

武当绝命剑第三路

■ 郭树璞

五十七、风摆荷叶(左)

左脚向左侧跨半步，右脚向左脚后撤一步，屈膝下蹲成坐盘式。同时身体向左扭转，带动右手剑外旋，向下向左向上向右再向左撩绕一周，削于左上方。手心向上，剑尖斜朝左前上方，刃分左右。左手剑指向右向下再向上弧形缠绕屈肘至右肩前。手心朝后，剑指朝右上方。目视剑尖，面向东北方。图 86。

要点：坐盘与上撩剑削剑同时完成。腰不可僵硬。左手缠绕要先插向右臂内侧再向左运行。

技击含义：敌攻我左侧上盘，我向左上方提剑划开敌刃，随即进步潜身，剑削敌肋。此为防上击下之法。划剑要走圆，柔顺自然，顺其势削其肋。

五十八、风摆荷叶(右)

身体上起向右扭转，右脚向右跨步，左脚再向右脚后插步，两腿屈膝全蹲成歇步。同时腰向左再向右扭转，带动右手剑从左向右摆动。再手臂内旋，使剑向后向左再向右云剑一周，横抹于头的右上侧。手心向下，刃分前后。左手剑指上举置于左上方。手心向外，目视剑锋，面向东南方。图 87。

要点：剑的运行要用腰力，云剑要刃棚化抹剑之意。动作要柔和，腰的运行要先右后左再右。剑身合一。

技击含义：敌持刃向我右上盘袭来，我速向右棚划敌械，随即顺势剑抹拉其肋。

五十九、金蝉脱壳

身上起，身体向左转向西方，随即提左膝。同时右手外旋，随身体转动使剑从右上方向左后压剑。剑身横于身前，手心



图 86

图 87

向内，剑尖向左。左手剑指向下，向腹前下落，附于右腕侧，目视剑的后段。图 88。

要点：转身要快，压剑与提膝同时完成。左膝尽量上提，剑横于左小腿外侧。

技击含义：敌方持刃向我左后侧下盘袭击我腿部，我急速转身，用剑的后段切压敌刃。

六十、金鸡抖羽

左脚向前落步，脚尖里扣，身体向右后转体 180 度，身体略向后仰，重心移向右腿，屈膝。左腿前伸，脚跟落地，脚尖翘起。同时右手剑从左向右向后再向右下斜抹剑。手心向下，剑尖斜朝前。左手剑指弧形向左侧分开，肘微屈手心向外。目视剑锋。图 89。

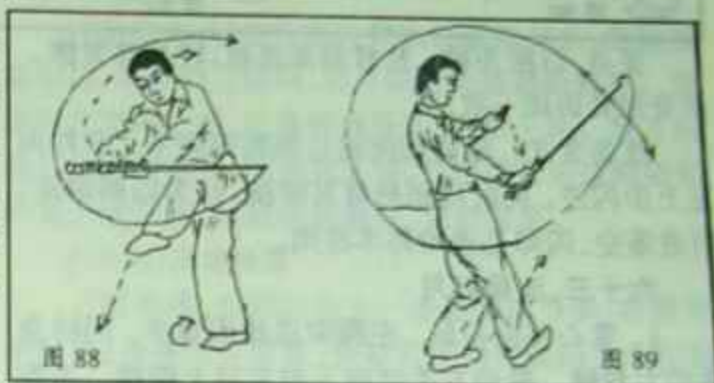


图 88

图 89

要点：左右手要同时向两边划分，不可有先后之分。身要略向后仰。转体与抽抹剑同时完成。

技击含义：敌持械向我身后袭来，我即扣步转身躲避其攻势，同时以剑从上向下抽抹其手臂。

六十一、金鸡点头

右手持剑外旋，向前向下向后向上再向前内旋，手腕肘略屈，将剑提于头前上方，再向前点击。手心向内，剑尖略低于剑柄。刃分上下。同时右脚向前上一步，自然站立。左腿提膝脚尖自然下垂。身体略向前探，左手剑指弧形前伸，肘微屈，置于右腕内侧。手心向右，剑指朝上。目视剑尖。图 90。

