

寶山朱鴻壽編

拳藝學進

商務印書館印行

一



拳藝學進階

第一章 椿手

第一節 捧攔

〔預備〕右足立於①。左足立於②。(兩足立於①②時其足步爲直立八字步以下倣此)

(一)颺手面張(參觀拳藝學初步第二十圖) 左足仍立於②。右足自①進立於③。同時左手颺。右手順面張。

(二)收提躲霍(參觀同上第二十一圖) 左足自②退立於④。右足自③收提立於②。躲霍。

(三)殺手拗攔(參觀同上第三十圖) 右足自③進立於⑤。同時

右手殺下。左足自④移立於⑥。同時左手拗攪。

(四)雙捧(參照同上第三十七圖兩手較高) 左足自⑥移立於

②。右足自⑤移立於③。同時雙捧。

(五)收提躲霍 左足自②退立於④。右足自③收提立於②。躲

霍。

(六)順拳(參觀同上第二十二圖) 右足於②踏平。同時左手挑。

左足自④進立於③。左手順拳。

(七)颺手面張 兩足仍立於原位。右手颺。左手順面張。

(八)收提躲霍 右足自②退立於④。左足自③收提立於②。躲

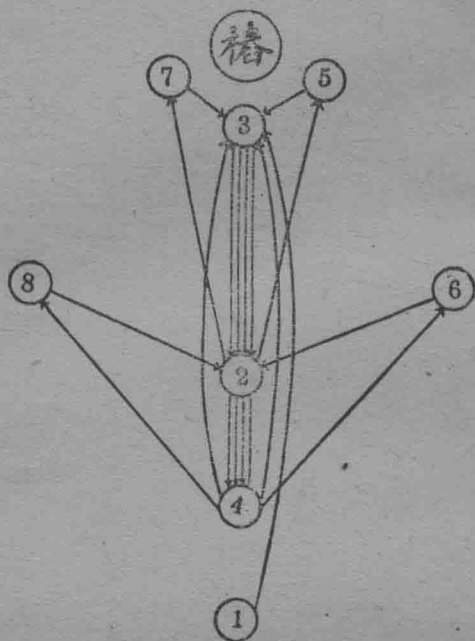
霍。

(九)殺手拗攪 左足自②進立於⑦。同時左手殺下。右足自④

移立於⑧。同時右手拗攏。

(十)雙棒 右足自⑧移立於②。左足自⑦移立於③。同時雙棒。

第 一 步 攔 位 圖



(十一)收提躲霍 右足自②退立於④。左足自③收提立於②。躲霍。

〔十二順拳〕左足於②蹈平。同時左手掣。右足自④進立於③。

右手順拳。

〔颺手面張〕兩足立於原位。左手颺。右手再面張。與〔一〕相接

合。〕

第二節 雙攔

〔預備〕右足立於①。左足立於②。

〔一〕颺手面張 左足仍立於②。右足自①進立於③。同時左手颺。右手順面張。

〔二〕颺手面張〔本勢有順拗之別前者順面張此是拗面張〕左足仍立於②。右足自③移立於④。同時右手颺。左手拗面張。

〔三〕弔手順扞〔參觀同上第三十三圖不過有順拗之分耳〕左

足仍立於②。左手起弔。右足自④移立於③。同時右手順扞。

