

武功秘笈丛书

秘本

邓钟山/著

范克平/整理



浑元阴阳五行手

图说

山西科学技术出版社



武功秘笈丛书

秘本

邓钟山/著 范克平/整理

山西科学技术出版社

浑元阴阳五行手

图说



矫龙文库

武功秘笈丛书

图书在版编目(CIP)数据

秘本浑元阴阳五行手图说/邓钟山著. —太原:山西科学技术出版社,2005.2

(武功秘笈丛书.第1辑)

ISBN 7-5377-2425-3

I. 秘… II. 邓… III. 武术攻防—手法(武术)—图解
IV. G852.4-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 110743 号

著者	邓钟山
整理者	范克平
出版者	山西科学技术出版社 太原建设南路十五号
发行者	山西省新华书店
承印者	太原兴晋科技印刷厂
开本	787×1092
印张	9.5
版次	二〇〇五年一月第一版 二〇〇五年一月太原第一次印刷
字数	45千字
印数	1—3000册
书号	ISBN 7-5377-2425-3/Z·495
定价	18.00元

如发现印、装质量问题,影响
阅读,请与印刷厂联系调换。

序

今接克平掌门弟子来信，告知其现人在北京有关单位教一些军队领导干部学练本门的太极十三势拳趟，并获悉拟将我数年前陆续赠他研读的《秘本虎啸金钟罩图说》、《秘本浑元阴阳五行手图说》、《秘本文武八段内功图说》等手抄件联系有关出版机构作正式出版，则表示赞同，并愿为克平掌门弟子日后编著相应武艺图书写上数言以示支持。

早在民国十六年我应邀担任国立南京中央国术馆顾问兼董事会常务董事期间，曾受该馆编审处唐范生首任处长、吴志青第二任处长等同志之托，先后断断续续地抄录过家父李德贵大将军传给的相关武功秘笈孤本。谁料手稿完成后，却因央馆经费严重缺乏而导致无法正式出版。再往后，由于政局变化等因素，我所抄写的《秘本虎啸金钟罩图

说》等手稿，也就没能得到出版。建国后，我隐退山区不问世事，更谈不上与圈内行家相聚交流了。直到公元一九七三年春，安徽省主要领导人钱钧将军介绍一名十七岁的少年范克平前来向我学练武当太和门武艺，方才重操旧业，振起雄风；其间，我已八十五岁高龄。

倘若有朝一日，我所整理并二次抄录的这些手稿能够在新中国得以正式出版发行，那么中国古代自唐、宋、元、明、清五朝密封铁匣或藏于行家锦囊内的绝世武功就会重见天日了。

仅以上述语言，为克平掌门弟子所编著之相关武功秘笈图书作序。

李松如

一九八三年十月于南京东郊

序

功法秘笈，即中国古代武术高手根据自己长期演武练功与临阵应敌所总结的经验，以口传身授，或以手抄本传世。据考证，目前留存于世的古代及民国时期的功法抄本极为少见，且多属孤本，其存世量也极小。因此，笔者在欣闻山西科学技术出版社意欲出版『武功秘笈』系列丛书的消息之后，毅然决定将自己在三十一年前拜师李松如先生学练武艺期间所得的手抄孤本《秘本虎啸金钟罩图说》、《秘本浑元阴阳五行手图说》、《秘本文武八段内功图说》提供出来，以供影印出版之用。这些分别源出宋、明、清三个朝代且流传有序的手抄本为民国早期国立南京中央国术馆编审处于公元一九二八年至一九三〇年初所征集，并留存待选为备用教材。抄件人为当时南京中央国术馆顾问兼董事，民国时期的武术家李松如（一八八八—一九八八）先生。

鉴于手抄孤本基本已翻译成为白话文，故而笔者在对其抄本进行注释时，仅对内容中未曾详解与注册的图、文作了补充，其余则仍然保持原状。相信凡具备高中以上文化水平的武术爱好者均可读懂并理解相关内容。

传统武术是祖国优秀的文化遗产之一。研究并继承它则要借鉴与参考一些历史文献资料。只有这样，才能使祖国传统的武术遗产不至于失传。相信这一丛书的出版，对当今传统武术的研究者和爱好者来说，能起到借鉴、参考和研习的作用。愿有志于传统武术研究、继承的同仁，都能为此做出努力。

范克平



矫龙文库

古拳谱丛书 (第一辑)



- | | |
|-------------|---------|
| 太极拳讲义 / 姜容樵 | 22.00 元 |
| 形意拳谱 / 宝鼎 | 6.80 元 |
| 龙形八卦掌 / 黄柏年 | 6.80 元 |
| 金台拳谱 / 金台 | 9.00 元 |
| 形意杂式捶 / 姜容樵 | 12.00 元 |
| 少林破壁 / 阎德华 | 10.00 元 |
| 国术名人录 / 金恩忠 | 13.00 元 |

