**八卦掌，你了解多少？**

之前讲解太极拳中，有介绍当年杨氏太极拳的创始人杨露禅打遍京城无敌手，号称“杨无敌”。但唯有一人能和杨露禅的功夫水平旗鼓相当。在当时，两人比武不分上下，这人便是八卦掌的创始人董海川。在影视作品吴京主演的电视剧《太极宗师》里面也讲到过这个故事。那么这期我就给大家介绍下八卦掌。

一、八卦掌的特点

八卦掌有别于其它拳术，主要风格特点是沿圈走转，有道是“百练不如一走”。行步时讲究“趟泥步、剪子腿、稳如坐轿”。以扣掰转换、避正打斜等为主要运动形式。前面我讲到过咏春拳搏击主要是抢中线，八卦掌搏击主要是抢偏门。拳谚说八卦掌“形如游龙，视若猿守，坐如虎踞，转似鹰盘”。八卦全部变法都以单换掌、双换掌、顺势掌三掌为本，进行变换出来的。式子虽简单，但身法难练，练好单双顺就可得到八卦真谛。

二、八卦掌的地位

八卦掌是中国武术里面有名的门派，三大内家拳之一（其余两个分别是太极拳和形意拳）。不但在国内，连国外也都已经流传非常广泛了。八卦掌在武术里面是个非常特殊的拳种，诞生时间非常晚，于清朝末年形成并传播，不像其他门派那么历史悠久。八卦掌数到今天也没有几代传人。因此八卦掌的传承发展，一部分是靠本门八卦传人的传播，另一部分是靠形意拳或太极拳门的传播。

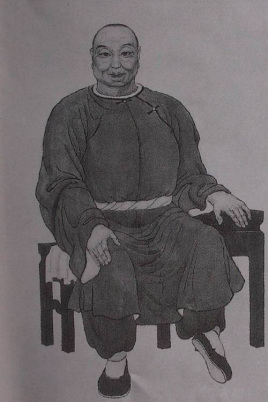
三、八卦掌的起源及发展

八卦掌公认的第一代祖师爷是董海川。但有趣的是：八卦掌到底是不是董海川创出来的，并无从考证。不过可以确定八卦掌是自董海川入京开始传承教授，继而发扬光大的。

有一种说法是董海川在故乡河北省文安县（顺便提一句：文安县本地目前还传承一种叫做“阴阳八盘掌”的武术）学得该功夫后，入京传播。

还有一种说法是董海川在故乡学武术有成后，云游四海，在江南游历时，得到道家修炼方法“转天尊”的启示，创出了八卦掌。我觉得八卦掌的创始人到底是谁其实不重要，重要是这么优秀的一个拳种是自董海川开始，代代相传。

董海川进京以后，隐姓埋名藏身在肃王府当差，身怀绝技的事一直都不为外人所知，直到一日在肃王庆贺寿日集会时暴露了自己的好身手。据说那日肃王组织武术表演与比手，董海川当时负责肃王茶差，而比武场又被王公大臣家眷围得水泄不通。此时肃王要茶水，董海川无法入内，情急之下，便腾空跃起，八步凌空，以众人之头上越过，到肃王前献茶。这一举动惊动了在场所有人员，肃王命其献艺，董海川没有办法的情况下，演示了自己的功夫，在场的武林高手无不惊讶。肃王命董海川与护院总管比武，轻松打败对手后，最后任职肃王府护院总管。后来又和当时的“杨无敌”杨露禅打成平手。自此之后，董海川名声大震，授徒日多。



图一 董海川画像

董海川收徒众多，但最著名的弟子是八卦掌第二代的传承人，分别是：程廷华、尹福、史计栋、马维祺、梁振普、刘凤春、张占魁、刘德宽、宋长荣、宋永祥、樊志勇、张占魁等。他们是八卦门中公认的、成就较大的、建树较高的佼佼者。由于一方面这些第二代的弟子基本都是带艺投师，另一方面董海川因材施教，所以每个弟子最后练成的八卦掌的风格都不太一样。其中最出名的是程廷华的程派八卦掌和尹福的尹派八卦掌，其他流派基本都和这两个流派有关，例如梁振普的梁派八卦掌、史计栋的史派八卦掌、张占魁的张派八卦掌等等。

若武友们想看各派的故事，关注我们，下一期为您介绍哦~