

第1章

武当剑术源流

第一节 武当剑源流系谱

中国剑术历史悠久，有其深厚的传统，从相击的格斗发展到舞剑的套路，其形式是经过继承、发展、再继承、再发展，逐步形成了具有独立体系的、内容非常丰富的各种不同流派的剑术套路运动。近代剑术除了保持剑术的攻防技术外，已逐渐向健身方向发展，并广泛流传深深扎根于群众之中，成为人们喜爱的体育项目之一。

武当剑术为我国传统剑术，是我国道教圣地武当山镇山剑法之一。据 1922 年宋唯一依古谱所著述《武当剑术》一书中记叙，武当剑乃祖师洞玄真人张三丰受真武之大法，为护道降魔而创此剑法。以后，又立成九派，分为三乘。上乘是偃月神术，即字、柱、极三字之派；中乘是匕首飞术，即符、鉴、七三字之派；下乘是长剑舞术，即釜、筹、丹三字之派。将三乘之精要神、飞、舞三字贯于九派九字之中。数百年来因其术玄秘，又受道教自我封闭“宁可失传，不可妄传”约束，及“道不乱讲，技不乱传”之原则，因此今人所见仅有下乘功法流传。

据《道统源流志》载：“张三丰真人，名君宝，字玄玄、元季，辽东懿州人，好道善剑。”因其形状邈邈故号邈邈张，尝结庐于武当山。赵宋时，徽宗诏之，因北方多匪，道路阻梗而不能进，祖师以剑飞击之，群盗尽被歼灭，故此武当剑术闻名天下。嗣后，至元顺帝时，祖师在武当山收弟子八名，至嘉靖年间游浙江鄞县四明山，续传张松溪一人，前后共九人，成为三乘九派焉。张松溪列为下乘第九“丹”字派之一也。近代所传武当丹派剑术即是“武当下乘丹字派第九派”的简称。

根据目前所发现有关武当内家剑术之源流较完整的是宋唯一大师在 1922 年撰写的《武当剑术》。从其撰写的“武当丹派剑术系谱序”所载，祖师传剑于张松溪为丹派内家剑术第一代。

张松溪，河南登封县人，明嘉靖年间最著名的技击家。偶游于四明山，见一道人行水上，趋过分水岭，异之。近前为礼，约坐于石，见其人飘然若仙，谈诸理，有叩则鸣；研究武术，闻求与交手，慷慨不吝。于是各跼地步，方一举手，道士不见，似觉有物附脑后，左右闪摆不能脱却。许时，觉是道士，随想用手挥去，无奈屡捣不著，使用玉环飞脚踢去，反被道士托住脚跟，将其掀翻伏地。道士上前谢曰：“承让承让，君其勿怪。”张君知道，此非凡人，因拜为师。叩问道号，道士曰：“吾非他，乃世传之三丰也。”遂留张君于四明山，在彼学剑。后 25 年入嵩山，传九转还原之功。道号称丹崖子。其后开传，名为武当下乘丹字第九派，四明内家之剑术也。

第二代 赵太斌，泰安县人，武技绝世。明万历九年，立擂于泰安，三个月未逢敌手。张松溪闻之去登台交手。赵太斌被点一指，即痛彻于心。张遂去，赵忍痛尾随遇于郊外，叩拜为师。张以手点尾闾穴，心痛始愈。并言：“此是武当三丰祖师之传，鄙人何敢为师，君欲学之，后以师兄呼之可也。”便将剑术授之，时赵君年 30 岁，入泰山练剑数载，及三传九转还原功毕，号曰丹云山樵。

第三代 王九成，湖北均县人，有名的武术家。清顺治元年贩货南洋，匹马出都。一日行至半途遇二匪拦劫，王持兵器与其交手，不敌及将败去，突于林中飞出一人，仗剑一击，则二匪鼠窜而逃。王施恭敬大礼叩请大名。其人自言姓赵，丹云山樵即余别号。王求拜以为师，赵曰：“余不敢当，如必相从，君以师兄呼之可也。”乃授以剑术，时王年 28 岁，遂入武当练剑数载，乃三传九转还原之功毕，号为武当丹绪焉。

第四代 颜昔圣，湖南衡山县人，素有才名。康熙二十年因赴试北斗，错过宿头，天色将晚，见路傍塔影当空，钟声在耳，知有古刹，乃入寺觅僧求宿。僧首喏之，手指南舍，颜会意。启扉见已有人先居于此，颜告以意，约以同榻。是夜，月明清光似水，促膝殿廊，各展姓字。士人自言王姓，字九成湖北人氏。攀谈既罢归舍就寝。约近更许，窗外隐隐弄影。近窗来视，乃一怪物也。颜惧，刚要呼，倏觉一道寒光，穿射窗外。颜起出户捡取一物，乃是一支三寸许长白光晶莹之剑。颜大奇向王告之。王曰：“既然相遇，何敢深隐，此我之剑，我即剑士也。”颜君请拜为师，王允之。授以剑术，命呼为师兄，而不居师长之名。时颜君 21 岁，入衡山练剑数载，及三传九转还原功毕，号称定丹叟。

第五代 吕十娘，浙江鄞县人。虽是女流，素性好武。其父吕晓村与颜昔圣乃至友，一日在雪地同游，见颜君踏雪无踪，异之问其故。颜言：“既系莫逆，何敢深隐，我剑士也。”吕归后，命十娘拜而为师。颜乃授以剑术，惟不令以师

呼之。时十娘年 15 岁，即康熙二十九年。父携入四明山练剑数载，及三传九转还原功毕，号丹霞客。

第六代 李大年，陕西华阴县人，早孤。清乾隆二年，吕君丹霞客访女至华阴，路遇大年。乡人多为其诉苦，吕闻之深感同情，将李携带入四明山，传练剑术数载。时大年年 9 岁，及三传九转还原功毕，号曰金丹赤子。