(四)收提躲霍 左足自②退立於⑤。右足自③收提立於②。躲霍。

(五)順拳 左足於②蹈平。同時右手起搥。左足自⑤進立於③。同時左手順拳。

(六)颺手面張 兩足立於原位。右手颺。左手順面張。

(七)颺手面張 右足仍立於②。左足自③移立於⑥。同時左手颺。右手拗面張。

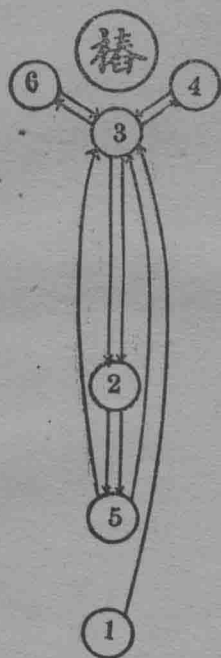
(八)弔手順扞 左足仍立於②。右手起弔。左足自⑥移立於③。同時左手順扞。

(九)收提躲霍 右足自②退立於⑤。左足自③收提立於②。躲

霍。

(十)順拳 左足於②蹈平。同時左手起秘。右足自⑤進立於③。
同時右手順拳。

第二 雙欄步位圖



〔颺手面張 兩足立於原位。左手颺。右手再面張。與(一)相接合。〕

第三節 開拗并演

〔預備〕右足立於①。左足立於②。

(一) 颺手面張 左足仍立於②。右足自①進立於③。同時左手颺。右手面張。

(二) 收提躲霍 左足自②退立於④。右足自③收提立於②。躲霍。

(三) 順拳 右足於②踏平。同時右手起秘。左足自④進立於③。同時左手順拳。

(四) 颺手面張 左足自③移立於⑤。右足自②移立於⑥。同時左手颺。右手面張。

(五) 揚秘拗拳(參觀同上第二十九圖) 兩足立於原位。右手揚秘左手拗拳。

(六) 颺手面張 右足自⑥移立於②。左足自⑤移立於③。同時

右手颺。左手面張。

(七)收提躲霍 右足自②退立於④。左足自③收提立於②。躲霍。

(八)順拳 左足於②蹈平。同時左手起秘。右足自④進立於③。

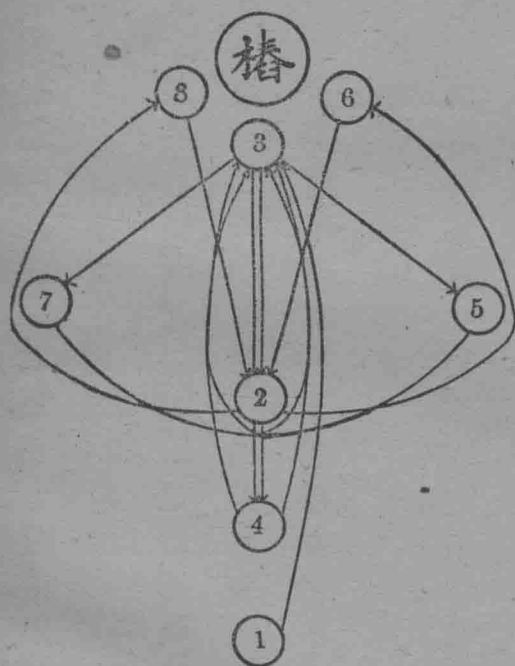
第 開

并 拗

三

演 步 位

圖 圖



同時右手順拳。

(九)颺手面張 右足自③移立於⑦。左足自②移立於⑧。同時右手颺。左手面張。

(十)搗秘拗拳 兩足立於原位。左手搗秘。右手拗拳。

[颺手面張 左足自⑧移立於②。右足自⑦移立於③。同時左手颺。右手面張。與(一)相接合。]