古拳谱丛书 (第二辑)



- | | |
|---------------|---------|
| 形意拳术 / 李剑秋 | 8.00 元 |
| 阴阳八盘掌 / 任致诚 | 11.00 元 |
| 象形拳法真诠 / 薛颠 | 15.00 元 |
| 灵空禅师点穴秘诀 / 薛颠 | 10.00 元 |
| 国术太极拳 / 吴图南 | 12.00 元 |

古拳谱丛书 (第三辑)



陈氏太极拳图说 / 陈鑫	38.00 元
形意母拳 / 姜容樵	20.00 元
形意拳术抉微 / 刘殿琛	13.00 元
岳氏八翻手 / 王新午	8.00 元
国技论略 / 徐哲东	9.00 元
中国技击精华 / 金一明	9.00 元
练功秘诀 / 金一明	13.00 元

古拳谱丛书 (第四辑)

太极剑 / 吴图南	12.00 元
太极刀 / 吴图南	8.00 元
形意拳图谱 / 凌善清	11.00 元
八卦掌真传 / 孙锡堃	13.00 元
写真太师虎尾鞭 / 姜容樵	9.00 元



(第三辑) 国术丛书

国术丛书 (第一辑)



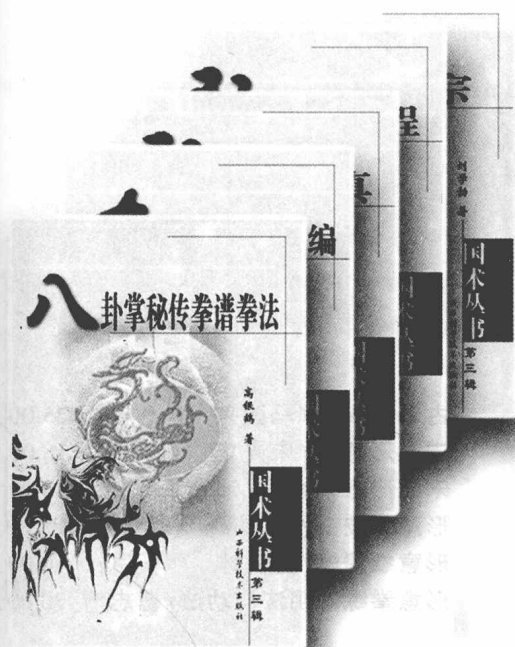
古拳论阐释 / 马国兴	25.00 元
宋氏形意拳 / 宋光华	18.00 元
宋氏形意拳续编 / 宋光华	48.00 元
形意拳技击术 / 尚济	28.00 元
形意拳图解 / 苗树林	10.00 元
形意拳练法用法与功法 / 曹志清	30.00 元

国术丛书 (第二辑)



心意拳真谛 / 马琳璋	28.00 元
心意六合拳 / 李洳波	26.00 元
形意拳体用功法学 / 李玉栓	23.00 元
戴氏心意拳 / 郭瑾刚	35.00 元

国术丛书 (第三辑)



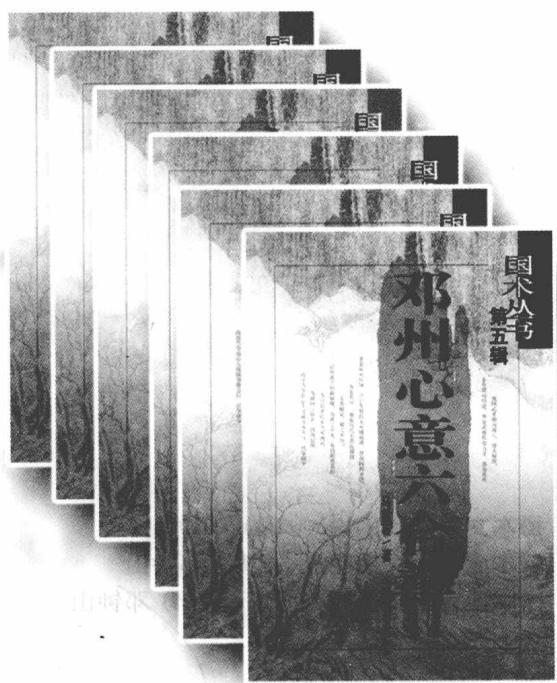
古拳论阐释续编/马国兴	26.00元
形意拳教程/申华章	28.00元
形意拳述真/杨遵利	42.00元
八卦掌秘传拳谱拳法/高银鹤	30.00元
戳脚汇宗/刘学勃	45.00元

国术丛书 (第四辑)



