

第十八式：斜飛勢

箋注：太極老圃

【原文】(P.73~74)

由前式(倒攆猴左式)。即鬆右腰，與左胯相合①。右手隨降落合于左胯側，掌心朝上；左手亦即翻上，覆掌于左腋旁，與右腕成合抱形②。

接上，即將右腰向右後方旋轉，右腿向右後隅角踏出一大步③，兩足距離幾達一百卅五度之開展④，足跟點地。同時左手隨腰轉去，右手漸提至左手內臙^{カ一弓}傍腋下⑤。

接上，即將右足漸漸屈膝坐實。右手隨腰胯開展，左足尖同時隨腰胯向右合轉。左腕亦隨合于左胯旁，成斜飛勢⑥。

箋注：

①鬆右腰，與左胯相合。箋注：左胯坐實，右側為虛邊右腰方能鬆，亦才相合。

②左手亦即翻上，與右腕成合抱形。箋注：左手與右手同在左側，左手亦即翻上是因肩胛振轉而動。

③即將右腰向右後方旋轉，右腿踏出一大步。箋注：左側為實邊，腰胯振轉送出右腿。能踏出一大步，是左腿坐實後，虛邊(右側)能開展大小自如。

④兩足，幾達七十度之開展。箋注：時中新版改為一百卅五度。其實可不拘泥多少度，關鍵是坐實和運用腰髖肌群的振轉。不是要求將腿展開多少度的外形！

⑤內臙^{カ一弓}傍腋下。箋注：臙^{カ一弓}脛的兩旁，即小腿兩側。傍^{カ一弓}，依附；非為旁邊之意。傍腋下是說明胛腋窩有力，腋下空，不要夾死；或人云如夾球。其實，都是指旋轉肌群要活。

⑥斜飛勢。箋注：《體用全書》云以：乘勢往下沉合蓄勁。隨即將右手向右上角分展，用開勁斜擊。右肩胛、墜肘、腕連成一體，與左側成一貫之勁。

