

老拳谱辑集「第三辑」

# 达摩剑

Damo Jian  
赵连和陈铁生·著

山西出版集团  
山西科学技术出版社

老拳谱辑集「第三辑」

# 达摩

Damo jian

赵连和陈铁生·著

江苏工业学院图书馆  
藏书章

图书在版编目(CIP)数据

达摩剑/赵连和,陈铁生著. —太原:山西科学技术出版社, 2009. 11

(老拳谱辑集丛书. 第3辑)

ISBN 978-7-5377-3336-6

I. 达… II. ①赵… ②陈… III. 剑术(武术) — 基本知识 — 中国 IV. G852.24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 150534 号

达摩剑

著者 赵连和 陈铁生

校点者 王占伟

出版者 山西出版集团

山西科学技术出版社

太原建设南路二十一号

发行者 各地新华书店

承印者 太原兴庆印刷有限公司

787×1092 1/16

印开本 7.5

版次 二〇〇九年十一月第一版

二〇〇九年十一月太原第一次印刷

字数 87千字

1-4000册

书号 ISBN 978-7-5377-3336-6

定价 16.00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，



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老拳谱丛书的研究和阅读，我们对丛书做了一些改进：将书中的文字通篇做了简体化处理；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。



## 序

古史言越勾踐思報吳仇，求善击劍之人，而得南林处女焉。其說支離，不可盡信。然劍術之由來已久，故可証也。唐人小說，盛稱劍俠之事，至謂身可乘風，劍可化虹，故知技進于神，信有可征。龍化延津之事，不得以文人好奇目之矣。乃若迴環翔翥，有步可數；進退击刺，有程可式；迎拒捍格，有法可守，竭畢生力，成一家法者。斯固技击之專門，而劍術之正宗也。獨恨千百年来，傳其術而无其言，有志者不遇名師，終无自授。惜哉！自大俠霍元甲先生發順風之呼，從者景附。神州武技，于焉復昌。既搜討闡揚，不失旧制，復一一筆之，俾廣流传。而陳君所述之達摩劍先成。嗚呼！繼絕學于一線，廣法門于五大。余往者所切切私忧，為吾道悲者，乃今竟睹其竟業，而付之梨棗，斯豈仅體育界之幸，抑亦吾國之光也。用乘創厥之始，略揚其旨于卷端。

民國著雍敦牂之歲  
修病之月香山廬煒昌識

## 序

古史言越勾踐思報吳仇。求善擊劍之人。而得南林處女焉。其說支離。不可盡信。然劍術之由來已久。故可證也。唐人小說。盛稱劍俠之事。至謂身可乘風。劍可化虹。故知技進於神。信有可徵。龍化延津之事。不得以文人好奇目之矣。迺若迴環翔翥。有步可數。進退擊刺。有程可式。迎拒捍格。有法可守。竭畢生力。成一家法者。斯固技擊之專門。而劍術之正宗也。獨恨千百年来。傳其術而無其言。有志者不遇名師。終無自授。惜哉。自大俠霍元甲先生發順風之呼。從者景附。神州武技。於焉復昌。既蒐討闡揚。不失舊制。復一一筆之。俾廣流傳。而陳君所述之達摩劍先成。嗚呼。繼絕學於一線。廣法門於五大。余往者所切切私憂。為吾道悲者。乃今竟睹其竟業。而付之梨棗。斯豈僅體育界之幸。抑亦吾國之光也。用乘創厥之始。略揚其旨於卷端。

民國著雍敦牂之歲修病之月香山廬煒昌識

序

一



# 達摩劍目錄

## 第一路

達摩劍 目錄

|          |   |
|----------|---|
| 達摩捏訣動作法  | 一 |
| 仙人指路動作法  | 二 |
| 馬蹴落花動作法  | 二 |
| 二龍戲珠動作法  | 三 |
| 撩陰動作法    | 四 |
| 二馬分鬚動作法  | 五 |
| 古樹盤根動作法  | 六 |
| 鷓鴣子翻身動作法 | 六 |
| 劈面動作法    | 七 |

## 達摩劍目錄

### 第一路

|          |   |
|----------|---|
| 達摩捏訣動作法  | 1 |
| 仙人指路動作法  | 2 |
| 馬蹴落花動作法  | 2 |
| 二龍戲珠動作法  | 3 |
| 撩陰動作法    | 4 |
| 二馬分鬚動作法  | 5 |
| 古樹盤根動作法  | 6 |
| 鷓鴣子翻身動作法 | 6 |
| 劈面動作法    | 7 |



## 第二路

|         |    |
|---------|----|
| 定陽針動作法  | 八  |
| 橫江飛渡動作法 | 九  |
| 掃龍動作法   | 一〇 |
| 童子拜佛動作法 | 一一 |
| 旋風抹頸動作法 | 一二 |
| 虛式分金動作法 | 一三 |
| 古樹盤根動作法 | 一三 |
| 翻身探果動作法 | 一五 |
| 金龍吐舌動作法 | 一六 |
| 探海屠龍動作法 | 一六 |

|         |    |
|---------|----|
| 定陽針動作法  | 8  |
| 橫江飛渡動作法 | 9  |
| 掃龍動作法   | 10 |
| 童子拜佛動作法 | 11 |

