

歌云:

武当剑法堪奇功, 十字妙法变化精。
欲知剑术之真谛, 以剑演道为吾宗。
意如水, 气如云, 舞如龙, 盘如凤,
左拉右抹任意行。遇敌全凭步法灵。

八卦步, 太极身, 出剑整力贯其锋。
以气运身显其神, 滚动内气润中宫。
阴阳易理是根基, 虚实分明技法清。
内外练得合一处, 才是此剑之正宗。

武当绝命剑第三路

郭树璞

(接上期)

十九、迎风掸尘

(1) 身上起, 右脚向左脚前上步, 脚尖内扣, 身体向左扭转, 面朝南。同时右手持剑外旋, 手心向上, 从右向左上方撩起, 成斜上立剑。剑刃分左右。左手剑指向下向左再向上划弧, 置头部左侧上方。手心向前, 眼随剑行, 目视前方。图 35。

(2) 上动不停, 身体继续向左扭转, 面朝北。同时吸胸收腹, 双脚并步向后微跳半步。右手持剑与左手剑指一起向前下落点剑。随后再向两侧外划。两臂微曲, 两手心均斜向外。剑指斜向下, 目视剑锋。图 36。



要点: 两动联接紧密, 中间不可停顿。转身柔和迅速, 点剑后跳要同时完成。

技击含义: 敌持剑刺我左肩, 我上右步躲闪, 同时剑撩敌腕。敌剑刺我腹, 我猝闪不及, 立刻后跳含胸收腹, 剑拨敌械化其攻势。

二十、丹凤朝阳

(1) 右脚向左脚前上步, 脚尖内扣, 腰向左扭转, 左脚再向侧摆步, 脚尖外撇。同时右手持剑, 随身体的转动向左侧弧形摆动, 手心向下。剑尖朝西南高于剑柄。左手剑指下落附于右手腕处, 手心向下, 与右手同行。目视剑尖。图 37。



(2) 上动不停, 左腿略屈独立站稳, 右腿屈膝后撩。同时右手外旋随即向右上方向刺剑, 刃分左右, 剑尖朝南。左手剑指向后划弧立于腰的左侧, 手心向后, 肘略屈。目



视东方。图 38。

要点: 整体动作要联贯一致, 一气呵成。摆扣步要分明, 独立式要稳。刺剑与扭腰要有拧劲, 各部配合要协调。

技击含义: 对方攻我左胸, 我扣步闪躲, 剑随步移斜刺对方内腕。敌复刺我喉, 我拧腰旋腕身闪剑提截其攻势, 随即剑穿刺敌头。连化带攻。

二十一、乌龙摆尾

右脚向前下落(东方)速提左腿, 脚尖自然下垂。同时右手剑内旋, 从右上向左下, 再向右侧弧形划拨。然后提之腰的右侧, 臂微屈。剑尖斜向下, 手心向内, 左手剑指从左侧向后向外弧形缠绕于身前, 置于左侧, 手心向内, 目视前下。图 39。

要点: 划拨剑要柔和, 身体略前倾。独立式要稳。

技击含义: 此为防守之法。对方剑刺我下盘, 我划剑截其腕部, 或向外化拨其刃, 为攻作准备。

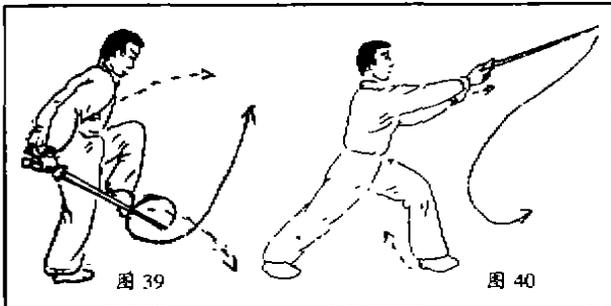
二十二、青龙扶手

接上式, 左脚向前落步, 屈膝, 右腿自然伸直, 成左弓步, 同时右手外旋由前下向

G1852.24

(续一)

右上再向前横扫。剑身平放，手心向上，肘微曲。左手剑指向下，向外划弧，在胸前合于右手腕处，手心向下。目



视剑锋。图 40。

要点：两式动作要联贯，中间不可断开。要以腰带臂，两臂动作要同时进行。双肩抱拢，肘不可僵直。

技击含义：此式与上式同用，为防守连攻之法。我划拨敌刃，顺式扫其胁，或进步推其持械之前锋手。

二十三、风卷残云

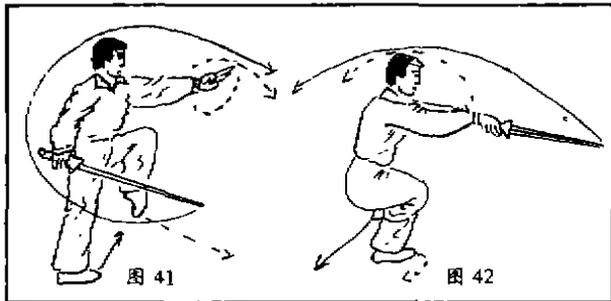
身上起，腰微向左扭转。左脚提起，脚尖自然下垂，重心移于右腿，成独立式站稳。同时右手内旋，从前上向左下再向右侧划弧抽带，置于身体右胯后侧。臂略屈，剑柄高于剑尖，手心向内。左手剑指内旋，弧形前伸。手指向上，手心向外。目视左手。图 41。