第七代 陈荫昌，安徽人，少任侠，喜拳勇。乾隆四十八年，游历九华山，中途遇雨，夜已深，遍叩肆门无应者，徘徊廊下。忽二扉豁开，一叟出，约客，陈从之入内。求见主人，各道姓名，主人自言李姓，字大年，遂叙毕归寝。陈以新居不成寐，夜深月下闻院中有步履声，伏窗下视，见主人舞剑，月下一击之间，有如万道金蛇，不禁喝彩。遂启扉出拜，求主人为师，主人允诺，遂授其剑术，惟不准称师耳。时陈年 26 岁，入九华山练剑数载，及三传九转还原功毕，号曰丹云旅者。

第八代 张野鹤，直隶曲阳县人，喜交游。闻有奇人“安徽陈荫昌者”，备资赴安徽拜访。一日，游湖山之下，则见竹林丛杂，一望无际，内有羊肠曲径，盘走多时，隐隐露出竹篱茅舍，柳暗花明，恍如仙境。借庐憩息，主人欣然留宿。主人退后，张见案头有书，偶一翻阅，见书内有诗一首：“十年磨一剑，霜刃未曾试，吾问世间人，谁有不平事。”后写丹云旅者陈书。次日，以所见诗句问主人，陈乃曰：“剑术神奥，何敢轻言，鄙人粗知大略，不欲对人炫布也。”张于是拜求为师，陈不能却，遂传其剑术，惟不肯居师耳。时张年 25 岁，即道光十二年也。入恒山练剑数载，及三传九转还原功毕，号曰还丹子。

以上所述武当剑系谱八代，是根据近代武当剑宗师宋唯一所著《武当剑术》之记载。在剑谱自序中得知宋唯一从技于张君野鹤。同时，宋君对发展武当剑起着承上启下的贡献，当为武当剑第九代传人。

第九代 宋唯一，名德厚，号飞丹九儿，约生于 1855 年，辽宁北镇县正安堡人，属镶红旗满族。宋公在剑谱自序中说：“鄙人年方十五，先大母捐棺，先大人结庐墓右，寝苫枕块，拜风哭雨，三年独处，无敢过问。一夕，有野鹤道人至庐相访。先父见其道貌非凡，殷然礼待。适鄙人省父至庐，父命拜之。道人曰：‘此人谁？’父曰：‘不肖子也，性好武，不爱读书，屡戒不悛。’道人曰：‘有文事，当有武备，似武亦不可少者。吾有空中妙舞剑术，原系武当内家九派三乘也，吾习下乘剑法，已传八人，再传汝已成九数也。’鄙人欣然拜受，道人当面指点，一一讲明，莫不条分缕晰了如指掌。因示之曰：‘是术神出鬼没，奥妙绝伦。最后，内勇工夫，实有补天之手段。子若学之，异日当有大用。’迨鄙人至 16 岁，立志练剑，昼夜攻习，寒暑无间。一年之久，能使六尺之剑，形体飘飘，空中作舞。后因有事废学，引为憾事。”此为宋公自述，后因染病为了不使国粹湮没，宋公依据古谱著书立说，于 1922 年写成《武当剑术》，对丹派武

当剑的发展作出承上启下，继往开来的重大贡献。

第十代 李景林(1884—1931)，字芳宸，又字芳岑，河北省枣强县人，武术世家。其祖以技击闻名两河间，幼时得父之传授，颇有侠士之风。交游塞外遇武当嫡派异人皖籍陈士钧，受业“人盘剑术”。后因报国心切从戎而弃“地盘、天盘”各剑术。1922年驻守锦州时，其部下丁齐锐驻军北镇，见宋唯一所著《武当剑术》如获至宝。因此，李君景林登门拜访，恭谨求教，宋君授以武当剑术。1924年宋君再次应李景林聘请至天津传授剑术，受业数载，成为武当丹派第十代传人，从而使武当剑术进一步披露于世。

1930年山东国术馆创建之后，李景林先生大力普及推广根据武当剑单练套路创编的有实用价值的多种对练剑法套路，如“武当对剑”、“活步对剑”和“散剑法”等，对武当剑术的发展和提高作出了巨大的贡献，使古老的武当剑术绽放出了一枝别具特色的新花。

李景林先生所传门人甚众，按当前武当剑传人可为两支，一支是嫡传六路132式丹派武当剑套路，以孟晓峰为传人；另一支是以山东国术馆建立前后所传武当行剑、武当对剑，有郭歧凤、黄元秀、褚桂亭、杨奎山、李玉林等众多传人。两支均为丹派武当剑第十一代传人。

第十一代之一 孟晓峰(1883—1977)，河北省安国县人。幼入行伍从事戎马生涯与李景林先生曾是同僚，交往甚密。后孟君出任山东省主席副官长时，李君赴济南与之联系为筹建山东国术馆事，下榻省政府长官府邸，旧友复聚共谋大事，甚是投缘，遂将武当剑术单练全套六路132式悉数传之。孟君珍而习之，寒暑从未间断，苦心修习，得其精髓，视为珍宝。退离军界回津后，专事对武当剑的演练和研究，造诣精深。为了不致国粹失传，在垂暮之年从事整理《武当剑谱》并授徒传技。

第十一代之一 郭歧凤，原为李景林部下，随李同学艺于宋唯一。郭君在继承传统剑术的基础上，对单练套路多有发挥与创造，创编“珍珠滚盘剑”又称“纯阳剑”。晚年移居香港，1951年病逝。传授徒多人，使武当剑远播于港澳等地。

第十一代之一 黄元秀，从学于李景林门下，擅长于“武当对剑”，在对武当剑的传播及传授方面都发挥了不同程度的作用。1931年曾编著《武当剑法大要》一书，促进了武当剑的继承和发展。

