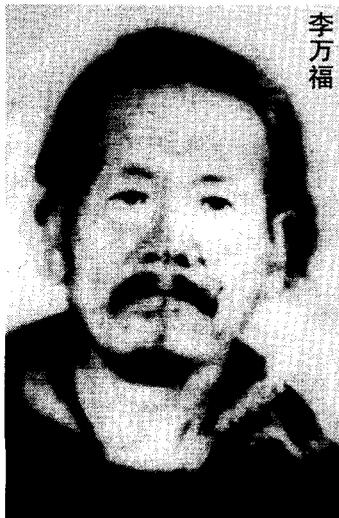


陕西红拳与三十六打法

文 / 王忠毅



李万福

红拳是流传于西北，兴盛于陕西的古老拳种，注重实战，击技性强，节奏鲜明，结构严谨、朴实、大方是红拳的特点。自清朝中后期以来，陕西红拳主要分成四个流派，即三原的鸽子高三、临潼的黑虎邢三、宝鸡的司宝龙和通背李四。这四位武林前辈，人称“陕西四杰”，他们对陕西红拳的发展，起到了承前启后的作用，现今的陕西红拳不仅以实战性强而享誉武林，更以其历史悠久和丰富的文

化内涵而逐渐被人们重视和喜爱。

陕西自古以来就是武术大省。雄厚的文化底蕴，造就过无数英才。在这片古老的土地上，诞生了一位武术奇才，他就是我们所追忆的，西北武林的泰山北斗——李万福先生。李万福先生(1885~1965年)是陕西咸阳渭城湾人氏，是继承和发扬红拳和三十六打法的一位武术大家。先生武德、人品、武学在清末民初即享誉西北，门生遍布三秦，传人尊其为拳夫子。先生年幼受业于传奇武人九老汉，后拜李公邦彦为师，再承陕西四杰之精髓。遍交华北、西北众武学高人，不但全面继承中国武术，且又有所发展。先生不拒门派，纳为己用，变通拳理，自成一体。博采“四杰”之长，改大架、小架为中平架，舒展大方、气顺力达、进退自然，便于习练。

三十六打法是少林拳法的实战总结。它是将打法与穴位、经络、骨骼相结合的一种打法。不在一种形式而超出一种形式，不讲身体某部位点击，而讲周身各部位打击对手，击敌要害(穴位、经络、关节)。前辈武人说，脚踏八卦，手合两仪，手以心动，脚以意行，进退无常，随敌而变。三十六打法又称三十六硬进门，由传奇武人九老汉传下，经“红拳泰斗”李万福传铁壁刘玉汉(万福先生高徒衣钵传人)再传笔者，又因三十六打法是红拳的拳母和开启红拳殿堂的钥匙，所以历代继承者均身授言传，决无详文和图解，公开的只是三十六打法的名谱。

陕西红拳古拳谱记载拳械套路百十余种，有徒手拳、刀、枪、棍、鞭、铜、连架棍和线锤等。徒手拳套路就有七八十套之多，有太祖红拳、康熙红拳、关东红拳、关西红拳、大红拳、小红拳，另有十余套捶(拳)法及多套名拳和九拳。捶法有少林捶、五虎断明捶、七星捶、四门捶等；名拳有大形拳、坤阳拳、翻拳、梨花拳、猴拳和醉拳；九拳有通背九拳、邢家老母子九拳、高家老母子九拳等等。从以上

的古拳谱中就可以看出，陕西红拳是历经千百年，纳中华武术不同时期不同流派之长，集无数前辈的心血而大成的上乘拳法，有少林之阳刚，含内家的阴柔，有道家的经典，又有佛家的深邃，有中华民族的文化，又有陕西地方的民俗，博而合一，这就是陕西红拳及其精神之所在。

陕西红拳是汇集历代武学及周边省市武艺精华而成的。红拳古谱中对各种套路均有叙述，虽不可作证，却可作参研。如大红拳谱中有“一路红拳出少林，开花结子桃撩裆”之说；太师双鞭谱中有“闻太师传下雌雄鞭”；白虎鞭谱中有“养由基传下护身鞭”；四门双刀谱中有“双刀飞舞出汉朝”等等，都对朝代和人名有说明，同时对省地有准确的记载，关东关西红拳、康熙红拳、燕青的“五行刀”、九纹龙史进的“九龙棍”、杨家的“九点梨花枪”和鲁智深的“醉打山门”也都是出处有名，这就为发掘和研究中国传统武术提供了参考依据。

李万福先生高徒之一刘玉汉拳师，自幼随李万福先生习练红拳，师徒同乡同村，情深意重。刘玉汉为人厚直，是典型的关中汉子，有“铁壁”之称。精通三十六打法，受人敬爱。本人从师刘玉汉拳师二十余年，并被收为关门弟子，习学拳械二十余套，得刘师言传身授红拳门精要，长期潜心研习，对红拳深有感悟，武术不是“舞术”。研究和传承武术不能只在套路和表演上着手，应回到本质上来，只有继承才有发展。先师虽早已作古，但音容笑貌常在眼前。使这一文化遗产得到保存和发展，使后人能真正了解中华武学的本质，使三十六打法和红拳得到传承并发扬光大先师的遗愿。

陕西红拳之所以能流传至今的原因，就是它有着丰富的内涵和深厚的文化底蕴。悠久的文化孕育了灿烂的文明。传统的中国武术，是民族文化的国宝，众多拳种和流派在历史的长河中争奇斗艳。“红拳泰斗”李万福先生留下的红拳一脉，从理论到实战都非常完整，是红拳的正根。



刘玉汉

END 结束

更多内容



【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、...

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/>