



八卦 72 暗腿

□赵振忠

(1~10)

八卦暗腿的特点

八卦腿是八卦掌的重要内容之一。八卦腿在其用法中有明腿和暗腿两大类。明腿是指使用比较明显的一些腿法；暗腿就是使腿具有不见腿特点的那些腿法。本文所介绍的八卦暗腿概括起来有以下三个特点。

1. 使腿不见腿。
2. 在走转中使用。
3. 连贯进攻。

七十二暗腿击法

乙左脚往甲右侧斜进一步，同时伸右掌由下往上挑穿挂乙右臂，接着进右脚，用右脚外侧面绊住甲右脚跟，乙右臂沿甲右臂下缘横掌击打甲右肋（图1）；在乙右掌击甲右肋同时，乙右腿随之前弓顶甲右腿胫骨将甲击出（图2）。

2. 倚山挤靠内弓腿

甲迈右腿，伸右拳勾击乙腹部；乙左腿微向左移，用左掌由甲右掌里侧往外围带，同时右腿往甲裆内

继续前伸或屈肘横臂滚压甲左臂，身体随之往前一移，右腿一弓，以肩、臂靠甲相应部位将甲击出。（图4）

3. 天马行空侧弓腿

甲上右脚，伸右拳斜形截击乙腹部；乙左脚往甲右腿外侧微移一步，同时侧转身躯，用左掌由上往下再往右斜下方掳甲右臂，同时进右腿，拍右手拍击甲面部（图5）；甲受到乙右掌攻击必将右臂上抬护自己

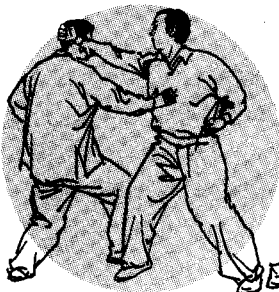


图 1

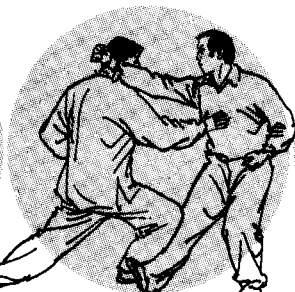


图 2



图 3



图 4

1. 紫燕抛剪外扣腿

甲（图中穿翻领上衣者）迈右腿，伸右拳或右掌直击乙（图中穿对襟上衣者）面门，左掌置于左腰侧；

进一步，以脚尖勾往甲右脚跟，同时起右掌由外往里扇击甲右腿（图3）；甲右臂被掳必抬左臂防护，此时乙待甲乙右左臂接触的瞬间，右臂

面门或伸左掌招架乙右掌；此时，乙左腿速迈到甲左脚跟后或右脚后，身体随之前移，用左肩撞甲胸部，左腿一弓，右掌回落，乙左掌沿甲臂

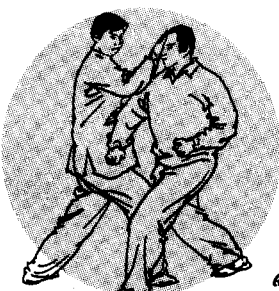


图 5

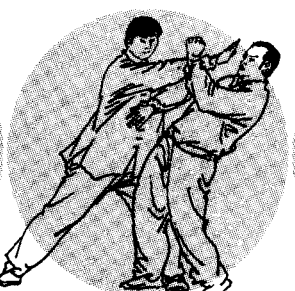


图 6



图 7



图 8

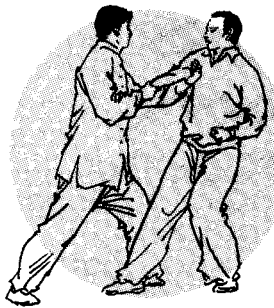


图 9



图 10



图 11



图 12

下斜刮一挑,将甲击出(图6)。

4. 十字搬接左扣腿

甲进右脚,伸右拳直击甲胸;乙右腿往甲右腿外侧迈进一步,并向右侧身,用右掌由内往外勾勒甲右

6. 脱身换影正搓脚

甲上右脚,伸右掌由上往下拍击乙头顶;乙左脚往甲右腿外侧一迈,身体闪过甲右掌,同时伸右拳直击甲右肋,并起右脚搓甲右脚面(图

胸,接着乙左臂往后压甲左肘窝并向后带,同时上右脚踩住甲左脚面,随身体后转,拧转甲左脚面,乙手脚合力将甲击倒(图14)。

9. 闭门推月横碾腿

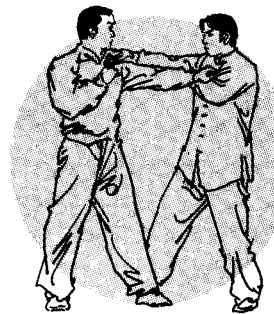


图 13

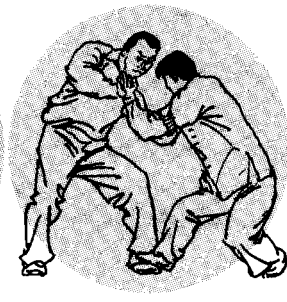


图 14

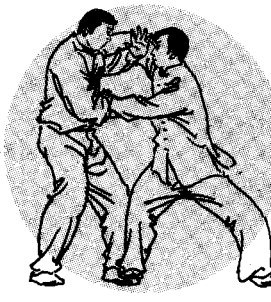


图 15



图 16

臂,上左腿置于甲左腿后(或右腿后)扣住甲双脚(或右脚);乙左掌沿甲右臂下缘穿裹甲右臂,乙两手上下相合,掌心相对圈住甲右臂(图7);此动不停,乙身体往左前移动,左掌沿甲右臂下方往前上横挑甲身,左腿一弓,将甲击出(图8)。