第十一代之一 褚桂亭(1890—1977)，又名德新，河北任丘人。八岁开始习武，初拜程德录、黄柏年、姜玉和等习练形意拳和八卦掌；又从郝恩光学得三合刀；从李景林学武当对剑；从杨澄甫习太极拳、刀、剑、推手、散打等。1928年参加上海比武会，名列前茅。新中国成立后，从事教拳和研究工作，门人万余众。

第十一代之一 李玉林 (1885—1965)，字润如，河北任丘人。自幼好武，初拜郝恩光学习少林、形意、八卦拳械，曾得到孙禄堂等武术家的指导。1924年任天津中华武术会教员，后任上海中华体育会武术教员和尚德国术会会长，1930年担任山东国术馆教务主任，1936年至哈尔滨开办“太极拳研究社”，随后又在长春、沈阳等地开办“太极拳研究社”。李玉林除传授杨式、孙式太极拳外，还兼授形意拳、八卦掌、少林拳、武当对剑等。

第十一代之一 杨奎山，字林甫，河北霸县人。1920年李景林驻军天津小站时，张榜招考武术教习，将独占鳌头的考生杨奎山收为入室弟子，不久又升为副官，侍卫李公左右。后经李景林引荐从孙禄堂、尚云祥学形意拳；从李书文学得八极拳，加上杨奎山幼年时曾入“十六合门”学艺十年，精通劈挂掌等诸般武艺。时至1931年李景林中毒身亡，亲随李公十年，尽得真传，人称“武林骄子”，于1977年逝世。

以上所叙仅是丹派武当剑第十一代部分传人，尚有众多传人未录。由于武当剑是古老传统的剑术，又经历代的弘扬发展享誉武坛，深得民众的喜爱，从学者甚多，使其不断发展。

第十二代之一 马杰 (1925—)，字德英，道号燄灵子，天津市人，出身于武术世家。自幼入道门拜武当山遇真宫玄丹道长为师，学练武当派“武当内功太极”拳法与道术；又投拜北方大侠韩慕侠先生门下，收为关门弟子，授以形意、八卦、点穴术及拆手散打。马君悟性较好，将五行拳攻击技艺融入拳击，经常与日、韩、俄等国拳师较量，培养了个人的实战技艺基础，并创建武士学会“英武社”。抗日战争胜利后，马君被聘任为“中华国术学会天津分会”副会长，在津门扩建六个分社，广泛授徒达300余人。

1955年幸遇孟晓峰先生，于1956年正式大礼拜师进门，收为孟先生唯一进门弟子，并遵守道家单传法规，将六路132式丹派武当剑全套系统套路嫡传授弟子，并将“武当飞剑”一同传下。从此马杰随师20余年，倾心习练武当剑法，遂得其无穷奥妙。1991年任“天津老年大学”健身系教授，传授武当剑和养生长寿功法；再在天津大学组建“武当拳剑培训中心”任总教练；接受武当山道教协会和武当拳法研究会的邀请，参加历届“武当拳功理功法研讨会”，发表论文和表演拳剑均获奖。为了弘扬中华民族武术文化，向全国各地讲学等传技，将武当剑传到加拿大、日本、东南亚等地。

现任“天津武当内功研究会”理事长、“中国民间武术家联谊会”副会长、加拿大“蒙特利尔梁启国术社”国际教练。还受聘为“武汉中国武当拳法研究会”名誉会长，“大连武当拳法研究会”高级顾问，“武当山武当拳法研究会”顾问，“西安形意、八卦、散手研究会”顾问，“云南昆钢武当气功太极拳协会”顾问，“昆明市传统武术协会”技术顾问，“陕西武当内养采光功研究会”

顾问，“天津老年人大学气功研究会”顾问，“香港杨式太极拳总会”顾问。此外由于单线嫡传六路丹派武当剑和武当飞剑，成为六路 132 式丹派武当剑第十二代掌门人。撰著《武当剑》、《武当内功太极拳》、《武当太极十三势推手》及道家养生功法《武当柔化内功》、《武当内功床上八段锦》等。个人传略已被收入《世界名人录》、《中国当代武术家辞典》、《中国当代武林人物志》、《中国民间武术家名典》等多种典籍。

第十二代之一 李天骥（1914—1996），河北安新人，国家级武术裁判。历任哈尔滨市国术联合会主席、哈尔滨工业大学武术讲师、哈尔滨市武术队总教练、中国武协副秘书长。自幼随父李玉林习武，并得孙禄堂、李景林等武术家的指导，对太极、形意、八卦、武当等拳械均有很深研究。1931年毕业于山东省国术馆；1932年至1938年，先后担任省国术馆教练、陵县国术馆馆长。曾多次参加山东省武术比赛，均获甲等奖。曾随父创办哈尔滨太极拳研究社。新中国成立后，曾任全国民族形式体育表演及竞赛大会裁判。1955年调国家体委从事武术研究工作，编撰有《简化太极拳》、《六路弹腿》、《88式太极拳》、《太极推手》、《32式太极剑》、《66式综合太极拳》等套路，并参与了《甲组武术套路》、《武术规则》、《全国体育院校武术教材》、《中国大百科全书·体育卷》的编写工作；同时，主编有《形意拳术》、《武当剑术》、《武当绝技》、《中华瑰宝武术》（英文版）等。1985年，获“新中国体育开拓者”荣誉奖；1988年参加了中国国际武术节获武术贡献奖。多次应邀赴日本、新加坡讲学。1995年，被中国武协、国家体委武术运动管理中心评为中国首届“中华武林百杰·十大武术名师”。