## 第二路

|         |    |
|---------|----|
| 旋風抹脖動作法 | 12 |
| 虛式分金動作法 | 13 |
| 古樹盤根動作法 | 13 |
| 翻身探果動作法 | 15 |
| 金龍吐舌動作法 | 16 |
| 探海屠龍動作法 | 16 |



### 第三路

|         |    |
|---------|----|
| 弓式分金動作法 | 一七 |
| 臥虎撲羊動作法 | 一八 |
| 定陽針動作法  | 一九 |
| 橫江飛渡動作法 | 二〇 |
| 掃龍動作法   | 二一 |
| 虛式分金動作法 | 二三 |
| 古樹盤根動作法 | 二三 |
| 翻身探果動作法 | 二四 |
| 金龍吐舌動作法 | 二五 |
| 獅子張口動作法 | 二六 |

|         |    |
|---------|----|
| 弓式分金動作法 | 17 |
| 卧虎扑羊動作法 | 18 |
| 定阳針動作法  | 19 |
| 橫江飛渡動作法 | 20 |
| 扫龍動作法   | 21 |

### 第三路

|         |    |
|---------|----|
| 虛式分金動作法 | 23 |
| 古樹盤根動作法 | 23 |
| 翻身探果動作法 | 24 |
| 金龍吐舌動作法 | 25 |
| 獅子張口動作法 | 26 |



|               |    |
|---------------|----|
| 朝天一炷香動作法..... | 二七 |
|---------------|----|

#### 第四路

|               |    |
|---------------|----|
| 當頭棒喝動作法.....  | 二八 |
| 兩龍出穴動作法.....  | 二九 |
| 虛式分金動作法.....  | 三〇 |
| 古樹盤根動作法.....  | 三〇 |
| 翻身探果動作法.....  | 三一 |
| 金龍吐舌動作法.....  | 三二 |
| 獅子張口動作法.....  | 三三 |
| 朝天一炷香動作法..... | 三四 |

#### 第五路

|          |    |
|----------|----|
| 朝天一炷香動作法 | 27 |
|----------|----|

#### 第四路

|          |    |
|----------|----|
| 當頭棒喝動作法  | 28 |
| 兩龍出穴動作法  | 29 |
| 虛式分金動作法  | 30 |
| 古樹盤根動作法  | 30 |
| 翻身探果動作法  | 31 |
| 金龍吐舌動作法  | 32 |
| 獅子張口動作法  | 33 |
| 朝天一炷香動作法 | 34 |

#### 第五路



達摩劍 目錄

五

|         |    |
|---------|----|
| 金剛伏虎動作法 | 三六 |
| 九品連臺動作法 | 三六 |
| 罡風掃葉動作法 | 三八 |
| 定陽針動作法  | 三九 |
| 橫江飛渡動作法 | 三九 |
| 獅子張口動作法 | 四〇 |
| 漁人撒網動作法 | 四一 |
| 定陽針動作法  | 四二 |
| 橫江飛渡動作法 | 四三 |
| 獅子張口動作法 | 四三 |
| 漁人撒網動作法 | 四四 |
| 定陽針動作法  | 四六 |

|         |    |
|---------|----|
| 金剛伏虎動作法 | 36 |
| 九品連台動作法 | 36 |
| 罡風扫叶動作法 | 38 |
| 定阳针動作法  | 39 |
| 橫江飞渡動作法 | 39 |
| 獅子张口動作法 | 40 |
| 漁人撒网動作法 | 41 |
| 定阳针動作法  | 42 |
| 橫江飞渡動作法 | 43 |
| 獅子张口動作法 | 43 |
| 漁人撒网動作法 | 44 |
| 定阳针動作法  | 46 |



橫江飛渡動作法.....四六

掃龍動作法.....四七

童子拜佛動作法.....四八

## 第六路

起鳳騰蛟動作法.....五〇

荆軻刺秦動作法.....五〇

迴馬劍動作法.....五一

## 第七路

金輪度劫動作法.....五三

浮丘挹袖動作法.....五四

橫江飛渡動作法 46  
 掃龍動作法 47  
 童子拜佛動作法 48

### 第六路

起鳳騰蛟動作法 50  
 荆軻刺秦動作法 50  
 回馬劍動作法 51

### 第七路

金輪度劫動作法 53  
 浮丘挹袖動作法 54



## 第八路

|         |    |
|---------|----|
| 洪崖拍肩動作法 | 五五 |
| 風前擺柳動作法 | 五六 |
| 定陽針動作法  | 五七 |
| 燕子穿簾動作法 | 五七 |
| 圓轉如意動作法 | 五九 |
| 虛式分金動作法 | 六〇 |
| 蘇秦背劍動作法 | 六一 |
| 雙九逆轉動作法 | 六一 |
| 金輪度劫動作法 | 六二 |
| 十萬橫磨動作法 | 六三 |

|         |    |
|---------|----|
| 洪崖拍肩動作法 | 55 |
| 風前擺柳動作法 | 56 |
| 定陽針動作法  | 57 |
| 燕子穿簾動作法 | 57 |

