



行 健 齋 隨 筆

唐 豪 著

藝 叢 書 第 二 輯 之 五



中 國 武 術 學 會

# 筆隨齋健行

著 豪 唐



書 叢 藝 武

五 之 輯 二 第

民國二十六年二月二十日印行  
民國二十六年二月二十八日發行

(定價四角)

行健齋隨筆

著者 唐 榮

發行者 中國武術學會

代售處 木外埠各書局

總發行所

上海牌城賽路一九〇  
中國武術學會  
電話八〇六四〇

## 於「武藝叢書」的感言

「清算，整理，」一切理論全需要「清算，」全需要「整理」的目前，「武藝」這一部門當然也沒有例外。「武藝叢書」的產出，就是企圖負起這點任務。

把荒誕的，邪魔的，神秘的種種關於武藝的謬說，或者竟利用這謬說作烟幕，掩護自己「安身立命」企圖者們的狂言，作一度「清算」；同時還要把前代遺留下來「武藝」上的東西——合理的使牠存在，不合理的要無憐惜地剔除出來，揚棄了牠——作一度新的整理和估價。更要指明的是：所謂「武藝」本身在人類歷史進展上，目前以至將來的社會，牠應該佔着怎樣的位置和價值？這樣明瞭了以後，我們纔能得到一個正確的，帶有科學性的實踐標準，纔不至於盲目的努力。從實踐中可以更接近地證明了所謂「武藝」的價值在那裏？

這工作是必要的！不是麼？

於武藝叢書的感言

少林武當考；太極拳與內家拳這也是本叢書編著者，兩部關於「武藝」攷證的著作，順便在這裏的，就是從這兩部書裏，我們已經看得出作者過去對於「武藝」著述是怎樣的忠實，起始用了作武藝書者不會用過的方法，開了一條新路，來闡明了一切。雖然當時曾受了一些庸俗的「把勢匠」和「老古董」之流的不滿，但這又成功了什麼呢？他們除開信口說些侮蔑詆毀的亂言以外，公開論戰的文字却沒見他們產出一篇，無疑這是「清算」引起了他們護短的羞憤而已。

我是同意范生君這工作，凡進步而有志於「武藝」研究的，如果不甘心在一些暗昧欺騙的牛角裏摸索的同志們，一定也該同意的！

「武藝叢書」刊行起始，寫了這點文字，就算作牠的「發軔禮。」

一九三五年九月九日，劉蔚天。

## 武藝叢書自序

爲中國文人學士們所鮮於齒及的這片武藝園地，目前幾乎全面積百分之九十，蔓延著亂苗的惡莠，而少有人去一顧！

身心無所寄託的我，受了蔚天兄的鼓勵，在百無聊賴的閒暇中，以二十年鬧歷之所得，來做這件刈芟工作——這工作，蔚天兄錫以佳名曰清算。

武藝界中，鬧得頂烏煙瘴氣的，要算少林——外家、武當——內家了。他們之間。卽如蔚天兄所指出的那種情形——以口頭或著作，廣播其荒誕的、邪魔的、神秘的謬說，毒害了中國一部分人的思想與行動。

這部叢書之中：

王宗岳太極拳經、太極拳的研究、內家拳的研究、內家拳穴法的研究、少林派武術

及其史的研究、武當派武術及其史的研究——這些，就是蔚天兄期望於吾，要吾把荒誕的、邪魔的、神秘的種種關於武藝上的謬說，或者竟利用這謬說作煙幕，掩護自己「安身立命」企圖者們的狂言，作一度清算，並抉出其真相來。

戚繼光拳經、外來刀法、王五公太極連環刀法、中國古佚劍法、俞大猷劍經、中國繪法師派述評——這些，就是蔚天兄期望於吾，要吾將前代的武藝，作一度考訂整理。

自然，不限於上舉這些，凡力所能及，將廣事搜求此類資料，一一加以考訂，使這部叢書，能夠成爲研究武藝的總匯。此外，吾隨時寫下的筆記、文存，雖是些片段而沒有系統的東西，乃爲武藝上各個問題清算、整理的預備資料，故也把它列入本叢書之內。

清算、整理之後，必須要作一個結論——這個結論，就是蔚天兄所期望於吾而在其發言中說的：



「把前代遺留下來武藝上的東西——合理的使牠存在，不合理的要無憐惜地剔除出來，揚棄了牠——作一度新的整理和估價，更要指明的是：武藝本身在人類歷史進展上，目前以至將來的社會，牠應該佔着怎樣的位置和價值？這樣明瞭了以後，我們總能得到一個正確的，帶有科學性的實踐標準，纔不至於盲目的努力，從實踐中可以更接近地證明了所謂武藝的價值在那裏？」

所以，最後吾打算歸納各種考訂過的武藝資料，來撰作一部中國武藝概論，以副蔚天兄上述這個厚望；如其環境容許的話，或者竟寫一部內容比較充實的中國武藝綜論，也未可知。

一九三六年七月一日，唐豪。

# 行健齋隨筆目錄

元清二代禁漢人藏執兵器與服習武藝

顧亭林少林僧兵與少林寺詩

清初張恆暉私往日本教習弓箭案

記日本柔道家嘉納廣瀨湯淺本田

哥老會傳說山東少林寺之所本

擒拏手

少林白眉棍法

技擊家之蹤躍術

行健齋隨筆目錄

刀牌與劍盾

木刀

空相寺武僧勇藝

耿信

紀信

蔣發

楊福魁與楊露禪

長刀

易筋洗髓經牛李二序之偽

踏雪無痕

李賓甫所遇少年

紀少林被焚歲月

李亦畬太極拳譜跋

現代俄國騎兵白刃戰具

美式角力

竹刀

洪紀

李克復

張松溪之籍貫與師承

嘉靖禦倭僧兵考

形意拳鼻祖與譜

無極拳

郭五與郭武

武備集稿張某棍法

甘鳳池

陳氏家譜

王來咸拳法

少林拳

陳卜非太極拳祖

少林僧字派

少林武僧

唐代少林武僧人數

易筋洗髓二經之作者

武禹襄

朝鮮武藝叢書

陳王廷遺詩

陳溝長拳譜

太極拳之祖

# 行健齋隨筆

## 元清二代禁漢人藏執兵器與服習武藝

元、清二代，皆以異族人主中國，故漢人藏執兵器及服習武藝，咸禁不許。續文獻通考卷一百三十四兵：

「元世祖中統四年二月，詔諸路置局造軍器，私造者處死。民間所有，不輸官者，與私造同。至元二十二年五月，分漠地及江南所拘弓箭、兵器爲三等。本條後註：下等毀之；中等賜近居蒙古人；上等貯於庫，有行省、行院、行臺者掌之，無省、院、臺者達嚕噶齊輝和爾回回居職者掌之，漢人、新附人，雖居職無所預。二十三年二月勅中外，凡漢民持鈇尺、手鋸，及杖之有及者，悉輸於官。二十六年四月，禁江南民挾弓矢，犯者籍而爲兵。本條後註：臣等謹按禁漢人兵器，諸路皆然，不僅江南也。

武宗至大三年三月，申嚴漢人軍器之禁。本條後註：至泰定帝泰定二年七月，申禁漢人藏執兵仗，有軍籍者，出征則給之，還復歸於官。

英宗至治二年正月，禁漢人執兵器出獵及習武藝。

順帝三年四月，禁漢人、南人、高麗人不得執持軍器。本條後註：至五年，又申其禁。」

王先謙東華錄雍正五年冬十一月上諭：

「……着各省督撫，轉飭地方官，將拳棒一事，嚴與禁止，如有仍前自號教師及投師學習者，卽行拿究。」

東北淪亡有年矣，日人以治朝鮮者治四省，元代不許漢人、高麗人執持軍器，今日人於朝鮮、東北亦然，關內外未亡之國民，可不怵目驚心哉！



## 顧亭林少林僧兵與少林寺詩

顧亭林日知錄少林僧兵：

「嘉靖中，少林僧月空，受都督萬表檄，禦倭於松江，其徒三十餘人，自爲隊伍，持鐵棒擊殺倭甚衆，皆戰死。嗚呼！能執干戈以扞疆場，則不得以其髮徒而外之矣！宋靖康時，有五台僧眞寶，與其徒習武事於山中。欽宗召對便殿，命之還山，聚兵拒金。晝夜苦戰，寺舍盡焚，爲金所得，誘勸百方，終不顯曰：『吾法中有口回之罪，吾既許宋皇帝以死，豈當妄言也。』怡然受戮。而德祐之末，常州有萬安僧起義者，作詩曰：『時危聊作將，說定復爲僧。』其亦有屠羊說之遺意哉！」

亭林不肯屈身異族，故雖以少林僧兵爲題，而實則以宋眞寶僧拒金受戮，及萬安僧作詩起義二事，煽動漢人反抗異族。今之執干戈者，不以扞疆場，但求苟安於一時，

亭林亦必外之矣。又其少林寺詩云：

「峨峨五乳峯，奕奕少林寺。海內昔橫流，立功自隨季。宏構類宸居，天衣照金織，清梵切雲霄，禪燈晃蒼翠。頗聞經律餘，多亦諳武藝，疆場有艱虞，遺之付王事。今者何寂寥？閔矣成蕪穢！壞壁出遊蜂，空庭雜荒雉！答言新令嚴，括田任汚吏，增科及寺莊，不問前朝賜。山僧闕殮粥，住守無一二，百物有盛衰，回旋儻天意。豈無材傑人？奮發起頽廢！寄語惠瑒流，勉待秦王至。」

