

一、前 言

龙行剑与戚門廻龙剑为姊妹剑。远在明朝时候，我国东方沿海一带，备受倭寇袭掠。世宗年間，倭寇更加猖獗，得內地奸人的引导在浙东、浙西、江南、江北以及福建一带，焚烧杀掠，无所不为，爱国人民憤慨已极。当时有戚继光号召民兵习武，保卫国土，抵抗倭寇，每当临陣，身先士卒，为士兵們的模范。結果倭寇全被討平，在祖国历史上留下了光輝的一頁。龙行剑当初名为戚門龙行剑，和戚門廻龙剑均为戚氏所传。在剑法上包含了剑术各种动作的精华，形容剑鋒舞动如龙之行，后来簡称为龙行剑。古时祖逖聞鷄起舞，以习剑为常事，来鍛炼身体。过去武术前輩們既无明确的蓝本，又无完整参考的书籍，只以口授方式，使龙行剑在群众中間传下来。剑术是具有刚柔相济、舒展优美的独特风格。练剑全在手腕与足步身腰。經常练习，手腕自然灵活，刚柔咸宜，步法敏捷，身体輕巧，对身心鍛炼有良好效果。今編者有鉴于党和政府对开展民族形式体育的关怀和重視，編写此书給武术爱好者作为参考。

二、龙行剑的手、眼、身、步、心法

手法詞句：外擰里裹腕翻云，剑法甩腕第一功。

眼法詞句：眼为先锋剑术称，鷹瞵虎視說龙行。

身法詞句：遊龍矯鳳身法捷，柔棉變化似鋼鐵。

步法詞句：丁字馬閃拗順跳，縱轉退過獨立掉。

心法詞句：手眼身步心為主，經天緯地融會通。

手法注解：

手朝外擰勁，擰至虎口朝下，小指朝上，謂之外擰。手背朝里，朝里裏勁，裏至手心朝外，謂之里擰。劍主翔動，敏捷靈活，全在手腕，手腕呆滯，無論攻與舞，都不可能有良好的成績。從前練劍，須先甩手腕，練習空手任其五指自然鬆開，上下甩動，持劍甩時，劍刃橫平，向外送勁，使達劍鋒，久而久之，其功自在。

眼法注解：

技擊家謂心為元帥，眼為先鋒，手足為兵將，足証眼法是練武最重要的一事。在劍術中練劍時總宜手到眼到，眼的注視隨身法之轉折，步手足之後全，如同圓光四射，又象日月當空，萬物皆照，無隙不窺。

身法注解：

劍曰舞，主翔動。故舞劍之身法，由靜極則動，動猶靜，行如遊龍，矯如飛鳳，柔如棉，堅如鋼；一體一氣，無定式，無停滯，不即不離，倏然在前，忽焉在後，身催劍往，劍隨身轉，無絲毫之牽強。

步法注解：

劍之步法很廣，茲將常用的步，附加說明如下：

丁字步 左足橫、右足順，或右足橫，左足順為“丁字步”。

弓步 左腿屈膝，右腿伸直，稱左弓步；右腿屈膝，左腿伸直，稱右弓步，通稱“弓步”。

馬步 兩足平行，距離二尺左右，身體下蹲為“馬步”。

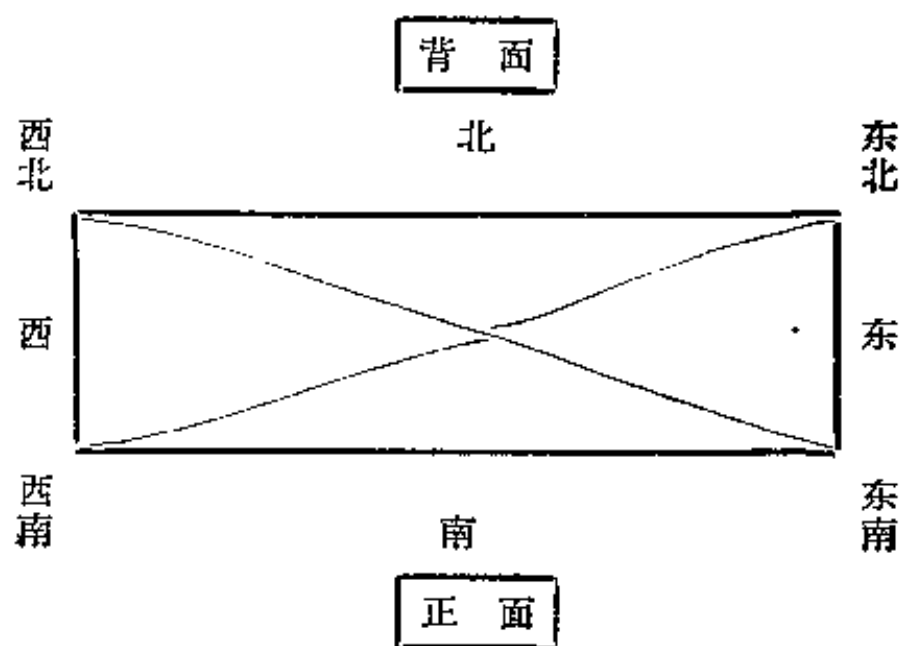
閃步 側身避敵，瞥然遠引，為“閃步”。

- 拗步 右手左足居前，或左手右足居前为“拗步”。
- 顺步 右手右足居前，或左手左足居前为“顺步”。
- 跳步 疾驰竞进，跃距前行为“跳步”。
- 蹶转步 前足跃进，后足追蹶为“蹶步”，如若同时转体为“蹶转步”。
- 退步 在前进中，一足后行为“退步”。
- 过步 左足超越右足，或右足腾过左足为“过步”。
- 独立步 一足提起，一腿支持全身为“独立步”。
- 掉步 两足互易为“掉步”。

心法注解：

心有指挥手、足、腰、腿、臂膀之能，犹如主帅的调兵遣将，技击家不能运用手足耳目，亦就与将帅不能指挥士兵是同一道理，如若明确此理，方知心法之重要所在。

三、龙行剑方位图



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/>