第十二代之一 吴志泉（1932—），江苏常州人。吴君少幼即爱好武术，13岁拜陈福生为师，习潭腿及梅花门武术。23岁拜李景林之弟子杨奎山为师，习六合、武当、八极、太极、形意、八卦等武术，并是杨奎山武当丹派剑术的嫡传弟子。1983年，吴志泉在“全国武术观摩交流大会”上比赛，数十年未曾公开露世的武当剑术遂令世人眼界大开。此后，吴君多次在省市武术比赛获得一等奖。1984年赴武当山为“全国百名体育记者武当采访团”表演武当剑，获得普遍赞赏。同年在南京市“江苏省稀有拳种献艺大会”上表演武当剑，一举引起轰动。1981年，被常州市武协选举为秘书长、副主席，1986年被国家体委授予“全国武术控整工作先进个人”荣誉称号，并在1991年被《中华武术实用百科》的“武林人物”部分收录。多年来，除研习武当剑术和其他内家功夫外，还从事有关武术史和武术理论探讨，发表过不少文章，现被中国武当山武当拳法研究会聘为顾问。

丹派武当剑第十二代传人众多，尚有陈湘陵、钱惕明、常明祥、沙明熙、胡云绰、李英昂、李权、王栋材、陈兆祥、江光华、盛锤义、叶季岑、孙仲英等。

虽然承师所授剑术套路不同，不论是六路 132 式武当剑、武当对剑、武当行剑、武当珍珠滚盘剑，都是来自于第十代李景林老先生所传，均为一脉相承，也就都是当代丹派武当剑第十二代传人。

上述当代丹派武当剑第十二代传人的年龄均已达到古稀、耄耋之年，尚有部分传人早已谢世。为了不使中华民族古老传统武术文化丹派武当剑失传灭绝，就要不惜一切把传统的丹派武当剑传下去。这项继承、发展的重担任务，就要落在第十三代传人肩上。当前虽然两支剑术套路有所差异，但各支系第十三代传人却众多。仅 132 式六路剑即有：陈武星、申云琴、王金柱、张健、高肃宁、赵丽芬、张祖祜、张秀城、郑桂敏、沈伟、米永旺、李斌、赵祥禄、苏玉珍、赫梅、朱海涛、周恩路、张子良、李中、祁胜利、余光辉、马玲、杨丽春、卢素英、魏恩颐、马刚、马丽华、嘉彼晓（加拿大）、宋雅晶（加拿大）、梁中（加拿大）、郭东久（马来西亚）、胡萍（日本）、赵雪要（英国）、马平（美国）等人。至于另一支“行剑”、“对剑”第十三代更不缺人，由于分散各地，一时难于录出名氏，尚待续谱。

第二节 李景林秘传“武当剑”

我于 1955 年幸遇丹派“武当剑”嫡传孟晓峰大师，转年正式拜师进门，被先生收为唯一进门嫡传弟子，开始学练“武当剑”术，一直到 1977 年老师谢世。我跟随老师 22 年，朝夕相处学练剑术。在此期间我曾多次向老师询问此套“武当剑”的由来，可是老师总是微微一笑说：“以后我会告诉你的，现在不要问。”我觉得很神秘，好像是有什么难言之隐，这样我也就不再追问啦，只有一心练剑。但在此期间“文化大革命”的风暴袭来，受到“扫四旧”的劫难，师徒二人均受到迫害。我本人身体致残，80 多岁高龄老师也受到身心摧残。从此之后老师意志消沉，身体虚弱，在街上行走因路面结冰失足跌倒，造成髌骨骨折，从此不再外出活动。到 1975 年 91 岁高龄时，才将这套六路 132 式“武当剑”的所得向我讲述，并且再三嘱咐对我说：“这段史实不能向外公开，唯恐影响李老先生名声。先生虽然早已作古，但我还健在，将来等我逝世后，当需要必须公开时，才可宣布，要切记。”

当我听完讲述后，才恍然大悟，知道老师为什么不早告诉我的原因，唯恐我失言传出此事，在武林界影响李老先生的声誉。这样使我更加尊敬老师的武德，更加珍惜爱护来之不易的六路“武当剑术”，牢牢地记住老师的教诲。

当前，由于社会上对六路“武当剑”不了解，提出质疑。更有诬蔑此套剑术非李景林所传，有“假武当剑”之谣。在这种混乱的局面下，我认为为了继承、

弘扬祖国真正传统“武当剑”术，有必要澄清事实以解不知之迷，况且两位先人也早已作古，仅按师训，现有必要将销声匿迹 60 年鲜为人知的六路“武当剑”的由来，在此次再版中向社会公开。

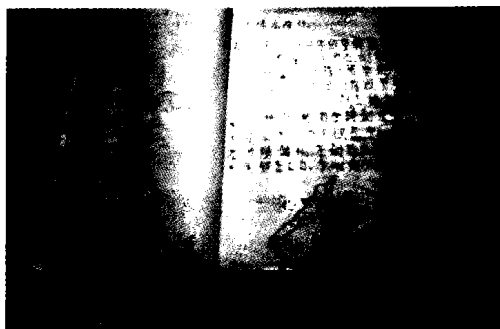
据老师讲其史实：李景林字芳宸，河北枣强县人，与孟广山字晓峰，河北安国县人，两人在保定讲武堂同学，关系甚好，都年幼习武，志同道合，成口盟金兰之交。毕业后，分手各自从事军政界活动，但仍不失联系。1927 年李景林脱离军界，1928 年南京成立中央国术馆任副馆长，于 1930 年因故离开中央国术馆，到山东找到至友孟晓峰，提出要在山东建立国术馆。孟晓峰当时任山东省政府韩复榘主席的副官长，有权有势，在山东建立国术馆很容易。于是经过二人的协商，孟晓峰负责筹备安排建立山东国术馆，李景林负责对外联系聘请武术界教师。