此亭林於康熙初，至少林所爲詩，寫亡國之苦痛，喚民族之覺醒，豈徒爲少林僧而發！今何時乎？讀之不能自己。

### 清初張恆暉私往日本教習弓箭案

前清雍正時代，日人曾聘中國武舉張恆暉往彼邦教習弓箭，其事見雍正硃批諭旨六

年八月初八日、十月十七日、十一月初三日、九年六月十九日李衛奏摺。

李爲雍正倚重之能員，時任浙江總督，其心機縝密，決斷果敏，往往在他人不經意處，發覺重大案件——如甘鳳池等密謀革命，及張恆暉往日本私教弓箭等案。

李因浙江距離日本頗近，故時刻留意海防。某次，風聞日本招致中國人前往教習弓箭，便設法於各處出洋商船，密探消息。後探得有一蘇州余姓洋客，偶爾洩露云：日本號令征伐，一乘於將軍，不由國王主持，因此伊國將軍，出重聘請中國人教演弓箭、藤牌、並偷買盔甲式樣。有洋商鍾觀天，久領倭照，貿易彼國，託渠帶去杭城武舉張燦若，教習弓箭，每年受銀數十兩等語。

李探得余姓客之言，深恐傳聞未確，再往別處密訪，所得情節，亦復相似。又訪得張燦若本名恆暉，住居杭城，爲雍正元年中式第五名武舉。其父張彬如，曾充衛百總，原係弓箭教師。經此調查後，李猶以未得的耗，若遽爾張皇擊問，其中牽連甚衆，

深恐販洋往來人多，傳至日本，激生事變，因此深藏不露。

不久，李託言治病，將會往日本行醫之朱成章，招致到署，威以國法，曉以利害。朱乃供吐實情云：向日行醫東洋，曾治痊長崎頭目王家，因此不與其他商人一同待遇，可以自由行動，因見夷人射箭不堪，笑其無用。是年回棹時，通事傳話，囑其聘帶弓箭教師。

李又詢諸曾往日本貿易之把總柳進忠，亦云：日人不無窺伺妄念，其弓箭俱屬本地之物，盔甲亦與戲子所穿無異，近始偷出內地式樣製造等語。

經過以上諸人證實，於是一面派朱成章置貨棧日本，探聽消息。一面深恐鍾觀天知風畏罪，逃往日本生事，難以弋獲，因于各處口岸，密卽差人，盤詰堵截，并行杭、湖二府，將鍾及夥計沈順昌，張恆暉父張彬如，弟張瑛，設法拿獲。李親自審訊，鍾對夾帶違禁物品及聘請教習事，一一供認是實，但求留其性命，情愿令張父密寫家信

，代爲託人寄與其子恆暉，探取日人實在消耗贖罪。

至雍正九年，日人方將張及隨同之劉經先等，交與原船商人帶回，由乍浦遊擊柳進忠解到。李親加訊問，張對受聘往東教習騎射之處不承，迨帶往之劉經先面同對質，張猶不肯吐實。李以張遠禁應聘外洋，教演技藝，貪利忘本，咨部將其武舉黜革，發司嚴審，從重定擬，充發邊遠與窮披甲人爲奴。

紀效新書卷四言：倭賊之箭，射皆不遠，蓋箭重故也。倭寇於明代，爲戚、俞諸將剿滅，豈因此慕中國武藝，聘張恆暉往教弓箭歟？子於此重有感焉！日人善於吸收他人之長，而識與見又能得其要歸，故彼邦設施諸端，每奏殊效。近代日本，盛倡弓道，或以爲處今之世，火器精利，弓矢早在廢棄，復古推行，寧非怪事？不知馬、步鎗械。以階輩爲基礎，日本朝野，注重於青年軍事訓練，以完成其帝國主義侵略使命，凡體育之足以補助軍訓者，不問東西，無不努力灌注於國民，弓箭之術，正可以補助

近代鎗械射擊；故以體育名義，盛加提倡，其用心可謂深微矣。予十九年代張之江撰江蘇省國術館國術師範講習所同學錄序，嘗抒發其意，以告國人。後數年，張君唯中，著弓箭學大綱，所見與予略同，然同調者猶嫌其少也。最近全運會中，雖將弓箭列入競賽，而參加者寥寥可數，此道設備，並不多費，竊願教育界，好爲倡導，勿徒裝飾門面，敷衍點綴。

### 記日本柔道家嘉納廣瀨湯淺木田

日人多習柔道，故其體力，富於持久。按柔道舊稱柔術，嘉納治五郎始易其名，蓋其主張，習者除技巧外，尤須注重於武士道勇敢、犧牲等精神訓練，此則當日嘉納環境，正處於日本民族爭自由、平等潮流中，遂反映而爲嘉納氏提倡柔道之中心思想。日俄一役，嘉納所艱苦提倡之柔道，始得世人重視。當時戰役中之廣瀨中佐、湯淺

少佐、本山海軍中佐，均爲明治十八、九年嘉納門下；日俄戰爭史上，彼等所建功績，即在聳動世界耳目之旅順閉塞隊中，犧牲自己生命，將船隻沉沒於港口，使帝俄艦隊，不得出而應戰，因而將此天險攫奪到手。戰事告終，日人對於此三勇士之犧牲，咸認爲柔道精神訓練產生之果，於是嘉納古調獨彈之柔道，引起朝野之注意，羣起而崇尚之，遂有今日之普遍。特目前武士道之精神，已隨其社會性質之發展而異質，使糾糾桓桓之夫，自然的成爲帝國主義之爪牙，不觀其最近侵略我國之戰役，又有三勇士者，馳聘疆場，昂稱勇敢，迨馬革裹屍以歸，日人祀之曰肉彈，更取其事跡，攝爲影片，冀使國民，潛移默化，扶植其軍事冒險之策劃。嘉納今爲貴族矣，苟此三肉彈而亦柔道家，則嘉納拚命以笑，意中事也。

我國現處於帝國主義者侵略之下，提倡武術，於體育目的以外，當着眼於軍事的補助效用，然糾正習武者妖妄怪誕之觀念，灌輸其反帝意識，養成現代中國武士道之精

神，爭取中國民族之自由、平等，尤爲急圖。若提倡此等武藝，過分誇張其價值，則東北、淞滬二役，大刀隊奮往直前，使三島健兒，一見刀光，卽亡魂喪胆，然終不敵近代利器，卒至敗北，豈大刀無靈？不如柔道！蓋今之戰具，非原始武器所能爭勝，阿比西尼亞其前車之鑑也。况徒手之柔道哉！

### 哥老會傳說山東少林寺之所本

日人平山周中國秘密社會史載哥老會傳說：

『草寇作亂顯威風，康王下出招賢榜，招集天下衆英雄，山東有個少林寺，內有一百二十八個和尚逞英雄，衆位今來揭了榜，官封總兵把賊征，臨行鉄印賜一顆，剿賊得勝返朝廷。康王御賜功勞宴，王春美在旁起歹心，奸臣上殿巧奏本，反言少林寺內衆老僧，倘若日後把心變，我主江山屬他人。康王一聽心中畏，依歸所奏認你行。奸』



臣急買乾柴草，想淨燒死不留根。火烈勇猛風又大，前無出路無救兵，衆僧跪在塵埃地，祝告諸神救難人，喜得生路來逃走，跳出火坑把數清，可憐燒死一百一十個，只得逃出十七人。」

予在北平廠肆，得乾隆戊寅金玉樓增補萬寶全書，其中有邵陵棍法歌云：

『五谷豐登出邵陵，上方長有百千僧。方數洪軍病教佛，太經累累顯神通。虱大夜叉空中舞，夜了探梅定乾坤。高祖斬蛇人觀進，回來使下定南針。有人不識風魔棍，請去山東看邵陵。』

黃龍出洞一條鎗，左按膝時右按膝。火焰鎗處見太陽，搜山之犬兔也忙。六郎好使勒馬鎗，伏虎勢真要提防。披鎗勢不可當，大揮鎗接八方。左眉鎗、右眉鎗，換手勢使三鎗。識臣昧已王樞密，簡打好臣八大王。

夜丁出在邵陵場，一打觀音倒坐，二打巡海夜了，三打四風四章，四打八棒風魔，

五打出神。第一棍孫行者大鬧天宮，一十二棍都使天，打倒江南第一強。」

歌中所稱邵陵、卽爲少林，今先以歌之本身證明之。按夜叉爲少林棍名，何良臣陣記、胡宗憲籌海圖編、鄭若曾江南經略、程冲斗少林棍法闡宗等書，皆有記載。歌一有「孤大夜叉空中舞」之句，歌二有「夜丁」當是叉字之訛。「出在邵陵場」之句，此邵陵爲少林之証一。少林棍法，託始於緊那羅却紅軍神話，歌一有「方數洪軍病教佛」之句，惟元末有紅軍，繼紅軍與少林棍神話有淵源，故此洪軍，愚斷爲卽是紅軍，此邵陵爲少林之証二。臧少保年譜卷一附錄徵兵考實，載當時倭亂，調取天下兵勇，其所調者：

