

伏羲

八卦

拳

太极○无极

乾○天
坤○地
巽○风
坎○水
离○火
兑○泽
震○雷
艮○山

震○青
坤○白
艮○黑
坎○黑
离○红
兑○白
震○青
坤○白

艮○鬼
离○路
兑○鬼
坎○路
震○鬼
坤○路
艮○鬼
离○路



套捶一百三十六

潘玉太 戚景涌
程虹 编著

胡景德 绘图

河南科学技术出版社

伏羲八卦拳

——套准一百三十六

戚景涌 潘玉太 程虹 编著
胡景德 绘图

河南科学技术出版社

伏 蠱 八 卦 拳

一套捶一百三十六

戚景涌 潘正太 程 虹 编著

胡景德 绘图

责任编辑 韩家显

河南科学技术出版社出版

河南省淮阳县印刷厂印刷

河南省新华书店发行

787×1092毫米 32开本 4 印张 70 千字

1986年2月第1版 1986年2月第1次印刷

印数 1—15,340册

ISBN 7-5349-0108-1/G·109

定价: 1.10元

内 容 提 要

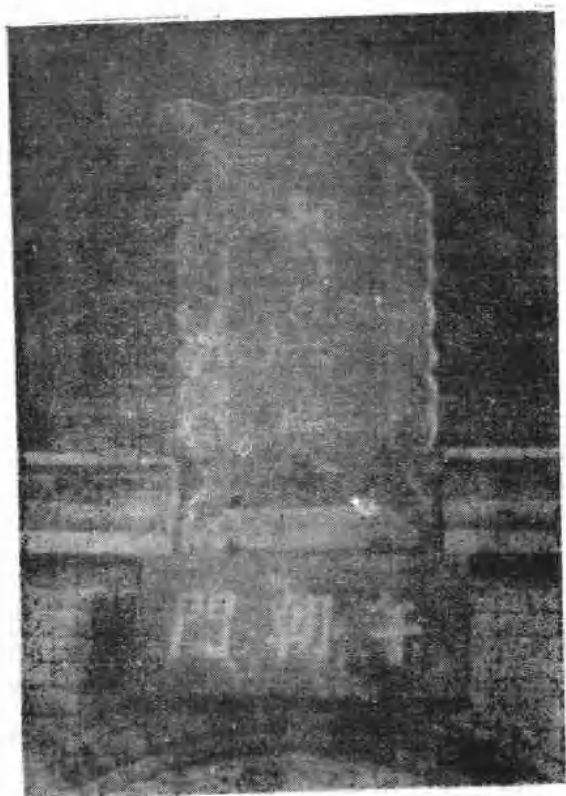
伏羲八卦拳系陈州（今河南省淮阳县）刘怀创编，并世代相传，是我国的稀有拳种之一。该拳阴阳迅变，动静结合，刚柔相济，古朴充实，似拙而巧，变化莫测。本书挖掘、整理了套捶136，包括伏羲八卦拳的概说、基本原理、风格特点、基本动作、套捶136的动作名称及其图解等，是广大武术爱好者练拳强身的益友。



大禹像



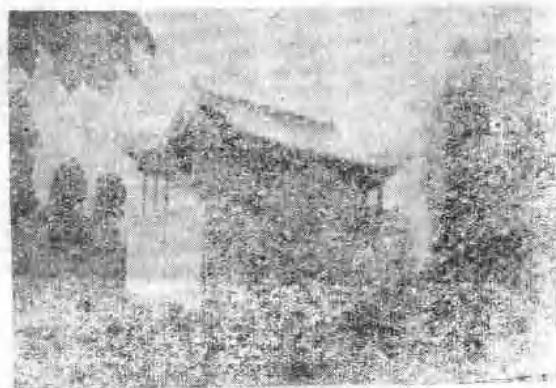
伏羲墓前的碑文



伏羲庙午朝门上的匾额



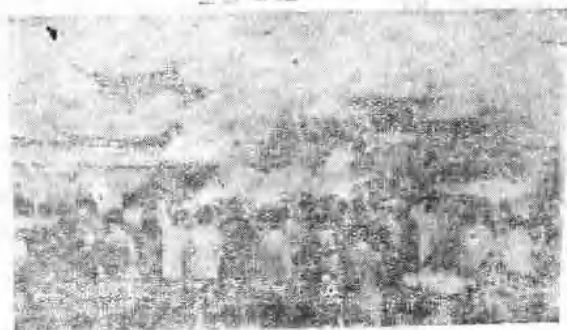
伏羲画卦台上的八角琉璃亭



伏羲庙先天门



伏羲廟



伏羲廟的太極門和鐘樓



刘怀举师画像

关于刘怀画像的说明

此像为清道光二十一年(公元1841年)刘怀拳师83岁时，其孙刘长法所画。

刘怀去世后，这幅画像成了他的后人及本门弟子供俸的偶像。逢年过节其家人对像焚香礼拜，武学、武馆开学时都要将画像“请”去，高挂中堂，象征着老师亲自在场，并烧香叩头，燃放鞭炮，以表示对老师的尊崇，名曰“拜师”，场面甚是隆重、热闹。此风一直世代相传。据本门派中人说，这种“请”像“拜师”包含两个意思：一是缅怀老师，不忘其创伏羲八卦拳的恩德；二是心甘情愿地拜在祖师门下，谨遵门规，刻苦习武，潜心修德。传说如果开场教武，拜了刘怀的像，就会万事如意，反之则有不测之灾。当然，这是封建迷信之说。