在此期间李景林见到至友孟晓峰鼎力相助，无以答报，为了感谢孟晓峰，愿把自己成名的剑术（先从师陈世钧，后从师宋唯一所得剑术，又经过个人多年朝夕揣摩研究）——六路“武当剑”全部传授给孟晓峰以表达谢意。从此两人朝夕相处传授六路剑。孟晓峰把每一式剑术动作都详细记载下来并绘图，又与李景林共同定谱名，根据古谱完成了老谱。

下面是“武当剑”老谱相照和剑式演练动作的记载相照。



《武当剑谱》老谱



“武当剑术”图示与详解

孟晓峰又为答谢李景林，提出建馆后，由李景林任馆长，主持掌管一切事务，孟晓峰一概不参加也不担任馆中任何名义。李景林也表示建馆后再也不传六路“武当剑”，但以传“武当对剑”为主，单练剑改传“武当行剑”。

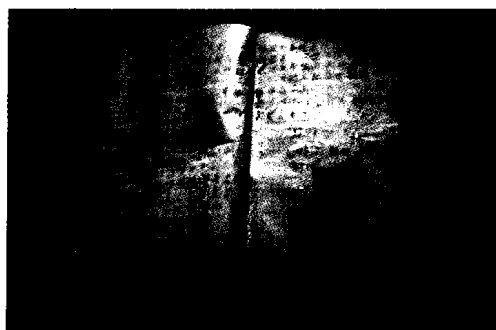
1930 年山东国术馆正式建立，两人遵守诺言，孟晓峰没有参与国术馆任何事情。李景林再也没有传六路“武当剑”。一直到 1931 年李景林不幸因中毒逝世。所以说六路“武当剑”全部套路传给孟晓峰成为单线嫡传。这就是历史上“李景林秘传武当剑”的史实，六路 132 式“武当剑”术的由来。也是为什么与社会上李景林传的“武当剑”不一样的原因。

孟晓峰得此剑术之后，朝夕演练，苦心钻研，秘不外传。

到 1938 年蒋介石枪决韩复榘。随后孟晓峰退离政界，隐居天津英租界福寿别墅，闭门不出，免于蒋介石特务追杀。一直到 1949 年新中国建立后，50 年代时才开始出入在公园活动。后来被聘请到“天津市干部疗养院”教练“太极拳”、“武当剑一路”作为体育疗养项目。

当 1966 年孟老师遭受“文化大革命”洗劫迫害之后，唯恐将此套剑术丢失，到 1968 年将整理的老谱汇编成册，并亲笔书写了序言，证实此套剑术是李景林亲传。

“武当剑”老谱序言相照如下：



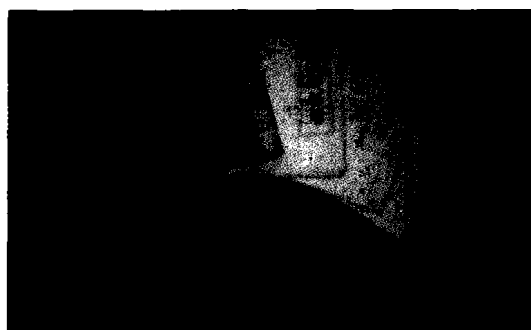
原文：

昔闻名武师李先生（芳宸）剑法造诣极深，人誉为神剑。嗣后，曾观其演示，气度安详，风神飘飒。其步法颇稳健，上下进退，速小绵软，若虎踞龙行。穿插回转，身剑如一，闪展腾挪，疾徐相称，如影随形。至其神出鬼没之动作，洒脱自然之姿态，更是难能可贵，无与伦比，使人一见神往。后经于化行先生悉心指导并详为讲解，始悉全套凡百余式（132 式）各具名称，非但形势优美，名亦相当，真乃套路丰富，字字珠玑，堪称一绝，致使我半生留恋，苦心钻研，爱不忍释。尽管水平甚低，亦略得其一二。窃以仆年逾八五，风烛残年，怀此剑法不敢据以为私，因此，不揣简陋，谨遵师教，依样葫芦辑之成册，以公诸同好，倘因此而有益于祖国体育事业，则实为幸甚。

孟晓峰辑册

1968 年 4 月河北省安国县

党的十一届三中全会拨乱反正之后，在孟老师高龄已达 93 岁时，再次唤徒示训，将《武当剑谱》、《伏魔棍谱》、《太乙双剑谱》、《太极十三势丹法谱》还有古书《太极要义》全部传授给我，作为本门嫡传衣钵。各谱相照如下。



老师曰：“你已经知道此套‘武当剑’是单线嫡传来之不易，你是我唯一进门弟子，虽身伤致残，但志不可残，剑法不可据以为私，尚需下传。”同时，老师告之尚有一未了心愿，终身遗憾，命我代为完成。我跪而接受听其教诲。据老师讲，李景林不仅有“武当剑”和“武当对剑”，还有秘不外传的“武当飞剑”。老师虽然没有见其练过，但是李景林确对老师讲过，并且把“飞剑”的尺寸、练法、用法都详细讲解。李景林自述“武当飞剑”因自己尚未练成，所以对外不宣，希望孟晓峰能钻研练成“武当飞剑”，这是“武当剑术”中高层次的剑术。老师牢牢谨记在心中，可是晚年由于社会环境条件所限，也失去钻研锻炼机会，成为终身遗憾。此次老师将此任务交给我，向我详细地讲述了“武当飞剑”的一切，把希望寄托在我身上，命我一定要替师练成，以慰先人李景林在天之灵。

李景林弟子黄元秀所著《武当剑法大要》一书中，也提到李景林有两把“神剑”，并有小剑相照，但是不知那是李景林原练的“飞剑”。这就证实李景林确实有“武当飞剑”的剑术。

我为了完成先师遗愿，于1990年编写《武当剑》初版传留社会，到1993年按先师述说铸造12把“飞剑”，又按先师口授，开始钻研练法。为了不使老师失望，在我有生之年一定要练成，以了却老师心愿。