一南調湖廣土兵，廣東舊兵，廣西狼兵，四川苗兵，福建賴兵，崇明沙兵，邵林僧兵。北調山東兗手，河南毛民，田州瓦民，北邊騎兵，北平射手。」

其中邵林僧兵，考諸當時文獻，如籌海圖編、江南經略、倭變志等書，均足證其卽

是少林僧兵。惟說少爲邵，正與萬寶全書訛少林爲邵陵同。

哥老會傳說之山東少林寺，當本萬寶全書歌一請去山東看邵陵之句。萬寶全書則本諸張節倭變志，蓋倭變志有僧兵山東應募者，皆稱少林僧之語。

駐：邵陵棍法歌，依萬寶全書原文。

## 擒拿手

擒拿手，卽古之拿法。武師口頭常有七十二把擒拿手之語，余訪求多師，皆無此數，蓋疑者久。近閱江南經路卷八上，謂有三十六拿法，三十六解法，列於使拳之家內，是則七十二把擒拿手者，拿法與解法，各有其半耳，然亦非恰恰此數也。

## 少林白眉棍法

程冲斗少林棍法闡宗，初刻於萬曆丙辰；至天啓辛酉，又與躡張心法、長鎗法選、

單刀法選合刊行世，名曰耕餘刺技。今千頃堂影行之關宗，乃萬曆丙辰刻本。周越然影印之耕餘刺技，乃天啓辛酉刻本，易其名曰國術四書；天啓辛酉刻本，多程胤萬、侯安國兩跋。

民國庚午，渥書賈徐鶴齡者，易關宗之名爲少林白眉棍法，末多落地梅花一勢，其法：蹲身置棍於地，以示無備，敵來取便應用，此法粗視若巧，然易爲人識破。其訣云：

「此棍死中翻活，無中生有，諸勢可變，得其巧者，方可用此法——金龍心法。」

據徐鶴齡序稱，原係錦江陳氏秘本，此勢他書所缺，故自認爲全。不知萬曆丙辰之關宗，及天啓辛酉耕餘刺技之關宗，皆冲斗所自雕板行世，其中皆無落地梅花，可證此勢乃後人所加。

又冲斗射史自序，言其家世新安，徐鶴齡序，竟稱冲斗爲四川人，寄籍皖省六安，

蓋鈔本出於錦江陳氏，錦江爲蜀省河川，徐遂以冲斗亦詳四川，可笑孰甚。按冲斗爲休甯汶口人，六安乃其迎少林僧廣按號巖堂者從學之地，所謂四川也，六安也，無一不出臆度。近來書賈，往往以雜湊之書，印行射利，徐卽其一也。

### 技擊家之蹤躍術

技擊家能平地登屋，本自有之，特其高度，不如江湖術士，妄稱能蹤躍數丈之誇誕遠理也。忽谷年譜記魏秀升平地登屋事云：

『予與一二老在座。忽喝嘩如雷。問之？則秀升月下戲舞，平地一躍，遂登東室榮巔。衆賓喧也。奇哉！世傳常忠武飛上采石，信不誣矣。』

我國昔舊平屋，丈餘者已稱爲高，苟蹤躍之技，卓越不凡，飛登其上，亦自可能，特罕遇其人耳。明史列傳記張士誠養子五太子朱暹，短小精悍，能小地躍丈餘，魏秀

升其流亞也。惟世傳常遇春飛上采石，則屬附會。明史常傳：

『……及兵薄牛渚磯。元兵陳磯上。舟距岸且三丈餘，莫能登。遇春飛舸至。太廟麾之前。遇春應聲，奮戈直前。敵接其戈。乘勢躍而上，大呼跳盪。元軍披靡。諸將乘之，遂拔采石。』

因遇春一躍，而拔采石，毋怪小說家視爲大好題材，遂煊染此民族英雄如神也。至張學斌之徒，自言從師習藝，須躍登二丈高室，是豈人力所能？故在大滙花園獻技，於其所設梅花樁，不能平地躍登，乃爲世人識破其妄耳。

少林拳術秘訣記麻陽滕黑子之躍躍術，言凡船桅高至三五丈者，騰身而躍，卽登其巔。按，是書內容，多誕妄不經，近世撐竿跳高，猶不能高躍至三五丈，况不藉器物之躍躍乎？老大古國之奇聞異說，終不能使世人一見，以取信於天下，其爲惑世欺人也甚明。

## 刀牌與劍盾

予有周獵壺拓片二，得之故宮博物院。一壺浮雕獵者，擲標於獸身，左挽盾而右揮劍，與執弓矢者前後搏逐，予意此後世刀牌兼標之祖也。又武梁祠、孝堂山漢畫石刻，有武士執劍盾戰鬥之象，則知古代行陣，劍與盾之用，實相互利賴。明茅元儀謂：

『古之言兵者必言劍，今不用於陣，以失其傳也。』

元儀不知當時士卒所習刀牌，亦爲古劍法之遺，遂謂失傳，實則不過易劍以刀耳。

## 木刀

近世日本劍道，服習時以竹刀對擊，古則用木，其器與隱流刀法，同於明代嘉靖間傳入中國。戚繼光練兵實紀手足篇云：

「倭刀共二人一排，舞路既多，疾速爲上等。次以木刀對砍，舉落疾速，不使人乘隙得犯爲上等。」

古無護具，用木刀對演者，以減傷殘耳。日本自竹刀及護具發明以後，此器祇供習「形」之用。然中國流傳之倭刀，今猶墨守以木刀對砍之陳法。

### 空相寺武僧勇藝

數年前，在本市中國書店，見明板名山記一書，其記熊耳山空相寺武僧勇藝云：

「灑池縣南四十里，平岡雜嶺，迤邐旋盤，中忽發突，具雄廣並峙，如熊之耳然。地名吳坡，介陝州、富陽、永寧、灑池之間，當嵩華行脈，羣椒攢擁，惟二山獨隆，空相寺在西耳，達摩示寂處。僧凡三四百餘，有勇藝。少林勇藝淵藪，空相于少林合宗。」



明代少林，以棍法名天下，明山記雖未言空和勇藝爲何？然明代人記明代目觀之事，空和武僧所習者，豈卽少林之棍歟？否則，未足以言合宗也。

## 耿信

楊派太極拳著述，言耿信爲陳長興之子者誤。考陳氏家譜，長興有子五，以耕字排行，曰：耕芝、耕田、耕森、耕雲、耕禮。耿信二字，與耕森、耕雲音均近，但傳長興家學者惟耕雲，其名旁譜註拳手字樣，故愚以爲耿信當卽耕雲。楊派始祖，或不識一丁，其子弟記載，但憑口傳，字遂轉訛矣。

## 紀信

楊派太極拳著述，言紀信爲陳長興之子，亦誤。考陳氏家譜，陳季姓名旁註拳手神

妙字樣，是紀信爲季姓之訛無疑。查季姓係有恆季子，爲長與侄輩。楊派始祖居陳溝甚久，習技於長興，又與季姓同時，其爲何人之後，宜無不知之理。故言紀信爲長興子者，苟非口傳失真，卽楊門子弟以意附會之也。

### 蔣發

楊派太極拳著述，謂蔣發爲陳長興之師，實誤。考陳氏家譜，長興之父乘旺名旁，註拳手可師字樣，則長興之技，得自家傳可知。

據陳溝村人傳說：明末，官逼民反，登封李際遇，據御寨起事。其九世祖王廷，與際遇善，往止之。不從。迨清帥入關，際遇兵敗受戮，部將蔣八，亡命墜王廷處，以僕終其身。八、發音近，當是一人。王廷有遺像，旁執偃月刀侍立者，卽蔣也。像原藏陳氏宗祠，王廷裔孫子明，攜以南來，予獲見之。

考說嵩、少林寺志，言土寇李際遇，據御柴爲巢穴，柴與寨同。溫距登甚遙，而傳說中之人名、地名，一一吻合，則蔣之有其人非虛矣。予在陳溝時，嘗往察王廷墓碑，立於康熙己亥，與譜載王廷爲明末清初人相符。楊派始祖，但耳食蔣名，附會傳授，於是滿清開國時之蔣，竟得爲中葉間之人師矣。

### 楊福魁與楊露禪

吳志青國術理論概要，言太極拳傳至河南陳長興，長興傳楊福魁、楊露禪，是以福魁、露禪爲二人矣。不知露禪，福魁之字也，志青自云受學於福魁之孫澄甫，何以致誤若此？考楊澄甫太極拳使用法，其祖字祿禪，又作儒禪，附而出之，以免武藝作家更訛而爲四。

## 長刀

日本太刀，威繼光紀收新書，茅元儀武備志、陸澄亭文集等，皆稱之爲長刀，蓋以其形制較中國固有之刀爲長也。然在日本，則長刀另有其物，一名曰薙刀，柄長如中國之偃月，古代婦女及僧侶習用之。今日本女校之薙刀薙，卽其遺風。

## 易筋洗髓經牛李二序之僞

易筋、洗髓二經，有牛卓、李靖序，皆僞。徐哲東國技論略，言牛卓序文之僞，可證者有二：

一、牛卓序文中泥馬渡河之語，絕非正史事實，乃小說誕妄之言，此其作僞之證一。

此序自署爲紹興十二年所作，而云藏於嵩山石壁中；然高宗紹興十一年，已將河南割

歸金國，畢安得往藏於嵩山？就可云遣人往藏，亦何必藏其書於金國境內耶？此其作偽之證一。

李序之偽，其證有六，國技論略可採者四，予自得其二。國技論略云：

「按李靖序文，末署李靖藥師甫序，據舊唐書靖傳，藥師乃靖之原名，靖則後來所改，今以藥師爲靖之字，其作偽之證一。序中所言虬髯又授之與予，夫虬髯之事，乃出五代杜光庭所造，其作偽之証二。又此序之末，署作序之時，爲貞觀二年三月，考之唐書，貞觀二年三月，靖方爲關內道行軍大總管，以備倂延陀，正在立功之際，而序文乃翻覆借六花小技，以助伐終，此似功成身退之後語氣，殊與實際不稱，此作偽之證三。文詞卑陋，不類唐人，（此作偽之證四。）」

