

紹興湯鵬超著

武藝精華

陳儀題



上海图书馆藏书



A541 212 0009 9836B

# 編輯大意

一 鄙人憂國技湮沒失傳爰將武術場中一生心得窮源究竟說圖列解供獻于世

一 本書供中等以上學校國技教師及學生軍人之用與拙著達摩派拳訣相輔而行

一 本書內容先將國技之根本功夫如一字步十字手十字拳十字腿詳細說明以立基礎而於軍隊適用之南陽大刀急三槍尤爲注意學者苟能悉心練習小則充當國技教師已游刃有餘

一 本書文詞淺顯使閱者一目了然無杆格難通之苦間有難明者另附攝影以便參閱

一 本書係鄙人課餘所編經拳界諸同人再三校訂始克藏事惟謬誤脫落仍所難免海內方家賜以指教尤所盼幸



## 序

武人與文人異文人授徒類皆悉心指導不留餘地武人則不然其以拳術授徒者確亦根據易筋經或少林派等手術依次教授惟耳提面命之時多不肯以獨得之殺手訣舉以示人蓋恐所授之徒或有存逢蒙之心者則無法以制之也近世槍礮爲戰爭利器拳術日見退化吾紹湯君鵬超心焉憂之湯君爲拳術社長兼任各校中拳術教師其拳術之精通技擊之勇猛有口皆碑無待余之喋喋今湯君以所著達摩派拳訣及武藝精華一書見示並乞序于余然余非武人不敢妄贊一辭惟披覽是書見其能言人所不能言道人所不肯道舉凡拳術之奧蘊及其獨得之秘訣一一而筆之於書盡掃從前武人忌刻之習誠不愧爲庸中之佼佼者矣世之學拳術者其以此書爲良師也可

民國十五年

會稽周清序

生活保障

周鳳岐敬題



物進乎道

馬叙倫題

東亞雄風

許宗型題

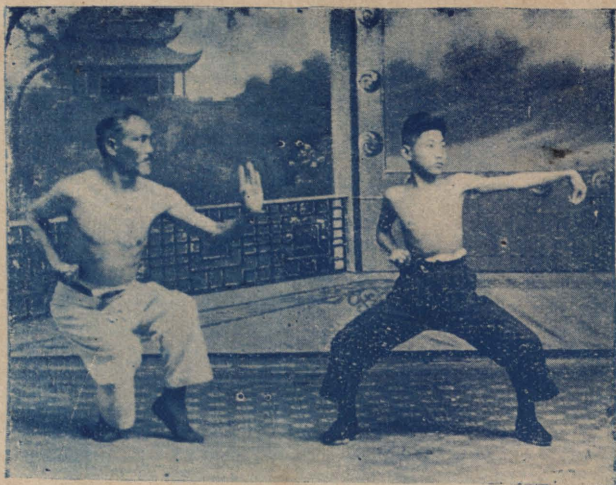




湯鵬超先生小影

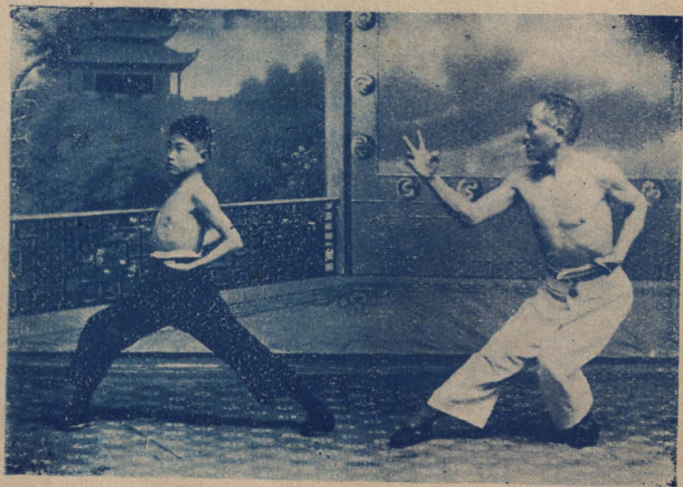


左吊馬  
苗葉手



平馬  
摘手

右  
箭  
馬



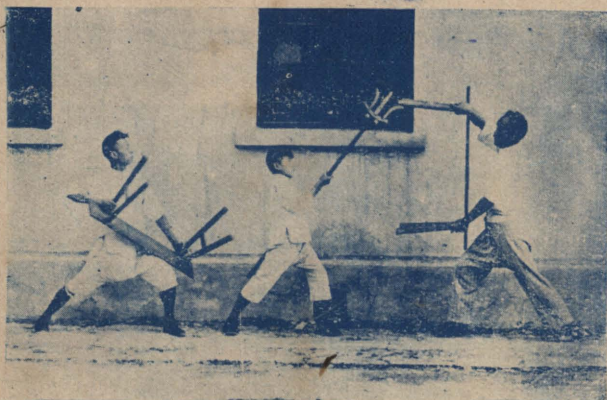
右夾馬  
虎爪手

畫刀削脚



提刀點兵

盤頭腰花



鈎陰花

猛虎撲食

猴子挑擔



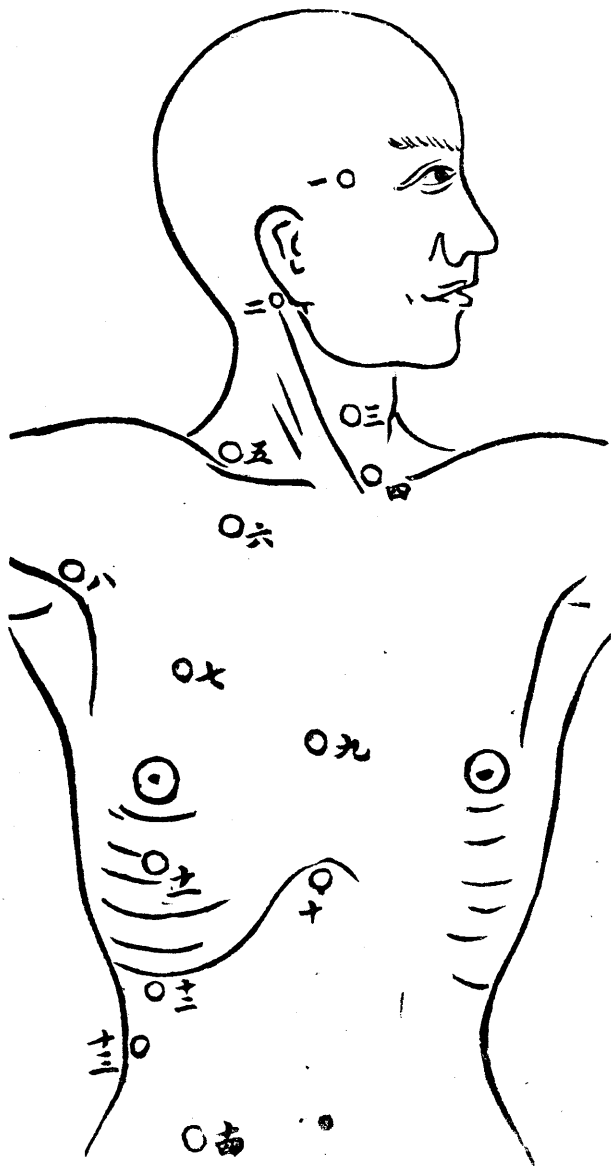
握索姿勢

金雞啄葉

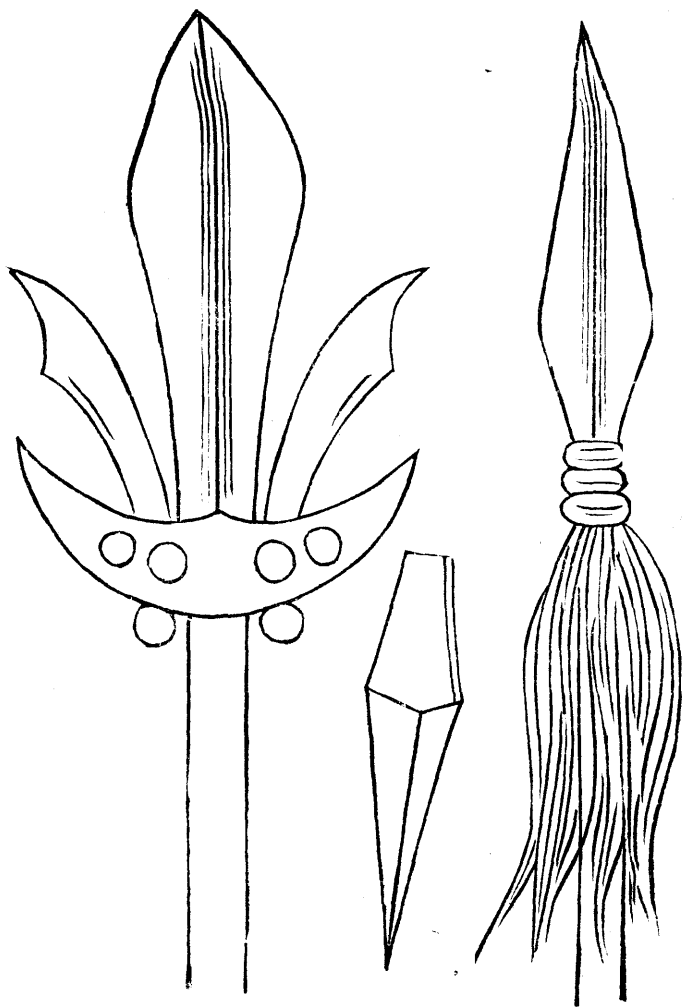


揚刀穿心

# 羅漢拳點穴圖



- 一 太陽穴
- 二 共堂穴
- 三 氣管穴
- 四 痰甯穴
- 五 肩窩筋地穴
- 六 痰突穴
- 七 肺苗穴
- 八 脉宗穴
- 九 鎖心穴
- 十 挖心穴
- 十一 捉命穴
- 十二 吊筋穴
- 十三 鎖腰穴
- 十四 肚節穴



鉞

鏢

鎗

# 武藝精華 目次

一字步	.....	一	虎爪羅漢拳	.....	二八
十字手	.....	二	點穴法附藥方	.....	三二
十字拳	.....	五	猴棍	.....	四〇
十字腿	.....	七	猴棍摘要	.....	四五
大洪拳	.....	一一	堯花	.....	四七
小洪拳	.....	一七	堯花摘要	.....	五一
一字步摘要	.....	一一	鈹爪	.....	五四
十字手摘要	.....	一二	鈹爪摘要	.....	五八
十字拳摘要	.....	一三	流星錘	.....	六〇
十字腿摘要	.....	一四	流星錘摘要	.....	六三
大洪拳摘要	.....	一五	鏢術	.....	六四

七星單刀	六七
七星單刀摘要	七二
日月雙刀	七三
日月雙刀摘要	八一
南陽大刀	八二
南陽大刀摘要	八七
急三槍	八八
急三槍摘要	九二
末藥方	九四



# 國技入門

紹興湯鵬超著

學國技者、非徒動作宜敏捷、尤貴姿勢之正確、故初學者之於手法步法、均宜特別注意、以立基礎、然後進而練習各技、自可達於精深之域、一字步十字手十字拳十字腿四者、爲國技之根本功夫、舍此卽不得其門而入、故先述此四者之打法用法、爲初學者、闢其入門之路、惟關於動作姿勢之方向、皆以立定時爲標準、又手法須苗葉手左右交互爲用、學者慎勿誤會、

## 一字步

### 說明

立正、雙足並攏、怒目挺胸、股向後掬、雙手將拳握緊靠腰、脉門向上、左足向左踏開約離二尺、雙膝曲、兩腿平形、「卽平馬」身向左轉、左足仍曲膝、右足斜伸、足尖向左旋轉成丁字形、「卽左箭馬」左足收攏約離右足尺許、足尖放地、足跟提起、雙膝曲、同一方向、「卽左吊馬」左足再踏開原步約離二尺、曲膝將身仍向左轉、右足斜伸、

足尖向左、成丁字形、「即左箭馬」身向後轉、右足曲膝、左足斜伸、足尖向右旋轉成丁字形、「即右箭馬」右足收攏、約離左足尺許、足尖放地、足跟提起、雙膝曲、同一方向、「即右吊馬」右足再踏開原步、約離二尺、曲膝、左足斜伸、足尖向右、成丁字形、「即右箭馬」身向左轉、雙膝曲、兩腿平形、「即平馬」左足收攏、與右足並立、兩手下踏、步二十秒、再雙手握拳、提起、仍靠腰、左足向前踏出一步、約離二尺、足尖向右、將腿斜伸、右足曲膝、兩膝相依、「即左夾馬」左足收攏、立定、右足向前踏出一步、約離二尺、足尖向左、將腿斜伸、左足曲膝、兩膝相依、「即右夾馬」右足收攏、立定、左足向左着地、伸直、足底踏地、右足曲膝、臀放下、「即左足插地龍」左足收攏、立定、右足向右着地、伸直、足底踏地、左足曲膝、臀放下、「即右足插地龍」右足收攏、立正、雙手放下、踏步二十秒、收勢。

## 十字手

立正、雙足並攏、怒目挺胸、股向後掬、用苗葉手提起、靠腰、掌心向上、四指向前、左手

向左打出平伸、四指向前、依勢收攏仍靠腰、右手向右打出平伸、四指向前、依勢收攏仍靠腰、「卽揚手」左足向前踏出一步作左箭馬、依勢左手自下從右稍向上、望左梢轉將手仍靠腰、右手向前打出平伸、四指向上、「卽單切手」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、依勢右手自下從左稍向上望右梢轉將手仍靠腰、左手向前打出平伸、四指向上、「卽單切手」右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步作左箭馬、身向左轉、依勢左手自下從右稍向上望左梢轉將手卽靠腰、右手向前打出平伸、四指向上、「卽單切手」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、身向右轉、依勢右手自下從左稍向上望右梢轉將手卽靠腰、左手向前打出平伸、四指

