

配盘

岳氏

八翻王

国术丛书 第十四辑



山西出版集团
山西科学技术出版社

配盘

国术丛书 第十四辑



岳氏 八 翻

山西出版集团
山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

岳氏八翻手 / 刘笃义著. —太原: 山西科学技术出版社, 2011.1

(国术丛书. 第14辑)

ISBN 978-7-5377-3726-5

I. ①岳... II. ①刘... III. ①拳术—基本知识—中国 IV. ①G852.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 170546 号

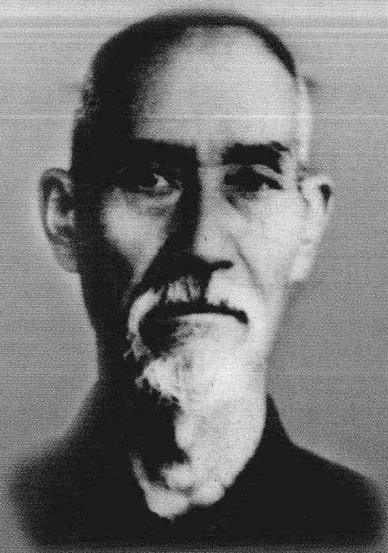
岳氏八翻手(配盘)

- 著 者 刘笃义
出 版 者 山西出版集团
山西科学技术出版社
地 址 太原建设南路 21 号
邮 编 030012
经 销 各地新华书店
印 刷 太原兴庆印刷有限公司
版 次 2011 年 1 月第 1 版
印 次 2011 年 1 月太原第 1 次印刷
开 本 880×1230 毫米 1/32
印 张 6.625
字 数 130 千字
书 号 ISBN 978-7-5377-3726-5
定 价 25.00 元
-

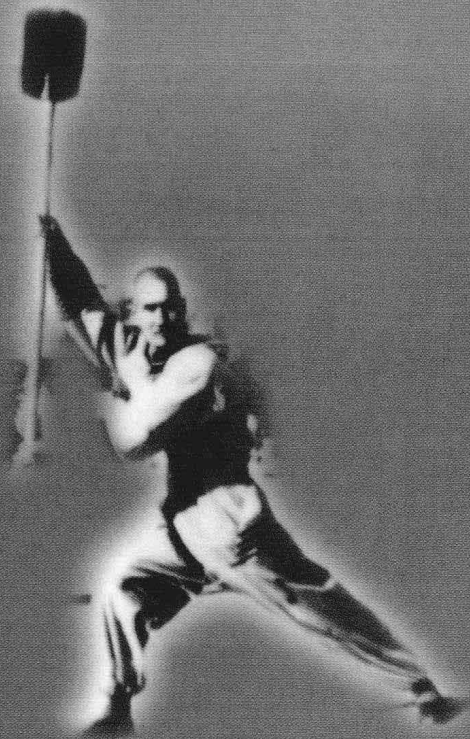
如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。



八翻手拳法编创者
八翻手拳始祖——刘德宽



八翻手拳传承人、武术名家
八翻手拳大师——郝学儒



郝学儒大师练功照



八翻手拳传承人、武术名家
八翻手拳大师——薄应逵



八翻手拳传承人、武术名家
八翻手拳大师——李云龙



李云龙大师八翻手功架照



八翻手拳传承人、武术名家
八翻手拳大师——王锦泉



王锦泉大师94岁练功照



刘笃义练功照

刘笃义练功照



人翻形神在奧妙
傳承武藝壯人生

唐寅自書陽王民



承啓傳統武術文化

弘揚中華民族精神

當代中華武林百杰

張希貴



楚岳氏八初午二書面也

著書立說千古事

言之傳身家承世師



苗柑林敬題



三言年仲秋於晉再

賀岳氏八翻手完善出版
傳統武術文化再現精華

山西大學武術中心主任杜振遠



刻寫儀武友拳書出版 恭喜祝賀

真善美 相統一 的武術

使人更強 更健 更巧 更准 更美

車式形意拳門人 車向前



二零一零年十月

先师序

——王锦泉《岳氏八翻手拳法》序言

岳氏八翻手，这一技击性强、健身效益显著的拳法，至今能在山西流传，尤其太原附近，习练者十分普遍，此乃先师新午王华杰老先生之功也。老先生山西汾阳县人，幼年多病，父母忧之，晨夕教以运动，始八岁即授以长拳，习跳跃，久之体渐强，逮志学之年，游金台，从京兆许禹生，东北纪子修、吴鉴泉诸老前辈受太极十三式，又从河北衡水刘恩绶殿升老前辈学岳氏八翻手。其法由岳氏散手而来，为清光绪间大枪刘敬远德宽公所编创，传为少林嫡系。恩绶老前辈为敬远公之高足，功行精邃，名盛一时。八翻手为岳家散手之精华，复经诸老前辈数十年之研求，参以太极拳刚柔相济之精义，健身致用，绰有余裕。

