

真 述 拳 意 形

李
仲
轩
论
形
意

目 录

| | |
|--------------------------|--------|
| 尚 式 形 意 | - 1 - |
| ◇ 夜练形意拳..... | - 1 - |
| ◇ 我所知道的尚式形意拳..... | - 4 - |
| ◇ 耳闻尚云祥..... | - 7 - |
| ◇ 以尚式形意解“拳禅合一” (1) | - 10 - |
| ◇ 以尚式形意解“拳禅合一” (2) | - 13 - |
| ◇ 以尚式形意解“拳禅合一” (3) | - 15 - |
| ◇ 尚式形意拳的形与意..... | - 20 - |
| ◇ 尚云祥说“虎豹雷音” | - 23 - |
| 唐 传 形 意..... | - 26 - |
| ◇ 唐传形意渊源谈..... | - 26 - |
| ◇ 唐传形意劈钻二法..... | - 30 - |
| ◇ 唐维禄说打法..... | - 33 - |
| ◇ 唐传形意拳八卦掌..... | - 35 - |
| 薛 颠 传 象 形 术..... | - 37 - |
| ◇ “一个头”见薛颠..... | - 37 - |
| ◇ 象形术渊源谈..... | - 42 - |
| ◇ 追忆“象形术” | - 46 - |
| ◇ 象形术提要..... | - 50 - |
| ◇ 象形术飞摇二法..... | - 52 - |
| ◇ 薛颠的云法..... | - 55 - |
| ◇ 薛颠的晃法..... | - 58 - |
| ◇ 象形术的旋法..... | - 62 - |
| ◇ 附读者来函..... | - 67 - |
| ◇ 从“薛颠的点穴术”谈起..... | - 68 - |
| ◇ 薛颠的猴形..... | - 72 - |
| ◇ 薛颠的马形..... | - 76 - |
| ◇ 薛颠之鸡燕二形..... | - 76 - |

◇

尚 式 形 意 拳

夜 练 形 意 拳

徐皓峰

今年 86 岁的李仲轩老人是形意拳名家尚云祥晚年所收弟子。尚云祥的拳法被后人称为尚式形意，其宗旨是以拳法为修养。

曾有一个徒弟难以克服比武时的心神慌乱，听到佛法中有“定力”之说，就向尚云祥问起，尚云祥说：“定力就是修养。”解释练武先要神闲气定，能够心安，智慧自然升起，练拳贵在一个“灵”字，拳要越来越灵，心也要越来越灵。练功时不能有一丝的杀气，搏击的技能是临敌时自然勃发，造作杀心去练拳，人容易陷于愚昧。

李仲轩在拜师尚云祥前，跟随尚云祥的师弟唐维禄学拳，唐维禄文化程度不高，人却很文雅，平时总是懒洋洋的，拿着个茶壶一遛达能遛达一天，性子非常温和。他教拳遵循古法，要在没人的地方教，树林里都不行，必须周围有墙，完全与外界隔离，不准第三双眼看。这么一个没人的院子，不太好找，李仲轩想了半天觉得只有家族的祠堂合适，平时无人去，便在祠堂里学拳。有一段时间，师徒两人吃住都在祠堂。练的时候只能一人，连师傅也不能看的，有疑问了，才演示给师傅求指点，而且只许在晚上练。唐维禄说：“想在人前逞能，得在昏晃受罪。”后来唐维禄以前的徒弟总到祠堂来，李仲轩的家人便有了意见，唐维禄就不再来了，唐维禄家在农村，离宁河镇有段距离，李仲轩便总是赶到唐维禄家学，有时十来里路一会儿便走到了，而且人越来越精神，觉得没走够。他把这种感受对唐维禄讲了，唐维禄说：“形意拳又叫行意拳，有个行字，功夫正在两条腿上。”然后给李仲轩讲了个故事。唐维禄的师傅是李存义，李存义当国术馆馆长时，一天有个人背着口大铁锅来了。将锅往地上一放，跳到锅沿上打了套拳，可想其换步该有多快，腿功了得。他表演完后对李存义说：“不知李馆长能不能做到？”李存义说：“此种技能接近杂技，得专门练，你的腿功如果真好，跟我比比赛跑怎样？”两人说好，相隔两丈远，一喊开始，那人就跑，如果跑出十步李存义仍未追上，就算李输了。不料那人一起步，就被李存义推倒，好像俩人紧挨着似的，连续几次都是如此，最终那人背着铁锅羞愧地走了。此人没留下姓名，三十几岁，被国术馆学员们称为“老小伙子”——有了这件事，国术馆学员们知道了形意拳腿功厉害，就肯老老实实站桩了。唐维禄说：“你走远路来学拳，走路也是练功夫。”李仲轩来得就更频繁了，即便有时唐维禄不教什么，也觉得来回走一趟，很是

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/>