向上「卽單切手」左足向左踏出一步作平馬、左手曲腕向左伸出平肩、依勢收攏靠腰「卽摘手」作左箭馬、身向左轉、同時右手向前打出平伸、四指向上、「卽切手」右足收攏與左足並立、左手向前打出平伸四指向上、右手收攏靠腰「卽切手」左足向前再踏出一步作左箭馬、身仍向左轉、右手向前打出平伸、四指向上、左手收攏靠腰「卽切手」三手合并俗名牽鑽手、作平馬依勢右手曲腕向右伸出平肩、依勢收攏靠腰「卽摘手」作右箭馬、身向右轉、左手向前打出平伸、四指向上、「卽切手」左足收攏與右足並立、右手向前打出平伸、四指向上、左手收攏靠腰「卽切手」右足向前再踏出一步作右箭馬、身仍向右轉、左手向前打出平伸、四指向上、右手收攏靠腰「卽切手」三手合并俗名牽鑽手、右足向右踏出一步作平馬、依勢雙手收攏至胸前、掌心朝上、卽刻翻轉向下望、左右打出平伸、四指向前、「卽雙揚手」身向右轉作右箭馬、雙手收攏脉門交叉、左手外、右手內、雙手曲腕、指尖朝下、依勢向左右伸出平肩、「卽雙摘手」雙揚手、雙摘手、「兩手合并俗名十字手」

右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步作左箭馬，身向左轉，同時雙手收攏至胸前，四指向上，依勢向前打出，四指仍向上，「卽雙切手」雙手稍向上望左右削落，「卽雙削手」左足收攏與右足並立，左手靠腰，掌心仍向上，右手從前向左伸出曲肘，雙手脉門相對，約離尺許，「卽和合」雙手放下，收勢。

## 十字拳

立正，雙足並攏，怒目挺胸，股向後掬，兩手將拳握緊靠腰，脉門向上，左足向前踏出一步作左箭馬，身向左轉，同時雙拳向前打出平伸，「卽左箭拳」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步作右箭馬，身向右轉，同時雙拳從右向上望左掠轉時，卽刻向前打出平伸，「卽雙掠拳」右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步作左箭馬，身向左轉，同時雙拳從左向上望右掠轉時，卽刻向前打出平伸，「卽雙掠拳」身向後轉，右足收攏作右吊馬，依勢右手將拳向後自下望右掠出，左拳靠腰，「卽掠拳」右足向前踏出一步作右箭馬，身向右轉，同時雙拳向前打出平伸，「卽右箭拳」右足尖向

右橫踏、左足向前踏出一步作左箭馬、身向左轉、同時雙拳從左向上望右掠轉、即刻向前打出平伸、「卽雙掠拳」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、身向右轉、同時雙拳從右向上望左掠轉、即刻向前打出平伸、「卽雙掠拳」左足向左踏出一步作左箭馬、身向左轉、依勢左手曲肘、將拳從右向左掠轉、臂靠腰、右手將拳向前打出平伸、「卽箭拳」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、身向右轉、同時雙拳脉門交叉、左拳外、右拳內、向上望左右分開、稍落下收攏至胸前、脉門相對、依勢向前打出平伸、「卽童子撥水」右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步作左箭馬、身向左轉、同時雙拳脉門交叉、左拳外、右拳內、向上望左右分開、稍落下收攏至胸前、脉門相對、依勢向前打出平伸、「卽童子撥水」身向後轉、作右箭馬、手曲肘、將拳依勢從左向右掠轉、臂靠腰、左手將拳向前打出平伸、「卽箭拳」右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步作左箭馬、同時雙拳脉門交叉、右拳外、左拳內、向上望左右分開、稍落下收攏至胸前、脉門相對、依勢向前打出平伸、「卽童子撥水」

左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步，作右箭馬，身向右轉，同時雙拳脈門交叉，右拳外，左拳內，向上望左右分開，稍落下收攏至胸前，脈門相對，依勢向前打出平伸，「即童子潑水」右足向右踏出一步，作平馬，同時雙拳向上望左右甩出平肩，脈門向上，「即扁擔拳」身向右轉，作右箭馬，同時雙拳收攏至胸前，脈門向下，依勢向左右打出平伸，「即一字拳」扁擔拳，一字拳，合併，俗稱十字拳，右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步，作左箭馬，身向左轉，同時雙拳收攏至胸前，依勢向前打出平伸，「即雙箭拳」左足收攏立正，左拳靠腰，脈門向上，依勢右拳向前望左打出曲肘，雙拳脈門相對，「即和合」雙手放下收勢。

## 十字腿

立正，雙足並攏，兩手靠腰，掌心向上，四指向前，同時雙手向左右打出平伸，四指向前，「即揚手」右足向前踏出一步，作右箭馬，身向右轉，依勢雙手收攏至胸前，脈門前後交叉，左手外，右手內，四指向上，用左足尖向前踢出，「即踢腿」將左足從前放

下、雙手稍向上望左右分開收攏仍靠腰、右足提起用足底向前望上踢出平伸、「即穿腿」右足向前放下作右箭馬、身向右轉、同時雙掌向前打出平伸、四指向上、掌心相對、「即雙切手」身從左向後轉、左足收攏作左吊馬、右手靠腰、依勢左手向後自下望左掠出、「即削手」左足向前踏出一步作左箭馬、身向左轉、左手靠腰、右手用掌向前打出平伸、四指向上、「即切手」左足收攏作左吊馬、同時左手從右臂下向前削出、四指向上、右手收攏至胸前、四指亦向上、雙手指尖平形、「即躲步」左足向前踏出一步作左箭馬、身向左轉、同時雙手向左右分開、望前收攏、脉門前後交叉、左手外、右手內、四指朝上、用右足尖向前踢出、「即踢腿」將右足從前放下、雙手稍向上望左右分開、即刻收攏靠腰、左足提起、用足底向前望上踢出平伸、「即穿腿」左足向前放下作左箭馬、身向左轉、同時雙掌向前打出平伸、四指向上、掌心相對、「即雙切手」左足向左踏出一步作平馬、右手靠腰、左手曲腕向左伸出平肩、即刻收攏靠腰、「即摘手」作左箭馬、身向左轉、同時右手用拳向前打出平伸、「



右箭拳」左手從右臂下向前削出，右拳收攏靠腰，「卽脫手」左足尖向左橫踏，右足從右着地掃轉前方時，依勢雙手在胸前脉門交叉，右手外，左手內，右足提起用足面向前望上踢出，「卽右掃堂」右足放下足尖向右橫踏，左足從左着地掃轉前方時，左手外，右手內，左足提起用足面向前望上踢出，「卽左掃堂」右掃堂，左掃堂，兩機合并，「俗名磨盤腿」左足放下作平馬，依勢左手從右向左掠轉靠腰，「卽梢手」作左箭馬，身向左轉，同時右手用拳向前打出平伸，「卽箭拳」身向後轉作右箭馬，依勢右手曲肘，用拳從左向右掠轉，臂靠腰，「卽掠拳」左手用拳向前打出平伸，「卽箭拳」右足收攏作右吊馬，同時右拳自下從右向上，望前掠落曲肘，「卽敲拳」右足提起用足面向前望上踢出，卽收攏曲膝，雙手用掌向右边依腿削落，左足繼起，右足尖向右放在左足步位，左足面向前望上踢出，「卽連環腿」左足放下作左箭馬，身向左轉，左手從右向左掠轉靠腰，同時右手用拳向前打出平伸，「卽箭拳」右足向右踏出一步，作右箭馬，身向右轉，依勢右手從左向右梢轉靠

腰「卽捎手」左足尖向前踢出「卽踢腿」右足繼起左足放在右足步位用右足底向後打出平伸時身向前曲「卽魁星踢斗」踢腿魁星踢斗兩幾合并「卽十字腿」將右足收攏向前放下作平馬右手將拳向右打出平伸右足尖向右橫踏左足向右踏出一步作平馬同時右拳自下從左向上望右掠轉靠腰左手將拳向左打出平伸「卽繞花拳」作左箭馬身向左轉左拳靠腰右手用掌向前打出平伸四指向上「卽切手」左足收攏作左吊馬依勢左手從右臂下向前削出平伸四指向上右手收攏至胸前四指亦向上雙手指尖平形「卽躲步」左足向左踏開一步右足向左收攏立定左手靠腰掌心向上四指向前右手握拳從前向左打出曲肘雙手脉門相對「卽和合」雙手放下收勢

# 洪拳

洪拳係活法之一種，有大洪拳小洪拳之別，時時練習，舉動靈敏，應變無窮，昔宋太祖專學此法，名傳至今，爲醉心國技者必學之法。

## 大洪拳

### 說明

立正，兩足並住，怒目挺胸，股向後掬，雙手用苗葉手提起靠腰，掌心朝上，指尖向前，雙手自下轉左向上轉右落下，再向左伸出，四指朝上，右手與左肩相依，「卽雙揚手」，雙手自下轉右向上轉左落下，再向右伸出，四指朝上，左手與右肩相依，「卽雙揚手」，左手靠腰，右手向左收攏，曲肘，兩手掌心相對，約離尺許，「卽和合手」，兩臂交叉，右手裏，左手外，同時向上望，左右分開，卽收攏胸前再交叉，指尖朝上，左足向左踏出一步作平馬，雙手向下叉落，「卽武松上拷」，身向左轉作左前馬，左手從右向左掠出，依勢收攏靠腰，右手握拳向前打出平伸，「卽搯手箭拳」，左足收

攏作左吊馬，右拳靠腰，左手向上擒起，用掌望前掠落，仍作左左前馬，用左摘手向前伸出，卽收攏靠腰，右手用掌向前打出平伸，指尖朝上，「卽摘手單切」右足着地掃過前方，同時雙手從右向後掠出，卽刻右足退轉原步，仍作左前馬，左手靠腰，右手用四指向前自下插出，掌心朝外，「卽掃當托肚」左足尖向左橫踏，右足着地掃過前方作右夾馬，同時雙手自下轉右向上轉左，再向右自下掠出，「卽半月掃當」將身從左向後轉作左吊馬，雙手自下轉左向上轉右，落下望前伸出，四指朝上，右手依胸，「卽繞手躲步」右足向前跳出一步，左足向前趕先跳出一步，着地伸出，右足曲膝，作插地龍，左手伸前握拳，卽收攏靠腰，作左前馬，依勢右手用四指向前自下插出，掌心向外，「卽鈎陰切肚」身向後轉作右箭馬，右手曲肘，左手握住右拳，用右肘向前送出，「卽橙肘」右足收攏作右吊馬，左手靠腰，用右摘手從左轉上向前篤出曲肘，「卽鶯爪手」右足向前踏出一步，身從左向後轉，左足收攏作左吊馬，右手靠腰，用左摘手從右轉上向前篤出曲肘，「卽鶯爪手」左足向前踏出

一步作左箭馬，左手從右向左掠出，卽收攏靠腰，右手用拳向前打出平伸，「卽揸手箭拳」右足着地掃過前方，依勢雙手從右向後掠出，卽將右足退轉原步，左手靠腰，依勢右手用四指向前自下插出，掌心朝外，「卽掃堂托肚」左足尖向左橫踏，右足着地掃過前方作右夾馬，同時雙手自下轉右向上轉左再向右自下掠出，「卽半月掃堂」身向後轉，左足收攏作左吊馬，依勢雙手自下轉左向上轉右落下，望前伸出，指尖朝上，右手依胸，「卽繞手躲步」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步作右夾馬，左手靠腰，依勢右手從右向上望前掠下，作右箭馬，右手用掌向前斜上掠出，指尖向左，同時用左摛手向後自下斜伸，指尖亦朝後，「卽金鷄停翼」右足收攏作右吊馬，左手靠腰，依勢右手仍向前掠落靠腰，右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步作左夾馬，依勢左手從左向上望前掠下，作左箭馬，左手用掌向前斜上掠出，指尖向右，同時用右摛手向後自下斜伸，指尖亦朝後，「卽金鷄停翼」右手用拳背自下向前打出，同時左手落下搭住右手小臂，「卽流星拳」右足向右踏出

一步作右夾馬，同時雙手向右自下掠出，「卽殺手掃堂」身向左轉作左吊馬，依勢雙手自下轉左向上轉右落下時，左手向前自下斜伸，指尖向右，掌心朝下，右手提上額前，掌心向外，「卽鳳凰散翼」左足尖向左橫踏，兩手脈門交叉，左手內，右手外，卽將右足提起用足面向前望上飛起，雙掌向右腿外削下，右足放下時，足尖向右橫踏，卽將左足提起用足面向前望上飛起，「兩幾如同」一方向卽連環腿，左足放下作平馬，用左摘手向左伸出卽刻收攏靠腰，身向左轉作左箭馬，同時右掌向前打出平伸，指尖朝上，「卽摘手單功」左掌從右臂下向前掠出，依勢右手收攏靠腰，「卽脫手法」左足尖向左橫踏，右足着地掃過前方，作右夾馬，同時雙手向右自下掠出，「卽殺手掃堂」身從左向後轉，左足收攏作左吊馬，依勢雙手自下轉左向上轉右落下時，左手向前自下斜伸，指尖向右，掌心朝下，右手提上額前，掌心向外，「卽鳳凰散翼」右足向前跳出一歩，左足向前趕先跳出一歩，卽將右足跪地，同時雙拳向前自下合打，右足提起作左箭馬，依勢雙掌向前斜上推出曲肘，指尖相對。

掌心朝外「卽虎眼拳」身向後轉作右箭馬、左手靠腰、右手用拳背從左向右掠出、臂靠腰、「卽劈拳」左足向左方踏出一步作平馬、右拳靠腰用左摘手向前伸出、卽收攏靠腰、作左箭馬、右拳向右打出平伸、身向後轉作右箭馬、依勢用右拳背從左向右掠出臂靠腰、左拳向左打出平伸、左足向左方踏出一步作左箭馬、依勢用左拳背從右向左掠出臂靠腰、右拳向前打出平伸、「卽連環拳」左掌從右臂下向前掠出、右手收攏自下、「卽脫手法」身向後轉作右箭馬、同時雙手伸前、掌心朝下、將四指自下向內轉上、依勢雙掌向前打出平伸、右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步作左箭馬、同時雙手掌心反轉朝上、將指尖向上望裏自下、再向前轉上、依勢雙掌向前打出平伸、「卽連環套索」左足收攏左吊馬、用雙摘手向左右分開平伸、指尖向下、左足提起用足尖向前望上踢出卽放下作左箭馬、依勢雙掌向前斜上推出曲肘、指尖相對、掌心朝外、「卽踢胸腿」身向後轉、右足收攏作右吊馬、左手靠腰、右手向後自下望右削出卽靠腰、右足向前踏出一步作右箭馬、左手用掌向