“武当飞剑”十二把和剑套腰带相照如下。



“武当飞剑”



“武当飞剑”剑套腰带

以上是李景林秘传武当剑和鲜为人知的传授“武当飞剑”之史实真相。在此

次再版中给予公开披露,以解武林界中之疑惑。

第三节 丹派“武当剑”谱

虚灵调息；	意撒乾坤；	二仙传道；
刺虎斩蛟；	降魔除怪；	蛱蝶穿花；
日透长虹；	猛虎蹕山；	迎门献剑；
玉女浣纱；	黑虎舔裆；	乌牛耕地；
连中三元；	枯树盘根；	白蛇弄风；
八面玲珑；	飞鹞穿林；	道士封门；
拂手拈香；	怪蟒出洞；	背后生风；
风摆荷叶；	雪花盖顶；	一字平分。
提袍扬帜；	粉碎玉斗；	秘甲藏兵；
叶底穿花；	丹凤朝阳；	铁桥竞渡；
浪里挑花；	巧画峰峦；	天马追风；
风花雪月；	柳岸莺梭；	赤地霞光；
迅雷击浪；	悬崖勒马；	美女穿珠；
紫电披霜；	灵芝献瑞；	玉带飘风；
手撒金钱；	回手扬镖；	高挂云帆。
伏虎迎门；	疯魔扫地；	蜻蜓点水；
飞鸟出林；	风驰电掣；	闻鸡起舞；
泰山压顶；	青龙摆尾；	白蛇吐信；
饿虎待食；	嫦娥奔月；	蛾眉倒拭；
玉女右转；	童子左行；	寒山藏日；
摘花取巧；	镡里藏身；	黑虎剖心；
穿针引线；	立势高强；	步步埋伏。
光芒万丈；	碧海扬波；	横断山河；
月涌江流；	云龙探爪；	童子拜观；
鸟革翬飞；	天鹅卧雪；	怪蟒翻身；
禹门击浪；	寒芒冲霄；	巧探玄机；
灵猫扑鼠；	湖峰浪游；	带马依峰；
曲巷风旋；	鱼郎问津；	艸公指路；
流萤百转；	釜底抽薪；	沂水托蓝。

指日高升；	螣蛇入洞；	陆地飞腾；
暴虎冯河；	撒手飞沙；	巨蝎反尾；
石破惊天；	拨草寻蛇；	惊蛇入草；
三华聚顶；	虹光闪闪；	干将直入；
一鹤冲天；	虎视眈眈；	饿虎扑食；
网开三面；	力刹恨石；	乌鹊飞空；
一帆风顺；	中流击楫；	却步连环。
伏狮当冲；	蛾眉淡扫；	拨云瞻日；
铁画银钩；	悬针垂露；	夕阳普照；
避战三舍；	金鼎升烟；	鹰隼击物；
青山纷雪；	凤凰展翅；	落霞迷津；
孤鹭沉江；	云霞献彩；	敬德托鞭；
长桥卧波；	月朗星稀；	绿柳垂荫；
银钩钓月；	狮首迎风；	投鞭断流。
大地回春；	坎离既济；	清静依然。

（一百三十二式终）

第 2 章

武当剑基本技法要义

第一节 武当剑风格

丹派武当剑是我国传统的名剑，它继承发展了我国古老传统剑术的精华，在理论上与技击上有其独特的风格，也是国内所存套路完整，主搏击、有实战价值的剑术之一。全套单练剑法为 132 式，包括起式、收式，分为六路，每路 21 式。在演练时可以分路演练，也可以连续演练。为了演练方便，分路演练时由起式开始，后至收式结尾，为每路单项练法。如连续演练，第一路起式开始无收式，连接下面二、三、四、五路均无起式、收式，到第六路最后进行收式，这样就完成全套 132 式，以保持一气呵成的完整体系。分路练剑路短，式精，整套演练无花招舞姿与重式，堪为武林瑰宝，国术精粹。

武当剑法，法无成法，因时制宜，因敌变幻，刚柔相济，虚实互用，阴阳交织，端倪莫测。外兼各家拳术之长，内练阴阳中和之气，保精养气，宁神抱一，此乃剑术之道。练其剑先以学武当派内家拳法为基础，然后再练剑法，方易奏效。练剑时外要掌握剑法基本要素：眼、手、身、步四法；内要掌握练剑精神：胆力、内劲、迅速、沉着，才能使内外精健，表现武当剑的风格。

眼法者，指剑法中的眼光。俗语说：“练剑先练眼，练眼如闪电。”说明眼力的重要性。技击家谓心为主帅，眼为先锋，剑未到而眼已至，敌未动眼已预见。剑法中的眼光，不在久视，而在敏锐，善于观变，一瞬即明，手中之剑随之即到，要眼到、步到、身到、手到、剑到。如眼力不快，势必动作失调，贻误时机，顾此失彼，瞻前而难顾后，动作缓慢，动上忘下，达不到预期的目的。空有数年纯功，出手为人所制，皆因眼光不尖锐机敏所致。

手法者，运手之法也。剑之手法与刀、鞭之手法稍有不同。而武当剑的手法更与普通执剑手法也不同。首先要运用全臂三节之法，肩节却得下，肘节变得

快，腕节圆活有力。执剑要以活把剑，在击刺时其剑才能活用玄妙。剑主翔动，敏捷灵活，全在手腕，手腕呆滞不能活用，等于无用。手法分阴阳灵活善变，以圈、点、崩、刺练法提高掌指控制握剑能力，使剑力浑实完整。左手无论置在何处均为剑诀，为右臂之助，多沉肩坠肘如半月形像太极，使其劲不外溢。

