



晨曦初破,雾气缭绕的青县盘古公园一处广场上,73岁的省级非物质文化遗产李氏迷踪拳代表性传承人李玉川正缓缓展开拳势。

他深吸一口气,双脚稳扎马步,宛如磐石般稳固。随着他一声低喝,身形猛然暴起,如同猎豹出击,瞬间化身为迷踪幻影。他的拳法时而刚猛如铁,拳风呼啸,仿佛能撕裂空气;时而柔韧如水,流转自如,让人捉摸不透……

# 李氏迷踪拳： 灵活多变气韵长

● 崔儒靖 赵方圆 牛健存 魏志广 摄影报道



## ① 源远流长 名家辈出

迷踪拳历代名家辈出,宋代有周侗等人,近代以霍元甲最为出名。历经数百年的传承与发展,这一拳术不仅在国内广为流传,更在国际上赢得了极高的声誉。

“关于迷踪拳的创立和流传,没有史料记载,只有历代拳师的口传,基本的说法是‘出自少林,由达摩首创’。”李玉川说,“后来,通过人们的系统化、规范化整理、充实和发展,才形成了一套拳术。由于过去人们把武术叫武艺,所以又叫迷踪艺,在寺院内传播到社会上……”

在后来的传流中,又有武术贤才将道家的阴阳八卦理论吸收为拳术基础,在内容上也有新的发展,使迷踪拳成为释、道并存,理论技术完

备,特点突出的拳种。可见,此拳虽源于少林寺,具有少林拳术的一些特点,但又有别于少林拳术。

“迷踪拳是清乾隆年间由我们的祖师孙通带到青县的,在这里流传已经近300年了。”李玉川说,“上世纪二三十年代,受战争形势的影响,青县习练迷踪拳达到鼎盛时期。当时,全县练这个拳的村子有20多个,人数有上千人,曾涌现出有‘镖神’称号的张金堂、有‘铁胳膊’‘铁巴掌’称号的刘宝祥,还有在部队任教、担任保镖的多位武功高手。”

发展至今,李氏迷踪拳已经成为一门理论技术完备、内容丰富的拳种。

## ③ 拳舞墨香 传承武魂

“习练武术应该做到练养结合。习练迷踪拳的本质是开发人体的潜能,蓄存能量,主要有德能、体能、技能、智能等,只有能量提高了,人的精神头就足,才能体现出促进身心健康,活跃文化生活,陶冶情操。”李玉川说。

迷踪拳的内容很丰富,主要有五个方面:一是拳术理论和决心法典要;二是拳术套路,徒手、器械、单练、对搏等数十套;三是功法,桩功、内养功、硬功、技击功等50多种功法;四是拳术劲力维持,单人、双人练习劲力方法有40种以上;五是步法和身法,以八大技击身法和十大技击步法为主。

“除了套路,迷踪拳还有一百单八技击技法,分为天罡三十六技法和地煞七十二技法。”李玉川说,“天罡三十六技法是人体周身主要部位的36种基本技法,地煞七十二技法是全面而系统的包括打、踢、摔、拿在内的具体技法。”

现在,李氏迷踪拳在青县已传到第八代李冲、路明等人,以李玉川等人为代表的第七代传承人为继承传播此拳也一直在笃行着、奋搏着。

为传播交流拳艺,李玉川先后组建了青县迷踪拳协会、研究会、文化研究会、国际迷踪拳联盟,多次以迷踪拳代表人物身份参加国际国内名家研讨会、演示会及赛事,获多种奖项。

作为李氏迷踪拳的当代传人,李玉川不仅继承了先辈的武术技艺和理论精髓,更在传承与创新中作出了卓越的贡献。他不图钱财、呕心沥血、笃实坚作,全面整理出版发行迷踪拳专著16部,约400万字。他还在《中华武术》《精武》《武林》等杂志上发表迷踪拳文章近百篇。他参加录制发行了“中华武术展

现工程”迷踪拳系列光碟50多盘。

图书和光盘的发行,在海内外反响较大,一些读者电话要求期待看到精华的内容。据此,李玉川又对迷踪拳进行了深度整理。

“练习迷踪拳,人们不仅可以增强身体素质、提高技击能力,还可以培养坚韧不拔的意志品质,养成积极向上的生活态度。同时,迷踪拳所蕴含的武术精神和传统文化内涵,也能够潜移默化中影响人们的思维方式和价值观念,促进社会和谐与文明进步。”李玉川说。

李玉川的武术贡献不仅体现在对迷踪拳技艺的整理与传承上,更在于他对武术精神的弘扬与传播。他始终秉持着“以武会友、以德服人”的武术精神,积极推广迷踪拳文化,培养了一大批优秀的武术人才。在他的努力下,李氏迷踪拳在全国乃至国际上都产生了广泛的影响。

“武术传承不仅仅是技艺的传递,更是文化的延续和责任的担当。我们要以敬畏之心对待每一招每一式,不仅要精通其形,更要领悟其神,将迷踪拳的精神代代传承下去。”李玉川意味深长地说。

## ② 痴迷拳艺 自成一派

“李氏迷踪拳以其独特的风格和丰富的技术内容而著称。它讲究动如箭出,疾若闪电,出手迅猛,变化多端,让人难以捉摸。在与人交手时,发招进击往往出乎意料,使人摸不清来踪去迹,所以有了‘迷踪’的称号。”李玉川说。

李玉川自幼酷武喜文,8岁时在父亲李风岚和师父张世清等人的指导下开始接触迷踪拳,并产生了浓厚的兴趣。

年少时的李玉川对迷踪拳如痴如迷,勤学苦练十年,熟掌全部功法、拳法和器械,扎下深厚功底。成年后,他应征入伍时,因一套拳成为警卫兵。10多年的军旅生涯中,他接触了摔跤、查拳、八极、八卦、功力等拳家益友,切磋交流,取

长补短。

转业返乡后,李玉川广学博求,走遍多省市广访名师,交流拳术,验证技艺,丰富拳学。同时,他用心查阅大量武术书刊及有关史料,写下了诸多感悟笔记。

进入中年,伴随拳学探索研习,李玉川对迷踪拳的情感愈发加深,内心深处萌发了继承和弘扬迷踪拳之强烈愿望。在深练通研的基础上,他先后用20余年时间,采用“一练、二研、三写”并进法,对迷踪拳进行了全面和深度整理。

习武这些年,李玉川不仅继承了家传和师传的迷踪拳技艺,还通过长期反复地研练、整理和规范,逐渐形成了自己独特的技术风格和理论体系。



扫码看  
料更多



扫描二维码,了解李氏迷踪拳背后的故事。