前打出平伸，卽刻收攏靠腰，右手握拳向前打出平伸，「卽急二手」身向後轉，左足尖向左橫踏，雙拳脉門交叉，左手內，右手外，同時右足從左着地掃過後方，依勢提起，用足面向上飛起，卽放下，足尖向右橫踏，左足從左着地掃過前方，依勢提起，用足面向上飛起，「兩幾如同」一方向，「卽磨盤腿」將左足放下，作左箭馬，同時左手從右向左掠出，卽靠腰，右手將拳向前打出平伸，「卽捎手箭拳」左足尖向左橫踏，將雙手揷在左足邊地上，右足着地伸直，依勢向前望左掃過原步，身向右轉，卽將雙手揷在右足邊地上，左足着地伸直，依勢向前望右掃過原步，「卽烏風掃地」身向左轉，作左箭馬，同時左手從右向左掠出，卽靠腰，右手握拳向前打出平伸，「卽捎手箭拳」左手從右臂下向前掠出，右拳收攏靠腰，「卽脫手法」用雙拳向前斜上合打曲肘，脉門朝下，「卽雙龍入海」身向後轉，作右箭馬，兩拳交叉，左拳外，右拳內，依勢向前斜上叉起，右足提起，曲膝，同時雙拳向左右掠落，「卽武松脫拷」卽將右足放下，足尖向右橫踏，左足向前踏出一步，作左箭馬，依勢雙手用食指向



前斜上篤起，「卽獨立金鎗」用雙摺手向左右分開平伸，右足向前望上飛起，同時左手將右足面一搭，右足放下在左足邊，兩手靠腰將身從左向後轉，左足提起用足面向前望上飛起，「卽飛腿」左足放下作左箭馬，依勢右手自下用手心向前托出指尖朝下，「卽劈胸掌」左足收攏作左吊馬，同時雙手向上望左右分開卽收攏胸前，右手握拳抵住，左手掌心四指向前連拳送出，「卽猛虎磨齒」左足向左踏出一步，右足收攏立正，兩手向左右放下收勢。

## 小洪拳

立正，雙足並住，怒目挺胸，股向後掬，兩手靠腰，掌心朝上，指尖向前，同時雙手向左，右分開平伸，掌心向下，指尖向前，「卽一字手」左足向前踏出一步，作左箭馬，同時雙手收攏胸前交叉，右手內，左手外，向上望左右分開收攏胸前，兩掌合攏，四指向前送出，雙肘稍曲，「卽童子拜物」左手朝上舉起，曲肘，右手向上依勢向前削下，「卽斬腰手」左足收攏作左吊馬，左手從右臂上向前削出平伸，右手收攏靠腰，左

足尖向左橫踏，左手亦靠腰，右足向前望上飛起，同時右手從左向右將右足面一搭，仍靠腰，即將右足從左向後放地，依勢左足提起原方，用足面向前望上飛起，一卽跳馬避刀腿——左足放下，作左箭馬，依勢左手從右向左掠出，仍靠腰，右掌向前打出平伸，雙足不動，將身從右向後曲，同時右手向後自下望右掠出，卽靠腰，作右箭馬，左掌向前打出平伸，雙足不動，將身從左向後曲，同時左手向後自下望左掠出，卽靠腰，作左箭馬，右掌向前打出平伸，「卽連環切手」右足着地掃過前方，同時雙掌向右望後掠出，卽刻右足退過原步，左手靠腰，右手用掌自下向前打出，指尖朝下，「卽掃堂扞肚」右足向右踏出一步，作右吊馬，身向右轉，依勢右手向上轉右，落下望前揜起胸前，指尖朝上，「卽托梁換柱」右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步，作平馬，右手靠腰，左手握拳向左打出平伸，卽靠腰，作左箭馬，右拳向前打出平伸，卽靠腰，作平馬，左拳向左打出平伸，三拳同一方向，「卽牽鑽拳」左足尖向左橫踏，右足向左踏出一步，作平馬，同時左手從右向左揜轉依胸，卽將右手曲肘用臂

膀向右打出平肩、兩拳相對、「卽華陀搭脉」身向右轉作右箭馬、左手握住右拳、用右肘向前送出、「卽橙肘」身從左向後轉、左足收攏作左吊馬、右手靠腰、左手用摘手從右望上向前打出曲肘、指尖向前、「卽鷲爪手」左足向前踏出一步作左箭馬、左手靠腰、右手用食中指稍曲、向前斜上篤出、「卽一龍搶珠」左手向上將右手背向下搭落、依勢雙手集中向上望左右分開、收攏靠腰、右足提起、用足尖向前望上踢出、向前放下作右箭馬、卽將雙掌向前打出平伸、指尖朝上、「卽老龍撥水」身從左向後轉作左箭馬、依勢左掌從右向左掙轉、卽將右拳向前打出平伸、作平馬、左掌將右拳背一搭時、雙手脉門朝裏、卽將左手掌心朝外、指尖向上、依勢右拳從左手指食指之絳向前打出、身向右轉作右箭馬、左手依拳向左削出平伸、右拳靠腰、「卽月下串針」身從左向後轉、左足收攏作左吊馬、依勢用左摘手、向後自下望左掠出、卽靠腰、左足踏出原步作左箭馬、右手用指尖向前自下插出、掌心朝外、身從右向後轉、右足收攏作右吊馬、依勢用右摘手、向後自下望右掠出、卽靠腰、右

足踏出原步作右箭馬，左手用指尖向前自下插出，手心朝外，左足向左方踏出一步作左吊馬，身向左轉，再用左扎手從右自下向左掠出，仍靠腰，左足向前踏出一步作左箭馬，右手用指尖再向前自下插出，掌心朝外，「卽連環切肚」身從右向後轉，右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步作左箭馬，同時雙手向上望後掠下，依勢向前打出平伸，指尖朝上，「卽雙撲心」身向後轉作右箭馬，右手從左向右掠出，卽靠腰，左手握拳向左打出平伸，左足向左踏出一步作左箭馬，身向左轉，同時左手從右向左掠出卽靠腰，右拳向前打出平伸，「卽十字箭拳」左手依右臂下向前掠出，右手依勢收攏用食指中指自下向前望上篤出時，脉門朝裏，左手向上將右手小臂望下搭落，「卽雙龍入喉」右手姆指食指做一個圈，與左手掌心同時向前合打時，右手脉門朝下，「卽黑風進洞」左足尖向前橫踏，右足向前踏出一步作右箭馬同時，雙手向上望左右分開收攏胸前，依勢雙掌向前打出平伸，指尖朝上，雙手卽向左右削落，「卽雙撲心」右足收攏作右吊馬，右手握拳從右向上望前掠

落右足提起用足面向前望上踢出，卽放下，身向後轉作左吊馬，左拳從左向上望前敲落左足提起用足面向前望上踢出，卽「一字腿」左足卽放下作左箭馬，用雙拳並住向前打出平伸，「卽黑虎偷心」左足收攏向右足後跪地，身向右轉，同時雙手向上望右落下着地一搭，「卽平地挖金磚」左足提起向前踏出一步作左箭馬，依勢將雙掌合攏向前送出指尖朝前曲肘，「卽童子拜佛」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步作右吊馬，同時雙手向上望左右分開依勢收攏胸前，卽將右手握拳抵住左手掌心，連拳向前送出，指尖亦朝前曲肘，「卽猛虎磨齒」右足向右踏出一步，左足收攏立正，雙手向左右放下收勢。

## 一字步 摘要

### 第一 平馬

右邊敵人將近身時，對待方法，雙手靠腰，右足提起，用足底向右着望下頓入其足背足尖。

## 第二 夾馬

前敵用足尖來踢陰時，對待方法，雙手依胸，右足退後一步曲膝，左足斜伸兩膝相依，以遮蔽陰，得免受傷，倘敵人踢膝，與此法相同。

## 第三 左箭馬

敵人以雙手推入胸部，對待方法，雙手靠腰，右足向右踏出一步，用右肩連臂，用力向左立轉，使敵人雙手向左滑出，右箭馬與前法相同。

## 第四 插地龍

前敵趕來，將到身對待時，左足向左踏出一步曲膝，右足著地伸值，使敵觸而一蹶。

# 十字手 摘要

## 第一 單切手

前敵將近身時，對待方法，左足向前踏出一步，作左箭馬，乘勢左手自下從右望上，向左掠去其手，右掌向前打入其胸。

## 第二 牽鑽手

前敵立定，對待時，左足向前踏出一步，作左箭馬，依勢右掌向前打敵胸，倘敵人將手接住，右足收攏與左足並立，即刻左手伸入其雙手弄內打其心。

## 第三 雙揚手

左右兩敵將到身，對待時，右足向右踏出一步，作平馬，兩手即向左右伸出捏其陰。

## 第四 雙摘手

前敵兩手打來，對待方法，左足向前踏出一步，依勢雙手向前斜上集中，用摘手稍落下，向左右摘去其手，即刻雙掌向前打入其胸。

# 十字拳 摘要

## 第一 左箭拳

前敵立定，對待方法，先將左足向前踏出一步，作左箭馬，同時雙拳向前打入其胸。

## 第二 雙掠拳

前敵兩拳打來、對待方法、右足向前踏出一步、作右箭馬、依勢兩手用拳、從右向上望前掠落其拳時、卽刻向前打入其胸、

### 第三 童子撥水

前敵兩手打來、對待方法、右足向前踏出一步、作右箭馬、同時雙手用拳自下集中向上伸入其手、弄向左右掠去其手、卽向前打入其心、

### 第四 扁擔拳

左右兩敵趕來、將要到身、對待時、兩拳握緊提起至胸前、右足向右便步踏出、乘勢雙手用拳背、向左右斜上打入其耳、或太陽太陰、

## 十字腿 摘要

### 第一 踢腿

前敵立定、對待方法、右足向前踏出一步、作右箭馬、同時雙手伸前握住其兩手、乘勢左足提起、用足尖向前踢入其陰、



## 第二 串腿

前敵將要近身、對待時、左足向前先踏出一步、兩手集中向上望左右分開、使敵人混亂、同時右足提起、用足底向前打入其胸、

## 第三 磨盤腿

倘前敵左足向前踏出時、對待方法、雙手依胸、左足向前足尖向左橫踏、依勢右足向右望着地掃起其足、即用足面向上打入其腰、敵人右足向前、與前法相同、

## 第四 連環腿

前敵左手向前打來、對待時、右手從右向前握住其臂、即望左送出、依勢右足提起、用足面向上打入其腰、如敵人右手向前打來、與前法相同、

## 第五 魁星踢斗

後敵將到身對待時、兩手靠腰、身向前曲、右足提起、用足底向後踢入其陰、或膝、

# 大洪拳 摘要

### 第一 武松上拷

前敵右足上先兩手打來、對待方法、先將左足向前踏出其右足外邊、左手伸前握住其左手、拉攏、右手自下握住其右手稍向上望左拗轉敵手、使其向左跌一交、

### 第二 摘手單切

若敵人短小、右手向前打來、對待方法、左足向前先踏出一步、用左摘手向上落下望左鈎去其手、將右手五指篤入其兩眼、

### 第三 捎手箭拳

倘敵人長大對待時、先將左足向前踏住其足尖、同時左手自下向上抵住其右手、即將右手握拳打入其心窩、

### 第四 半月掃堂

前敵到身時、對待方法、不管他拳手亂打、即將右足伸出其左足外邊、同時雙手自下、轉右向上望前轉左掠去其手、依勢再向右打入其腰、使敵向右橫跌一交、

## 第五 繞手躲步

倘前敵到身時，對待方法，亦不管他兩手亂打，左足向前便步踏出，曲膝，同時雙手自下轉左向上轉右落下，掠去其手，依勢向前伸出，握住敵人陰子。

## 第六 鈎陰切肚

前敵離遠，對待時，先將右足向前跳出一步，左足向前趕先跳出一步，依勢伸入其足弄，作插地龍，右手掌心放在自己耳部，同時左手伸出，握住其陰，將頭連左肩抵住其腹部，用力向前攻出時，作左箭馬。

## 第七 流星拳

前敵到身，對待方法，左足向前便步踏出，依勢左手自下向上抵住其雙手，即將右拳背自下向前打入其小肚。

## 第八 連環套索

若前敵雙掌對心打來時，對待方法，右足向前便步踏出，雙手指尖相對，掌心朝外。

依勢伸前握住敵人雙手四指，用力向左右扭轉，使其臂膀拗斷，或手腕脫出。

### 第九 脫手

前敵到身，將我右手握住，對待方法，先將左足向前便步踏出，依勢左手用指尖，依敵臂篤入其腋下窩內，我亦能脫手。

### 第十 武松脫拷

譬如敵人到身時，對待方法，不管他雙手亂打，將雙手伸前用力握住其兩臂，同時右足提起，用膝撞入其小肚。

## 虎爪羅漢拳

虎爪羅漢拳即點穴法也，專用虎爪手以制敵人之要害，此種拳法驟視之，若無所用，深究之，則功效殊大，為達摩派之一種。實強身防敵之秘符，有志武術者，不可不研究之。

## 說明

立正、雙足並住、兩手靠腰、掌心朝上、指尖向前、左足向前便步踏出、依勢右足收攏立定、左手自下轉右向上望左、掠轉仍靠腰、右手用指尖從右向前橫篤、手心朝內、「卽華陀點燈」右足向前便步踏出、依勢左足收攏立定、右手自下轉左向上望右、掠轉卽靠腰、左手用指尖從左向前橫篤、手心朝內、「卽華陀點燈」左足向左踏出一步、作右箭馬、左手靠腰、右手用指尖向前篤出平伸、「卽虎爪挖心」右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步、作左箭馬、依勢右手從左向右掠轉卽靠腰、左手用指尖向前篤出平伸、「卽虎爪挖心」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步、作右箭馬、同時右手將食指中指離開、自下向前望上篤起曲肘、手心朝內、「卽華陀插香」身向後轉、左足收攏作左吊馬、右手靠腰、依勢左手將食指中指並住、從右向前斜上篤出、手腕稍曲、手心朝下、「卽華陀開鎖」左足向前踏出原步、作左箭馬、依勢左手從右向左掠轉卽靠腰、右手用中指從右向前斜上橫、篤手心朝裏、「卽童子挖耳」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步、作右箭馬、依勢右手從左向右掠轉卽靠腰、左

