

七仙形秘拳

概述

“七仙形拳”系秘门武功，在历史传承中，门规森严，传递保守，故武道中人对此门知之极少。鉴此，笔者把术此拳源流、拳法、兵刃、技击、功夫、劲力等加以概述，让学者了解其大略。

● 高翔

一. 七仙形拳之源流

《七仙形拳》抄本载：“拳仿仙踪，人仙融形。”纳择神话传说，模仿七仙动作，寓意技击攻防，造拳制谱成七仙形秘拳一门。七仙即神话中的吕洞宾、曹国舅、韩湘子、李铁拐、汉钟离、蓝采和、张果老。传说七仙神通广大，能降妖伏魔，具有变幻莫测的身手。七仙再加何仙姑一位女仙，习惯称为八仙，特取七男仙立拳，隐示此门“纯阳宗风，至刚至猛”。

七仙形拳开门于清代中叶。始祖高嘉进，号“隐仙”，嘉庆年间人，原籍山东曹州府（定陶），幼年习武，师当时武林名士数家，学得多种拳脚及软硬功夫，艺成后离开山东，挟技出游山西、河北、湖北、河南等地。因其武功深厚，被豫东虞城当地大户任氏聘请为护院管家，遂迁籍。后辞职隐居，研习武艺，教授子孙，终老民间。高嘉进一生事武，拳学一道造诣极深，整理一门精简实用、高度杀伤的攻击自卫系统，即高氏看家拳——“七仙形拳”。

高嘉进传子高风魁等人。高风魁为高嘉进长子，秉承家训，艰苦修炼，功高技绝，闻名一时，乃“七仙形”第二代顶尖人物。后因执教武院，遭人妒忌破坏，遂厌感门户之争，颓然身退，随父同时隐居乡野，不复现江湖。高风魁用尽心血，潜心武道，对发展和完善“七仙形”贡献最大。高风魁传子高文学。高文学继承完整，技法全面，火候老到，乃第三代硕果仅存者，“丹田劲力、绝命单杀、易筋错骨”，为平生三大绝技，浸淫数十年。

高文学传子高铜山、高玉山、高金山等。高铜山精“七仙形”内功，功力深厚，最擅“双推掌”。高玉山击技高超，声名较盛，专工“绝命单杀”，以“长短闪电手”为平生特技。高金山（笔者祖父）深研“七仙形”分筋错骨，一生苦功，尽获精妙，卓然成家，尤擅“锁扣爪功，沾肢劲力”。至我父辈诸人，多走向学界、商界，离开故里，致力各自事业，不再纯研武功，“七仙形”日渐式微，后继乏人。

二. 七仙形拳之种类

高氏拳以单杀仙形、长节仙形、靠身仙形、戏枝仙形、守洞仙形、落地仙形、醉酒仙形、过海仙形、杂式仙形、逸仙形拳，组成了系统完整的七仙形门。

单杀拳，全为单形，单独练习，是七仙形的根基，一切招数皆由此生化而来，由武术基本动作组成，不乏七仙名称。如“单飞脚”“跳跃步”等。长节拳，包括练掌拳、练捶拳、练脚拳三种路数，各形各工，互不混用。练习掌捶脚的各种打法，纯系攻势。靠身拳，练习人体中节根节的打法，即头、肩、肘、胯、膝的各种技击方法。戏枝拳专工擒拿，练习各种爪技，分筋错骨，残肢断节，由一系列独立的散招组成。守洞拳，不含攻击，练习各种防御，配合退步败身之法，自保平安。醉酒拳，是一种醉拳，练习人体各种跌倒起身的系列动作，获得一倒即起，自我保护的能力。落地拳，练习人体完全落地的击技方法，注重脚法，既可主动击敌，又可败中取胜。杂式拳，由散形组成，以一形两动和一形三动为主，练习各种打击的连环使用方法，为攻防结合的击技形式。过海拳，是综合性套路，练习各种攻防，各种步法，其本身劲功和击技达到了相当高的层次和要求。逸仙拳，是一种内功拳术，拳架参以内功，动作缓慢柔和，专为人体的健康锻炼而设。

“七仙形”门以拳为主，兵刃为辅。兵器包括洞宾剑、采和枪、果老刀、湘子棍、国舅鞭、钟离扇、铁李拐，以及暗器七仙绝命尖等。各种兵器皆模仿七仙神物，外观奇异，独具特色。

