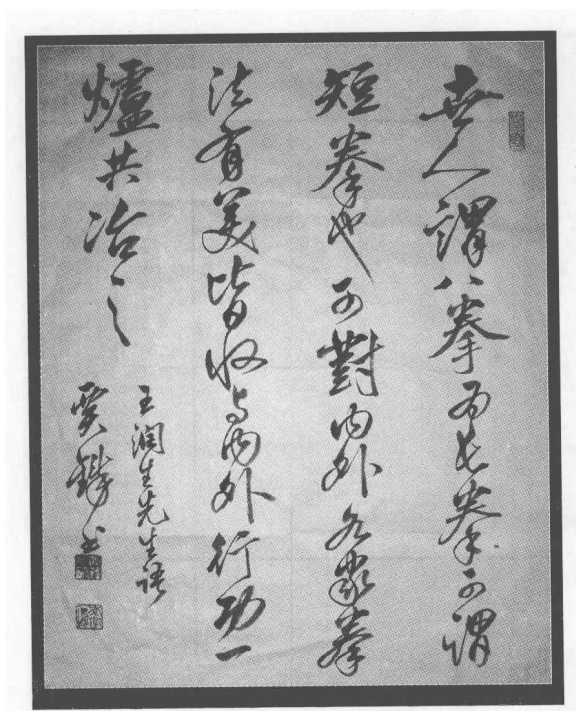


羊定國自勉詞

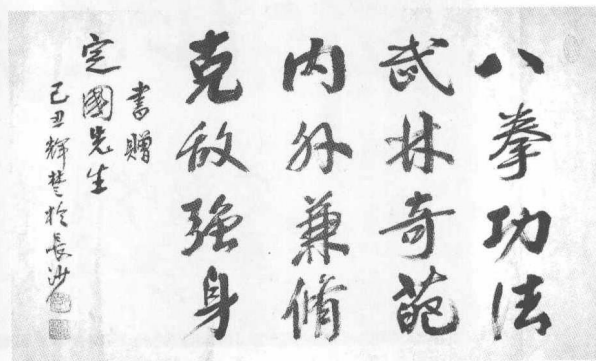


史穆題詞(中國書法家協會會員、湖南省文史研究館館員)

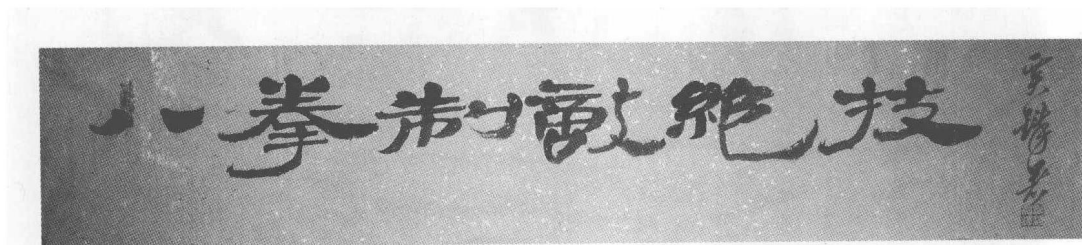
作者自勉詞及部分書畫名家為作者題詞



贾锋题词



邓辉楚题词（中国美术家协会会员、
湖南省直书画家协会名誉主席）



贾锋题词（中国书法家协会会员、湖南省书法家协会教育委员会
主任理事）

部分书画名家为作者题词

題湖南第三屆國術考試彙刊

有勇知方

蔣介石題詞

蔣中正



湖南國術考試彙刊

南方之強

何應欽題



何應欽題詞

尚武精神

林森



林森題詞

1932年10月湖南省第二次國術考試時，部分民國政要的題詞

會集專家在一堂爭雄揮讓見榮光
登壇賈勇不分長短積弱移形轉健副合
力攘夷欣講武群謀救國喜騰驤男兒
大好朱繩算宗派融和切莫忘

湖南第二次國術考試堂刊

民國三十一年十月鹽山張之江敬題



张之江题诗*

张之江简介：全国政协委员、原南京中央国术馆长，1955年初张之江从北京开会返沪后，毛泽东主席曾有亲笔信给他，信中说：“先生热忱爱国，如有所见，尚望随时赐教。”张后来又办国术馆，1966年5月21日病故。

