**【姜容樵】**

姜容樵（1891-1974），字光武，男，汉族，河北沧州人。出身武术世家，曾祖父姜廷举为秘宗拳大师。幼读私塾并从叔父德泰（武进士）、姑丈陈玉山习练“铁腿”，传得行侠暗器等技，与“万能手”孙通所传多种拳技，学秘宗拳械及擒拿格斗之技。十余岁便与叔父挟技走天下。

1909年，投师张占魁专习形意、八卦拳术，深得内家拳术之奥，武功略逊其师兄韩慕侠。

1920年，在津浦铁路局任职员期间，始授武技。后执教江苏省第十中学。

1928年，在上海与李芳辰、徐静仁诸先生各捐私资创办尚武进德会。

出版《当代武人奇侠传》（12册）。

三十年代又发起组织“健康试验社”、“击技试验社”，与徐致一、贾蕴高、曹德模、马步周等十余位先生筹建，共同探讨挖掘、整理、继承和发扬国技的工作。主张“国术强身，以技击敌”，深研拳论。

1932年，受聘为南京中央国术馆编审处处长工作十二年，主编《国术丛刊》。代表“中央国术馆”巡视地方国术馆，主持武赛，组织裁判人选，力倡国术之外，就全力以赴去从事考察、研究整理中原一带的武术。

曾先后到河南温县陈家沟、嵩山少林寺、湖北武当山和山西蒲州等地，走访立据可考的遗老、长者；查阅族谱、家谱、墓碑，翻阅大量乡土志、县志以及历代藏书；认真寻根究底。

晚年定居上海虹口区多伦路，致力于整理遗文、编述新作。后双目失明，犹口述手划指导后学。1949年中华人民共和国成立后，仍从事著述和授拳。

1953年11月，被聘为第一次全国民族形式体育表演大会武术副总裁判长。曾多次在全国武术大会上表演形意、八卦、秘宗、陈氏太极长拳、太师鞭、青萍剑、八卦奇门枪等拳术和器械。

1953年，任全国民族形式体育表演及竞赛大会武术总裁判。

一生精武通文，著作颇丰，先后编纂出版《写真秘宗拳》、《写真形意母拳》、《形意杂式捶八式拳合刊》、《太极拳术讲义》、《写真太师虎尾鞭》、《写真太师水磨鞭》、《写真鞭枪大战》、《写真青萍剑》、《昆吾剑》、《少林棍法》、《八卦夺门枪》、《八卦掌》等书28部，为武术文化遗产的发掘，继承和发展作出了贡献。其中1963年出版的《八卦掌》一书，再版发行已达百万册，对八卦掌的总结整理与广泛传播，影响很大。

1974年去世，享年83岁。传人有沙国政、卢永才等。

六十年代时期，在极端困难的条件下，又编著了《八卦掌》一书，由[人民体育出版社](http://baike.baidu.com/subview/1108405/1108405.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)于一九六三年出版，至今已再版发行多次。国外也陆续不断发行先生二三十年代所著的武术丛书《[写真秘宗拳](http://baike.baidu.com/subview/11104240/11441934.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)》、《写真青萍剑》、《写真八卦奇门枪》、《形意拳八式、杂式锤合编》等等，在海外武术界产生了深远的影响。先生古稀之年还着手编写了《近代武术家列传》、《形意百形拳》、《象形拳八式》、《[八卦散手掌](http://baike.baidu.com/subview/11016316/11352773.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)》和《陈公哲知行录》等著作，遗憾的是，有的未及完稿先生已与世长辞了。

先生所撰书籍有的流传海内外，并为国家图书馆收藏。其中有武术论著二十六种，创作武侠小说三种，《武侠七人传》十二本。当时“[中央国术馆](http://baike.baidu.com/subview/1345477/1345477.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)”[张之江](http://baike.baidu.com/subview/41186/7716945.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)馆长、[李景林](http://baike.baidu.com/subview/317384/5745796.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)副馆长称之谓“为国术界干才”。

1920年10月的一天，在天津街坊购书，见七、八名剽悍俄国佬肆意殴打中国人，先生目睹此状，顿时怒发冲冠，义愤填膺。当即脱下长袍抱了书本，泰然挺立在一名高个子（马克洛微奇）前质训道：‘你们为何如此这般！’话音未落，马即抡拳劈面击来，只见先生稍一掠肘，对准对方当胸（华盖穴）一掌，对方顿时面如土色，踉跄倒地，口吐白沫，鲜血逆涌。这时旁边几个俄国佬猛扑而来，先生以八卦步敏捷闪过，绕至对方身后施以武技，一触即发，不屑几掌，个个东倒西歪，鼠窜而逃。受难群众无不称快。事后方知，此般俄国佬妄想占地设擂，欺我中华。先生济困扶危，力挫洋人，维护民族尊严的高尚精神曾一度传为佳话”。

姜老先生武技传人，桃李满天下。仅据一九六四年整理的《形意拳师承宗谱》中所列入室弟子有姜宗毅、姜宗陶、[张文广](http://baike.baidu.com/subview/307064/5961453.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)、[沙国政](http://baike.baidu.com/subview/1060420/1060420.htm" \t "http://baike.baidu.com/_blank)、季远松、曹恭、杨邦泰、邹淑娴、卢永才、葛天生、沈仲初等人。先生晚年常在上海虹口公园习武练体，持技授徒，姜老当时虽有目疾，仍亲传口授，一丝不苟。

姜容樵先生的一生艰苦卓绝，不为名、不为利。热心从事提倡武术，为挖掘整理继承发扬祖国的民族文化瑰宝而鞠躬尽瘁，他实践了自己的身前诺言：“我要生于青春，殁于青春，生于少年，殁于少年，青春无尽即自我无尽。在提倡武术，发掘整理武术事业上，我要不遗余力，只要一息尚存，努力不已”。