## 第八路

|         |    |
|---------|----|
| 圓轉如意動作法 | 59 |
| 虛式分金動作法 | 60 |
| 蘇秦背劍動作法 | 61 |
| 雙九逆轉動作法 | 61 |
| 金輪度劫動作法 | 62 |
| 十萬橫磨動作法 | 63 |



達摩劍 目錄

八

回頭是岸動作法.....六四

皈依我佛動作法.....六五

劍術釋義

總說.....六六

分疏.....七三

附擊劍圖

回頭是岸動作法 64  
皈依我佛動作法 65

劍術釋義

總說 66  
分疏 73

附击劍圖



## 达摩剑

### 第一路

#### ▲达摩捏诀动作法

身首：向南矗立。

两足：靠拢立正。

左手：第二、第三两指，伸直并合。四、五两指，内屈置掌心。大指内屈，压置四、五指上。反掌朝上，贴置左胁。

右手：直垂，指尖向地。骈四指护剑把，以大指压之。剑锋（即剑尖）仰上，两刃作东西向。

## 達摩劍

### 第一路

#### ▲達摩捏訣動作法

身首 向南矗立。

兩足 靠攏立正。

左手 第二第三兩指。伸直併合。四五兩指。內屈置掌心。大指內屈。壓置四五指上。反掌朝上。貼置左脇。

右手 直垂。指尖向地。駢四指護劍把。以大指壓之。劍鋒（即劍尖）仰上。兩刃作東西向。

第一路



圖 一 第

訣捏摩達 式一第路一第



(公例一) 圖背為北。前面為南。左東右西。

(公例二) 身首手足與劍。協同動作。不容先後。筆述固須分作數段。演習必宜一起呵成。

### ▲仙人指路動作法

左訣 作翻展勢。向前直推而出。掌心向南。訣指上仰。(訣指即捏訣之兩指。)

(注意) 此段未言及兩足與右劍者。如上式未動也。餘倣此。

### ▲馬蹴落花動作法

左訣 收回訣指。如第一式置左脇。

右劍 伸臂出劍。平膀。劍鋒上指。

兩足 先以左足踏前一步。作左前虛式。隨起右

足。前行數步。用行式。(下詳。)

身 左足一出。身隨下蹲。作行式時。身仍下蹲。



圖二第

路指入仙 式二第路一第

(公例一) 圖背為北，前面為南，左東右西。

(公例二) 身首手足與劍，協同動作，不容先後。筆述固須分作數段，演習必宜一气呵成。

### ▲仙人指路動作法

左訣：做翻展勢，向前直推而出，掌心向南，訣指上仰（訣指即訣之兩指）。

注意 此段未言及兩足與右劍者。如上式未動也。余倣此。

### ▲馬蹴落花動作法

左訣：收回訣指，如第一式置左脇。

右劍：伸臂出劍，平膀，劍鋒上指。

兩足：先以左足踏前一步，做左前虛式。隨起右足，前行數步。用行式（下詳）。

身：左足一出，身隨下蹲。做行式時，身仍下蹲。



(公例三) 此言虛式者。后足作勾股形，支柱全身。前足斜伸直，以趾尖點地，取浮勢，勿踏牢。左足在前為左虛式，右足在前為右虛式。

(公例四) 行式。技击術常用之。即如人之常步，唯身宜下蹲。行時趾尖先落地。舉步時取后踢勢，如馬之以后足踢人然，蓋備敵后襲而踢之也。

#### ▲二龍戲珠動作法

兩足：俟上式行至兩足同在平線，即以右趾移向西南，作前弓；左足平開一步，作后箭。

左訣：橫指正東，至平膀止。掌心向東，訣指仰上。

右劍：下斬至平膀，鋒直指西，掌心向南。

首：轉向西南，目注劍鋒。

#### (公例三)

此言虛式者。後足作勾股形。支柱全身。前足斜伸直。以趾尖點地。取浮勢。勿踏牢。左足在前為左虛式。右足在前為右虛式。

#### (公例四)

行式。技擊術常用之。即如人之常步。惟身宜下蹲。行時趾尖先落地。舉步時取後踢勢。如馬之以後足踢人然。蓋備敵後襲而踢之也。

#### ▲二龍戲珠動作法

兩足 俟上式行至兩足同在平線。即以右趾移向西南。作前弓。左足平開一步。作後箭。  
左訣 橫指正東。至平膀止。掌心向東。訣指仰上。  
右劍 下斬至平膀。鋒直指西。掌心向南。  
首 轉向西南。目注劍鋒。

#### 第一路



圖 三 第

花落麒麟式三第路一第