國術考試堂刊

自強之基礎

于右任題



于右任题词

健身身

張學良

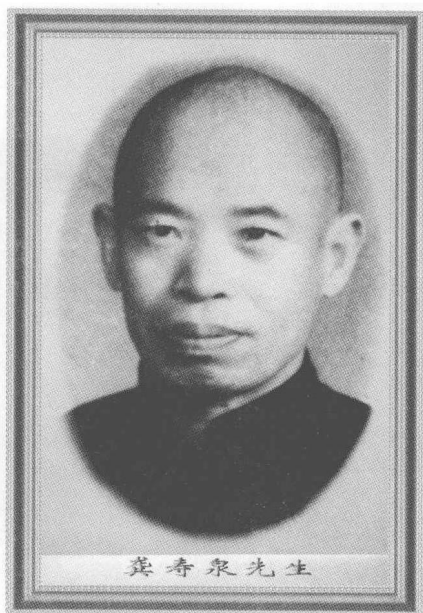


张学良题词

1932年10月湖南省第二次国术考试时，部分民国政要的题词

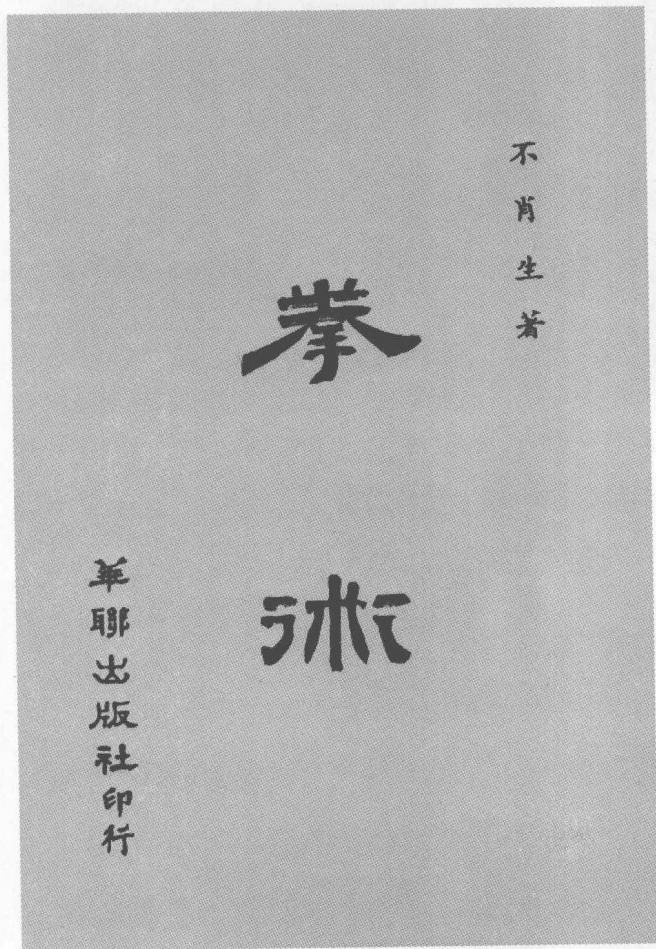


王潤生等四人合影照



莫壽泉先生

部分武林前輩照片



《拳术》封面



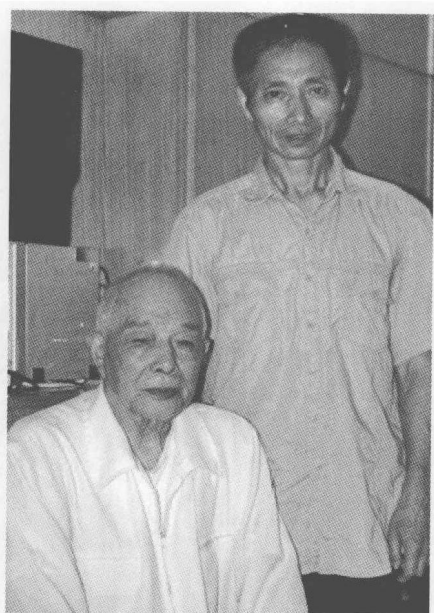
晚年的向恺然先生



向恺然印照

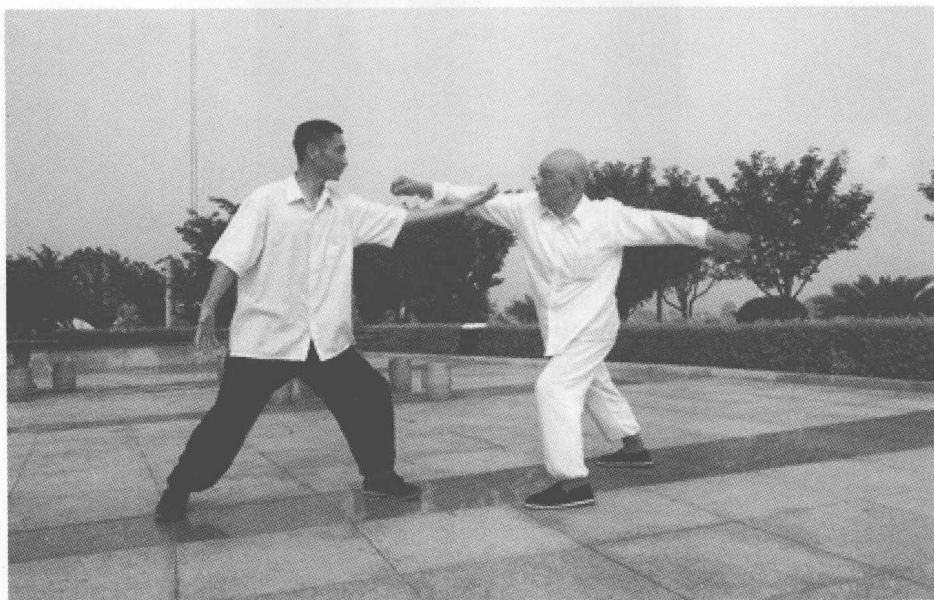
向恺然与《拳术》

耀云与关山门徒弟羊定国合影
龚寿泉先生的开山门徒弟龙



龙耀云先生表演八拳

龙耀云与羊定国照片



龙耀云与羊定国表演八拳对练



龙耀云与羊定国表演八拳对练



龙耀云与羊定国表演八拳对练

羊定国序

余自幼好拳技，每读武侠小说，常为书中神功绝技所折服，心慕手追，依书中描述揣摩瞎练，苦无良师指点，除长几分拙力外，于武术之道并无所获。稍长，入长沙市少年体校学习，方初涉武术之门。此后，对武术兴趣益浓。参加工作后，仍乐此不疲，四处寻师访友学习拳技，因未得名师指点，仅得皮毛功夫，常有素志未遂之憾。