第四節 切擊

[預備]右足立於①。左足立於②。

(一)殺手(參觀同上第二十八圖之殺手) 兩足立於原位。身向左轉。同時左手殺下。

(二)上挑後杓 右足自①移於③。同時右手上挑後杓。

(三)收提躲霍 左足自②移立於④。收提躲霍。

(四)順擊(參觀同上第四十二圖) 左足自④進立於⑤。右足自

②進立於④。同時左手順擊。

(五)殺手拗攪 兩足立於原位。左手殺下。右手拗攪。

(六)弔手橫拴(參觀同上第二十三圖) 左足自④移立於⑥。同時右手吊出。左足自⑤移立於⑦。同時左手順橫拴。

(七)收提躲霍 右足自⑥移立於⑧。左足自⑦收提立於②。躲

霍。

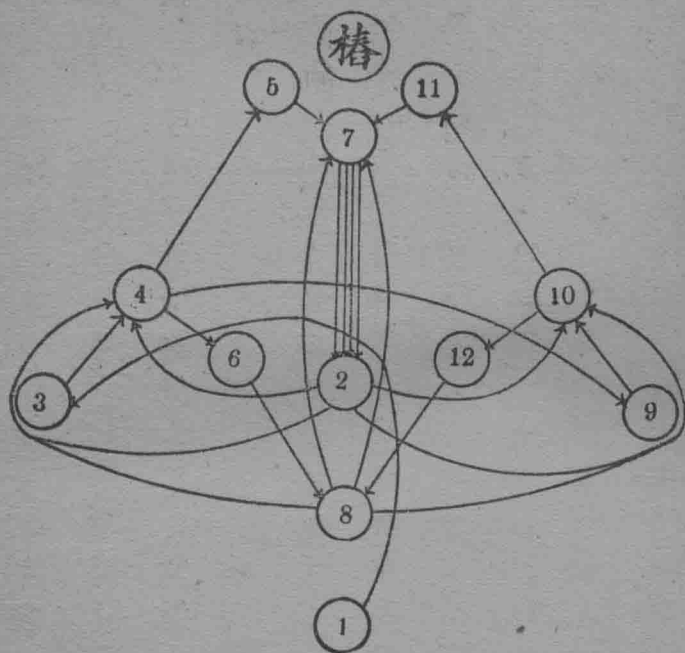
(八)順拳 左足於②蹈平。同時左手起秘。右足自⑧進立於⑦。

同時右手順拳。

(九)殺手 左足足自②移立於④。同時左手殺出。右足自⑦退。

立於②同時右手殺下。

第 四 步 擊 位 圖 圖



(十)上挑後杓 左足自④移立於⑨。同時左手上挑後杓。

(十一)收提躲霍 右手自②移立於⑩。收提躲霍。

(十二)順擊 右手自⑩進立於⑪。左足自⑨進立於⑩。同時右手順擊。

(十三)殺手拗攏 兩足立於原位。右手殺下。左手拗攏。

(十四)弔手橫拴 左足自⑩移立⑫。同時左手吊出。右足自⑪移立於⑦。同時右手順橫拴。

(十五)收提躲霍 左足自⑫移立於⑧。右足自⑦收提立於②。躲霍。

(十六)順拳 右足於②踏平。同時右手起秘。左足自⑧進立於⑦。同時左手順拳。

〔殺手 右足自②移立於⑩。同時右手殺出。左足自⑦退立於②。同時左手殺下。與(一)相接合。〕

第五節 截肘

〔預備〕右足立於①。左足立於②。

(一)順拳 左足仍立於②。右足自①進立於③。同時左手秘。右手順拳。

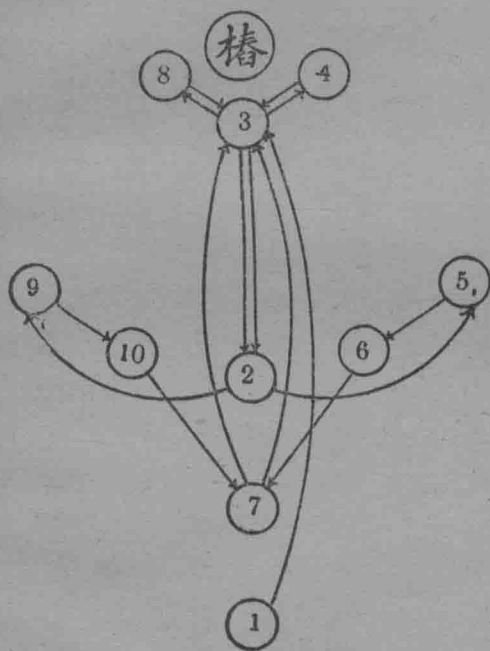
(二)拗角肘(參觀同上第三十九圖不過有順拗之分耳) 右足自③移立於④。同時右手鈎下。左足自②移立於⑤。同時左手拗角肘。

(三)順橫拴 左足自⑤移立於⑥。同時左手吊出。右足自④移立於③。同時右手順橫拴。

(四)收提躲霍 左足自⑥斜退於⑦。右足自③收提立於②。躲霍。

(五)順拳 右足於②蹈平。同時右手秘。左足自⑦進立於③。同

第五步位圖



時左手順拳。

(六)拗角肘 左足自③移立於⑧。同時左手鉤下。右足自②移立於⑨。同時右手拗角肘。

(七)順橫拴 右足自⑨移立於⑩。同時右手吊出。左足自⑧移立於③。同時左手順橫拴。

(八)收提躲霍 右足自⑩斜退於⑦。左足自③收提立於②。躲霍。

〔順拳 左足於②蹈平。同時左手起秘。右足自⑦進立於③。同時右手順拳。與(一)相接合。〕

第六節 反截

〔預備〕右足立於①。左足立於②。

(一)順拳 左足仍立於②。右足自①進立於③。同時左手樁。右手順拳。

(二)順橫拴 右足自③移立於④。同時右手吊出。左足自②斜進於⑤。同時左手順橫拴。

(三)順橫拴 左足自⑤移立於⑥。同時左手吊出。右足自④斜進於⑤。同時右手順橫拴。

(四)鈎手順抓(參觀同上第二十七圖) 左足自⑥移立於②。同時左手鈎下。右足自⑤移立於③。同時右手順抓。

(五)收提躲霍 左足自②退立於⑦。右足自③收提立於②。躲霍。

(六)順拳 右足於②蹈平。同時右手起樁。左足自⑦進立於③。