要点：独立式要站稳，剑的运行要柔顺，在体右侧划一立圆。上步提膝点剑要自然协调。

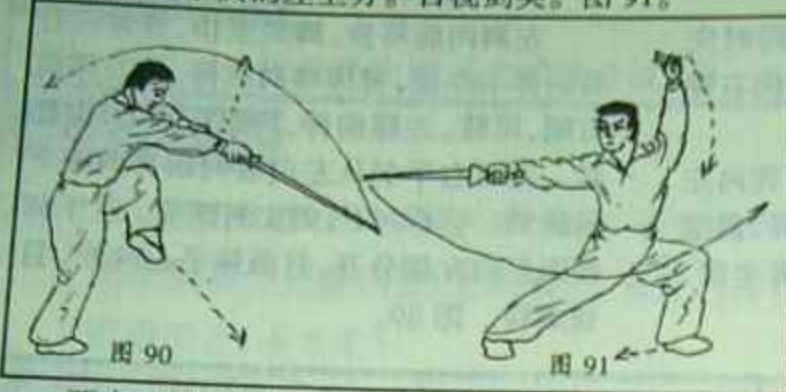
(续三)

腕部要放松。

技击含义：敌持械刺我右下盘，我落剑略向右棚划敌械，化其攻势，同时左控制其手臂，进步抢身，顺其势劈点敌头部。

六十二、藤萝挂壁

左脚向前下落，屈膝前弓，右腿自然伸直，成弓箭步。同时腰向右扭转，右手剑内旋，从前向后抡劈，手心向左，刃分上下。左手剑指向下，再向上弧形缠绕，置于头的左上方。目视剑尖。图 91。



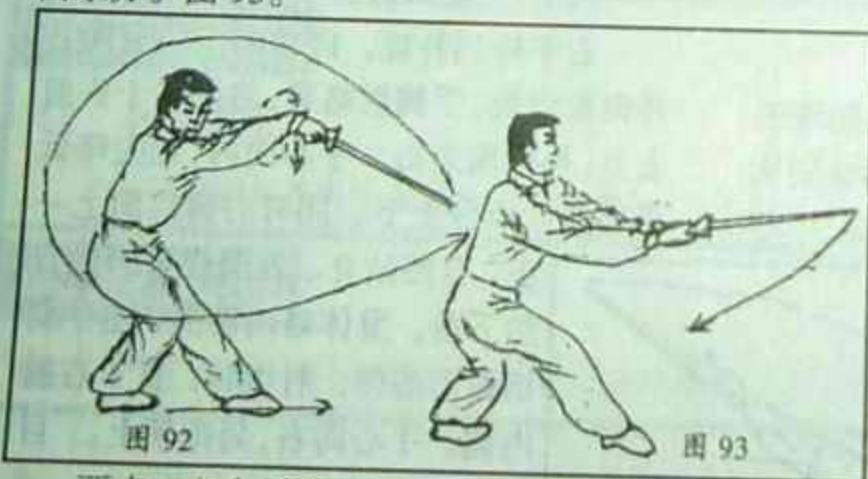
要点：以腰为轴。抡劈剑要迅速，转身要突然。步身剑要协调一致。

技击含义：敌持剑向我后侧胸部刺来，我即向左上步闪进，同时持剑抡劈其臂腕。此为以斜取正，引进落空，闪即是进的剑术法则。

六十三、流星赶月

1、重心移向右腿，左脚尖点地成虚步，同时身体向左拧转，带动右手剑向下向左向上提撩，手腕微屈，手心向左，左手剑指下落附于右手腕处，目视剑锋，面向东方。图 92。

2、上动未停，左脚向前上半步，右腿屈膝紧跟前上一步，脚尖点地成虚步。同时右手剑继续向左前撩剑。手心向上，刃分上下。左手向上向右弧形运行，在腹前合于右手内侧。手心向下，目视剑锋。面向东方。图 93。