身法者，乃剑法中前进、后退、左旋、右转变化四法之表现。剑曰舞，主翔动。其身法奇正互生。身催剑往，剑随身转，身剑融为一体，不牵强，无停滞，要随机应变。其含胸拔背、脊梁中正、活腰转身、气沉丹田均称为身法。要知道胸不含背不拔，挺胸屈背必然行动板滞不能变化得势。脊梁不正歪斜，四肢必然不正，动作方向也必不正确。腰不转，身必不活，进攻而无力的。气不沉，丹田就不能久斗，而足亦不稳。故身法为四部位中最要之件，与眼法、步法有密切关系。

步法者，身剑运转的基础。剑术中的步法最广，极尽变化之能，较任何器械之步法更为精妙。在实战中若步法不纯，身法手法虽精，仍不能克敌制胜。武当剑以走化旋翻，轻快善变著称，其速、稳、轻为步法中之三要。如全脚掌着地，起落行动即不全速。功夫不深者脚掌行走时极不安稳。胯、膝、踝三节锻炼不纯熟者，腿即不会轻灵速捷。

以上所述四法，系丹派武当剑术锻炼中的外在基本要素，且勿忽视。

四法歌云

手到脚不到，	自去寻烦恼；
低头与弯腰，	传授定不高；
腹内深流沉，	遇敌如火烧；
眼到脚手到，	方算得玄妙。

丹派武当剑的风格，不仅外要掌握剑的基本要素，还要掌握内四要的胆力、内劲、迅速、沉着的练剑精神。

胆力者，胆识也。技击家以心为帅，以眼为先锋，耳为参谋，手脚为兵将。胆是高度发挥力的内在精神因素，决定着技术水平的发挥。丹派武当剑的内涵精神要素把胆量放在首位，说明其重要性。胆量不大，必胜信心就不足；信心不足，气不能盛，胆不能壮。只有气盛胆壮，剑技才能充分发挥。这就是精神在则胆力生，胆力生则精神满，精神满则气势显，无惧无畏，勇往直前。所谓“一胆，二力，三功夫。”若胆力不如人，战胜对手的自信心和勇气不足，便自然会出现畏惧、惊慌失策的心里情绪，则慑于内而怯于外，必遭败绩。因此，要发挥胆力的精神作用，表现出志气，这是意志对行为的能动表现。只有首先做到这点才能所向披靡。要有“泰山崩于前则不动，猛虎啸于后而不惊”的大无畏气概。

内劲者乃动用意气，为刚柔变化之力，而非蛮劲拙力。如努气必生硬僵滞，就缺少机变之活力，造成身剑僵、滞、涩，失调脱节。而内劲则要求心力、体力融于剑法之中，由内而外，由下而上，劲力自然统一，顺达完整，使剑法与力点

相合，权衡刚柔，恰到好处。

迅速者乃剑短路而捷，“快”、“变”是剑术中的要领。丹派武当剑的“快”在于“捷”。即走捷径，取短路，以守为攻，以攻代守，后发先制是丹派武当剑战术的一大特点。习练武当剑要领悟动中寓静，快中寓慢，变中寓不变的辩证原理，掌握好阴阳矛盾的转化规律，才能体现丹派武当剑的迅速风格。

沉着者乃沉气，是掌握斗志中的意志和心里的镇静。拳谚曰：“脑居静为贵。”要心定神安，不浮不躁，泰然自若，遇敌时沉着冷静自信，临敌不惧，胆大而心细。气沉也可使桩步稳固，定势深沉，劲力充实。丹派武当剑在某些急速转折、翻腾、平衡等动作时，都要与顺乎自然呼吸相结合，以求达到“气力相合”、蓄劲助势的效果。丹派武当剑的内四要为剑法之精神，只有内外精健，才能进入剑术之道。

练剑歌云

头脑心眼如司令，	手足腰胯如部曲。
内劲仓库丹田是，	精气神胆须充足。
内外功夫勤修炼，	身剑合一道方成。

用剑之要诀 全在观变(眼神)彼微动 我先动(手法)动则变(身法)变则着(步法)所为一寸匕(内劲)所谓险中险(胆力)即剑不离手(迅速)手不着剑是也(沉着)

第二节 武当剑特点

丹派武当剑系武当派内家剑法之一，在剑道中首以神意为先，全凭乎神，神足而道成。祖师授剑均以先练内勇，次练外功，最后教以手法、步法，传其剑术。内功为练精以化气，练气以化神，练神成道才能达到剑神合一。一般剑术在剑术要领上要求“剑身合一”，而武当剑要求“神、剑、身”三者合一。身与剑合，剑与神合是武当剑技法的要领。由于强调以身运剑与剑神合一，所以在剑法运用上即要包括内家拳法四种“太极腰、八卦步、形意劲、武当神”之要领，展现在其步法上闪展腾挪之轻灵便捷则有八卦步；其虚领顶劲，含胸拔背，松腰活腕，气沉丹田，力由脊发则有如太极腰；而其出剑之精神，勇往直前如矢赴约，敌剑即动，我剑已到，如形意之捷速而劲整。此为以身运剑，身行如龙，剑行如电，步法灵活，身法柔韧的身、步、剑融为一体之谓。将神、意、气、力贯于剑法之中，意到、神到、剑到，力贯剑锋，气透剑端才能体现武当的神，以达“剑

神合一”。

武当剑在战术原则上的特点是乘虚蹈隙，避青入红，因敌变化，不拘成法，顺人之势，借人之力；以静待动，后发先至；避实击虚，以斜取正；迂回包抄，不接不截，不迎不架，凭空一击，无不命中，名曰：“不沾青，入红门也”为内家剑法特点。而走化旋翻，轻稳疾快，更为武当剑法之特点。武当剑素以丰富多变的剑法著称，不仅有前后左右之变，还有腾空击舞，滚翻地躺之法。动如轻风，稳如山岳，一发即至。故宋唯一尝作歌曰：“吾人学剑，习练功纯，自能入妙，神乎其神，翻天兮，惊飞鸟，滚地兮不沾尘，一击之间，恍若轻风不见剑，万变之中，但见剑光不见人。此是九转还原之功夫，即古称为妙手空空者即是术也。”