20 世纪 60 年代有幸认识龙奉武老师，龙师乃平江不肖生向恺然所著《江湖奇侠传》中南侠柳惕怡先生高足，于太极拳、戚家拳、志群拳等均造诣很深。遂拜龙师习武。因“文革”中群众大都忙于政治运动，习武者甚少，而余心无旁骛，专心向学。龙师见余习之甚勤，着意指导，师徒朝夕相处，感情日密。光阴荏苒，倏忽八年。在此八年中，不论三伏酷暑，数九严寒，未尝间断，即节假日，亦未敢一日辍学也。至此始明武术之藩篱。

龙师曾于 1956 年代表湖南民间武术界到北京参加 12 省武术观摩表演大会，在会上表演了志群拳。志群拳是王润生（名志群，字润生）先生将其所练八拳中常用手法与腿法组合而成的自创拳术。而八拳是我国众多武术流派中一支风格特异的纯攻击型拳种，其技击之强，素被武林所推崇。由于此拳过于凶猛狠毒，被历代拳家视为“绝门”功夫，相约严守秘密，不肯轻易传人。即使传

授也很不全面，因此有的只知八拳，有的只知三步，有的不知基本功劲。最早公诸文字的介绍，应该是平江不肖生向恺然 1912 年著述的《拳术》一书，书中的八拳拳照和解说，可惜囿于当时的照相制版技术，拳照模糊，解说不全，有些招数甚至无图可附。

因历代拳家对八拳秘而不宣，传人颇少，此拳之拳论、专著更寥若晨星，纵有所述，亦语焉不详，令人费解，不知所云。向恺然先生也曾以此为憾，曰：“鲜能决其所以然，余常恨焉。”

余尝与龙师谈及八拳，龙师告余：“湖南练八拳之大成者，唯龚寿泉先生莫属，而 he 已隐居山野多年，不肯轻易授徒传艺，吾曾登门拜访两次，皆未深入其中，门户之紧可见一斑。”

1974 年，余访得龚寿泉先生住在距长沙市 20 多公里的龙华岭一个小山村里，随即登门求教，此后数十次往来于长沙市与龙华岭之间，因心诚所致，终被龚先生破格收为入室弟子。