要点：左右手配合要紧密，步法要轻灵、稳健，与撩剑一致，虚实要分明。

技击含义：敌持刃攻我上盘，我提剑割其手臂，敌若退步闪躲，我顺势进击撩其裆腹。也可立剑挂

划其刃，下擦其裆。此为俾上取下之法。

六十四、就地旋风

身体下沉，右腿屈膝，右腿伸直铺平，然后以右脚掌为轴，左腿从左向右横扫一周，同时右手剑向上向右后云剑，再手心向下，横剑抹于腹前。左手剑指附于右手腕内侧，随之而行。手心向右，目随剑行。面向东北方。图 94、95。



要点：云剑要走平圆，与抽抹溶为一体。横腿要保持上体正直，重心平稳。身随剑转，剑随身动。

技击含义：敌攻我右上盘，我向右棚划剑，崩击其手腕，或抽划其兵器，随即剑走下盘，抹扫其腿。歌云：“崩划划抹一剑连，闪锋下潜腿扫圆。”

六十五、金鸡斗冠

上动不停，左脚横扫一周后，踏实站立。提右膝，脚尖自然下垂，身体略向前倾，同时右手剑从前向体右侧提抹，剑尖低于剑柄，手心向内。刃分上下。同时左手剑指向左侧分开，置于身体左侧，手心向下，剑指朝前。目视剑锋。图 96。

要点：提膝与提剑同时完成。两手动作要协调，力要均匀，独立式要稳。

技击含义：敌攻我下盘，我提膝躲过，同时提剑划击其手臂；也可剑划拨其兵器，同时膝撞其腹，踢其裆部。歌云：“拳剑之道为一法，临敌审势看变化”。说拳似脚脚易剑，神枪脱兔染黄沙。