中指從左向前斜上橫篤，手心朝裏，「卽童子挖耳」左足向左踏出一步，作左夾馬。手用左手將食指中指並住，從右向前斜上篤出，手腕稍曲，手心朝下，「卽華陀開鎖」。右足收攏與左足並立，左手靠腰，右手將食指中指離開自下向前望上篤起額前，手心朝裏，「卽華陀插香」。左足向前再踏出一步，仍作左夾馬，右手靠腰，左手用四指向前自下斜篤，「卽達摩掛劍」。右足收攏與左足並立，用雙摘手向左右望前斜上合打，指尖相對，「卽兩虎相鬥」。雙手向左右削下，身向後轉，右足向後踏出一步，作右夾馬，左手靠腰，右手將食指中指並住，從左向前斜上篤出，手腕稍曲，手心朝下，「卽華陀開鎖」。左足收攏與右足並立，右靠腰，左手手將食指中指離開自下向前望上篤起額前，手心朝裏，「卽華陀插香」。右足向前再踏出一步，仍作右夾馬，左手靠腰，右手用四指向前自下斜篤，「卽達摩掛劍」。左足收攏與右足並立，用雙摘手向左右望前斜上合打，指尖相對，「卽二虎相鬥」。雙手向左右削下，左足向左踏出一步，作左夾馬，右手靠腰，左手將食指自下向前望上篤起額前，

手心朝外，右足移攏與左足並立，左手稍收，依勢右手將食指自下，向前望上篤起額前，手心朝外，左足向前再踏出一步，仍作左夾馬，右手稍收，依勢左手將食指再自下向前望上篤起額前，手心朝外，「卽獨立金鎗」作左箭馬，左手靠腰，右手將指尖向前篤出平伸，「卽虎爪挖心」身向後轉，作右夾馬，同時右手將食指自下從後向前望上篤起額前，手心朝外，左足移攏與右足並立，右手稍收，依勢左手將食指自下向前望上篤起額前，手心朝外，右足再向前踏出一步，仍作右夾馬，左手稍收，右手再用食指自下向前望上篤起額前，手心朝外，「卽獨立金鎗」作右箭馬，右手靠腰，左手將指尖向前篤出平伸，「卽虎爪挖心」右足向右踏出一步，作平馬，兩手收攏依胸，將指尖向左右同時篤出平伸，手心朝前，「卽老人挑擔」身向右轉，作右箭馬，左手用掌向上望前削下，同時右手將指尖向左角篤出平伸，「卽羅漢搭衣」身向後轉，作左箭馬，右手用掌向上望前削下，同時左手將指尖向右角篤出平伸，「卽羅漢搭衣」左足收攏作左吊馬，雙手收攏胸前，脉門前後交叉，左手內，右手

外稍向上望左右分開約離尺許，手心朝外，曲肘，左足向前踏出原步，仍作左箭馬。同時兩手指尖向前，篤出平伸，手心相對，「卽照鏡脫衣」。身向後轉，卽將左足向後跪地，左手靠腰，右手用摘手，從後向上望前平伸，卽收攏靠腰，「卽達摩拔劍」。左手用四指向前，篤出平伸，手心向右，「卽純陽插劍」。左足提起，身向後轉，右足向後後跪地，左手用摘手，從後向上望前平伸，卽收攏靠腰，「卽達摩拔劍」。右手用四指向前，篤出平伸，手心朝左，「卽純陽插劍」。右足提起，卽將左足向左踏出一步，作平馬。右手向內稍收，依勢，左手將指尖向前，自下斜篤，卽刻收攏靠腰，右手將指尖向前，自下斜篤，「卽雙劍劈瓜」。左足向前，足尖向左橫踏，右足向前踏出一步，作右吊馬，依勢，雙手集中，向上望左右分開，卽刻收攏胸前，掌心相對，曲肘，「卽童子拜佛」。右足向右踏出一步，左足收攏立正，依勢，雙手向左右放下，收勢。

## 點穴法



前敵左手打來、對待方法、先將左足向前便步踏出、左手自下向上望左掠去其手、同時右手用食指中指並住、篤入其太陰穴、

太陰太陽兩穴傷 淤血停積在於旁 痛喊難過七日內 速進去疼活血湯

當歸一錢 四川芎一錢 紅姜一錢 灸莖一錢 白芷一錢 五荊芥一錢 四肉桂一錢 五

升當一錢 五榴紅一錢 生甘一錢 永洒蒸童便一樣冲服

## 第二 童子挖耳

前敵將到身時、對付方法、先將右足向前便步踏出、左手伸出握住其左手向左拉去、同時右手用中指指尖、向前篤入其洪堂穴、

耳門受傷命難存 頭痛發熱五火攻 牙關緊急難開口 速進寬筋活血丹

大黃二錢 毛竹節灰一錢 金磚一錢 灸仙一錢 川芎一錢 五當歸二錢 松節灰二

錢 陳皮一錢 生甘一錢 千年丁灰一錢 水酒煎服

## 第三 搯手

若右敵同一方向近身時對待方法即將右手依敵臂轉上用食指中指向下篤入其左邊肩窩筋池穴

肩井傷透不可醫 疼痛方進活血宜 外加太乙靈膏貼 內服七味末藥喜  
蘇木心二錢五分松即灰三錢川芎二錢木耳灰二錢當歸二錢毛竹節灰三錢升  
麻二錢水酒煎湯送下

#### 第四 虎爪挖心

倘前敵雙手打來對付方法將自己左足退後一步同時右手將食指中指並住向敵人手弄伸進用力篤入其挖心穴

挖心之穴痛難禁 心邊相近怕血淋 先吃金磚三二錢 後服散血湯更靈  
歸尾二錢陳皮一錢黑丑三錢羌活二錢川斷三錢白芥子五錢紅花一錢生甘  
一錢只壳二錢 水酒煎服

#### 第五 羅漢搭衣

前敵右手打來、對待時、右足向前便步踏出、左手從上望下掠落其右手、同時右手將食中指並住、向前篤入其右邊痰突穴、

痰突兩穴何處尋 肩井一寸左右分 若傷氣急難坐臥 寬胸理氣活血靈

當歸二錢 紅花二錢 陳皮二錢 只壳二錢 五杏仁二錢 紫草二錢 碎補二錢 蘇木

心二錢 木耳灰二錢 蘇葉二錢 荆芥二錢 大復皮二錢 川芎一錢 五外加燈芯一

丸水酒煎服

### 第六 華陀開鎖

前敵將到身、對待方法、左足向前先踏出一步、將口中所有風水吹出其目、使其雙眼模糊、同時右手將食中指並攏、向前篤入其痰甯穴、

痰甯受傷羌活桃 只壳生甘荆芥穗 蘇葉砂仁紅花少 燈芯水酒共煎炒

蘇葉二錢五分 荆芥一錢五分 羌活一錢五分 桃仁一錢五分 砂仁二錢五分 只壳二錢五分 良

姜二錢 紅花一錢 加引燈芯一丸 水酒煎服

第七 獨立金鎗

前敵似來非來、對待方法、先將右足向前踏出一步、同時右手將食指指尖、自下向前望上、篤入其氣管穴、或食管、

氣管行氣不可傷 持刀割斷命先亡 食管半斷還可治 全斷立刻見閻王

金磚二錢 蘇木二錢 木耳灰一錢五分 火醋煨淬九次研末 川芎二錢五分 煎湯用

童便沖服送下即好

第八 老人挑擔

左右兩敵將近身時、對待方法、先將右足向右踏出一步、雙手集中、用指尖向左右同時篤入其鎖心穴、

鎖心一穴最難尋 生在命脉一寸底 即刻發出還可治 如遲七日命歸陰

大黃二錢 毛竹節灰一錢 千年丁灰二錢五分 金磚八分 先用酒送下後吃煎藥肉

桂二錢 歸尾二錢 桃仁二錢五分 陳皮一錢 白芥子一錢 只壳二錢 川芎一錢 羌活

一錢水酒煎服

### 第九 照鏡脫衣

前敵雙手打來，對待方法，左足向前便步踏出，雙手自下集中，稍向上望左右掠去，其手將口中風水吹出亂其雙目，使敵一驚，同時右手將食指中指指尖向前篤入，其右邊脉宗穴。

痰突以下一寸半 脉宗穴道受傷狂 三日內服安魂湯 難過七日受驚惶

歸尾二錢 桃仁二錢 骨碎補二錢 只壳二錢 五分蘇木節四錢 紅花二錢 桑白皮二

錢 山羊血三錢 藕節三個 川斷二錢 陳皮二錢 生甘二錢 劉寄奴二錢 水酒煎服

### 第十 達摩掛劍

前敵近身時，對付方法，先將左足向後踏出一步跪地，依勢左手用四指向前插入其左邊捉命穴。

捉命乳下三寸尋 人瘦不甚藥不靈 三月之後命難保 速服藥方一旬愈

歸尾一錢五分碎補二錢陳皮一錢只壳一錢五分白芥子一錢五分紅花一錢荊芥一錢五分乳香二錢沒藥一錢五分生甘八分水酒煎服

第十一 達摩拔劍

後敵將近身時、對待方法、左足向前便步踏出望後跪地、依勢右手用指尖向後插入其吊筋穴、

吊筋一穴乳下生 遍身筋縮不能伸 只怕七日最難過 寬筋活血散爲靈  
靈仙三錢川斷二錢虎骨三錢狗脊三錢當歸三錢桃仁一錢五分蘇木一錢防風三錢干姜八分外加淡竹葉七片、水酒煎服

第十二 純陽插劍

前敵似來非來、對待時、先將右足向前便步踏出、右手伸前握住其右手向內拉攏、依勢左手用四指插入其鎖腰穴、

鎖腰兩穴用此方 若傷發熱命天亡 待等三日還未死 速將此方連日嘗

杜仲三錢 虎骨一錢五分 狗脊一錢五分 川芎八分 歸身二錢 只壳一錢  
先用毛竹節灰二錢 古銅鐵五分 胡桃肉二斤 研末陳酒送服

### 第十三 雙劍劈瓜

譬如前敵拳手亂打對待時，右足向前踏出一步，左手五指離開，向上假打其眼，使敵顧上，同時右手四指插入其肚經穴。

肚經一穴來受傷，神仙也要用此方。受傷不醫，眼反上。六七日內命先亡。

肉桂一錢 烏梅一錢五分 劉寄奴一錢 乳香八分 當歸二錢 陳皮一錢 蘇木一錢 白

芥子二錢五分 川芎一錢 生甘二錢 水酒煎服

### 第十四 童子拜佛

前敵雙手打來對待時，先將左足向前踏出一步，雙手向上集中望下，掠落其手，依勢右手用兩指篤入其肺苗穴。

右爲肺苗乳上生，打傷疼痛實難寧。三日發喘身未熱，二七難過命歸陰。

歸尾二錢獨活一錢五分紅花一錢五分陳皮一錢石斛二錢杏花一錢五分白花一錢五分白芥子一錢五分蘇葉一錢五分沒藥一錢生甘一錢外加燈芯一丸陳酒煎服

## 猴棍

國技中之猴棍創於何人未由考証然其用甚大後人不察學者少而其術亦益陋矣苟能悉心探求猴棍實爲禦敵護身之唯一利器故江湖術士及販夫走卒之精是業者類能挺身行險而不懼也

## 說明

立正左手離棍頭一尺握住將下半根棍頭向足後頓地右手向右打出平伸掌心朝下四指向前「即揚手」右手向左離棍頭三寸握住兩手脈門向前（凡握棍脉門方向宜同下仿此）左足向左踏出一步作平馬同時雙手將下半根棍從後轉上向左落下平打「即左捫棍」作左箭馬左手拉開約離右手二尺握住從左自下斜伸依勢右手連棍舉起額上「即左招架」身向右轉作右箭馬右手將棍向後放



在右肩、依勢用棍頭向前篤出時、左手靠腰、「卽猴子背傘」右足尖向右旋轉橫踏、左足向前踏出一步作平馬、右手將左邊棍頭轉上向左落下平打時、卽將左手伸前離右手一尺將棍接住、「卽左捫棍」左足尖向左旋轉橫踏、右足向前踏出一步作平馬、同時雙手拉過左邊離棍頭五寸握住、將右邊棍頭轉上向右落下平打、「卽右捫棍」右足收攏作右吊馬、依勢雙手將右邊棍頭向上挑起、「卽釣魚棍」右足尖向右橫踏、左足從右向後踏出一步、作平馬、同時雙手拉過右邊離棍頭五寸握住、將左邊棍頭轉上向後望左落下平打、「卽左捫棍」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、雙手依勢拉過左邊離棍頭一尺握住、將右邊棍頭自下向前望上挑起胸前、卽向前篤出、右手連棍靠腰、左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作左箭馬、雙手依勢拉過右邊棍頭一尺握住、將左邊棍頭自下向前望上挑起胸前、卽向前篤出、右手連棍靠腰、左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、雙手依勢拉過左邊離棍頭一尺握住、將右邊棍頭自下向前望上挑起胸前、卽向

前篤出、左手連棍靠腰、「卽白蛇纏身」右手拉開約離左手二尺握住、向右自下斜伸、左手連棍舉起額上、「卽右招架」右足向右旋轉橫踏、左足向右踏出一步、作左吊馬、同時右手掌心反轉朝上依棍拉攏左邊握住仍舉起額上、依勢左手掌心反轉朝下、依棍伸前握住、仍向前自下斜伸、「卽左招架」右足向前跳出一歩、左足向前趕先跳出一歩作左箭馬、雙手將左邊棍頭向前篤出、右手連棍靠腰、「卽白蛇穿心」雙手拉過左邊約離棍頭尺許握住、將右邊棍頭自下向前望上舉起、左手連棍靠腰、右足向前着地掃轉、同時雙手將右邊棍頭、向右自下掠出、卽將右足退轉原步、依勢雙手將右邊棍頭仍向前望上舉起、「卽右掃堂」右足向右踏出一歩作右箭馬、雙手拉過右邊約離棍頭尺許握住、將左邊棍頭自下向前望上舉起、右手連棍靠腰、左足向前着地掃轉、同時雙手將左邊棍頭向左自下掠出、卽將左足退轉原步、依勢雙手將左邊棍頭仍向前望上舉起、「卽左掃堂」左足尖向左橫踏、右足從左向後踏出一歩作平馬、同時雙手拉過左邊約離棍頭尺許握住、將右邊