5. 倚马问路扣弓腿

甲进右脚,伸右拳直击乙胸;乙两手擒拿甲右臂,往右侧贴胸携带甲右臂,甲见己臂被擒被牵必往后回缩逃脱或拧转解脱;此时,乙不待甲变化,左腿往甲右腿后插,绊住甲右脚跟,两手握住甲右臂,借甲回缩或刚要变化之机,两手往前一送,乙左腿往前一弓,以左腿压甲右小腿,上下合一将甲击出(图9)。

10);接着乙右脚踩实,左脚往甲身后一迈。速转身,使乙身体正对甲后背,用双拳击甲后腰,将甲击出。(图11)。

7. 叶底藏花左搓腿

甲上右脚,伸右拳直击乙胸;乙左脚往左前上一步,右脚再上一步,身体向右微转,以右掌携带或刁拿甲右腕,左掌往甲右臂下方斜插,并用左肩撞甲右肩,起左脚蹙击甲右脚外踝或右脚面,将甲击出(图12)。

8. 顺势领衣外碾腿

甲左脚前迈一步,伸左拳直击甲胸;乙左脚前进一步,以左掌由外向里拿住甲左腕,同时伸右手沿左臂上方直插甲咽喉(图13);此动不停,乙右手翻掌屈肘,以肘尖点击甲

甲上左脚,同时伸左拳击乙胸腹部;乙左脚前进一步,用两手掳甲左臂,同时起右腿一趟甲左腿;甲必有所反应,此时,乙两掌紧贴甲左臂上下缘往前一送,右掌击甲胸,乙掌击甲肋,右脚顺势横碾甲左脚面或左踝关节外侧,将甲击出(图15)。

10. 还打还踏前踩腿

甲右脚前进一步,伸右拳(拳眼朝下,拳轮朝上)斜形裁击乙腹部;乙左脚往左前上方斜形迈进一步,用左右掌由外往上往下滑扑甲右臂;乙右脚迅速前迈碾甲右脚背,左掌继续按甲右臂,乙右掌随右腿前进呈自然形状拍击甲面门,将甲击出(图16)。



八卦

72 暗腿

□赵振忠

(11~21)

11. 金鸡争斗前踩腿
甲上右脚，伸双拳直击乙胸膛部；乙左脚微后一撤，右脚回拉，同时用双掌由上往下交叉盖扑甲双臂；此动不停，乙紧接着右脚往前一迈，以右脚带动左脚，使双拳从外向里击打甲两太阳穴或两腿（图 17）；甲双手往上屈肘防护，乙一击甲头后迅即下落环绕甲臂由甲两臂下横



图 17

时迈左脚踩甲小腿胫骨或右脚面，将甲击出。（图 20）

13. 犀牛望月外踩腿
甲上左脚前进一步，以左直拳直击乙胸；乙左脚往右脚后倒插一步，侧身闪开甲左拳，乙一侧身立即用右拳由上往下砸击甲左臂，并借甲左臂反弹力用拳背砸击甲面门；甲必出右掌或屈左臂防护，乙右臂



图 18

的瞬间，以右脚踩甲左脚面，伸右臂甩击甲胸、颈部，并以肩靠甲，将甲击出。（图 22）

15. 狮子滚球下踩腿
甲左脚前迈一步，伸左掌直戳乙面门；乙左脚往甲左脚内略移一下，伸双手以左掌架住甲左腕并拿住左腕，乙右掌托甲左肘，往斜上方领带，同时起右脚踢甲左踝关节外



图 19



图 20

掌击甲两肋，同时进身以右脚踩甲左脚面或左膝，将甲击出。（图 18）

12. 狮子扑球前踩腿
甲上右脚，用双峰贯耳式从左右两侧击乙头两侧；乙右脚往甲裆内进一步，屈双肘护往自己头部，当甲乙双拳刚一接触，乙双掌一分往两侧斜下方掳甲双臂，同时涌身以头击甲头胸（图 19）；甲必仰身躲闪，挣手防护，此时，乙松开双手，左手在前，右手在后，扑击甲胸腹，同

由上往下滚臂挤甲，使左掌击甲胸腹，起右腿踩甲左膝，将甲击倒。（图 21）

14. 懒龙卧枕侧踩腿
甲左脚前进一步，伸双掌或双拳扣击乙胸；乙屈右臂横于胸前架住甲双拳，同时将左臂下盖，压于甲双臂上缘，与右臂一起圈裹住甲双臂，此时，乙左腿往右腿后一插，侧身，以肩撞甲右肩、肘；甲不待乙拿实，即缩臂化解，乙就在甲屈臂化解

侧；此动不停，乙不管是否踢中，迅速后转身，以右掌托住甲左肘，松左手，起左脚踩甲左膝外侧，将甲踩倒。（图 23）

16. 走马活换后踩腿
甲左脚前迈一步，用左拳由外向里击打乙右太阳穴；乙右脚往右移一步，低身闪过甲左拳，左脚往甲裆内进一步，伸右拳勾击甲左肋（图 24）；此动不停，乙右拳变掌往甲右肋下穿反臂抱甲腰，迅即起右腿踩



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/>