予所自得者：序稱遠歷於後魏孝明帝太和年間，自梁適魏。查太和爲孝文帝年號，前於孝明之立三十餘年，此作偽之証一。序中謬誤之年號，以及遠歷所言某得吾皮，

某得吾肉，某得吾骨，某得吾毛膚，惟慧可能得吾髓等語，皆出景德傳燈錄。夫李爲一代大將，豈有不識前代年號之理？況考諸梁武帝親製虞且初祖菩提達磨大師之碑，絕無皮、肉、骨、髓、毛膚之說，則景德傳燈錄所載者，明明爲後世釋徒附會，安有李序，反引宋代著述之理？此作僞之證二。

國技論略又言：『依序所云，般刺密諦譯此二經，在於隋世，今按般刺密諦於唐武后神龍元年，曾譯大佛頂首楞嚴經，自神龍上溯高祖武德元年，凡八十七年，自印度來華，至少須在二十以上，然則信如序文所言，宜在一百十歲以上，有是理乎？』此亦哲東認爲作僞之證。按大佛頂首楞嚴經，並非譯本，謂般刺密諦譯者，乃出古人假託，予故不採是說。

註：括弧內之文字，係作者補充。

## 踏雪無痕

陳徵明太極劍，遠揚隱禪能踏雪無痕，其事甚幻，如稗官家言。茲引之如左：

「富二爺又曰：『吾露禪師祖，喜吾勤謹，吾嘗在旁伺候，爲裝旱烟。年六十餘，尙練工夫不息。偶至吾家坐談，一日，天雨，泥濘載道，師祖忽至，所著雙履，粉底尙潔白如新，無點污，此卽踏雪無痕之功夫也。蓋太極清靈，能將全身提起，練到極處，實能騰空而行。班侯亦有此功夫，知者極少，吾曾親見一次。』」

以上所言，惟恐其說之不足惑人，故以親見班侯有此功夫實之，智識淺薄者流，受其所欺，卽在此種地方，惜所舉者，皆爲墓木已拱之人，又安從證之於地下乎？

## 李賓甫所遇少年

太極劍記李賓甫所遇少年事云：

『露禪之弟子王蘭亭，功夫極深，惜其早死。』

有李賓甫者，聞係從蘭亭學，藝亦甚高，訪之者極衆，而未嘗負於人。

一日，有少年來訪，口操南音，手離几椅寸許，揚其手，几椅隨之騰起，懸於空中。賓甫見之駭然。少年欲與比試。賓甫遜謝不獲。少年進。時賓甫左手抱一小狗，僅右手與之招架，數轉之後，少年已跌於地；乃痛哭而去。

少年之使几椅懸空，與楊露禪之龍騰空而行，皆爲牛頓地心引力之定律所不許，苟非妖言惑衆，我願一實驗之。

### 紀少林被焚歲月

顧承周於其所著少林寺及其僧徒志略中，對於少林拳術秘訣所言清帝焚少林事，斷爲無稽，甚是。顧因民國二十二年五月三十一日天津大公報載、河南博物館動物研究



部主任傅桐生，率領採集員，赴嵩山採集動植物標本，宿少林寺中，將近一月，回汴報告，稱其正殿及鼓樓均爲火燬，達磨面壁石亦付焚如；又因黃易嵩洛訪碑日記，言於清嘉慶元年秋至少林訪碑，并達摩血影石——卽面壁石，毫未提及寺中被焚事，顯遂斷少林之焚，在嘉慶元年以後，其言固無訛也。嘉慶以後之文獻，顧未見者尙多，就予所得者補之，庶幾少林被焚之歲月及原因，瞭然於世，不致誤信少林拳術秘訣等書假託之說矣。

少林被焚者，計：天王殿、大雄殿、緊那羅殿、六祖殿、鐘樓、鼓樓、閻王殿、龍王殿、香積廚、庫房、東禪堂、西禪堂、法堂、乾隆行宮等十餘處，精華所在，悉遭火龍浩劫，不僅正殿、鼓樓而已。上述諸處，其有關文獻，在康、乾間者，如顯亭林金石文字記、景日畛說嵩、乾隆少林寺志、乾隆登封縣志，以及未見著錄之少林碑刻，~~皆~~皆有記載，他日子當另著專篇，引之以證清帝焚少林，實爲子虛烏有。茲將嘉慶以

後顧未見之文獻，錄之於次：

滿人麟見亭，以道光八年三月二十五日，代巡撫楊海梁祭中嶽，禮成，走馬至少林，觀武僧校拳。其鴻雪因緣圖記：有少林校拳圖，繪見亭坐緊那羅殿廊下，僧在殿前空場校技。

道光九年二月楊國楨重修嵩山少林寺碑記，首其於丁亥歲，詣祭中岳，禮成之後，憩息寺中，見夫正殿雖尙完固，而東西鐘、鼓樓，已漸欹傾，至御座房以及御碑亭，彫敝尤甚，乃修治之，經始於丁酉秋，至戊子冬而告竣。

光緒十九年九月周元釗重修少林寺中殿記，碑中言：『辛卯，予來攝邑篆，始至寺，中殿——卽行宮——圯毀，詢之？知爲我朝高宗純皇帝幸嵩時建，御座猶存。……乃鳩工庀材，於今年九月歲事，規模與碧六佛殿——卽六祖殿——相頡頏，甚壯觀也。』

席書錦嵩嶽遊記，光緒甲午春編。記中天王殿、鐘樓、鼓樓、大殿、緊那羅像、面

壁石，散見秦槐、魏齊碑、唐碑、宋元明碑、初祖庵各條；初祖庵條，並言面壁石今移置寺後內閣。

民國五年七月王學之補修少林寺緊那羅殿碑記，言殿之山牆倒塌，廟宇傾頽，而三像宛然無恙。王君雲華，廣爲籌化，鳩工庀材，不數日而朽者以固，陋者以文，廟貌巍峨，而煥然聿新。

民國十四年段之善遊少林寺瑣記，言在寺中遊覽前後院廊，並觀達摩面壁石。

日本昭和五年五月發行之世界美術全集，載有少林寺鼓樓銅圖一幀，關野貞在同書六十頁記樓之正面入口處，其左、右八角石柱上，北方右向者，有『大德四年七月日』刻銘，南方左向者，有『大德六年六月日』刻銘，斷鼓樓乃大德四年至六年頃完成。查昭和五年，即民國十九年，少林被焚在其前，則關野貞至少林時，當在其發表此圖與記之前，可斷言也。

民國十九年冬，予遊少林，寺中西席牛夢玉，錄示少林被焚原因及歲月如左：

「十七年，國民軍北伐時，建國軍樊鍾秀趁勢擾其後防，打開鞏、偃二縣。旋被國民軍石友三開復。爾時，駐登封者爲國民軍蘇明啓旅，樊退圍之。石進至環轄關，樊見勢不敵，詐言山南駐有重兵。石友三追至少林寺，令軍士發火，將此數千年古刹之重要殿宇，及齊魏名碑、石像，付之一炬。」

牛又錄示建國軍首領樊鍾秀與少林寺之關係云：

「十一年，樊鍾秀充河南暫編第四團團長，受吳佩孚差委，來登封收撫陳青雲、任應岐，過少林休憩，見大雄殿破壞，發心修補，因軍務倥傯，不暇及此，暫捐四百元，先作購買物料之用。寺中大衆感激，因而與樊有聯絡。」

據予調查，建國軍與國民軍交戰時，樊以少林爲司令部，寺僧有陰助之嫌，故石、蘇追至寺，縱火以洩其憤。共焚兩日，時民國十七年三月十五及十六日也。予就顯說

補其歲月，以爲他日考信之資。

### 李亦畬太極拳譜跋

李亦畬手寫王宗岳太極拳譜，有跋云：

『此譜得於舞陽縣鹽店。兼積諸家講論，並參鄙見。有者甚屬寥寥，間有一二者，亦非全本，自宜珍而重之，切勿輕以予人，非私也，知音者少，可予者其人更不多也。慎之！慎之！光緒辛巳中秋念三日，亦畬氏書。』

亦畬手寫譜，見存太極拳家郝少如處，徐哲東已錄入其行將出版之太極拳考信錄中。又亦畬太極拳小序云：『太極拳不知始自何人？』譜中亦無『武當山真仙張三丰老師遺論』等註，可證太極拳附會於張三丰，乃光緒七年以後事。

王宗岳生平行蹤之可考者，爲汴、洛兩處，斯譜得自舞陽，三地同在黃河之南，地

理上可爲彼此參證之助。

### 現代俄國騎兵白刃戰具

現代俄國騎兵，以濟白及之戰者，有刀矛二器。

予近觀影片，名曰今日之蘇聯，見紅哥薩克騎兵，演習軍刀之術，與威繼光練兵實紀馬上梭腰刀之法略同。戚法：備長短棍二，植地上，一長七尺，一長三尺五寸，短棍在前，長棍在後，相去二尺。馬軍馳上，先砍短棍一刀，如馬頭，次砍長棍頂頭一刀，如敵人步軍。紅哥薩克騎兵，砍短棍與戚法同，長棍則不砍頂頭而平及橫砍，蓋頭戴鋼盔，非砍頸部，不足以殺敵致果也。

