

心意六合拳艺传真

卢嵩高传授

凌汉共整理

心意六合拳艺目录

第一组 四巴

1、轻步站 2、虎扑 3、过步箭钻 4、猴竖蹲 5、横拳 6、鸽子入林 7、丹凤朝阳 8、沉劈 9、挑领 10、鹰捉 11、虎扑 12、过步箭钻 13、猴束蹲 14、横拳 15、虎登山 16、提手拈拳 17、怀抱顽石 18、鹰捉 19、虎扑 20、雷声

第二组 踩步摇闪巴

1、左踩步摇闪巴 2、左拗步塌法 3、左转身拗步塌法 4、右踩步摇闪把 5、左转身拗步塌法 6、收身 7、附录一见补叙附录

第三组 龙吊膀

1、龙吊膀右式 2、龙吊膀左式 3、龙吊膀回身式

第四组 抡劲

1、抡劲右式 2、抡劲左式 3、抡劲回身式

第五组 小括

1、小括右式 2、小括左式 3、小括回身式

第六组 大劈

1、大劈右式 2、大劈左式 3、大劈回身式

第七组 十字括横

1、十字括横左式 2、十字括横右式 3、十字括左式转三个直角步法

第八组 穿拳

1、穿拳右式 2、穿拳左式 3、穿拳回身式

第九组 开弓放箭

1、开弓放箭左式 2、开弓放箭右式

第十组 提手单巴

1、提手单巴 2、提手续进式 3、提手回身式 4、收势（注）

第十一组 虎扑双巴

1、虎扑双巴左式 2、虎扑双巴右式 3、虎扑双巴回身式

第十二组 怀抱顽石十字巴

1、怀抱顽石十字巴右式 2、怀抱顽石十字巴左式 3、怀抱顽石十字巴回身式 4、收势

第十三组 燕子取水

1、燕子取水左式 2、燕子取水右式 3、燕子取水右回身式 4、燕子取水左回身式（注）

第十四组 蛇有拔草之能

1、右式（甲） 2、左式（甲） 3、右回身式 4、左回身式 5、右式（乙） 6、左式

第十五组 夜马奔槽

1、夜马奔槽左式 2、夜马奔槽右式（注）

第十六组 一头摔碑

1、一头摔碑回身式 2、一头摔碑定点进退式

第十七组 曲断中节

1、曲断中节左式 2、曲断中节右式（接）

第十八组 龙形裹横

1、龙形裹横右式 2、龙形裹横左式 3、四正四隅之步法解 4、勒马听风

第十九组十字翻花

1、十字翻花左式 2、十字翻花右式

第二十组鹏意

鹏意

第二十一组鹞子入林

1、鹞子入林右式 2、鹞子入林左式 3、接鲤鱼打挺作收势 4、龙缠身 5、绕树盘练注
释

第二十二组鲤鱼打挺

接退步塌法（又名退步鹰捉）

第二十三组狸猫上树

1、狸猫上树右式 2、狸猫上树左式

第二十四组云遮月把

1、云遮月巴右式 2、云遮月巴左式

第二十五组龙形抡劲

1、龙形抡劲右式 2、龙形抡劲右式

第二十六组退步塌法

第二十七组过步箭法

第二十八组缠丝手（注）

第二十九组搓把右式、手磨内五行

第三十组板凳四巴

1、顿中节 2、抽中节、拔中节 3、剑出鞘

第三十一组板凳鹰捉

第三十二组揉中节

第三十三组折丹田

第三十四组童子功

心意六合拳艺序

心意六合拳艺，相传创造自宋岳时武穆，以岳王出类拔萃之才，且得名师周侗之嫡传，文以兼武，而其武艺造诣尤为精邃。是故集众拔之长，撷精取萃，参以心得，著以心意六合拳经，是为旧谱。元明两代几乎失传。逮至明末清初，有姬公隆凤，讳际可，武艺高超，历访名师，适终南山，得此旧谱，间练揣摩，融合贯通，遂得其精微奥妙，广为流传。于是由晦转明，始免失传，亦云幸矣。

考旧谱所载，其求乃简，其象形仅六，曰：鸡腿、龙腰、熊膀、鹰爪、虎抱头、雷声。六者，为心意六合之身法，又云：“势势不离虎扑，把把不离鹰爪”，为起势出手之攻法。鹰在长，熊在束，以象攻守之势为之鹰熊斗逐。此皆先哲仰观飞禽捉食之姿，俯察走马观花搏斗之势，象形取意，以意于拳。撷其擅长，补己之短，法良意笃，曲尽妙用。拳名心意六合，盖含心动意随，心一动浑身俱动之意。知此，则拳艺之道，思之过半焉！

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/>