

# 《武当剑》

## 目录

### 前言

### 总序

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 一、剑之形式及各部名称 .....    | (1) |
| 1. 剑身 .....          | (1) |
| 2. 剑尖 .....          | (1) |
| 3. 剑锋 .....          | (1) |
| 4. 剑刃 .....          | (1) |
| 5. 剑脊 .....          | (2) |
| 6. 护手 .....          | (2) |
| 7. 剑柄 .....          | (2) |
| 8. 剑鐔 .....          | (2) |
| 9. 剑从 .....          | (2) |
| 二、握剑方法及剑体方位的变动 ..... | (3) |
| (一) 握剑方法 .....       | (3) |

|                     |      |
|---------------------|------|
| (二) 剑体方位的变动 .....   | (3)  |
| 1. 立剑 .....         | (3)  |
| 2. 平剑 .....         | (3)  |
| 3. 竖剑 .....         | (3)  |
| 4. 垂剑 .....         | (4)  |
| 三、武当剑法手位变动阴阳圈 ..... | (5)  |
| 1. 中阴剑 .....        | (5)  |
| 2. 少阴剑 .....        | (6)  |
| 3. 太阴剑 .....        | (6)  |
| 4. 老阴剑 .....        | (7)  |
| 5. 中阳剑 .....        | (7)  |
| 6. 老阳剑 .....        | (7)  |
| 7. 太阳剑 .....        | (7)  |
| 8. 少阳剑 .....        | (7)  |
| 四、武当剑之十三势剑法 .....   | (9)  |
| 1. 抽 .....          | (9)  |
| 2. 带 .....          | (9)  |
| 3. 提 .....          | (9)  |
| 4. 格 .....          | (12) |
| 5. 击 .....          | (12) |
| 6. 刺 .....          | (12) |
| 7. 点 .....          | (12) |
| 8. 崩 .....          | (12) |

|                            |             |
|----------------------------|-------------|
| 9. 搅 .....                 | (17)        |
| 10. 洗 .....                | (19)        |
| 11. 压 .....                | (20)        |
| 12. 截 .....                | (20)        |
| 13. 劈 .....                | (22)        |
| <b>五、武当剑法要义及练法 .....</b>   | <b>(23)</b> |
| 练剑之基本 .....                | (23)        |
| 练剑之精神 .....                | (23)        |
| 用剑之要诀 .....                | (23)        |
| 心空歌 .....                  | (24)        |
| 练剑歌 .....                  | (24)        |
| 四法歌 .....                  | (24)        |
| 分级练习法 .....                | (24)        |
| 对剑三角法 .....                | (25)        |
| 阴阳剑圈法 .....                | (27)        |
| <b>六、武当剑单练套路动作图解 .....</b> | <b>(28)</b> |
| 武当剑术动作名称 .....             | (28)        |
| 预备势 .....                  | (28)        |
| 1. 提手上势 .....              | (30)        |
| 2. 瞻望前程 .....              | (32)        |
| 3. 仙人指路 .....              | (35)        |
| 4. 平伏地锦 .....              | (35)        |
| 5. 白蛇出洞 .....              | (38)        |

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/>