曩見張宗昌所募白俄騎兵，馬上用長矛作近戰，其器遺國內者甚多。

## 美式角力

客歲，我國旅美華僑黃伯長，與菲律賓人阿魁那度，作美式角力賽於滬之聖佛其廳。陳君緒良，延子與王子平、朱文偉同往觀之。是晚競賽三合，不限時間，首合歷三刻之久，始分勝負，故得暢觀其技。

其法：摔、拿、擊俱用。摔法甚簡，以赤體肉搏，無把可持也。拿則反撰臂、腿關節，與我國之法，雖間有殊異，而原理則一。因悟武藝亦為智慧產物，人類肢體相同，其有共通之點，固無足怪。特其發展之類型，各因習尚，遂生差別，故凡有目驗者，孰為日本式角力，孰為美國式角力，一瞭即能審之。擊法限於用肱及頭、肩，以肱擊敵頤，以頭、肩撞敵身，此則規章使然耳。我國徒手競技，目前提倡者，祇慣跤一項，予觀美式角力後，覺我國拿法，大可使之競技化，有志者盍圖之。

## 竹刀

日本劍道，以革束竹四枚，謂之竹刀，作爲練習之器。據松平登喜壽劍道手引言：其發明斯物者，言人人殊，或謂長沼四郎，或謂中西忠藏，或謂長沼庄兵衛。大概言之，則在中御門天皇、後櫻町天皇——即德川十三代將軍統治時代。緣彼時習劍之場所，不如今之開放，而所習劍法，亦各抱秘密主義，故此器究爲何人何時所發明？尙難確切言之也。

## 洪紀

近人徐哲東，涉獵頗博，所著國技論略，於少林僧洪記與洪紀，不能決其是否一人，此則未至少林通考碑刻故耳。國技論略云：



「程冲斗少林棍法闡宗自言：『從少林僧洪紀習棍法。』陸桴亭文集卷六石敬巖傳中言：『沈萃禎備兵太倉時，招致東南技勇練兵教士，敬巖應聘而來，同時來者，有曹爾亭、趙英及少林僧洪記、洪信之屬。』此洪記與授程冲斗棍法者，不知是否一人也？」

按洪記與洪紀，實爲二人。不過陸桴亭文集及吳修齡手臂錄之洪記，則爲洪紀之訛也。考洪記之名，嘉靖癸未，始見於勅賜少林禪寺都提舉政公德心和尙塔墳石碣。手臂錄載：『記於崇禎□，將兵擊流賊於□□，大破之，追遠遇生賊，援兵不至，終不肯退，賊益衆，奮鬪以死。』嘉靖癸未，距崇禎初，已在百年外，立碑之時，記已有相當年齡，豈有至崇禎間，猶能臨陣作戰者乎？嘉靖乙丑，少林混元三教九流圖贊碑陰題名，有洪紀之名。程冲斗言：紀在寺，嘗爲其師。吳修齡言：石敬巖鎗、棍，得之少林僧洪記。敬巖與冲斗爲同時人，嘉靖乙丑，後於癸未四十餘年，則手臂錄、陸

樗亭文集之洪記，非嘉靖癸未之洪記，乃嘉靖乙丑洪紀之訛也。

## 李克復

陸樗亭文集石敬巖傳：

「敬巖與河南李先復同學，得梨花鎗之真傳。」

程冲斗長鎗法選：

「器名鎗者，卽古之丈八矛也，其法遵楊家，然未稽楊之爲何時人也。通鑑載：宋寧宗時，有紅襖賊李全，善運鐵鎗，後敗，妻楊氏謂鄭衍德等曰：「二十年梨花鎗，天下無敵手。」今鎗中有梨花擺頭之名，豈其人歟？豈以其藝之高而不以人廢歟？若稽實，則有望於博洽君子耳。世人尊鎗爲藝中之王，蓋亦以長技無輸於此，余甚慕焉！訪有河南李克復，善其技，余師之，得其法。」

李先復與李克復之籍貫同，擅技同，敬巖與冲斗又係同時，余故疑爲一人。長鑄法選，爲冲斗生前自刻傳世之作，板本絕精，李之名，似應從冲斗。

### 張松溪之籍貫與師承

徐哲東國技論略：

「寧波府志言張松溪鄞人，師十三老。然，黃宗羲未之言。黃氏又以松溪爲海鹽人，與寧波府志異，少林拳術秘訣所說又異，不知究以何說爲是？然，少林拳術秘訣既屬後出之書，且寧波府志係張松溪當地人所修，其說當較近實。然則張松溪師孫十三老，寧波府志足補黃氏之缺。至松溪之果爲海鹽人，抑係鄞人？則似當從黃氏。蓋黃氏因得之王征南，征南乃松溪三傳弟子也。」

少林拳術秘訣，爲清季煽動種族革命僞託之作，其言松溪之技，爲西江派巨子熊氏

行健齋隨筆

所傳，杜撰而無依據，自不可信。梨洲王征南墓誌銘，未言松溪籍貫，哲東乃稱黃氏以松溪爲海鹽人，不知何據？查言松溪籍貫、師承者，最早惟寧波府志，故考信者應以此書爲據。

### 嘉靖禦倭僧兵考

鄭若曾江南經略僧兵首捷記，嘉靖禦倭僧兵法名可考者：祇孤舟、天真、天池、天員、月空、無極、了心、徹空、一峯、真元等十人。

張弼倭變志，禦倭僧兵法名可考者：祇大造化、月空、天池、一舟、玉田、太虛、性空、東明、古泉、大用、碧溪、智囊、大有、西堂、天移、古峯、了心、徹堂、一峯、真元等二十人。

顧亭林口知錄少林僧兵，禦倭僧兵法名可考者，祇月空一人。

俞大猷正氣堂集新建十方禪院碑，言其自北雲中親至少林，攜宗肇、普從隨往南征。

據以上各家記載，嘉靖禦倭僧兵法名可考者，除彼此互見之外，共二十七人。江南經略稱爲少林僧者祇天池、天員二人。倭變志謂僧兵係山東應募者，皆稱少林僧。

俞大猷嚮往南征之普從、宗肇二僧，自無可疑。其餘二十五僧，合於七十字派者，祇了心一人，惟予遍考明代少林碑刻、墓碣，對於了心是否爲少林僧一點？猶有可疑之處，他日子將另著專籍以明之。餘則與七十字無一相合，故二十四僧，不能證明其爲少林僧。江南經略記天員與月空爭爲將領事，天員曰：「吾乃真少林也，爾有何所長？而欲出吾上乎？」然倭變志，則稱月空亦爲少林僧，是當時已有真假少林之爭，實則以字派考之，二人均難言爲少林僧也。倭變志言：僧兵持棍長七尺，重三十斤。顧亭林日知錄言：月空與其徒三十餘人，自爲部伍，持鐵棒擊殺倭甚衆，少林以棍法

名於時，若不合字派諸僧，所擅者均少林棍，則謂爲少林派武僧則可，謂爲少林僧則不可。近閱顧承周少林寺及其僧徒志略、文，謂：『參加禦倭之少林僧，衆至數十人，爲歷史事實無容討論。』對當時禦倭諸髡，一括謂之少林僧，此則與不佞愚見，微有差異者也。

### 形意拳鼻祖與譜

孫祿堂形意拳學自序，言形意拳創自達摩祖師。薛顛形意拳術講義，言形意拳乃岳忠武王所創。

徐哲東國技論略辨形意拳要論出於僞托，故認形意拳非達摩、岳飛所創。其言云：『形意拳家言形意拳傳自岳飛，其事殆出於依託，蓋形意拳家借岳氏以增重也。予嘗有跋岳氏形意拳要論一篇云：『東鹿李劍秋著形意拳初步，後附形意拳術要論十篇

，乃濟源鄭濂浦得諸其鄉原作傑家者也。吾觀其文，純爲八比氣格，如要論一發端云：「從來散之必有其統也，分之必有其合也。以天壤間四面八方，紛紛者如有所屬；千頭萬緒，攘攘者自有其源。」要論二發端云：「嘗有世之論捶者，而兼論氣者矣，夫氣主於一，可分爲二，所謂二者卽呼吸也。呼吸，卽陰陽也。」要論四發端云：「試於論身論氣之外，而進論乎梢者焉；夫梢者，身之餘緒也。」此明明習於八比者爲之，而云武穆之所爲，稍知文章之士，自能辨認，武士不學，乃尊信而不疑，故予爲辨明之。」

余意要論既非武穆所作，自可斷形意拳非岳氏之傳，達摩更無論矣。」

八比之文，始於明初，哲東斷形意拳非達摩、岳飛所傳，其論甚是。然則形意拳究爲何人發明者乎？

民二一，余游陳溝，於陳春元家借閱品三遺著，見有品三手錄三三拳譜一冊。三三

者，內外各三合，卽六合是也。譜有六合十大要序一篇，其序云：

『聞之子不器力，固尙德不尙力，然夾谷必用司馬，且曰：『吾門有由，惡不入於耳。』是武備亦不可少，於是顧身家，保性命，有拳尙焉。』

拳之類不一，其端不知創自何人？惟六合出於山西龍鳳姬先生。先堯，明末人也。精槍法，人呼爲神。先生謂：『吾處亂世，執槍衛身則可，若處平世，兵及消滅，倘遇不測，何以禦之？』於是變槍爲拳，理會一本，形散萬殊，拳名六合，前後各有六勢——一本者何？心之靈也；萬殊者何？形之變也；六合者：心與意合，氣與力合，筋與骨合，手與足合，肘與膝合，肩與胯合，是謂六合；前後各六勢，一勢變爲十二勢，十二勢仍歸一勢，有剛柔之分，有精粗之妙。但習藝者以能閃爲妙，不知此拳有捷法。以走爲妙，（不知此拳有追法。）以□□爲妙，不知此拳有封閉法。動不見形，形一動不及封閉，卽能走、能閃、能封閉，能禦於晝，不能禦於夜，惟六合有開（□）