第三节 武当剑剑法

剑器创始于何人，殊难断定。据考《黄帝·本行纪》云：“帝采首山之铜铸剑，以天文古字题铭其上。”又《管子·数地篇》云：“昔葛天卢之山发而出金，蚩尤受而制之，以为剑、铠、矛、戟，此剑之始也。”其说虽异，但告诉我们剑之发明可追溯到新石器时代的晚期。春秋战国时期已有质量较高的铜锡合金剑。战国后期铁剑普及。到了隋唐剑形精美华丽，文人、学士多喜佩剑。宋以后击剑渐为剑舞所取代。元代异族入主中原，屡禁“民间私藏军器”，并“教人兵艺，杖之”，故剑术流传受到压抑。明代武术重获发展，教剑者、论剑者皆有之，出现了许多武术流派。清朝虽禁民间习武，但随着人民反清情绪的增长而更广泛的流传。虽然明清两代剑术有所发展提高，但剑术的地位不如古代显著。由于火器已经广泛地应用于战争，剑术在军事上的地位不占重要位置，失其在历史上社会习武以剑为主体的独立地位。剑术多附属于各拳种门派器械之一出现，经过继承发展，再继承，再发展，逐步地形成具有独立体系的“套路运动”。近代剑术以鲜明的武术特点，通过击剑、舞剑，达到习武思奋良好的健身作用，深深扎根于广大人民群众中，成为群众最喜爱的体育运动项目之一。

现代剑术可分个人单练、双人对练、集体演练三种形式。剑术内容又有单剑、双剑、长剑、短剑之别，并分文、武。文者有剑穗，武者无剑穗，也有说成长剑穗为文，短剑穗为武之谓。在运用上有单手运使的剑，有双手运使的剑；有正握走势的剑，有反握走势的剑；有单人独练的剑，也有双人对练的剑。总之，名目繁多，形式不一，每类剑皆有不同技法和特点。按剑术体势可归纳为：工架剑、行剑、绵剑、醉剑等四类。工架剑特点是，一招一式，端端正正，形健骨

道，端庄势整，动静分明，节奏性强，桩步稳固，劲力饱满，多平衡动作，造型优美。行剑特点是，多走势而少停势，纵横挥霍，流畅无滞，身、步、剑顺逆协调，气势连贯，步法轻捷，边走边换招术，刚柔相兼，攻防相济，凝神敛气，神剑合一。绵剑特点：柔和蕴藉，缓缓不断，自始至终，连绵相属。醉剑特点：奔放如醉，乍徐还疾，忽往复收，形如醉酒。以上是就其剑术运动风格体势特色而言，工剑与行剑在丹派武当剑剑法中，其间并无截然分法界限。

剑术在器械中最为典雅，与其他之器械不同，非单刀所可比拟，俗称“刀如猛虎，剑似飞凤”，故刀称为练，剑则名为舞。刀可缠头裹脑，剑则手不离腕。剑细分可称“三锋四刃”。所谓“三锋”即剑尖与两侧斜刃；“四刃”即剑中段又分前后两节，每节有上下两刃，故曰“四刃”。其七刃各有用法，练时需辨明，不致混如刀式。现下多以单刀之法充剑法，口说舞剑、击剑，但剑法尚未脱离单刀之横劲，殊不知剑法出剑入剑皆是竖劲，力贯中锋。交手时，不接不截，不迎不架，专能包抄，凭空一击，无不命中，名曰“不沾青，入红门”。不沾青是不硬架对方粗重坚硬器械，而是“逢坚避刃”、“遇隙削钢”，凭借剑法的轻巧、灵活，运用身法的躲闪变化，刺伤敌人，为人红门，其妙非语言所能形容。

随着时间不断地推移，事物不断发展，剑的形式也发生了很大的变化。按剑身长度，一般要与本人身长高低相适应，以自己臂力运用自如为原则。曾有以“剑尖着地，剑首与脐平”为准之说，我国现代的武术竞赛规则规定，剑的长度以反手直臂持剑，剑尖与耳垂相齐为准。

武当剑用剑标准分练习剑和实用剑两种。练习剑以檀木制之，人身体高在六尺以下，体重在 60 公斤以内的所谓通常体格，其剑长应为三尺至三尺六寸，其剑重为十四两至十八两，其重点在全长之中心，过轻不能增长腕力，过重反将臂腕练拙，不得虚灵圆活之妙用。实用剑以纯钢弹力剑为佳。通常体格者，其剑长短与练习剑相等，其剑重量应较练习剑减轻八折为适当，如过长过重皆不适宜。其重心须近手柄，否则不便使用。

为了便于习练者准确地理解，掌握武当剑各部位之名称及武当剑法运用剑体之各部位之名称 特详述之(图 2-1)。

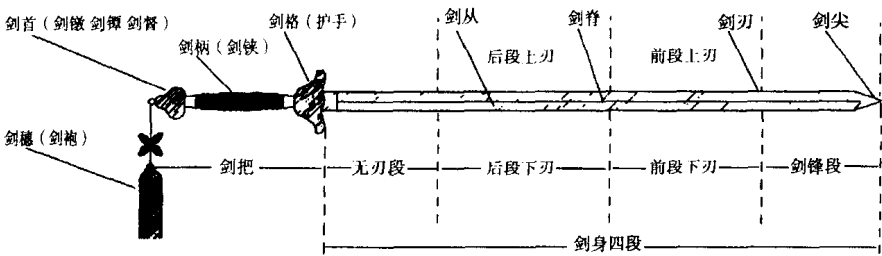


图 2-1 剑的部位名称