棍頭轉上向後望右落下平打，「即右捫棍」作右箭馬，雙手拉過右邊約離棍頭尺許，握住，將左邊棍頭自下向前望上舉起，右臂靠腰，左足向前着地掃轉，雙手將左邊棍頭向左自下掠出，即將左足退轉原步，依勢雙手將左邊棍頭仍向前望上舉起，「即左掃堂」左足向左踏出一步作左箭馬，雙手拉過左邊約離棍頭尺許，握住，將右邊棍頭自下向前望上舉起，左臂靠腰，右足向前着地掃轉，雙手將右邊棍頭仍向前望上舉起，「即右掃堂」右足向右踏出一步作平馬，同時雙手將右邊棍頭從右自下向後轉上望右落下平打，「即繞花捫棍」右足尖向右橫踏，左足向右踏出一步作平馬，同時雙手拉過右邊約離棍頭尺許，握住，將左邊棍頭轉上向左落下平打，「即左捫棍」左手拉開約離右手二尺，握住，雙手連棍向上望後落下，放在兩肩，將右邊棍頭自下，左足從右足後向右跨過一步，雙手即將左邊棍頭自下，右足向右踏出一步作平馬，依勢右手將左邊棍頭轉上向右豁出平伸時，左手靠腰，「即猴子挑擔」左足

收攏作左吊馬，右手將左邊棍頭自下向左豁轉，依勢左手伸前將棍接住，自下斜伸時，右手連棍舉起額上，「卽左招架」右足向前跳出一歩，左足向前趕先跳出一歩，作左足插地龍，依勢雙手將左邊棍頭向前伸出，向左着地一篤，卽向右着地一篤，「卽撥草尋蛇」左足從右足前向右跳過一歩，右足向右趕先跳出一歩作平馬，依勢雙手將右邊棍頭向右自下着地一頓，「卽千斤柱」左足尖向左橫踏，右足向前從左踏出一歩作平馬，依勢雙手將右邊棍頭轉上，向右落下平打，「卽右捫棍」右足從左足後向左跳出一歩，左足向左趕先跳出一歩作左箭馬，同時雙手拉過右邊離棍頭，尺許握住，將左邊棍頭自下向左着地伸出時，雙手亦向左伸出，「卽老牛耕地」左足收攏立定，依勢雙手拉過左邊離棍頭，尺許握住，將右邊棍頭向右自下着地一頓，「卽千斤柱」左足尖向左橫踏，右足向左踏出一歩作平馬，同時雙手將右邊棍頭轉上，向左落下平打，「卽右捫棍」身向左轉作左箭馬，雙手將右邊棍頭從左轉右，向後望前，朝上舉起，同時右足向前踏出一歩作右吊馬，「卽

梅花結頂「右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步作平馬，雙手拉過右邊離棍頭一尺握住，將左邊棍頭轉上向左落下平打，「即左捫棍」左足收攏立正，雙手依勢將左邊棍頭自下向右臂後朝上，左手離棍放下收勢。

## 摘要

### 第一 釣魚棍

前敵拼命趕來，對待時，右手離棍頭尺許握住，下半根棍放地，將身從左向後轉，便步走去等其將近身時，左手離棍頭三寸握住，雙手即將下面棍頭向上挑入其陰。

### 第二 右掃堂

前敵用棍向上打來，對付方法。先將左足向前便步踏出，雙手約離尺許握住左邊棍頭，用右邊棍頭自下向左斜上掠去其棍，若敵空手將棍打入其耳，左掃堂同上。

### 第三 猴子挑擔

左右兩敵將近身時，對待方法，先將右足向右便步踏出，雙手約離二尺握住棍中。

向上望後放在右肩，依勢將右邊棍頭自下向上挑起，篤入其心，譬如左敵將到身，雙手卽將左邊棍頭自下向上亦篤入其胸。

#### 第四 老牛耕地

左敵將到身，對待方法，先將左足向左便步踏出，雙手約離尺許，握住右邊棍頭，卽將左邊棍頭自下伸入其足，弄依勢雙手連棍向上望左送出，使敵陰受傷。

#### 第五 撥草尋蛇

前敵離遠，對待方法，雙手約離尺許，握住右邊棍頭，右足向前跳出一步，左足向前趕先跳出一步，作插地龍，同時雙手將左邊棍頭向前伸入其足，弄掠左右兩掌，使其立不定。

#### 第六 千斤柱

右敵似來非來，對待時，先將右足向右便步踏出，雙手約離尺許，握住左邊棍頭，卽用右邊棍頭向右自下頓入其足背，使其亦不能走。

## 第七 梅花結頂

周圍有敵對待方法、先將右足向前便步踏出、雙手握住左邊棍頭向上舉起、用右邊棍頭從右向前轉左望後再向前、做一個全繞形、使其雙眼模糊、將棍頭掠入其面部或臂膀、

## 第八 右捫棍

後敵拚命追來、對待方法、右手離棍頭尺許握住、將下面棍頭放地、向前走去、等其將近身時、左手離棍頭五寸握住、右足向左望後便步踏出、同時雙手即將右邊棍頭轉上、向後拚命打入其腦們、

## 凳花

國技中如擊挺刺劍之屬、應用時、必隨帶武器、在事實上殊多不便、惟凳花一技、其防身擊敵之用、與擊挺刺劍同、而凳之爲物、隨處皆可得到、故特爲便利、學技擊者、不可不習也、

## 說明

先將身坐在凳上、雙手靠腰、左足向前伸出一歩、右足放在凳下、將身立起、從右向後旋轉、作弓箭馬、雙手向左右分開、至外邊凳板相依握住凳脚、依勢左手連凳舉起額上右手連凳自下靠身、凳足向右、「卽招架」身向後轉、右足跪地、同時雙手將左邊凳頭從後向前落下着地一頓、右手連凳朝上、凳足向左、惟凳板平額移過、「卽足背花」右足提起作左插地龍、同時雙手將左邊凳頭舉起時、凳板並額、凳脚朝後、依勢雙手將凳足轉上向前連凳板放地、惟凳脚仍向前、「卽捫花」右足從左足前向左跳出一歩、左足向左趕先跳出一歩、作左箭馬、同時雙手連凳提起、將左邊凳頭向前送出、右手連凳靠腰、凳足向右、「卽胸部花」右手用凳頭自下向前送出、依勢左手連凳舉起額向上、凳足仍向右、「卽足膝花」雙左手將邊凳頭從右轉後向上望前斜上打出、左手連凳靠腰、凳足向左、「卽頭部花」雙手用左邊凳足從左向前鈎轉、右手連凳靠腰、凳足向右、惟凳板依身旋轉、「卽鈎鎗花



「右手用凳頭自下向前送出，依勢左手連凳向上，凳足仍朝右。」即足膝花」右足向右踏出一步，作右箭馬，同時右手連凳自下轉右向上，轉左時，左手連凳落下，靠身，凳足向後，雙手即用上下凳足從左向前打出，「即盤頭腰花」左足向左踏出一步，作左足插地龍，同時雙手將左邊凳頭從左舉起，自凳板平額，依勢雙手將凳板向前放地，凳足向前，「即盤頭攔花」右足收攏作右吊馬，身向右轉，同時左手連凳向前舉起額上，右手連凳向前自下斜伸，凳足向右，「即招架」右足尖向右旋轉橫踏，左足向前踏出一步，作左箭馬，同時雙手用左邊凳脚自下向前跳起胸前，右手連凳靠腰，凳足向上，「即跳陰花」左足收攏，將膝跪地，同時雙手將右邊凳頭向前望上，轉右落下着地一頓時，左手連凳向上，凳足朝後，「即足背花」左足提起踏出原步，右足向前出跳一步，左足向前再趕，先跳出一步，作左箭馬，同時雙手用左邊凳頭向前送出，右手連凳靠腰，凳足向右，「即胸部花」右手連凳自下向前打出時，左手連凳向上，凳足仍向右，「即足膝花」雙手將右邊凳頭從

右轉後向上望前斜上打出，左手連凳靠腰，凳足向左，「卽頭部花」雙手用左邊凳足向前鉤轉，右手連凳靠腰，凳足向右，惟凳板依身旋轉「卽鈎鎗花」右手用凳頭自下向前送出，依勢左手連凳向上，凳足仍向右，「卽足膝花」右足向右踏出一步，作右箭馬，同時雙手將右邊凳頭自下轉，右向上轉左時左手連凳，自下靠身，凳足向後，惟凳板並額移過，雙手用上下凳足從左向前打出，凳足仍向前，「卽般頭腰花」左足向左踏出一步，作左插地龍，同時雙手將左邊凳頭從左舉起時，凳板並額，依勢雙手將凳板向前放地，凳足仍向前，「卽盤頭捫花」作左箭馬，身向左轉，同時雙手用右邊凳頭向前斜上打出，左手連凳靠腰，凳足朝上，「卽劈膀花」左足退後一步，作右箭馬，同時雙手用左邊凳頭向前斜上打出，右手連凳靠腰，凳足朝上，「卽臂膀花」雙手用右邊凳足，自下向前跳起胸前，凳足朝上，左手連凳靠腰，「卽鈎陰花」左足向前跳出一歩，右足向前趕先跳出一歩，作右箭馬，同時雙手用右邊凳頭向前送出，左手連凳靠腰，凳足向左，「卽胸部花」身向後轉，作

左箭馬同時雙手用左邊凳頭向前送出，右手連凳靠腰，凳足向右。「即胸部花」作左插地龍，同時雙手連凳向前落下放地，凳足仍向前。「即捫花」再作左箭馬，依勢雙手用右邊凳脚從右向前斜上打出，左手連凳靠腰，凳足向左。「即耳朶花」右足向前踏上一歩，作右箭馬，依勢雙手用左邊凳脚從左向前斜上打出，右手連凳靠腰，凳足向右。「即耳朶花」右足收攏，作右吊馬，依勢雙手用右邊凳脚從右向前鉤轉，左手連凳靠腰，凳足向左。「即鉤鎗花」左足向前跳出一歩，右足向前趕先跳出一歩，作右箭馬，同時雙手用右邊凳頭向前送出，左手連凳靠腰，凳足仍向左。「即胸部花」身向後轉，作左箭馬，同時雙手用左邊凳頭向前送出，右手連凳靠腰，凳足向右。「即胸部花」左足向後踏出一歩，作右箭馬，同時雙手將凳板向上擒起，凳足向後。「即招架」雙手將凳足轉上向前落下放地，雙手離足，將身從左向後旋轉，坐在凳上，左足收攏，雙手放下收勢。

## 摘要

### 第一 招架

倘自己坐在凳上、後敵用棍向上打來、對待方法、左足伸前一步、右足放在凳下、將身從右向後轉、依勢雙手分開對凳板相依握住凳足、用凳板向上舉起、抵住敵棍、

### 第二 足膝花

雙手向左右分開對凳板相依握住凳足、時前敵趕到將左邊凳頭盜住、對付方法、先將左足向前踏出一步、左手連凳依敵勢向上提起、右手即將凳頭自下向前送出、打入其足膝、

### 第三 鈎鎗花

前敵以鎗刺來、對待時、先將右足向前踏出一步、雙手向左右對凳板相依握住凳足、用右邊凳足弄向前抵住敵鎗、雙足向前同時移上一步、雙手即用凳足弄內橫、當依鎗柄向前送出、掠其手、凳頭篤入其身、

### 第四 額角花

前敵用棍敲來，對付方法，先將左足向前踏出一步，雙手向左右對凳板相依握住，凳足用凳板向上舉起抵住其棍，依勢右手將凳頭轉上向前打入其腦門時，左手連凳靠腰，而敵棍向左滑落。

### 第五 挑陰花

前敵將到身時，對付方法，雙手對凳板相依握住凳足，右足向前踏出一步，同時雙手用左邊凳腳頭自下向前望上挑入其陰。

### 第六 耳門花

前敵雙手亂打對待時，雙手對凳板相依握住凳足，左足向前踏出一步，依勢雙手用左邊凳足從右向上望左掠去其手，即用右邊凳腳頭向前打入其左邊耳門。

### 第七 胸部花

周圍有敵，對待方法，雙手對凳板相依握住凳足，如左敵先到，左足向左踏出一步，依勢雙手將左邊凳頭向左篤入其心，右敵將到，雙手即將右邊凳頭向右篤入其

心譬如前敵手打足踢，雙手用凳板向上抵住其手，望下掠去其腳，倘後敵將要趕到，雙手將凳向上望後甩出打其身，使敵一驚，即將自身向前跳出就走。

## 鈚爪

鈚爪者，武器之一也。其始不知爲何人所傳，虞喜志林載賀齊好軍事，精嫻鈚爪，其功用同於叉槩，學者習乎此，不難知其中之玄妙也。

## 說明

立正，右手離鈚爪尺許，將柄握住，柄杪頓在地下，離足尖一尺，左手向左打出平伸，「即揚手」，右足面將鈚柄向左鉤起，左手依勢將柄接住，右足尖向右旋轉橫踏，左足向前踏出作左吊馬，身向左轉，依勢雙手將柄杪從右自下向後轉上，鈚爪自下依腿，左手向前打出平伸，四指朝上，「即行禮式」，左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步作右夾馬，同時右手將鈚爪向前轉上時，左手約離右手二尺接住鈚柄，雙手用鈚爪望後自下向前斜上叉起，右手脉門向內，左手連柄靠腰，作右箭馬，同