这样，年复一年地请来请去，这幅画像历经140余年，逐渐模糊，多有损坏。1978年，一位虔诚的伏羲八卦拳门的弟子，目睹祖师的画像落到如此地步，心中大为不安。自己虽不擅画技，但出于对祖师的敬重，毅然拿起画笔，以描红的方式，重新制作了一张，其效果可想而知。

随着群众性武术运动的发展，该拳派的众弟子认为，旧

像残破不清，新像失真，应另请高手，绘制一张高质量的祖师像。于是有人出资，委托刘怀的玄孙刘世旺去办理。1984年请了一名老画匠，又重新复制了一张。

但由于老画匠缺乏八卦方面的知识，把拳师手中的先天八卦图，画成了后天八卦图。直到作者为撰写本书搜集资料，通过细心观察，才发现这些错误，并作了更正。此像现保存在河南省郸城县刘老家村刘世旺家中。

前 言

河南省淮阳县，古称宛丘，又名陈州。这是一座历史悠久、文化发达的古城。战国时期曾作为陈国国都，为当时豫东南地区政治、经济、文化的中心。因此，武术运动在淮阳具有广泛的群众基础和悠久的历史。武术遗产极其丰富，民间习武之风至今犹存，长盛不衰。

1983年全国性的武术挖掘整理工作开始后，在淮阳县境内挖掘到不少风格独特并且很有价值的拳种。伏羲八卦拳就是其中的一颗闪光的明珠。

该拳种创于清道光年间，为淮阳人刘怀所创，流传了140余年，在淮阳一带颇有影响。由于过去在武术界存在着严重的保守思想，以及种种历史原因和地域关系，致使其流传面不广，缺乏系统整理。

淮阳县齐老乡潘庄村潘好学老先生完整地掌握了此拳，造诣颇深，是河南省著名的拳师，在本县更是声名显赫。他不仅自己谙熟这门拳技，而且子孙都身手不凡，实际上伏羲八卦拳成了潘家的家传武艺。

为了尽快将伏羲八卦拳介绍给广大武术爱好者，使本书及早问世，淮阳县委协助潘家后代做了大量的工作。在编

写本书的过程中,我们还得到了省、地体委的关怀,特别是省武术处顾有义老师对本书给予了具体指导。本书所用照片,系由郭庆诚同志提供。在此表示衷心的感谢。由于编者的水平有限,书中难免有谬误之处,恳请专家及广大读者指正,不胜感谢。

编 者

1987年9月

目 录

一、伏羲八卦拳概说.....	(1)
(一) 有关太昊伏羲的记载与传说.....	(1)
(二) 伏羲八卦.....	(2)
(三) 伏羲八卦与伏羲八卦拳的关系.....	(6)
(四) 伏羲八卦拳的源流.....	(9)
二、伏羲八卦拳的基本理论.....	(11)
三、伏羲八卦拳的风格特点.....	(13)
(一) 讲实战, 重技击.....	(13)
(二) 动作简洁朴实, 小巧紧凑.....	(14)
(三) 多拳法, 少掌法, 少腿法.....	(14)
(四) 内外兼修, 形神合一.....	(15)
四、伏羲八卦拳的基本动作.....	(16)
(一) 手型.....	(16)
(二) 步型.....	(16)
(三) 伏羲八卦拳的基本功法.....	(17)
五、套捶136的动作名称.....	(20)
(一) 72捶名称.....	(20)
(二) 上64捶名称.....	(21)
六、套捶136的动作图解.....	(25)

- (一) 72種..... (25)
- (二) 上64種..... (74)

一、伏羲八卦拳概说

（一）有关太昊伏羲的记载与传说

据史书记载：“太昊之母居于华胥（今陕西兰田县）之渚。生帝于成纪（今甘肃秦安县北）。风姓。作都于陈（今河南省淮阳县）。教民佃渔；畜牧；画八卦造书契；作甲历定四时；制嫁娶；造琴瑟。以龙纪官，有圣德，象日月之明，故曰太昊。帝崩，葬于陈……”（《纲鉴易知录》4—6页。中华书局1981年1月出版）。

意思是说太昊伏羲氏的母亲居住在陕西省兰田县一条河的小岛上。伏羲帝（古时候有五帝之说，即伏羲、炎帝、黄帝、少皞、颡顼《礼记·月令》），出生在甘肃省成纪县。他姓风。建都于河南省陈州，他教给民众耕种打鱼、牧畜，还创制了八卦、文字、历书，制定了男女嫁娶的制度，制造了琴瑟等乐器。他把部下的官员都以“龙”字命名（当时认为龙是文明的象征）。他的功德象日月一样光明，所以大家都尊他为“太昊”。他死了以后就安葬在陈州。

《晋·拾遗记》在谈到伏羲氏功绩时还说他“去巢穴之居，变茹腥之食；立礼教以导文，造干戈以饰武；丝桑为