三. 七仙形拳之功夫

“练仙不练功，出形形空”。功是七仙形立拳(各种形术、杀伤劲力)的根本，分为内功和外功。

“不练内功不算功”。内功是七仙形功法的基础和精髓。内功有“三炼”，即站炼、坐炼、卧炼。以站炼为主，上功最快。三炼皆是静形，静中求动。站炼有丹炉式、自然式、守洞式、玄机式；坐炼有便盘式、单盘式、双盘式、跪坐式、端坐式；卧炼有平卧式、侧卧式。各种桩法都要求头正顶平、颈立项领、脊直背竖、宽胸实腹。习功开始，选择一种桩法，集中心意，放松身体，自然呼吸，保持静姿，久练不止。持之以恒，易而生奇。内功炼到一定的火候再习练外功，则一日千里，进步神速。外功有柔软功、锁扣功、硬力功、强力功、护体功、眼睛功等。练习外功的常用器具，有玄玄圈、轻灵袋、仙人球、沾重袋等。

内功处处炼到，外功独练专修，培本修枝，内壮外强。本门尤其注重内在功夫，修炼门径先内后外，由内及外。以内为根，以外为辅，内外双修，相辅相成。至于内外合一，贯通一身，方为七仙形真功境界。

四. 七仙形拳之劲力

“攻击无劲事不成，空费七仙显神形”。形显于外，劲行于内，谈及拳必涉及劲。七仙形拳有三种主导杀伤劲力：震离劲力、穿透劲力、沾肢劲力。此三种劲力向来是七仙形的不传之秘。

震离劲力：不但对敌内外皆有杀伤，而且可置敌身体于丈外之远，舒展畅通，力量饱满，如雷霆万钧。

穿透劲力：“穿肌透肤射五脏”，短形抖放，遒烈透输，如迅雷不及掩耳，力透脏腑，伤其内里，令人肝胆俱裂，重者立毙。

沾肢劲力：“锁擒缠带沾肢用”，沾肢触敌，刚一锁扣，冷然而动，感觉灵敏，力应迅捷。关节最怕此劲，此劲一经发放，敌关节的保护肌还来不及抵抗，即已肢残骨折。

各种劲力皆以丹田为根，统称“丹田劲力”。“劲力生发腰根源，腰腹不忘有丹田，一气灵通大力仙”。劲力发此，亦蓄于此。发放时，心意支配，呼吸合法，百节放松，动作规矩，丹田一动则全身俱动，身上下，体内外，“一动无有不动”，劲力悉数发出；沾身硬似铁，刚猛沉重，立即杀伤。得劲力之真窍者，得绝武技。

五. 七仙形拳之技击

七仙形技击主要有打击法和分筋错骨法。基本打法有捶打、脚打、掌打、肩打、头打、胯打、肘打、膝打。要求直接打击人体致命部位。七仙形之打要害为八大绝命处：眼部三角、两耳太极、鼻梁翻车、颈脉喉核、心窝软骨、两肋软肋、地裆隐囊、双肾命门。要害的单形打击法，本门称作单杀，致人伤残，夺人性命，如伤元捶、碎阴捶、撩阴脚、封裆脚等。打不着不打，打不重不打，逢漏即到，一中必杀。各种各样的单杀使用方法，共同构成了丰富多彩的七仙形打击法：硬打、快打、抓打、封打、格打、截打、闪打、混打等。分筋错骨，即大小擒拿术，在打法基础上，通过爪技的锁拿扣捉，控劲制人，残肢断节。主攻的筋节有颌、颈、肩、肘、腕、指、膝、踝、趾。主要技法有缠、拧、扭、绕、转、托、压、提、捆、撼、盘、列别等等。

七仙形技击未打出前，配有几大“门户”，即玄机式、自然式、守洞式等，一切技击皆从门户开始，能够防御封闭，便于出招攻击。七仙形虽重进攻，亦不疏于防御。防御技法有：封闭、截拦、格挡、脱离等。“无尽天机藏神眼，眼生七形万招玄”。七仙形眼法有明有暗，有实有虚。明眼锐利，实眼狠毒，暗眼隐蔽，虚眼狡猾。“步动打人显神通”，七仙形技击走步有拖拉步、交叉步、跳跃步等。向来心意支配拳脚，七仙形技击心意包括静、勇、毒、警、智几大要诀。“临敌不能静，有技也无用”，“心勇气雄何所惧，杀心才有杀人技”，“手出意警心防变，两勇相斗智者胜”。七仙形还根据对方进攻特点，功夫强弱，制定了战法战术，有硬战、走战、闪战、连战、快战、静战、滞战等。

七仙形总诀曰：“依形出形，随形变形，不拘不束，七形无形。”虽寥寥数语，却蕴含着七仙形技击真髓，说透了七仙形应用要则，表达了七仙形武学追求的极致。

六. 七仙形拳与武当派

从创始人看，高嘉进曾出游两湖多年，必交会过不少武当高人，或可能拜过武当派名家为师，这在其造拳时必然吸取武当拳的理论、功法、招式等精华。其自号“隐仙”和取拳名“七仙形”，表明创始者深受道家文化的影响。从拳名看，总拳称谓及动作名称，皆是借鉴道家用语。从兵刃看，也是模仿仙形神物。从劲力看，

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/>