時雙手將鈚爪向左旋轉，望下平壓，脉門向下，左手連柄仍靠腰。「卽虎口吞劍」左足向前踏出一步，右足亦向前踏出一步，作右箭馬，同時雙手將鈚爪從右自下向後轉上，望前落下平打，左手連柄靠腰，「卽蟒蛇纏腿」右足向右角踏出一步，作右箭馬，依勢雙手將鈚爪自下向右望上轉左，落下時，左手將柄放在右腋，下右手用鈚爪向右角斜上打出，「卽猛虎撲食」左足向左角踏出一步，作左箭馬，同時雙手將鈚爪自下轉左向上轉右，落下時，左手連柄仍靠左腰，右手用鈚爪向左角斜上打出，「卽猛虎撲食」右足向前踏出一步，作右夾馬，依勢雙手將鈚爪向右自下斜叉，雙手伸前，「卽黃牛攻地」將身從左向後轉，左足收攏作左吊馬，同時雙手將鈚爪轉上向前，落下斜攻時，左手連柄放在右腋下，「卽捫叉」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步，作右夾馬，同時雙手將鈚爪向前望上，從右向後落下，再望前斜上叉起，右手脉門向內，左手連柄靠腰，作右箭馬，依勢雙手將鈚爪向左旋轉，望下平壓，脉門朝下，左手連柄仍靠腰，「卽虎口吞劍」左足向前踏出一步，右足

亦向前踏出一步，作右箭馬，同時雙手將鈚爪從右自下轉後向上望前落下平打，左手連柄靠腰，「卽蟒蛇纏腿」右足向右角踏出一步，作右箭馬，同時雙手將鈚爪從右向上轉左落下時，左手連柄放在右腋下，右手用鈚爪向右角斜上打出一「卽猛虎撲食」左足向左角踏出一步，作左箭馬，依勢雙手將鈚爪自下轉左向上轉右落下時，左手連柄仍靠左腰，右手用鈚爪向左角斜上打出，「卽猛虎撲食」右足向前踏出一步，作右夾馬，依勢雙手將鈚爪向右自下斜叉，雙手伸前，「卽黃牛攻地」身向左轉，作左箭馬，依勢右手拉攏與左手邊並握，雙手將鈚爪從右向前轉左望後再向前斜上叉起時，右手拉開原處握住，左手連柄靠腰，「卽雪花蓋頂」左足收攏作左吊馬，依勢左手拉攏與右手邊並握，用柄抄從後轉上向前落下平打，「卽打柄」右足向後踏出一步，作右箭馬，身向右轉，依勢雙手拉過柄抄握住，用鈚爪向前斜上叉起，「卽犀牛望月」身向左轉，作左箭馬，同時雙手拉過鈚爪相近握住，用柄抄向前篤出，「卽白蛇穿心」左足收攏作左吊馬，同時左手拉



開原處握住雙手將鈚爪轉上向前落下斜叉，左手連柄放在右腋下，「卽捫叉」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步作右箭馬，身向右轉，同時雙手將鈚爪從左轉上向前斜上打出，脉門朝上，左手連柄靠腰，「卽豁鈚」雙手將鈚爪向內稍收，望左旋轉，脉門朝下，依勢向前篤出，雙手卽將鈚爪向右落下斜打，脉門朝上，依勢雙手將鈚爪轉上向左落下斜打，脉門朝下，左手連柄靠腰，「卽野猪奔衝」右足尖向右旋轉橫踏，左足向前踏出一步作平馬，同時雙手將鈚爪自下從右轉後向上望左落下，連柄平放，雙手交叉，「卽金絲纏索」作右箭馬身，向右轉，依勢雙手將鈚爪從左轉上向

前斜上打出、脉門朝上、左手連柄靠腰、「即豁鈚」右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步、作平馬、同時左手拉攏右手邊握住、用柄抄轉上向前落下平打、「即打柄」左足收攏作左吊馬、依勢雙手將柄抄從右自下向後轉上、鈚爪放在右腿邊同、時左手向前打出、四指朝上、掌心向右、「即行禮式」左足向左踏開一步、右足向左收攏立定、左手放下、將柄抄從後落下、向前頓地、收勢。

## 摘要

### 第一 虎口吞劍

前敵以鎗刺來、對待方法、先將右足向前踏出一步、雙手約離二尺將柄握住、用鈚爪從右自下向前望上、叉住其鎗、即向左旋轉、使敵鎗柄拗斷。

### 第二 莽蛇纏腿

前敵離遠、對待時、雙手約離二尺將柄握住、「鈚爪朝右」左足向前跳出一、右足向前趕先跳出一、同時雙手將鈚爪從右自下轉後向上望前打入其左邊足膝。

### 第三 雪花蓋頂

周圍有敵對付方法、先將左足向前踏出一步、雙手離柄抄五寸握住舉起額前、卽將鈚爪從右轉左望後向前掠入敵人頭部或臂膀、

### 第四 豁鈚

前敵拚命趕來、對待時、右手握住柄中、將鈚爪自下依腿、將身從左向後轉、便步走去、等敵將近身時、左足向前立定、雙手用鈚爪向前轉上望後打入其腦門、

### 第五 行禮式

左右兩敵將近身時、對待方法、右手離鈚爪尺許將柄握住、柄抄頓在地上、若左敵先到、右足卽將鈚柄向左踢起、篤入其陰時、左手伸前接住柄中、如右敵將近、雙手卽將柄抄自下轉右向上挑入其陰、雙手交叉、使敵抽手不及、

## 流星錘

流星錘者，以粗如手指長約一丈之絲索，一端繫以一斤重之鐵錘，而成一擊器也。其用法可繞住對方之敵器，或手足，雖對方之技擊如何精深，亦可失其效力，且攜帶便利，不費氣力，又可供捆縛行李及其他擔索之用。從凡人出行，有「甯可帶繩，不可帶人」之諺，卽指此也。

## 說明

立正，右手離錘三尺將索握住，左手離右手二尺將索握住，雙手伸前，脉門朝下，右足將錘向後踢起，依勢雙手將錘轉上，向前從左落下時，左足從後稍向右提，惟錘不定，將錘向後轉，上望前從右落下時，左足向後踏出一步跪地，錘亦不定，將錘從後向上擲起時，右手拉攏至左手，左手依勢將錘收攏，右手拉開原處握住，將錘向前從左落下轉後，向上望前落下時，左足提起收攏立定，「卽插香」右足向右踏出一步作右箭馬，同時右手將錘向右望上轉，左落下再向右送出，右手拉攏至左

手、左手依勢將錘收攏、右手拉開原處握住、即將身向左轉、作左箭馬、惟錘不定、右手將錘自下轉左向上望右落下時、將索放在右肩、即將右足從左足前向左跨過一步、左足從左向後踏出原方、同時右肩將索向後方甩出落下、右手即將錘向左望上轉右落下再向左送出、右手拉攏至左手、左手依勢將錘收攏、右手拉開原處握住、將錘從左轉上向前從右落下、轉後向上望前落下時、左足收攏立定、一卽背花、右手將錘從右自下向後轉上望前從左落下、向後轉上望前落下向右轉上時、左手離索、卽將雙手合攏、四指離開、惟錘不定、雙手將錘轉左落下望右向上再轉左落下、將索纏住雙掌、左手姆指食指將索撮住、稍向下連索帶錘向前豁出、右手拉攏至左手、左手依勢將索收攏、右手拉開原處握住、將錘從左落下轉後向上望前從右落下、轉後向上望前落下、一卽拜佛、右手將錘自下從右轉後向上望前從左落下、轉後向上望前落下時、右足向前提起平伸、惟錘不定、將錘從右腿下向後轉上望前落下時、右足稍向左放下、依勢將錘從左轉上望前落下時、左足向前

提起平伸，惟錘不定，將錘從左腿下向後轉，上望前落下時，左足稍向右放下，將錘從右轉後，向上望前落下，「卽跳海」，右手將錘自下從右向後轉，上望前落下，從左向後轉，上望前落下時，右手曲肘平肩，將錘從右腋下向後望上，從左肩上向前落下時，左手伸前將索接住，依勢右手亦伸前離左手尺許，將索接住，左手卽將索尾向左豁出，惟錘不定，右手將錘從右向後轉，上望前落下時，左手連索向左平伸，惟錘不定，右手將錘從左腋下向後望上，從右肩上向前落下時，卽將右手伸前離錘三尺，將索接住，左手掌心朝外，亦將索接住，依勢從左連索尾豁出，惟錘亦不定，右手將錘從左向上望前落下，從右向後轉，上望前落下，「卽背劍」，右足向前便步踏出，同時右手將錘從右向後轉，上望前落下時，左足向前便步踏出，惟錘不定，將錘從左向後轉，上望前落下時，右足向前再踏出，作右箭馬，惟錘亦不定，將錘從右向後轉，上望前時，右手舉起頭上，依勢將錘從左轉後，向右望前，再從左轉後，向右望前，落下時，右足收攏立正，惟錘不定，右手將錘從左向後轉，上望前落下，從右向後

轉上望前落下，「即雪花蓋頂」右足向前踏出一步作右箭馬，同時右手將錘向前望上從右向後落下，再向前豁出，右手收攏至左手，依勢雙手將索向內力拉，兩手離索，即將錘接住，「即獅子滾球」右足收攏立正收勢。

## 摘要

### 第一 背花

左右兩敵將近對待時，先將右足向右便步踏出，雙手約離二尺握住索中，右手將錘向右望上轉左落下，再向右豁出打入其胸，或頭部，依勢雙手將錘收攏自下向左望上轉右落下，再向左豁出打入其心，或陰部。

### 第二 雪花蓋頂

倘夜間四方有敵對待方法，雙手離錘四尺將索握住，向上舉起，左手連索依腰，右手將錘從右向前轉左望後不絕盤旋，將身向前後進退，打敵耳部，惟口不能做聲，使其不知。

### 第三 獅子滾球

前敵離遠時，對待方法，雙手約離二尺，握住索中，左足向前，便步踏出，右足向前，趕先，便步踏出，同時右手將錘從右向前，豁出盤住敵足，雙手向內力拉，使其跌一交，或纏住敵器亦可。

### 鏢術

鏢者爲襲擊之利器也，平時可藏諸身邊，取用便利，如無正式之鋼鏢，亦可代以狹長而有尖端之他物，如小刀、鋼筆、水煙筒上之煙籤，用以射敵人之目，尤爲玲巧，往昔袖裏箭等名目，亦鏢之一種術也，使用時可隨機應變，如練習精熟，自能舉一反三也。

### 說明

鏢術分三種，一陰鏢，二陽鏢，三墜鏢，茲將各種鏢術練習之方法及應用，詳述於後。

### 陰鏢之放射法



立正、左足向前踏出、兩足間之距離、約一尺、作丁字形、身向左、將約五寸長之鋼鏢、約重六兩、持之右手、鏢尖離食指一寸許、食指直靠鏢面、大指直靠其鄰、鏢柄置於掌心、由中指無名指小指等緊握之、放射時、先將右手向上屈肘、掌心對正目的物、鏢頭向後、發鏢右手向前伸直、食指姆指與其餘各指均收成拳勢、同時將右肩膀用力向前聳起、擲鏢、鏢即向前射出、但放時步位不能鬆動也、鏢須備七支、放時七支爲一回、練習一回、手勢及步位切不得移動、則鏢道易於測整、此乃陰鏢之放射法。

## 陽鏢之放射法

其步位同陰鏢、執鏢之法、亦同、惟放時右手垂下、執鏢之手掌心向前、對正目的物、用力向上擲鏢、同時將左手按住右手脉門之上、約三寸（即於小臂之中央）處成水平式、但此可視目的物之高低而定、則鏢即向前射出、如若連放、其手勢步位切不可移動、此乃陽鏢之放射法也。

## 墜鏢放射法

其執鏢法亦同於陰鏢，惟步位略異，即便步右足向前踏出一步，將右手舉起，向右往下對正目的，用力擲鏢，離已足約二尺許，則鏢向下射出矣。連放時，步位手勢亦不能更改，此即墜鏢之放射法。

## 附陰鏢之巧擊法

如敵人勢力強大，向後追來，對付之法，視追者約近十步之時，即將右足向前踏出立定，同時身向左轉，望後用鏢對正敵人頭部射出，可得以弱攻強之效果。

## 陽鏢之巧擊法

如敵人對面追來，對付方法，候近七八尺時，將左足向前便步踏出，右手執鏢垂下，脈門向前，用力向前斜上射擊其咽喉。

## 墜鏢之巧擊法

如敵人將近右邊，約離二尺時，對付方法，當即右足向前便步踏出，然後將右手持

鏢舉起對正敵人之脚背擲出。

## 七星單刀

處茲物質文明進化時代、就軍事上言、除指揮刀以外、刀之用固甚稀、然欲鍛練身體、陶冶勇武、涵養敏捷之精神、仍以刀爲入手之方、得云一人敵之學而輕視之乎、蓋此種刀法、並不呆板種種跳步、節節刺法、使敵人眼光模糊、而我方易於躲避、既屬自衛之方、又爲練身之具、學者尙當注意及之。

### 說明

立正、左手握住刀盤、自下靠身、刀口朝前、刀頭平肩、右手向右打出平伸、「卽揚手」右手自下轉左向上望右、掠轉靠腰、「卽揜手」右足向前、足尖向右橫踏、左足向前踏出一步、前左夾馬、依勢雙手伸出胸前、曲肘、右手指尖朝上、掌心對盤、「卽托盤」行禮」右手握住刀柄、刀口朝外、刀頭向左、左手與刀背相依、指尖向上、左足向右望後跳出一歩、右足亦向右望後趕先跳出一歩、作左夾馬、仍歸原方、同時右手連

刀向右望後時，脉門旋轉向上，將刀依左肩上向前抽出，右手連柄靠腰，刀頭向前，乘勢左手依刀背伸前，「卽七星照鏡月」作左箭馬，左手依胸，右手將刀頭稍自下，向左轉後依右肩上向前抽出，望左腋下向左掠出，「卽白蛇盤項」右足向右踏出一步，作右夾馬，身向右轉，依勢右手將刀頭自下從右向上望前削下，左手伸前與刀背相依，「卽打花削腳」右足向後退出原步，仍作左前馬，左手依胸，右手連刀向左望後依右肩上向前抽出，望左腋下向左掠出，「卽白蛇盤項」左足向後退出一步，作右箭馬，右手連刀與左手同時向左右分開，刀頭自下，刀口朝外，左手依胸，右手將刀頭從左向後轉上望前落下，從右向後轉上望前劈出，刀頭斜上，左手伸前與刀背相依，「卽左右插花」身向後轉，作左箭馬，左手依胸，依勢右手將刀頭稍自下向左望後依右肩上向前抽出，望左腋下向左掠出，「卽白蛇盤項」右足收擺跪地，依勢右手將刀頭自下從右向後轉上望右削下，刀頭向前，左手伸出與刀背相依，「卽打花削腳」左手依胸，右手將刀頭稍自下向左望後依右肩上向前抽出，望

