

方氏

白鶴神功全輯

張鶴鳴 著

文、照片提供／賴仲奎

《白鶴神功》探討 兼談台灣武術演變

壹、引言

貳、台灣武術演變

- 一、明鄭開台時期
- 二、清廷治台時期
- 三、日本據台時期
- 四、國府遷台時期
- 五、推向全球時期

參、白鶴神功探討

一、探究傳承部份

- (一) 張伊蝶（鶴鳴）先生教傳者
 - 甲、自述以新拳為基礎，蒐集其他技法合編而成本書
 - 子、蒐集其他拳術部份
 - 丑、蒐集其他醫術部份
 - 乙、融入合氣道、太極門拳械與少林拳術理法自成一派

子、融入合氣道部份

丑、融入太極門拳械部份

寅、融入少林拳術理法部份

- (二) 蔡秀春先生（雲峰山人）教傳者
- (三) 吳學鍾先生教傳者

二、討論功法部份

- (一) 張鶴鳴（伊蝶）先生教傳者

甲、內功運氣法

子、理論部份

丑、實修部份

- (二) 蔡秀春先生（雲峰山人）教傳者
- (三) 吳學鍾先生教傳者

肆、結論

- 一、張伊蝶（鶴鳴）先生教傳者
- 二、蔡秀春先生（雲峰山人）教傳者
- 三、吳學鍾先生教傳者
- 四、總結

妨礙內中之真息，並非有意存照，是無時不然也。莊子云：『有真人呼吸以踵。』大約即此意也。因有不息而息之火，將此動物消化，暢達於周身也，以後又如前動作，仍提在丹田，仍是練拳躅子，內外總是一氣，緩緩悠悠練之，不敢有一毫之不平穩處。動作練時內中四肢融融，綿綿虛空，與前站著之景況無異，亦有練一躍而不動者。亦有練二躍而不動者，嗣後亦有動時，仍提至丹田，而用練拳之內呼吸，轉法輪用意之用於丹田。以神用息而轉之，從尾闕至夾脊，至玉枕，至天頂而下，與靜坐功夫相同，下至丹田，亦有二、三轉而不動者，亦有三、四轉而不動者。所轉者，與所練躅子，消化之意相同。以後有不練之時，或坐立、或行動，內中仍以用練拳之呼吸，身子行路亦可以消化矣。以後甚至於睡熟，內中忽動，動而即醒，仍以用練拳之呼吸，而消化之。以後睡熟而內中不動，內外周身四肢，忽然似空，周身融融和和，如沐如浴之景況，睡時亦有如此情形，而夢中亦能用神意呼吸，而化之。因醒後，已知夢中之情形而化之也。以後練拳術，睡熟時，內中即不動矣。後只有睡熟時，內外忽然有虛空之時。白天行止坐臥，四肢亦有發空之時，身中之情意，異常舒暢。每逢晚上，練過拳術，夜間睡熟時，身中發虛空之時多。晚上要不練拳術，睡時發空之時較少。以後知丹道有

氣消之弊病，自己體察內外之情形，人道補至甚小，消除百病，精神有增無減。以後靜坐亦如此，練拳亦如此，到此方知拳術與丹道是一理也。以上是余練拳術，自己身體內外之所經驗也，故書之以告同志。」④

目前中國氣功的熱潮，在全球各地方興未艾，所以這是一個修道的「拳與道合動靜交修」通往「天人合一」的習武途徑與方向。

2. 競技的「參加國際武術競賽」

中國武術目前已發展成體育事業的一種，逐漸推向全球，各大洲的武術組織也紛紛成立：

一九八五年十一月意大利成立了歐洲武術協會。

一九八六年十一月在阿根廷成立了南美武術功夫聯合會。

一九八七年九月在日本成立亞洲武術聯合會。

一九八九年由扎伊爾帶頭成立了非洲武術功夫聯合會。

一九九〇年十月在北京成立國際武術聯合會。

這些武術組織的成立標誌著武術在世界範圍內的發展，開始走向聯合和統一的道路，為武術進一步在國際上的發展打下了基礎。自一九八五年開始，國際武術競賽活動日趨活躍：

一九八五年八月在陝西西安舉行第一屆國際武術邀請賽。

一九八六年在意大利舉行第一屆歐洲武術錦標賽。

一九八七年九月在日本舉行第一屆亞洲武術錦標賽。

一九九〇年九月在北京舉辦的第十一屆亞洲運動會上，武術被列為正式比賽項目，它是中國武術走向世界體育競賽的一個重要里程碑。

一九九一年十月在北京舉行了第一屆世界武術錦標賽。

一九九三年五月在上海舉行的東亞運動會，武術亦為大會比賽項目之一。^⑦

二〇〇一年七月中國申請二〇〇八年在北京承辦第二十八屆奧林匹克運動大會，獲得國際奧委會委員投票通過，根據奧委會一九九三年秋決定，從二〇〇〇年開始，主辦奧運會的國家城市，有權增加若干比賽項目；中國武術已在各大洲成立武術組織，也有國際武術競賽活動，要得到國際奧委會批准「中國武術」成為比賽項目，應無疑義。

在台灣的武術愛好者，可以經由「全國運動會」武術項目套路和散手的比賽選拔，積極向國際體壇進軍，所以這是一個競技的「參加國際武術競賽」能

夠「名揚全球」的習武途徑與方向。

參、白鶴神功探討

中華武術源遠流長，由於我國幅員廣大，人口眾多，因宗教信仰及生活習俗的不同，影響各家拳法，衍化了很多的門派，以致有相同的招式，卻相異的名稱，或者相異的招式，而有相同的名稱，令人眼花撩亂，不知所從，何者為是，在功法上，也有類似的情形。

張伊燦先生一九九一年編著有《白鶴神功全輯》^⑧，原名《二高白鶴拳柔術秘訣》；而蔡秀春先生教傳之《白鶴拳書寶鑒》^⑨手抄本有一九六〇年著「白鶴神功簡記」乙篇，今試就此二者作一探究和討論，述其傳揚之演變與功法之異同。並附及吳肇鍾先生所傳之《白鶴功》^⑩，此功法與方氏七娘創始之「鶴拳」大相逕庭；今三者並述，所以探究傳承演變與討論功法異同，其中有名稱相同而功法雷同，以及名稱雷同而功法不同的地方。

一、探究傳承部份

依教傳者生長時代背景及習學過程，旁參坊間諸書加以探究傳承：

《白鶴神功》名稱出自台中二高一系，如下表：



查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>