，有辦法，雖猝不及防，不見不開，亦應之有餘。

習六合者亦不同，傳之未嘗不同，學者各得其偏，是以愈傳愈謬耳。余從學鄭氏，得姬氏傳，雖未臻佳境，而稍得其詳。分爲十則，以誨弟子，不敢云能接姬氏薪傳也。

讀序所云云，則知形意原名六合，爲明末山西姬龍鳳所發明，他譜稱降風者已訛。卽其勢法，亦與今傳者有異，觀序及目錄便知。惜奉元將品三著錄謄稿，秘私不以公開，謹許借鈔其序，及目錄、題記，否則收諸武藝叢書中，亦可考謂他譜之有無沿訛也。其目錄如左：

一曰雙手。二曰拳經總序。三曰解法必用。四曰手足妙用。五曰錦囊。六曰短手。七曰十九問答。八曰六合十大要序——一、三節，二、五行，三、四梢，四、身法，五、手法，六、步法，七、上法，八、截法，九、三性調養法，十、內勁。九曰總打。

十日十二上法。十一曰虎撲鷹捉。十二曰易筋經貫氣訣。十三曰心意拳論。十四曰法式。十五曰筋法論。十六曰起落論。十七曰七十二拿法。十八曰總論。十九曰穴門。二十曰生死擒拿手。二十一曰擒手。二十二曰不宜打處。

題記如左：

總打之後，有雍正十三年正月新安王自誠，乾隆十九年七月汝洲王琛琳，乾隆四十四年十月汝洲馬定振，雍正十一年三月河南府李失名等字樣題記。

註：括弧內之文字，係作者補充。

### 無極拳

拳派之號稱武當者：曰內家，曰太極，曰形意，曰八卦，曰無極。

武當丹士張三丰，古時假託而附會爲鼻祖者，始則內家拳，其言出黃梨洲王征南墓

誌銘，繼則太極拳，其言出有清末葉太極拳譜註。至民國，八卦、形意、無極，始競附焉，且多標榜爲內家。

張三丰一夢而精技擊之說，尊而信之者，其常識可謂幼稚之至。至標榜爲內家，則尤未深考彼此練法與打法不同。或以爲太極、形意等拳，其用內勁，皆相貫通，遂皆稱之曰內家，夫內家拳之用勁，爲黃梨洲父子所未言，卽與此諸拳同矣，若練法、打法不同。亦不得混爲一物。

近有開阜山人廖子玉者，著無極拳通論，與河北呂一素合編無極拳譜圖說，售價三元六角，於民國二十四年十二月出版。抱道氏序其書云：『此藝係北平李先生所傳，爲張三豐最後之組織，與太極、八卦合爲一部大道者也。』以余觀之，太極、八卦兩家拳法，前清季年，盛行於舊都，此公眼紅耳熱，名其自創手法曰無極，蓋欲使人信其勝於太極、八卦，誘人從遊，藉此以飽囊橐也。序所謂與太極、八卦合爲一部大道

者，其卽山人一部生財之大道乎！

### 郭五與郭武

程冲斗耕餘剩技單刀法選：

「器名單刀，以雙手用一刀也，其技擅自倭奴。……有浙師劉雲峯者，得倭之真傳。不吝授余，頗盡靈奧。時南北皆聞郭五刀名，後親訪之，然較之劉，則劉之妙，又勝於郭矣。」

同書侯安國敘：

「家居時，每喜觀少林寺僧之舞棍者，勇士郭武，演其棍法爲刀法，變化尤精，余尤喜習觀之。」

兩名見於一書，侯、程皆言其善刀，豈侯安國以五字爲不文，易而名之曰武歟？文

人好雅，而不傳信，往往有此也。

### 武備集稿張某棍法

予於蘇州文學山房見道光長水散人寫本武備集稿，書中有棍法四冊，錄程冲斗少林棍法闡宗，後附張某棍法，散人題記云：

「錄此書成，適有教師張某來觀，因演其所習三十二勢，似與此書相合，獨惜不能編說耳，乃圖而附錄於後，俟明乎此者察焉。」

程冲斗少林棍法闡宗問答篇云：

「或問曰：『今攻少林棍者不乏人，然多不同者，豈人有異師？師有異教乎？』余曰：「教本一源，但世遠人乖，授者尙奇好異，或以此路頭而混彼路尾，或以彼路尾，而難於此路中，甚至一路分爲二路，惑世誑人，博名射利，予深扼腕，特爲標真。」

觀武備集稿張棍名色、鬪勢，與冲斗少林棍法雖有相同之處，然其中仙人過橋、仙人大坐、燕子酌水三勢，皆屬拳法，棍中夾二起脚，爲少林所無，是張棍當係他棍而雜少林者也。長水散人，旣錄闡宗，何不察之歟？

## 甘鳳池

中國人名大辭典：

「甘鳳池，江寧人，少以勇聞。康熙間，官某王府。與人角力，輒感之。手能破堅，握鉛錫輒化爲水。年八十餘，終於家。」

考雍正硃批諭旨李衛奏摺，甘鳳池係張雲如等密謀革命一案中被捕人物。甘之武藝：據李衛雍正七年十二月初二日一摺中，稱其武藝高強，煉氣粗勁，各處聞名，聲氣頗廣。又廖坤十二月廿四日一摺中，稱其素能行功鍊力。甘之參加革命：據雍正七年

十二月初二日一摺中，稱其曾於一念和尚事內有名，夾訊兩次，經馬逸委開脫。甘之學問：據雍正七年十二月初二日一摺中，稱其頗曉天文、兵法。甘與各革命集團之關係：據雍正七年十二月初二日一摺中，稱其自負本領，人人欲得以爲將帥，無不與之邀結往來。甘之革命準備行動：據雍正八年正月十七日一摺中，稱各犯所藏書籍，多係練兵講武要術，除有舊本傳行者不論外，搜出甘鳳池隨身密帶之二本，將各省山川、關隘、險要、形勢、攻守機宜，備悉登記，併於身所到處，將方隅、遠近，逐一增註。甘之落網：據雍正七年十二月初二日一摺中，李衛奏稱託言臣子欲學弓力武藝，將甘鳳池父子再三設法，羅致署中所誘獲。

中國人名大辭典所載甘鳳池半跡，係據清朝耆獻類徵初編。其提鉛錫化爲水，手非鎔爐，理所不許。甘爲一革命家，辭典不取官書可信者纂錄，亦悖謬甚矣。

許禹生於民十出版之太極拳勢圖解中稱征南之後百年始有甘鳳池，又指甘爲太極拳

南派人士，皆出杜撰。盲從之者，有民十九出版之姜容樵、姚馥春太極拳講義；民二十出版之吳闓南科學化的國術太極拳等書，豈武藝作家，不以說空虛爲恥者乎？

### 陳氏家譜

余遊陳溝時，得陳氏家譜一冊，封面題同治十二年癸酉新正穎川氏宗派一函。內自始祖起至十九世止，凡配偶、子嗣、流遷、仕官，均有記載。第十六頁註：至此以上乾隆十九年譜序，以下道光二年接修。十二頁九世祖王庭旁註：又名奏庭，明末武庠生，清初文庠生。在山東，名手，播蕩羣匪千餘人。陳氏拳手刀鎗創始之人也。天生豪傑，有戰大刀可考。二十頁十二世善志旁註：拳頭可師。二十一頁十二世繼夏旁註：拳手可師。二十二頁十一世光印旁註：拳手可師。二十三頁十二世甲第旁註：拳手可師。二十七頁十一世正如旁註：拳師最好。十二世節旁註：拳最好。十三世公兆旁



註：拳師最好。二十八頁十二世敬柏旁註：拳手可師。十三世大興旁註：拳可師。三十六頁十三世秉壬、秉旺旁註：拳手可師。十四世長興傍註；拳師。十五世耕雲旁註：拳手。四十五頁十三世公兆旁重註：拳手可師，大家。十四世有恆旁註：拳手大家。有本旁註：拳手最高，教徑出衆。十五世伯姓、仲姓、季姓旁註：此三人拳術最優，仲姓、季姓旁合註神手二字。十四世巽旁註：拳手可師。四十六頁鵬旁註：拳手可師。五十一頁十五世仲姓旁註：武生，文武皆全；季姓旁註：拳手神妙；二人名下又合註拳師神妙。十六世堯旁註：武生。森堯下合註：拳師最優。森旁註：文武皆通。末有我高曾祖父皆文兼拳最優森批字樣。此太極拳源流最可考信之直接史料也。

### 王來咸拳法

中國人名大辭典：

行健齋隨筆

『王來咸，鄞人，字征南。習少林拳法，傳餘姚黃百家。』

然於黃百家則云：

『百家喜拳法，學於王來咸，盡得其傳，有內家拳法。』

考百家內家拳法及其父梨洲王征南墓誌銘，均言征南所習者爲內家拳，絕無少林拳之說。同見於一書，而彼此大相逕庭，足徵編纂者之疏於考訂矣。

### 少林拳

少林僧雖亦習拳，然以棍名，而不以拳名，此讀俞大猷正氣堂集、戚繼光紀效新書、何良臣陣記、茅元儀武備志、吳戈手臂錄便知。新都程宗猷冲斗，遊少林者前後閱十餘載，於萬曆四十四年丙辰，著少林棍法闡宗，其間答篇有云：