前平斬，左手伸前與刀背相依，「卽白蛇盤項」右足提起，左足向後退出一歩，作右箭馬，右手連刀與左手同時向左右分開，刀頭自下，左手依胸，右手將刀頭從左向後轉，上望前落下，從右向後轉，上望前劈出，刀頭斜上，左手伸前與刀背相依，一卽左右插花」身向後轉，作左箭馬，左手依胸，同時右手將刀頭稍自下向左望，後依右肩，上向前抽出，望左腋，向左掠出，「卽白蛇盤項」右手連刀與左手同時向左右分開，刀頭向下，右足向前出踏一步，作右夾馬，左手依胸，指尖朝上，掌心向右，右手將刀頭從左轉後，向上望前落下，從右向後轉，上望前落下時，身從左向後轉，作左箭馬，維刀不停，右手將刀頭從後向左轉上時，脉門朝背，刀頭從右落下，向前望上，從右向後落下，再向前望上至額前，刀口朝外，刀頭向左，左手伸出抵住刀背，「卽白蛇纏身」左手依胸，右手將刀向右望後時，脉門旋轉朝上，將刀依左肩，上向前抽出，連柄靠腰，刀頭向前，左手同時依刀背伸前，指尖朝上，卽將左足提起，向前跳出一歩，右足向前趕先跳出一歩時，左足離地，同時右手將刀頭向前刺出，卽將左

足從左向後望前踏出一步，依勢右足向左旋轉，作右箭馬，同時右手將刀頭轉上，向後望前劈出，刀頭斜上，左手伸前與刀背相依，「如飛刀制心」，右足攷擺，作右吊馬，左手依胸，右手將刀頭自下轉右向上望前削下，刀頭向左，左手伸前與刀背相依，「即打花削脚」，即將雙手連刀向前望上舉起額前，刀口朝上，刀頭仍向左，「即白手照架」，左手依胸，右手將刀頭自下從右向上望前削下時，右足提起，向左足前，向後跳出一步，左足向後趕先跳出一步，作左夾馬，維刀不定，右手將刀頭從後向左望上時，脉門朝背，刀頭從右落下，向前望上向後落下，再向前望上至額前，刀口朝外，刀頭向左，左手伸出抵住刀背，「即背花」，左足從右足前向後跳出一步，依勢右手將刀頭轉上向後削下，即將右足從左足後回後踏出一步，兩足交叉曲膝，右手連刀不定，將刀頭從右轉上仍向後削下，左手伸出與刀背相依，「即着地斬虎」，右足向右踏出一步，作右箭馬，身向右轉，右手即將刀頭舉起向前，左掌抵住柄頭，雙手同時向前後伸出，「即金雞定翼」，左手依胸，右手將刀頭自下從左轉

後向上望前削下、從右向後轉上望前削下、依勢左足向前跳出一、右足從右向後望前趕先跳出一、作左夾馬、即將右手舉起額上、刀頭向前自下斜伸、刀口朝外、左手亦向前自下斜伸、指尖朝右、掌心朝外、「卽眉月照鏡」右足向前踏出一、同時右手將刀從左向後、依右肩前向前抽出削下、左足從左向後望前趕先跳出一、左手依胸、同時右手將刀再從左向後依右肩前向前抽出、落下平斬、卽將右足向前跪地、左手伸前與刀背相依、「卽白蛇盤項」右足提起、作右夾馬、身從右向後轉、左手依胸、右手將刀頭轉上向前削下、從右向後轉上望前削下時、身向左轉、作左箭馬、維刀不停、右手將刀頭從後向左轉上、脉門朝背、刀頭從右落下、向前望上從右向後落下、再向前望上從左臂外削下時、身從右仍向後轉、作右夾馬、依勢右手將刀頭轉上向後削下、從右轉後向上望前削下時、身仍向左轉、作左箭馬、惟刀不停、右手將刀頭從後向左轉上時、脉門朝背、刀頭從右落下、向前望上從右向後落下、再向前望上至額前、刀口朝外、刀頭向左、左手伸出抵住刀背、「卽白蛇

盤身俗名背花」左足從右足前向後跳出一步、右足從右向後趕先跳出一步、作左夾馬、身向左轉、左手依胸、同時右手連刀從右向後時、脉門旋轉朝上、將刀依左肩上向前抽出、連柄靠腰、刀頭向前、左手依刀背伸前、指尖朝上、掌心向右、「卽七星照月」左手收攏依胸、右手將刀頭稍向下、從左轉後向右落下、望前朝上舉起至左臂、卽刻左手伸前將柄握住、雙肘曲、同時右足向前踏出一步、作右吊馬、「卽托盤行禮」右足向右踏出一步、左足向右收攏立定、右手離柄、雙手向左右放下收勢、

## 摘要

### 第一 七星照月

周圍有敵對待時、右手握住刀柄、左手伸前抵住刀背、先右足向前踏出一步、左足向前轉右望後踏出原步、依勢雙手將刀口從左向右望後、削入其項、或臂膀、

### 第二 金鷄停翼



右敵將到身時，對待方法，左手依胸，右手即將刀頭向右刺入其咽喉，或心。

### 第三 飛刀刺心

偷前敵似槍刺來，對待時，左手依胸，右手將刀頭從左轉上向右掠去其槍，同時左足稍向左跳出一步，右足趕先跳出一步，右手即將刀口依槍削入其五指。

### 第四 白蛇盤項

前敵以來非來，對付方法，左手依胸，右手將刀頭從左轉後向右望前做一個全繞形，使其眼花，同時右足向前跳出一步，左足向前趕先跳出一步，依勢雙足曲膝，同時右手即將刀口向前斬入其足部。

## 日月雙刀

立正，兩手握住刀柄，刀頭自下，右足向前，足尖向右橫踏，兩手將刀頭向左望上舉起，刀口朝左，雙手平伸，左足向前踏出一步，作左吊馬，同時雙手將刀頭從右自下轉後向上望前朝上舉起，左足伸前，右手依胸，刀口亦向前，「即行禮，俗稱定勢」。

左足向左踏出一步作左箭馬、依勢右手將刀頭從左臂上向左自下、轉後向右望左腋下向左掠出、刀口朝外、左手即將刀頭從左自下、脉門朝上、轉後向右望前橫劈、刀頭向右、身向右轉、作右箭馬、同時左手將刀頭自下、從右轉後向左望右腋下向右掠出、刀口朝外、右手即將刀頭從右自下、脉門朝上、轉後向左望前橫劈、刀頭向左、即左右插花」左足向左收攏作左吊馬、身向左轉、右手將刀頭自下從左轉上向右落下、依勢左手將刀頭自下亦從左轉上向右落下時、雙刀交叉、雙手將刀向前望上叉起、即向前落下、望左右分開、刀口朝外、刀頭仍自下、即肩月照鏡」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步作右箭馬、左手在腹部、刀頭自下、右手將刀頭自下從左轉後向上望前落下時、左手將刀頭亦從左轉後向上望前劈出、刀頭斜上、即將右手連刀伸出左腋下、即金絲纏花」左足向前便步踏出、依勢左手將刀頭自下、從右轉後依左肩上向前抽出落下、右足從右向後望前便步踏出、右手同時將刀頭從右落下、脉門朝上、從右轉後向左望前落下時、作右箭馬、雙手連刀不

停、左手將刀依右肩上稍向後抽、卽向左肩上向前抽出、望右腋下向右橫掠、刀口朝外、右手脉門旋轉朝上、依勢將刀從右轉後向左望前橫掠、刀頭向左、一卽白蛇盤項、一身向左轉作左箭馬、右手將刀頭自下、從左轉後向右望左腋下向左掠出、刀口朝外、依勢左手將刀頭從左自下、脉門朝上、將刀從左轉後向右望前橫劈、刀頭向右、一卽左插花、左手將刀頭自下、從右轉後向上望前落下時、右手卽將刀頭自下、亦從下轉後向上望前劈出、刀頭斜上、卽將左手連刀伸出右腋下、一卽金絲纏花、右足向前便步踏出、同時右手將刀頭自下、從左轉後依右肩上向前抽出、落下、左足從左向後望前便步踏出、左手將刀頭從左自下、脉門朝上、從左轉後向右望前落下時、作左箭馬、雙手連刀不停、右手將刀依左肩上稍向後抽、卽向右肩上向前抽出、望左腋下向左橫掠、刀口朝外、左手脉門旋轉朝上、依勢將刀從左轉後向右望前橫掠、刀頭向右、一卽白蛇盤頸、雙足改做便步、身向前雙手將刀頭向左右刺出平伸、左足從前向右便步踏出、左手脉門旋轉朝上、將刀依勢向後

望前落下時、連右手同時向左右分開、刀口朝外、刀頭仍向下、「卽鳳凰展翼」左足向前便步踏出、左手放在腹部、刀頭自下、右手將刀頭從右轉後向上望前劈出、從左落下轉後向上望前削下時、右足向前便步踏出、右手放在腹部、依勢左手將刀頭從左轉後向上望前劈出、從右落下轉後向上望前劈出時、左足再向前踏出一步、右足從左足後向前伸出一步、兩足交叉、曲膝、同時右手將刀頭落下從右轉後望上仍向前劈出、卽將左手連刀伸出右腋下、將身從右向後旋轉、同時右手將刀頭自下從後望上仍向前劈出時、右足尖向右橫踏、左足再向前踏出一步、同時左手將刀頭轉上向前從右臂外落下、轉後向上仍向前削下時、右足從左足後再向前伸出一步、雙足交叉、曲膝、與前勢同、依勢右手將刀頭自下從右轉後望上、仍向前劈出、卽將左手連刀伸出右腋下、「卽龍尾撥水」將身從右向後轉、右足收攏向後便步踏出、依勢右手將刀頭轉上向後望前削下、手至腹部、左手將刀頭自下從左轉上向前劈出、從右落下轉後向上望前削下、手至腹部、左足向前便步踏

出、右手將刀頭從右轉後向上望前臂出、從左落下轉後向上望前劈出時、右足向前再踏出一步、左足從右足後向前伸出一步、兩足交叉、曲膝、兩手連刀不停、同時左手將刀頭自下從左轉後望上仍向前臂出、即將右手連刀伸出左腋下、將身從左向後旋轉、同時左手將刀頭自下從後望上仍向前劈出、左足尖向左橫踏、右足仍向前踏出一步、同時右手將刀頭轉上向前從左臂外落下、轉後向上仍向前削下時、左足從右足後再伸出一步、兩足交叉、曲膝、與前勢同、依勢左手將刀頭自下從左轉後望上仍向前劈出、即將右手連刀伸出左腋下、「即龍尾撥水」左足從後向右踏出一步、作左箭馬、左手將刀頭轉上向後望前劈出、依勢右手亦將刀頭轉上望後向前劈出、即將左手連刀伸出右腋下、「即金絲纏花」左足尖向左橫踏、右足向前踏出一步、作右夾馬、同時右手將刀頭轉上向後落下、望前挑起胸前平伸、刀口朝上、左手將刀背放在右臂上、右足尖向右橫踏、左足向前踏出一步、作左夾馬、依勢左手將刀頭轉上向後落下、望前挑起胸前、刀口朝上、右手將刀背放在

左臂上，「卽海底撩月」身向後轉，右手將刀頭轉上向後削下，依勢左手將刀頭亦轉上向後削下時，兩手脉門交叉，左手上，右手下，卽將右足尖向右橫踏，左足提起從右向後望前踏出原步，仍作左夾馬，兩手連刀不停，同時雙手反轉，左手自下將刀頭伸前，刀口朝上，右手將刀背放在左臂上，「卽打花撩月」左足尖向左橫踏，右足向前踏出一步，作右夾馬，同時右手將刀頭轉上從右向後落下望前挑起胸前平伸，刀口朝上，左手將刀背放在右臂上，將身從左向後轉，左手將刀頭轉上向後削下，依勢右手將刀頭轉上亦向後削下時，兩手脉門交叉，右手上，左手下，卽將左足尖向左橫踏，右足提起從左向後望前踏出原步，仍作左夾馬，兩手連刀不停，同時雙手反轉，右手自下將刀頭伸前，刀口朝上，左手將刀背放在右臂上，「卽打花撩月」左足向前便步踏出，依勢左手將刀頭向前刺出，右手將刀背依胸，刀頭亦向前，右足向前便步踏出，依勢右手將刀頭亦向前刺出，左手將刀背依胸，刀頭仍向前，雙手將刀頭同時落下從左轉後向上望前削下，再從左向上舉起時，右

手將刀伸出左腋下，刀口向左，同時右足提起，曲膝，左足立正。「卽鯉魚穿水」右足向右角跳出一小步，左足向右角趕先跳出一小步，同時左手將刀頭自下從右臂外轉後向左望前落下時，右足從後再向右角踏出一小步，作右箭馬，依勢右手將刀頭自下，脈門朝上，將刀亦從右轉後向左望前橫掠，刀頭向左，卽將左手連刀伸出右腋下。「卽雪花蓋頂」左足向左角便步踏出，右足向左角亦便步踏出，同時右手將刀頭自下，從左臂外轉後向右望前落下時，左足從後再向左角踏出一小步，作左箭馬，依勢左手將刀頭自下，脈門朝上，將刀亦從左轉後向右望前橫掠，刀頭向右，卽將右手連刀伸出左腋下，卽雪花蓋頂。」左足從右足前向後跳出一小步，同時左手將刀頭自下從右轉後向左望前落下，右足從右向後趕先跳出一小步，作右前馬，歸正方，同時右手將刀頭從右自下，脈門朝上，亦從右轉後向左望前掠出時，依勢左手將刀依右肩上稍向後抽，卽向左肩上向前抽出時，右手脈門朝上，再從右轉後向左望前橫掠，刀頭向左，卽將左手連刀伸出右腋下，「卽白蛇盤頂」右手將