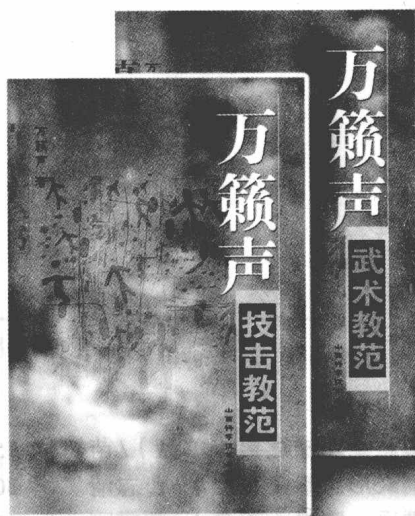
武式太极拳阐秘 / 庞大明
 杨氏八卦掌秘法 / 杨维
 大成拳站桩与求物 / 于永年
 形意拳器械技击功法 (第一编) / 房丹才
 形意拳器械技击功法 (第二编) / 房丹才
 形意拳器械技击功法 (第三编) / 房丹才

(群一第) 武丛真秋 国术丛书 (第五辑)



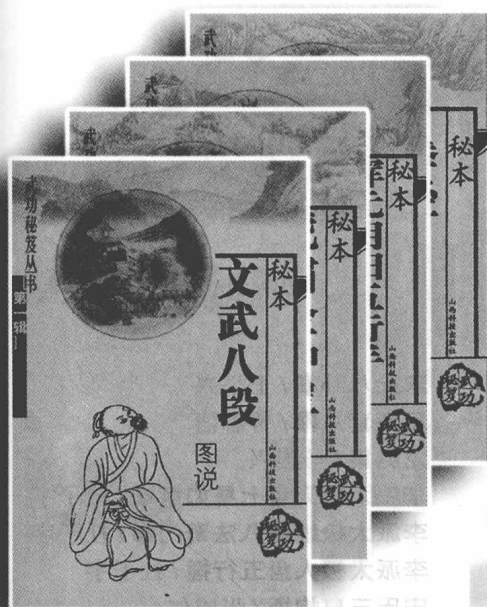
宋氏八卦掌 / 王举兴
 三环套月鞭 / 曹志清
 龙涎集 / 马国兴
 李派太极天盘七星如意拳 / 杜子宇
 李派太极地盘八法奇门拳 / 杜子宇
 李派太极人盘五行捶 / 杜子宇
 宋氏三皇炮捶 / 张成仁
 邓州心意六合拳 / 马雷石

真武丛书 (第二辑)



万籁声武术教范 / 万籁声 25.00 元
 万籁声技击教范 / 万籁声 23.00 元

武功秘笈丛书 (第一辑)



秘本文武八段图说 / (清) 邓钟山
秘本虎啸金钟罩图说 / (清) 邓钟山
秘本浑元阴阳五行手图说 / (清) 邓钟山

配套光盘



形意拳功法述要 (单盘) / 苗树林 15.00 元
商式形意拳 (双盘) / 曹志清 30.00 元
戴氏心意拳 (双盘) / 郭瑾刚 30.00 元

武功秘笈丛书

秘本

邓钟山/著

范克平/整理

浑元阴阳五行手

图说



山西科学技术出版社

渾元金手大法 五連環絕技

五連環絕技之要術 此乃聚全身之勁於手部攝天地陰陽之氣至已發的一套操作方式 其分爲五個小步驟進行演練 其一爲操作者早晨面東方 晚間面西方且擺出內八字步站立 兩手形成八字掌於胸前 掌心相對掌指向上掌緣向前 全身用力不可過大 爲十分中之四五也 并要求使用均勻 接着兩手掌以其掌緣发力而準備向正前方發動 見圖一 然後行三換息 術語以鼻吸氣且做到緩慢 細膩均勻 深長并用鼻出氣 要求同前如此吸一嘆術語乃謂之一換息 連續三次則

為三換息 再行閉息 術語即演練者使出三分至四分動力且不行換息之術 最後將兩掌向前方作震動狀地使出七分動力以上來操作直至兩掌震推伸出以兩肘關節微伸直為度 至此放鬆動力即仅用一分動力以下的力度來操作收回的姿式即做出屈肘回抽原樣 乃與圖一相同之狀 見圖二如此兩掌一緊 向前并推震動一松 收回放鬆還原地做一遍其術語乃稱作一振動 須連續五振動中途不得換息 則為五形振動大法宣告操作完畢 切記待行五振動後 必須再作後三換息的演練

待五形振動大法完成之後，便可起身進行漫步的
休息。約過一分鐘後，開始排手。首先做母架中的中
位排手，即擺架成左弓字步。斜角做出前弓後箭
略屈膝的姿式。左手成空心拳，右手分指掌，并以其
掌緣為重點對準金手卧械，用加厚帆布內裝細
砂封合而成。接着行三換息。然後閉息。見圖三。
再將右掌上提至右胸肋之間。見圖四。最終令右掌
以其掌緣為重點自上而下地作斜線切去。金手取
械且須反復多次直至閉息。即將失敗。人將應不
住氣。之時則還原成圖三的姿式作後三換息。隨