先师在太原政界供职，业余之暇致力于武术事业，辛勤竞业，不遗余力。约在1930年，老先生先后于文瀛湖畔、首义街青年会院内成立了国术操练场和国术促进会，各县区镇也纷纷成立了国术馆，习武练功者风起云涌，盛极一时。国术促进会邀集了三晋各拳派

名师，教拳传技，曾多次组织过杨氏太极拳、岳氏八翻手、其他拳种及双手代等多期短训班，以推广普及武术运动。参加人数每次都多至数十百人，因之八翻手在山西太原地区一直有传授和坚持锻炼者。当此武术挖掘整理空前发展之际，将这一动作简练、手法巧妙、变化多端的拳种编整成册，以期发扬光大。在编写之中，由于时间短促，理论水平有限，实践知识又很浅薄，滥冗贻误，实所难免，但为了这一拳种不致湮没失传，愿作抛砖，深望广大读者与武术界前辈指正，至所欣幸。

山西太原 王锦泉

一九八四年初冬

自序

岳氏八翻手，是一源流明晰，理法系统，风格独特的优秀拳种。自前贤新午王华杰老前辈编述出版岳氏八翻手上八翻拳谱一书后，社会上始有岳氏八翻手这一优秀拳种流传。1986年，当武术空前发展之际，王新午先生之弟子王锦泉老师，继而编辑出版了《岳氏八翻手拳法》一书。书中将八翻手之上八翻、中八翻、下八翻公示于众，又使八翻手这一优秀拳种，达到了空前普及与发展，特别是在山西太原地区，习练研究八翻手的人越来越多。王新午先生在其八翻手一书结束语中写到：“凡我同志发明而光大之，此余昕夕祷祝者矣。”王锦泉老师编著的《岳氏八翻手拳法》一书，为推动群众性武术健身运动，繁荣我国的传统武术事业，作出了积极贡献。然而岳氏八翻手拳法，原有八翻，每翻各有八路，故名八翻手。王新午先生，只编述出版了一翻，即社会上流传的八翻手，俗称上八翻，其余的只在其门人中流传。至王锦泉先师编辑出版了八翻手拳法——一八翻、二八翻、三八翻，俗称上八翻、中八翻、下八翻一书后，社会上才有了三

趟八翻二十四路拳法流传。还有五趟八翻四十路拳法尚未面世。前辈因珍惜之，故只在门内习练。王锦泉先师在其《岳氏八翻手拳法》一书跋文中写到，“将陆续整理岳氏散手三百六十手、太极拳散手，编写成册付梓，以广流传，以完先师生前未酬之志。”但先师王锦泉生前未能亲自出版，深为憾事！

我曾从师郝学儒、薄应遴、李云龙、王锦泉四位先师学艺，四位先师都是王新午老前贤之高足。我从四位先师所学重点，是太极拳法、岳氏八翻手拳法。数十年如一日，承蒙先师耳提面命，巧譬善导，得益匪浅。诸先师教诲之恩无以为报，只有竭尽精力，将诸先师未酬之志，整理成册，梓行以广流传，以期发扬光大，效益于广大群众健身致用。但由于我理论水平低，实践知识差，书中错误之处实所难免，深望广大读者与武术界前辈同仁指正，至所欣幸！

刘笃义

例 言

一、本书为了将岳氏八翻手这一技击性强、健身效益显著，而又动作简练，且适应男女老少各种年龄的人健身之用的拳法，整理成册，为学校、机关、社会团体及部队集体健身演练之武术教材参考使用，并为武林同道研究拳法精义而抛砖引玉，总期发扬光大，继承下去。

二、本书一翻手八路所述拳义与应用方法，谨遵前贤新午王华杰老前辈遗著《岳氏八翻手》拳法原姿势，未敢增删，以存其真，只由原绘图改作影示。

二翻手八路与三翻手八路之拳义应用要领、动作说明等，均谨遵先师王锦泉遗著《岳氏八翻手拳法》原录，未敢增删，以存其真，原姿势由绘图改作影示。

三、本书其余五趟八翻手四十路之拳义与应用要点，是由郝、薄、李、王四位先师所传综合整理，就各路姿势图示解说，为学武之初步，神明变化，存乎其人。

四、本书先后编写时，有同门史聚德、薛文江、梁保才、王连恒、许合林、程建华、刘瑞青、刘素贞、