

目 录

- 一 醉拳简述····· (1)
- 二 醉拳手型及图例说明····· (4)
- 三 醉拳拳谱····· (6)
- 四 醉拳组合名称····· (8)
- 五 醉拳动作说明····· (10)

- 附 醉拳路线示意图····· (93)

一 醉拳简述

醉拳，属象形拳术之一。它是在武术攻防动作的基础上，模仿传说中“八仙”汉钟离、吕洞宾、韩湘子、蓝采和、张果老、何仙姑、铁拐李、曹国舅的醉酒形象以及《水浒》中鲁智深醉打山门、燕青醉酒、武松醉打蒋忠等情节和拳法综合编排而成。因整个套路中突出“醉”的形象，故称“醉拳”。

醉拳风格独特。它将武术运动中闪展腾挪、指东打西的技击技术和攻防意图，以及跌扑滚翻、浪浪沧沧、前俯后仰、东倒西歪的醉形醉态巧妙地结合起来，虚虚实实，轻灵自如，发招疾速，刚柔相济，手法多样，腿法多变，跌摔动作比较多。其摔、跌、倒、起均在“醉”中顺势完成。民间留传的《醉八仙歌》生动地描述了其醉形醉态和拳势特征：“何仙姑鸾颠凤倒，侧进身偏；铁拐李左跌右撞，身倒脚掀；吕洞宾披手披脚，两手如矢；韩湘子插掌填拳，来若翩跹；曹国舅身步齐进，臀膊浑坚；蓝采和上蹿下挽，骨反筋偏；张果老蜻蜓点水，挽拳挽脚；汉钟离颠来倒去，玉山颓墙”。

“身花儿，如狂似颠；步趋儿，东扯西牵，好叫人留恋。”如果说醉汉不能给人以艺术享受，而醉拳则可以给人以美的旋律。

醉拳手型有拳、掌、勾、端杯手、凤凰眼手等5种。手法有点、盖、劈、插、拿、采、扣、格、挑、挂、穿、摆、

压、打、掐、锁、隔、抡、挂、架、带、缠、闯、击、刺等25种。眼中有视、瞧、瞄、膘、痴、乜等6种神态。身法中有挨、撞、填、粘、提、贴、靠、挤等8种。步型有弓、马、仆、虚、歇、跪、独立等7种。步法有进步、盖步、撤步、叉步、提步、并步、碾步、碎步、落步、浪步、跛步、旋步、随步、梅花（点丁）步等14种。腿法除有踢、摆、蹬、擦、弹、点、踹、合等8种明腿外，还有踩、踏、钩、挂等4种暗腿。地躺腿法有剪腿、分腿、蹬腿、打腿、旋转腿、扫腿、踹腿、缠腿、绞腿、摆腿等10种。除了跌扑滚翻外，还有沾、贴、钻、引、切、领、提、沉、借、发等10种功劲。

醉拳在演练中要求形象逼真，如临阵对敌一般。在技击攻防实战中，要求“形醉意不醉，步醉心不醉”，眼观六路，耳听八方；步步攻防兼备，处处柔中寓刚。在动与静、刚与柔、起与伏、快与慢、轻与重、险与夷、跌与不跌的一瞬间，不只是区分醉拳的独特风格，而且是要体现出醉拳的高超技击攻防技术和高度的实战价值。从技击效果上讲，醉拳的醉态、醉式有其特殊的迷惑敌方之作用，常能收到出奇制胜的效果。如：一个端手（原名“顶心拳”），以点拳为主，其中包括点（击打敌方头、面、胸部）、击（击打敌方头、面、胸、裆部）、掐（掐敌方喉结）、闯（击打敌方下颌或裆部）、压（顺敌方来式下压）、带（随敌方动作左右后带）、格（左格用掌根、右格用腕外侧）、缠（顺敌方来式，边缠边进或后退），这八种技击方法，是醉拳中最基本的手法。若敌方不识其道，便会被动挨打。如敌方距我较近，则采用靠打（肩靠、肘靠、胸靠、胯靠、膝靠、足靠，其意在买敌之根，御敌之势，使其技不能施展）、填打（填肩、

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/>