要点：后带剑要有向外的棚挂之力，两手动作要协调。

技击含义：对方剑刺我下盘，我抽剑拂化，其攻势，左手戳其面门。

二十四、童子拜佛

接上式，身体略下沉，右脚随即蹬地向前跃起，左脚随之向前进一步，屈膝下蹲。右脚紧跟向前，扣于左腿后弯处。同时右手外旋，从前向下，向后，向上，再向前劈点，手心向内。左手剑指内旋，从左向右，再向前划弧合于右手腕处，手心向外。目视剑锋。面向东方。图 42。



要点：此式与上式联接紧密。跃步要轻灵，要见远不见高。劈点剑与下蹲式同时完成。剑尖略低于剑柄。

技击含义：我拦截敌刃插其面门。敌若后退，我立即进步抢攻敌头部。敌若长兵刃，我左手控其械杆，跃步抢进剑劈其头。此剑为武当剑短进长之法。俗话说：“短

进长，脚下忙”。倏忽纵横，倏跳超距，眼快手捷。

二十五、反劈华山

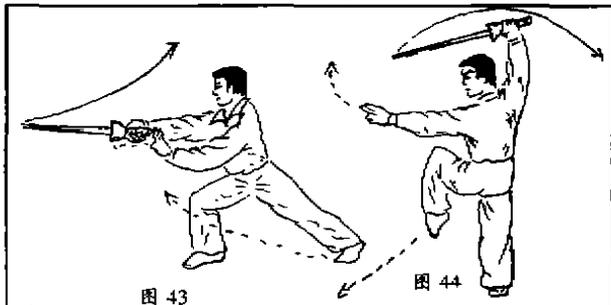
右脚向后落步，随即屈膝。左腿自然伸直，成右弓步。同时身体向右后转体 180 度，带动右手持剑，向上，向右反剑抡劈，然后翻转手腕向下劈剑，手心向左，剑刃分上下。左手剑指随右手同时运行，下落肘附于右手腕处，手心向下。目视剑尖。面向西方。图 43。

要点：转身要快而稳，以腰带剑，眼随剑行。

技击含义：对方袭我后面，我速转身抡剑划击其刃，化其攻势。随式顺其兵器劈划其手。

二十六、太公钓鱼

身上起，左腿屈膝提起，脚尖自然下垂，右腿自然站立，成独立式，同时右手持剑内旋向上托架，再略向后抽拉，手心向外。刃分上下，剑尖低于剑柄。左手剑指屈



腕前伸，手心向内。目视左手。图 44。

要点：身上起时，要微向右扭腰。上托剑与抽提剑要联贯柔和，不可分为两式。腿、手、剑的动作要协调同时完成。

技击含义：对方剑向我头部劈来，我提剑上托抽拉其手臂，或沾接提拦其刃，防开攻势，起脚踢其裆部，左手插其要害，此为防上取下之法。

二十七、败中取胜

左脚向前（正西方）落步，屈膝成弓步。右腿自然伸直。同时腰向右拧转，带动右手持剑，向上、向右，再向下划弧点剑。剑尖低于剑柄，手心向内，手腕略上提。左手向右弧形摆动，置于头的左上方。手心斜向上，目视剑尖。图 45。

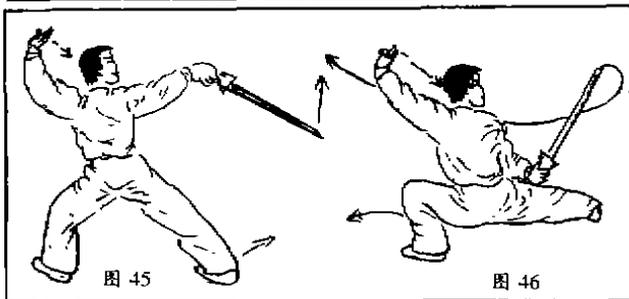
要点：腕部要灵活，力贯剑尖。

技击含义：对方持剑刺我右肋，我落步躲闪，同时剑点敌上腕。

二十八、毒蛇反尾

上身微右拧下沉，右腿屈膝全蹲。左腿自然铺平，成仆步。同时右手持剑沉腕，使剑尖由下向上崩挑。剑尖斜向左上方，手心向内。左手臂略弯随身体下沉，置于头的左上方，手心向外。目视剑尖。图 46。