『或問曰：「棍尙少林，今寺僧多攻拳而不攻棍者何也？」余曰：「少林棍名夜叉，乃

緊那羅王之聖傳，至今稱爲無上菩提矣；而拳猶未盛行海內，今專攻於拳者，欲使與棍同登彼岸也。」

距冲斗著闡宗之二十餘年，士寇據御碧，寺僧多流散。康、乾之間，廟貌雖復，因雍正諭禁漢人習武，寺僧遂諱莫如深。道光八年，滿人麟慶奉命祭中嶽，至少林，欲觀寺僧演技，主者猶不敢遽諾，鴻雪因緣圖記，曾載其事，故少林拳術，不能如棍之累代專門，成爲正法眼藏。黃梨洲王征南墓誌中，稱少林拳勇名天下，唐荆川皺眉道人拳歌中，稱少林拳法世所稀，皆耳食之談，蓋梨洲文人，荆川雖知武，而於嘉靖三十九年庚申逝世，嘉靖在萬曆之前，考諸冲斗闡宗，少林拳法，彼時尚未與棍同登彼岸，從知荆川亦不知少林派武術之究爲何物也。今人奉易筋經、少林拳術秘訣等僞託諸書，競張空虛，源流且不知，遑云能知其術矣。

## 陳卜非太極拳祖

予於張三丰爲太極拳鼻祖，嘗闢其妄。游陳溝時，獲見陳品三引寧入路及太極拳圖書講義稿本——太極拳圖書講義，今易名爲陳氏太極拳圖說，已出版矣。——自序：謂太極拳係其始祖卜所發明，其說如左：

『洪武七年，始祖卜，耕讀之餘，而以陰陽開合運轉周身者教子孫以消化飲食之法，理根太極，故名曰太極拳。』

太極拳之傳，出自陳溝，今陳卜發明太極拳之說，出自其子孫，宜可取信於世矣；而實則不然。今從陳卜墓碑考之，碑云：

『溫邑東十里許陳家溝，由來久矣。相傳我祖諱卜，洪武初年，來自洪洞，定居於茲，迄今已十三世。凡我同姓，繩繩不絕，或貿易爲務，或耕耘爲業，實繁有徒，其

膾炙人口，炳炳足稱者，獨詩書傳家，誦讀不輟，子若孫入鄉學者有人，入國學者有人，應一命受一職享天家之賜，建功於民社者又有人。藉非吾始祖積德於前，植基孔固，我輩安能有此今日乎！木本水源之思，曉得無情，因以爲序，勒之於石，用垂不朽。

右碑立於康熙五十年辛卯，係其十世孫庚所撰。其紹述先人者，祇我祖諱卜，洪武初年，來自洪澗，定居於茲，寥寥十六字，且亦出諸傳說，則陳氏始祖之串跡，文獻實無足徵也。品三後於卜者十六世，自序所云，不徒墓碑所未載，族譜亦未錄，白出杜撰。

張三丰以一夢而精技擊，其妄不足論。陳品三雖爲陳溝太極拳家，然言其始祖卜發明太極拳，無徵勿信，不得以其子孫所言，而遂附從之。

### 少林僧字派

少林釋氏源流五家宗派世譜定祖圖序碑，載元初福裕禪師立曹洞宗七十字輩曰：福慧智子覺，了本圓可悟，周洪普廣宗，道慶同玄祖，清淨真如海，湛寂淳貞素，德行永延恆，妙體常堅固，心朗照山深，性明鑒崇祚，衷正善禱祥，護慈原濟度，雪庭爲導師，引汝歸鉉路。自元代迄今，少林僧取名，皆不越此。惟第十九字輩，少林碑刻僧名，有作本字玄者，有加金旁作鉉者，其亦五行之說，中於髡徒歟？禪門日誦少林七十字輩路異，第四字作自，第十二字作宏，第四十四字作曲，第五十一字作裏。第五十八字作願，第六十八字作飯，第六十九字作元，義雖較通，然考諸元以來少林碑刻，所載僧名，悉與釋氏源流五家宗派世譜定祖圖序相符，是禪門日誦不同諸字，當係通人竄改者也。予以近日武藝著述，多稱託於少林僧徒，揭其字輩，使世能辨焉。

## 少林武僧

少林武僧，著稱於北齊者，有稠禪師。太平廣記九十引紀聞及朝野僉載，言其能躍首至梁，引重千鈞，拳捷驍武，動駭物聽。

唐代武僧著稱者：有善護、志操、惠瑒、曇宗、普惠、明嵩、靈憲、普勝、智守、道廣、智興、滿、豐等十三人，與寺乘翻隸州城執王世充任仁則歸唐，曇宗爵大將軍，其事跡見開元十一年少林寺賜田牒，及開元十六年裴灌少林寺碑。

明代武僧著稱者：有悟須、周友、周參、洪轉、洪紀、洪信、普從、普使、廣按、宗擎、宗想、宗倍、道宗、道法、慶盤、慶餘、同賀、鉉清等十八人。悟須號匾匾，嘗救人苗夷中，苗夷人尊而神之，其事跡見隆慶三年杜樂匾匾禪師行實碑，及程冲斗少林棍法闡宗。周友，嘗應調征雲南，僧俗徒衆千外，其事跡見嘉靖二十七年友公三

奇和尚塔銘。周參，嘉靖中率僧兵五十，應調征師尙詔，其事跡見萬曆三年參公竺方和尚塔銘。洪轉爲少林棍法宗匠，著夢緣堂鎗法；洪紀，於崇禎間繫流賊戰死，其事跡見少林棍法闡宗，及吳修齡手臂錄。洪信之名，見陸桴亭文集石敬嚴傳。普從、宗擊，從俞大猷南征，習荆楚長劍，其技十步一人，千里不留行，事跡見正氣堂集。普便征戰有功，見天啓乙丑使公塔銘。廣按、宗想、宗信之名，見少林棍法闡宗。康熙十六年焦欽龍凝然改公禪師碑，其間隙處，刻有關部楊思呂提清，奉旨征討山西、胡廣、河南等處地方，提取少林寺武僧守備道宗、道法、慶盤、慶餘、同賀、鼓清等字樣。鼓清號寒堂，余得其遺像，其上題有康熙九年洛陽令吳源起所撰小傳，與凝然碑吻合。碑文思字，爲嗣字之訛；胡字，爲湖字之訛。

民國九年，土匪桿首朱保成、牛邦、孫天章、段洪濤，聚衆犯鞏縣魯莊。少林僧恆林，時爲本區保衛團團總，會偃師十四、十五兩區，鞏縣九區民團，與朱等戰於少林



西鑑子坪，破之，得鎗甚多，藏於寺。十二年秋，恆林物故，其弟子妙興繼爲住持。嗣張玉山奉吳佩孚命，在登封收編湖北第一師別動隊，其第一旅旅長盧耀堂，覬覦少林鎗枝，諷妙興出，歸伊編制，任爲第一團團長，直奉戰後，妙興隨盧旅開駐鄭州，旋調舞陽攻土匪陣亡。恆林、妙興皆擅技擊。

### 唐代少林武僧人數

賜田牒後十三僧題名，善護之上，有上座僧三字；志操之上，有寺主僧三字；惠瑒之上，有都維那僧四字，曇宗之上，有大將軍僧四字；以下八僧，其上皆有同立功僧四字。葉封嵩陽石刻集記，於靈憲、普勝、智守、道廣、智興、滿、豐七僧名上，皆略同立功僧四字，王昶金石萃編因之，書無句讀，遂難辨別。顧承周少林寺及其僧徒志略，將滿、豐二僧，合爲一人，謂：「現考此牒所載，僅有十二人，」此則失在未

見原碑耳。予未至少林閱原碑已前，於集記、賜田牒僧名，亦苦其不能讀，從知金石文字，可資考古，不能以其文字贅累，遂加剔削，應以存真爲貴。

### 易筋洗髓二經之作者

世傳易筋、洗髓二經，出自達磨，蓋由李靖一序而來。序云：

「達磨大帥自梁適魏，面壁於少林寺，迨九年功畢，示化葬熊耳山却，乃攜隻履西歸。去後，面壁處碑砌，壞於風雨，寺僧重修之，得一石函，雖無封鎖，而百計不得開。有慧可徒曰：「是必膠漆之固也。」鎔蠟滿注，遂解。衆視，乃藏密經二帖：一名洗髓，一名易筋。」

李序僞，則二經亦僞，蓋假託失其根據也。李序之僞，予與徐哲東已詳論之，然則二經作者，究爲何如人乎？其內容不啻已明示我人矣。書中配合陰陽說：

「天地一大陰陽也，陰陽相交，而後生萬物。人身一小陰陽也，陰陽相交，而後無百病。此一陰一陽互用之妙，內而氣血交融，自然無病，無病則壯，其理分明。然此行功，亦借陰陽交配之義，是亦外助盜天地盜萬物之玄機也。凡行此功，始信却病，凡人身中，其陽衰者多犯痿弱虛憊之疾，宜用童女或少婦，三進氣以助之，蓋女子外陰而內陽，借其陽以助其衰，誠爲至理。若陽盛陰衰，多犯火病，宜用童子或少男，三進氣以消之，蓋男子外陽而內陰，借其陰以制其盛，亦是玄機，以是補助，豈止無病。行此功者，則從其便，以童男女相兼用之，令其陰陽和暢，真乃玄之又玄，妙之又妙，聖神功用，自臻極至。