六十六、猛虎出洞

右脚向前落步，左腿屈膝提起，脚尖自然下垂。腰同时向左扭转，带动右手持剑向前挺刺，手心向



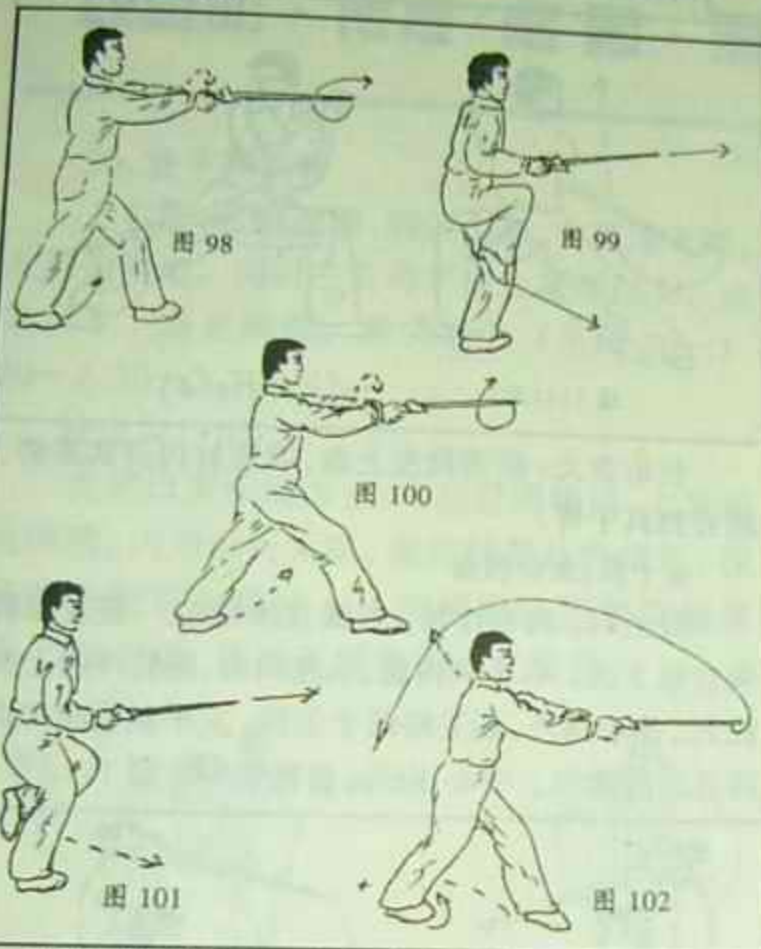
左,臂自然伸直。左手剑指弧形上举至头的左上方,手心向外。目视剑尖。图 97。

要点:提膝与刺剑同时完成。手臂不可僵直,力贯剑尖。

技击含义:接上式,我抹挂敌械后,敌若闪躲,我即挺剑穿刺敌胸。

六十七、三环套月

左脚下落,脚尖外摆,提右脚再向前进步,两脚连续前进三步。同时右手剑随左足的下落向外旋臂腕,顺时针方向横刺剑。一步一搅,一个剑圈。手心向左。左手剑指顺势弧形下落于右手腕部。目视剑尖。图 98-102。



要点:搅刺剑要一步一动以腰带剑,柔中寓刚。动作要协调一致。

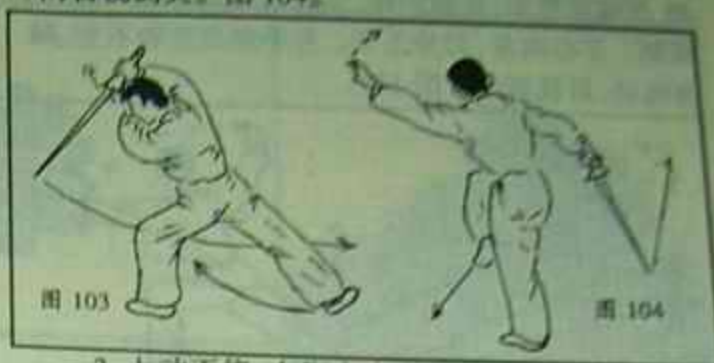
技击含义:敌攻我头部或胸部,我持剑沾接棚划向右搅一弧线,随即进剑,刺敌肋。歌云内功剑法,意力含沾连随挂棚与粘,“视机寻隙急放箭,大罗神仙也掀翻。”

六十八、车轮剑

1、左脚向后撤步,屈膝前弓,右腿伸直成左弓步,随即身体向左转 90 度。同时右手剑内旋自身前向上向左再向下反剑下刺,手心向外。同时左臂向下向左向上绕行至头的左上方。手心朝外。目视剑尖。图 103。

2、上动不停,右脚向上提起,右手剑弧行向右下

方穿行,手心向外。左手剑指向左上方穿出,手心向外,目视剑尖。图 104。



3、上动不停,右脚向左脚前下落,脚尖外摆。右手剑外旋继续向上撩起,手心向内。左手剑指屈肘置于头的左上方。目视剑尖。图 105。

要点:车轮剑要向后连续作三式。剑随步行。要自然,节节贯串,绵绵不断,柔和顺畅,上下随合松腰活腕。剑身合一。

技击含义:敌方持剑向我胸部腹部刺来,我即后撤左腿,身体向左躲闪,右手剑顺势缠绕敌腕部。当敌闪之空隙之机,反腕快速反击,刺敌下盘。敌方向我右侧跨步避开,随刺我耳部,我即仰身避过顺势剑内旋上托敌腕,趁势向前推进,刺敌腹部。

六十九、乌龙摆尾

上动不停,左脚向左上一步屈膝成弓步。右腿自然伸直,身体向左拧转,带动右手剑继续向上向左划弧倒提剑于左上方,手心向外。左手剑指下落,附于右手腕处,手心向外。目随剑行。图 106。



2、上动略停,右脚向右铺出,左腿屈膝下蹲成仆步。腰向右扭转,带动右手剑随身体下潜外旋,使剑尖向右下方穿刺。手心向右,刃分上下,剑尖低于剑柄。左手剑指向左上方穿出至头左上方。屈腕,手心朝前。剑指朝右。目视剑尖。图 107。

要点:下穿剑与探剑实为一个剑法。中间不可断开,两腿的转换要自然,与剑的动作要协调。

技击含义:此势与车轮剑合用,敌取我上盘,我起剑上托其手腕,随即身体下潜穿刺腹部。

七十、怪蟒缠腕

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/>