要点：仆步要松腰松胯，上身不可前俯。臀部不可突



出。崩挑剑要松肩坐腕。要身剑协调一致。

技击含义：对方向我头部袭来，我速身体下潜，闪避其来势，同时剑崩挑敌腕。

二十九、袖里藏花

身上起，身体向左扭转 180 度，面向西方。左脚向外展，重心前移，屈膝前弓踏实。右脚向左跨步，伸成左弓步。同时右手持剑外旋，从前下，向左侧身后横扫。剑尖向后，刃分左右。左手剑指从左上，向右划弧于右肩处，手心向外，剑指向上。目视剑锋。图 47。

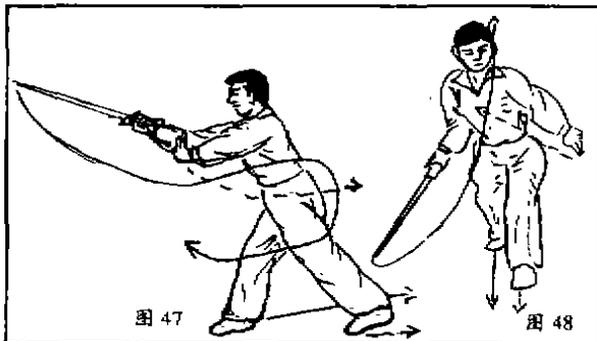
要点：要以剑带身，以身随剑。右臂要屈肘，不可耸肩缩项。整体动作要协调。

技击含义：对方袭我左侧，我摆步闪身躲避。随即进身剑扫其手臂内侧。因情取势，出其不意，乘机取之。

三十、魏勒扫门

身体向左转 45 度，右脚向后撤一步，屈膝前弓，重心落于右腿。左脚随即向后撤半步，足尖点地成左虚步。同时右手持剑内旋，从左腋下经左膝外，向右侧后弧形扫抹。臂略弯，手心向下。左手剑指随右手动作，同时向左侧划弧，手心向下，臂微曲，目随剑行，面向南方。图 48。

要点：步法虚实要分明，上身要正直，两臂同时向两



侧分，扫抹剑要和顺，有弧度，不可直向后抽拉。剑动身随。

技击含义：敌方剑刺我后下盘，我撤步闪开，同时剑扫抹敌臂腕。也可扫抹其械，使其攻势落空。

三十一、开门揖盗

接上式，身微起，左脚向前（南方）进一步，右脚随即

跟进，与左脚并齐，两腿略有弯曲。同时右手持剑外旋，左手剑指外旋，一起向胸前合并。然后向前上方推刺。右手心向上，左手护于右腕处，手心向右。目视剑尖。图 49。

要点：两式要衔接连贯紧密。两手分合要自然流畅，刺剑要与并步同时完成。两臂不能挺直，不可耸肩，力达剑尖。

技击含义：此招与上式联用，为防守联攻之法。划开敌械后，进步直刺敌胸。要作到撒如猿猴进如脱兔。

三十二、合门闭户

右脚向后撤一步，身体重心落于右腿，身下沉屈膝。左脚随即后撤，脚尖点地成左虚步，同时右手持剑，从前向身体右后方抽抹，手心向下。剑尖向前上，剑柄



与腰齐。左手剑指随同右手一起向左后方弧形摆动，置于体左侧。剑指朝前，手心向下。目视剑锋。图 50。

要点：撤要敏捷轻灵，重心要稳，两臂略向外分，微曲。剑身合一。

技击含义：敌刺我胸，我速后撤闪躲其来势。为进攻作准备。

三十三、巧燕钻云

(1) 上身微向左转 45 度，左脚向前进一步，右脚随即跟进。脚尖点地靠于左脚内侧。身下沉蓄，然后左腿下屈，用力蹬地跳起。同时右手持剑外旋，向前上方穿刺，不分上下，手心向上，左手剑指从左侧前上划弧，迅速与右手合拢。手心向右附于右手腕上。图 51。

(2) 上动不停，腾空后右腿屈膝回收在左腿后。右腿向右摆起。同时右手持剑从前向右，经头部上方向后、向左、再向前云剑一周，然后迅速内旋。手心向下，向右上方挺腕崩点。刃分左右。左手剑指向左弧形上举，置于左侧头部上方，手心向外。目视剑尖。图 52。

要点：两式要连贯一致，不可中间断开。跃起要轻灵，云剑与崩剑要在空中完成，云剑要起平圆，崩剑要松臂挺腕，崩完要立即回收。动作要协调。

技击含义：此为连击之法。左方之敌攻我上部，我出剑穿刺其内腕。随即向右翻划剑，化拦攻我右方之兵刃，然后剑走中盘崩点其后肋。

三十四、凤凰落地

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/>