龚师早年走南闯北，声名远播，得王润生、杜荣阶、王美成等大师衣钵，技艺超群，与北派武术大师顾汝章交谊甚厚。余入门之时，龚师虽年逾花甲，但精力充沛，神气逼人，见之则知其为高人。龚师为余所动，遂打破旧时秘而不传之约，将八拳悉心传授与余，并嘱余不可外露轻传，要传必授有德君子。多年来余恪守师训，朝夕揣摩领悟，苦练不辍，稍得其要。尝与长沙市有名之武林高手切磋拳艺，彼等皆一一败北。每与武林同道或朋友谈及此事，皆云：人生必有奇遇，奇遇必有其果，你在现代武林缝隙中，巧遇八拳正宗传人龚寿泉先生，向他老人家学到此拳，定要以科学态度与钻研精神，理顺八拳源流与脉络，将此濒于失传之国宝级武林奇葩挖掘出来，使之重见天日。若然，则是拳术爱好者及武术界之幸事也。

当今正值和谐盛世，弘扬国术，振兴中华，此其时也，为不使此技成广陵散，余不揣愚瞽，捉笔而书，抛砖引玉，将八拳内外功法及套路，精心整理，遴选成册，书名《八拳》。全书虽言简意赅，然阐述綦详，俾志于此道者，苟能手持一卷，按图索骥，依法习之，或可驾轻就熟，无师自通。倘能广为流传，启通后学，为民为国所用，利人寿世，则文明于精神，野蛮之体魄目的尽矣！

鉴于本人学识浅陋，仅得八拳之皮毛，书中疏漏在所难免，敬请海内外奇士高人、同道君子不吝赐教为幸。

此书虽勉强为之，但主旨与向恺然先生 1912 年所著《拳术》一致，特录向氏语于后以为结。向曰：

“王子曰吾非计夫身后之名也，吾悲夫斯道之将沦胥以亡也，欲求遗真以启后学，若盍成吾志焉。余曰，是则吾之素愿也。重以吾子之命，敢不勉力从事，因以暇缀述旧闻成是篇，区区之论，知无当于拳术之万一，然学识浅陋如余，诚不足窥其高远，又以王子之日促从事，其间银根之误，尚在不免，鳞爪之仅得，更何待言。然昔人千金买死马之骨而良马至，余亦只欲是书得如死马之骨。倘海内有道君子悯其用心之苦，恕其僭窃之罪，进而教之，虽为执鞭亦忻幸无量。”

《八拳》书稿出来后，承蒙湖南科学技术出版社厚爱有加，又约续编《八拳制敌绝技》一书，在全面介绍八拳之基础上，重点讲述打练诀要。谨在此一并致谢！

羊定国

2009 年 9 月 22 日于长沙树木岭守一阁

陈钟华序

八拳是我国武术众多拳种中一支风格特异的纯攻击型拳种，实用性很强，无花拳绣腿，历来被拳家视为秘籍，极少示人，因此流传甚少。唯一公开系统介绍过八拳的，仅有武术家、武侠小说作家平江不肖生向恺然先生 1912 年著述出版的《拳术》一书。此后，近百年来，再无八拳资料问世。坊间所言“八拳只有八下”之说，便是因少有人见识此拳庐山真面目，以讹传讹所致。

20 世纪 80 年代初，中央电视台“中华武术万里行”节目组为抢救濒临湮没的武术遗产，特意来长沙采访龙奉武先生，请其表演八拳并做录像，可惜当时龙老先生已是重病在身，只能示意性的比划了几下，八拳那种龙精虎猛的气势未能得到展现。

友人羊定国君，自幼爱好武术，20 世纪 60 年代即拜师龙奉武先生，先学太极拳和推手，后学八拳，然龙师处八拳亦未尽全貌。一日，龙师指点定国君曰：“湖南练八拳之大成者，唯龚寿泉先生莫属，而他已隐居山野多年，不肯轻易授徒传艺，吾曾登门拜访两次，皆未深入其中，门户之紧可见一斑。你如能得到他的指教，则这趟八拳又将上一台阶。”于是，定国君骑辆单车，数十次往返于离城数十里的一个小山村登门求教。精诚所至，金石为开，终于被退隐江湖多年的龚寿泉先生破格收为入室弟子，也是关门弟子。在龚寿泉先生悉心教授下，定国君终得八拳真谛。经