#### 書中下部行功法：

「行此功夫，其法在兩處：一在翠丸，一在玉莖。在翠丸：曰攢，曰捧，曰揉，曰搓，曰拍。在玉莖：曰咽，曰洗，曰握，曰束，曰養，曰閉。以上十一字，除咽，洗

東、養外，餘七字用手行功，皆自輕至重，自鬆至緊，自勉至安，周而復始，不記遍數，日行六香三次，百日成功，則其氣充盛，超越萬物。凡攢、掙、搓，握六字，皆手行之，漸次至重。若咽氣，初行之始，先吸氣一口，以意消息，咽下送至胸，再吸一口，送至臍，又吸一口，送至下部行功處，然後乃行攢、掙等功。握字功要努氣至頂爲得力，日以爲常。洗者用藥水，逐日盪洗，洗有二意，一取和血氣，一取蒼老皮膚。束字功畢，洗畢用軟帛作繩，束其莖根，鬆緊適宜，取其常伸不屈之意。養者功成物壯，屢戰勝人，是其本分，猶恐其嫩，先用舊鼎，時或養之，養者謂安閑溫養，切勿馳騁多戰，方能無敵。功行百日，久之益佳，弱者強，柔者剛，縮者長，病者康，居然偉丈夫也，若木石鐵槌，吾何憚哉？以之屢戰，泥水探玄，可以得珠，以之求嗣，則百斯男，吾不知天地間更有何藥復加於是？此功此法，信受者實乃宿契也，豈小補哉。」

右皆採補御女邪說，惟道家房中術有之，余故疑是書爲羽流所作。

## 武禹襄

孫祿堂太極拳學自序，言其拳受自郝爲真，爲真受自李亦畬，亦畬受自武禹襄。予所獲馬同文太極拳譜，其中載李亦畬太極拳小序。自言：學太極拳於其母舅武氏，武氏之名，作禹襄而不作禹讓。

又見徐哲東太極拳譜理董稿本，所引亦畬手鈔太極拳譜，亦作禹襄，則祿堂之訛襄爲讓甚明。

## 朝鮮武藝叢書

朝鮮武藝叢書，一名御定武藝圖譜叢志，來青閣二十四年會目於之，共四卷，附誌

解一卷。

書中戚繼光武藝圖譜，精晰詳明，我國坊本紀效新書，視之遠有遜色，取以考訂戚氏武藝，無更善於是書者矣。當時索值百金，以價昂，未果購。

客歲，編戚繼光拳經，因坊本闕訣，皆祇二十四，圖書集成戎政典拳搏，祇載戚氏三十二勢訣，而無圖可稽；日人平山潛，寬政間校刻之紀效新書，雖据明本，除可資訂正誤字外，圖訣亦祇二十有四，與坊本無異；時人金一明三十二勢長拳，其練功圖二十四，採自紀效新書，八圖出於偽造，至上下二路三十二勢長拳演練法，完全杜撰，並非戚氏之傳，故均無考訂價值。

以此，予益重朝鮮武藝叢書，乃決意往購。肆主告予，已爲某圖書館購去。詢以館名、地址？皆所不知。始悔失之交臂，不知他日能再見以償考訂之願否？

## 陳王廷遺詩

陳溝陳王廷，明末清初人。遺有長短句一首，載陳氏世傳太極拳術者云：

「歎當年，披堅執銳，播蕩羣氛，幾次顛險，蒙恩賜枉徒然；到而今，年老殘喘，只落得黃庭一卷隨身伴，悶來時造拳，忙來時耕田，趁餘閒，載下些弟子兒孫成龍成虎任方便。欠官糧早完，要私債卽還，驕諂勿用，忍讓爲先；人人道我憨，人人道我顛；常洗耳，不彈冠，笑殺那萬戶諸侯，競競業業，不如俺心中常舒泰，名利總不貪，參透機關，識破邯鄲，陶情於□□，盤桓乎□□，成也無干，敗也無干，誰是神仙？我是神仙。」

載陳氏太極拳圖說者，蒙恩賜枉徒然之枉字。作罔。陶情於□□，盤桓乎□□，上句缺文作漁水，下句缺文作山川。成也無干之成字，作興。敗也無干之敗字，作廢。

廢也無干下，多「若得個世境安康，恬淡如常，不枝不求，那管他世態炎涼，成也無關，敗也無關等句，語近贅累，當非原作，疑著此書之陳品三所加也。誰是神仙？我是神仙兩句，作不是神仙，誰是神仙？

### 陳溝長拳譜

予於陳溝陳省三處，得長拳譜如左：

「懶扎衣立勢高強。丟下腿出步單鞭。七星拳手足相顧。探馬拳太祖傳留。當頭砲勢衝人怕。中單鞭誰敢當先。跨虎勢那移發脚。拗步勢手脚和便。獸頭勢如牌挨進。拋架子短當休延。孤身砲下帶着翻花舞袖。拗鷲肘上連着左右紅拳。玉女攢梭。倒騎龍。連珠砲打的是猛將雄兵。猿猴看果誰敢偷，鐵樣將軍也難走。高四平乃封脚套子。小神拳使火焰攢心。斬手炮打一個順鷲藏肘。窩裏炮打一個井欄直入。底身拳吊打



指襟勢。蹶揭膝。金鷄獨立。朝陽起鼓。護心拳專降快腿。拈肘勢逼退英雄。喝一聲  
小擒休走。拏鷹捉兔硬開弓。下插勢閃驚巧取。倒插勢誰人敢攻。朝陽手逼身防腿。  
一條鞭打進不忙。懸脚勢誘彼輕進。騎馬勢衝來敢當。一霎步往裏就踐。抹眉紅蓋世  
無雙。下海擒龍。上山伏虎。野馬分鬃。張飛擂鼓。雁翅勢穿庄一腿。劈來脚入步連  
心。雀地龍按下；朝天鎧立起。鷄子解胸。白鵝晾翅。黑虎擺路。胡僧托鉢。燕子嘔  
泥。二龍戲珠賽過神鎗。邱劉勢左撥右掌。鬼蹴脚補前掃轉上紅拳。霸王舉鼎。韓信  
埋伏。左山右山。前衝後衝。觀音獻掌。童子拜佛。翻身過海。回回指路。敬德跳澗  
。單鞭救主。青龍獻爪。餓馬提鈴。六封四閉。金剛搗確。下四平秦王拔劍。存孝打  
虎。鍾馗服劍。佛頂珠。反堂庄。望門簪。演手紅拳。下壓手。一步封閉捉拿。往後  
一收，推山二掌。羅漢降龍。右轉身紅拳。右跨馬右搭袖。左搭袖回頭撐膝拗步。扎  
一步轉身三請客。掩手紅拳。單鳳朝陽。回頭高四平。金鷄晒膀。托天叉。左搭肩。

右搭肩。天王降妖。上一步鐵幡杆。下一步子胥拖鞭。上一步蒼龍擺尾。雙伯手。仙摘乳。回頭一砲。拗驚肘。陰子二紅。仙人捧盒。夜叉探海。劉海捕蟾。玉女捧金盒。丟手。收手。刺掌。搬手。推手。直符送書。回頭閃通背。打一窩裏砲。演手紅拳。回頭左右插脚。五子轉還。鬘邊斜插兩枝花。收回去雙龍探馬。窩裏一砲誰敢當。上一步遊手不叉。樓手一拳。推倒收回，交手可誇。招上顧下最無住，偷脚一腿跣殺。急三捶打如風快。急回頭智遠看瓜。往前收獅子抱球。展手一脚踢殺。回頭二換也不差。直攢兩拳，轉身護膝勢。當場接定，收回看肘並看花。誰敢當我大捉，立下上一步，蛟龍出水後，一打反七情庄。急三捶往前攔打。開弓射虎誰不怕。收回來馬前斬草，上一挑又代紅少。刺回接定滿天星，誰與我比並高下。

末註：「此是長拳，惟熟習者得之耳」十六字。此拳較十三勢長數倍，誠如王宗岳所云：長拳者，如長江大海，滔滔不絕。

## 太極拳之祖

太極拳之祖，予斷爲陳王廷者，其證有五：其遺詩中有問來時造閱之句，一也。陳氏家譜十二頁王廷名旁註，稱其爲陳氏拳手刀鎗創始之人；十六頁，有『至此以上，乾隆十九年譜序，以下道光二年接修』等字樣；王廷墓碑，立於康熙五十八年，距乾隆十九年甚近，故此項直接史料，最爲可信，二也。惟遺詩及家譜，一則僅言遺拳，一則僅言陳氏拳手，何由證其卽爲太極拳乎？查家譜三十六頁十四世長興旁，註『拳師』二字，同頁十五世耕雲榜，註『拳手』二字，陳長興，陳耕雲父子，世皆知其爲太極拳專家，一也。陳溝村人，至今只學其祖傳之太極十三勢及砲捶，不學外來拳法，二也。

太極譜共有兩套，一曰長拳，一曰十三勢，見王宗岳太極拳譜。長拳雖已失傳，譜

尙存，譜中如：七星拳手足相顧，當頭砲勢衝人怕，跨虎勢那移發脚，獸頭勢如牌挨進，朝陽手通身防腿，邱劉勢左搬右掌，鬼蹴脚補前掃轉上紅拳等訣，完全採自戚繼光拳經，故太極拳之產生，應在戚繼光之後，王廷生於明末，卒於清初，尤足爲予說佐證。