刀頭從左轉上向前落下，依勢左手將刀頭自下亦從左轉上向前落下時，兩刀交叉，身向後轉作左箭馬，同時雙手將刀從下向前望上叉起，即刻將刀頭向後望左右落下，再向前望上舉起時，雙手脉門朝裏交叉，右手裏左手外，維雙手連刀不停，左手用刀口向右臂外削下，同時右手用刀口向左臂外削下，即刻雙手向左右分開，刀口朝外，刀頭仍向下，「即雙蝶採花」右足尖向右橫踏，左足向前踏出一步，作左吊馬，雙手將刀頭同時向前望上從右向後落下，再向前望上舉起，刀口亦朝前，左手伸前，右手依胸，「即行禮，俗稱定勢」左足從左踏出一步，右足收攏與左足並立，兩手將刀頭向左右放下，收勢。

## 摘要



### 第一 白蛇盤項

右敵將近身，對待時，右足向右便步踏出，左手將刀從右向後望前，做一個繞形，使其眼糊，同時右手將刀亦從後轉左向前望右劈入敵項。

### 第二 龍尾撥水

前敵多時，對付之法，左足伸前一步，同時右手將刀從後轉上向前劈入其腦，右足再伸前一步，左手將刀從後轉上向前劈其腦，雙足前後進退，兩手將刀不絕劈去。

### 第三 海底撩月

前敵以槍刺來，對待時，左手將刀從右稍望上向左掠去其槍時，右足向前便步踏出，依勢右手將刀自下向上斬入其手指，或用刀頭刺入其陰。

### 第四 鯉魚穿水

前敵離遠，對待時，左足向前便步踏出，左手即將刀頭向前刺入其心，若敵從前退去，右足向前踏出一步，同時右手將刀頭向前刺入其心，或咽喉。

## 南陽大刀

南陽刀亦名春秋刀，漢關公最擅長，因關公嫻熟春秋，以正義用刀，故名。刀法有三十六轉，轉轉緊密，而不容鋒鏘，俗名拖刀，其中之一轉也。厥後是刀漸替，洎至清代，湖南一帶，遂別名南洋大刀。敵人曾得湖南嫡派之傳授，恐其將為廣陵散也。謹為記述，而於練筋易骨，增強體軀，於是法仍有賴也。

### 說明

立正，右手離刀盤三寸握住，柄抄頓地，約離足尖一尺，刀口朝外，左手向左打出平伸，「即揚手」，用右足面將刀柄向左鈎起，左手依勢將柄接住，約離右手二尺，右足向前，足尖向右橫踏，左足向前踏出一步，作左吊馬，同時雙手將柄抄從左向上，望前斜上打出，「即提刀點兵」，將身從右向後轉，作右箭馬，依勢雙手將刀頭向前刺出，刀口朝下，左手連柄靠腰，作右夾馬，雙手將刀口向左旋轉朝上，向內收攏，左足向前移攏一步，右足向前踏出一步，作右箭馬，依勢雙手將刀口向左旋轉朝

下、望前刺出、「卽揚刀穿心」身從左向後轉、作左吊馬、依勢雙手將刀頭自下轉、左向前挑起胸前、刀口朝上、左手連柄靠腰、「卽偷刀斬將」左足向左踏出一步、作右箭馬、雙手將柄抄轉上、向左斜上打出、刀口朝下、左足向左踏出一步、右足亦向左踏出一步、作平馬、同時雙手將刀頭從右轉上、向右落下平斬、「卽捫刀驅虎」右足收攏作右吊馬、雙手將刀口向右旋轉、望右斜上劈出、左手連柄靠腰、右足向前踏出作右夾馬、雙手卽將刀口向左旋轉、望左自下斜削、左手連柄仍靠腰、「卽畫刀削脚」作右箭馬、雙手將刀頭向內稍收、乘勢向前刺出、刀口朝下、左手連柄靠腰、作右夾馬、雙手將刀口向左旋轉、朝上收攏、右臂靠腰、左足向前移攏一步、右足向前踏出一步、作右箭馬、同時雙手將刀口向左旋轉、下望前刺出、左手連柄靠腰、「卽揚刀串心」身從左向後轉、左足提起、曲膝、同時雙手將刀頭自下轉後向前挑起胸前、刀口朝上、左手連柄靠腰、「卽偷刀斬將」左足向前跳出一歩、右足向前趕先跳出一歩、左足收攏與右足並立、同時雙手將刀頭向前刺出、「卽跳步

非刺」將身從左向後轉，作左吊馬，依勢雙手將刀頭自下轉後向上挑起胸前，刀口朝上，左手連柄靠腰，「卽偷刀斬將」，左足向左踏出一步，作右箭馬，雙手將柄杪轉上向左斜上打出，刀口朝下，左足向左踏出一步，右足向左亦踏出一步，作平馬，同時雙手將刀頭從後轉上向右落下平斬，卽「捫刀驅虎」，右足收攏作右吊馬，雙手將刀口向右旋轉望右斜上劈出，左手連柄靠腰，右足向右角踏出一步，作右夾馬，雙手將刀口向左旋轉望左自下斜削，「卽畫刀削脚」，作右箭馬，雙手將刀頭向內稍收依勢向前刺出，刀口朝下，作右夾馬，雙手將刀口向左旋轉朝上收攏，右臂靠腰，左足向前收攏一步，右足向前踏出一步，作右箭馬，雙手卽將刀口向左旋轉朝下，依勢向前刺出，左手連柄靠腰，「卽揚刀穿心」，左足向左角踏出一步，作左箭馬，雙手將刀口向左旋轉望左斜上劈出，左手連柄靠腰，「卽左畫刀」，右足向前踏出一步，左足向前收攏與右足並立，雙手卽將刀口向右旋轉望右斜上劈出，左手連柄靠腰，右足向前踏出一步，作右夾馬，雙手卽將刀口向左旋轉望

左自下斜削，左手連柄靠腰，「即畫刀削脚」左足向前收攏，與右足並，右雙手即將刀口向右旋轉，望右斜上劈出，左手連柄靠腰，右足向前踏出一步，作右夾馬，雙手將刀口向左旋轉，望左自下斜削，左手連柄靠腰，「即畫刀削脚」作右箭馬，雙手將刀頭向內稍收，依勢向前刺出，刀口朝下，左手連柄靠腰，作右夾馬，雙手即將刀口向左旋轉，朝上收攏，右臂靠腰，左足向前移攏一步，右足向前踏出一步，作右箭馬，同時雙手將刀口向左旋轉，朝下，望前刺出，左手連柄靠腰，「即揚刀穿心」畫刀削脚，揚刀串心，二幾合并，「即蛟龍出海」身向左轉，作左箭馬，同時雙手將刀頭自下轉左，向前挑起胸前，左手連柄靠腰，「即挖心刀」右足向左，左足前向左踏出一步，約離尺許，兩腿交叉，雙手將刀頭向右自下削出，依勢轉上，向左落下時，刀柄平放，兩臂交叉，左足從右足前，向右跨過一步，連身從右向後旋轉，立正，同時雙手將刀柄向上擒起，望前放落，左足尖向左橫踏，右足從前向左踏出一步，作右箭馬，雙手即將刀頭自下轉左，向前斜上刺出時，右手拉攏左手邊，握住，「即野戰八方」

身向左轉、作左箭馬、右手拉開原處握住、雙手將刀頭向上轉左、望前斜上斬出、左手連柄靠腰、「卽劈風刀」、右足向前跳出一歩、左足向前趕先跳出一歩卽望後跪地、同時雙手將刀口向後自下削出、柄杪朝上、左足提起足尖向左旋轉橫踏、右足從前向後踏出一歩、作平馬、同時雙手將刀頭轉上從後向右落下平斬、「卽落馬斬將」、身向左轉作左箭馬、同時雙手將刀頭轉上向前斜上劈出時、右手拉攏左手邊、依勢將刀頭收攏、左手伸前離盤尺許握住、左足提起向前跳出一歩、右足向前趕先跳出一歩、同時雙手將刀頭向前制出時、左手拉攏右手邊、依勢將刀頭收攏、右手伸前離盤尺許握住、左足從左向後望前踏出原方、仍作左箭馬、同時雙手將刀頭自下向後轉上望前斜上劈出、左手連柄靠腰、「卽關公拖刀」、作左吊馬、雙手將柄抄轉上向前斜上打出、「卽提刀點兵」、左足收攏立正、雙手將柄杪頓地、左手離柄、放下收勢、

## 南陽大刀歌訣

南陽大刀最順當 諸葛點兵戰兩旁 捫刀攬虎傷腿上 畫刀削脚劈雙方  
揚刀穿心刺胸竅 夜戰八方敵皆降 落馬斬將後方擊 關公拖刀猛獸藏

## 摘要

### 第一 提刀點兵

倘前後兩敵趕來，對待方法，先將左足向前踏出一步，雙手約離二尺，握住柄中，將刀頭向後刺入其心。前敵將近身時，雙手即將刀頭自下向前挑入其陰，或腹部。

### 第二 捫刀驅虎

前敵騎馬而來，對待時，先將右足伸前一步，雙手離開二尺，握住柄中，先用柄杪向前假打其馬，使敵馬一驚，雙手即將刀頭轉上向前斬入其馬脚。

### 第三 蛟龍出海，俗名畫刀削脚

前敵多時，對待方法，先將右足向前踏出一步，雙手約離二尺，握住柄中，即將刀口轉右劈入其項，依勢即將刀口轉左，向左自下削入其腿，雙足同時向前移上一步。

雙手卽將刀頭向前直刺其心，此法練習精熟，衝鋒必勝。

#### 第四 關公拖刀

前敵拚命趕來，對待時，雙手約離二尺，握住柄中，將刀頭從右自下，身從左向後轉，便步走去，等敵將近，身右足向前立停，雙手卽將刀頭轉上向後劈入其腦或項部。

### 急三槍

吾國武器中以槍爲主，歷代將臣精於槍者不可勝計，如唐之羅家槍，宋之岳家槍，其最著者矣。近世雖以鎗砲爲戰鬪之利器，而習槍者亦復不少。然不得其中之奧妙，或具體而微，獨急三槍能匯其要，得其妙。學者習之既久，當有所會心也。

### 說明

立正，右手握住柄杪，將槍頭伸前放地，左手向左打出平伸，「卽揚手」左足向前，踏出一步作平馬，身向左轉，左手伸前約，離右手出許，將柄握住，依勢雙手將槍頭從右向上轉，左落下時，右手與左臂相依，手心向右，「卽左繞花」雙手將槍頭從



左向上轉右落下時，右手向左旋轉仍依左臂，手心向上，「卽右繞花」右手連槍收攏靠腰，左手仍伸前，右足向前跳出一歩，左足向前趕先跳出一歩作左箭馬，同時雙手將頭向前刺出時，左手離柄，「卽蟒蛇脫殼」左手伸前握住原處，雙手將槍頭從右向上轉左落下時，右手與左臂相依，手心向右，「卽左繞花」雙手將槍頭從左向上轉右落下時，右手向左旋轉仍依左臂，手心向上，「卽右繞花」左足向右足前望後跳出一歩，右足向後趕先跳出一歩作左箭馬，依勢雙手將槍頭向前刺出時，左手離柄，「卽蟒蛇脫殼」左手伸前握住原處，右足向前踏出一歩作平馬，同時雙手用柄杪向上望前打出，「卽點柄」身向左轉作左箭馬，依勢雙手將槍頭向前刺出平伸，「卽中堂槍」雙手將槍頭從右向上轉左落下時，右手與左臂相依，手心向右，「卽左繞花」雙手將槍頭從左向上轉右落下時，右手向左旋轉仍依左臂，手心向上，「卽右繞花」右足向前跳出一歩，左右足向前趕先跳出一歩作左箭馬，同時雙手將槍頭向前刺出時，左手離柄，「卽蟒蛇脫殼」左手伸

前握住原處，右足向前踏出一步作平馬，依勢雙手用柄杪從右自下向前挑起胸前，「即撩陰」身向左轉作左箭馬，依勢雙手將槍頭向前自下斜刺，「即分水槍」右足向前踏出一步作右箭馬，同時雙手將槍頭向上從右望後落下時，即將右手伸前握住柄中，將槍頭仍向前斜上刺出時，雙手拉過柄杪握住，「即鎖口槍」右足收攏作右吊馬，雙手將槍頭向內收攏，依勢仍向前自下斜刺，「即分水槍」右足向前先踏出一步，同時雙足向前再跳出一步，雙足曲膝，依勢雙手將槍頭從右自下向後刺出時，雙手握住柄杪，「即回馬槍」左足從右望後踏出一步作左夾馬，即將左手伸前握住柄中，依勢雙手將槍頭原方斜上刺出時，雙手拉攏柄杪握住，右足向前跳出一步，雙手將槍頭落下，左足向前跳出一步，雙手將槍頭仍向上，右足向前再跳出一步時，左足趕先伸前一步作左夾馬，同時雙手將槍頭再落下斜伸，「即金鷄喙葉」雙手將槍頭從右向上轉左落下時，右手與左臂相依，手心向右，「即右繞花」雙手將槍頭從左向上轉右落下時，右手向左旋轉仍依左臂，手心向

上「卽右繞花」右足向前跳出一歩，左足向前趕先跳出一歩，作左箭馬，同時雙手將槍頭向前刺出時，左手離柄，「卽蟒蛇脫殼」左手伸前握住原處，左足從左望後踏出一歩，作左箭馬，同時雙手將槍頭從左自下向後望前刺出平伸，作左夾馬，依勢雙手將槍收攏，卽向左自下刺出斜伸，雙手再將槍收攏，卽轉右自下刺出斜伸，左足向後踏出一歩，作右夾馬，同時雙手將槍向內稍收，卽向前刺出平伸，左手離柄，右足再向後踏出一歩，作左夾馬，卽將左手伸前握住原處，雙手依勢將槍頭向右掠下，「卽梅花槍」右足從左足後向前踏出一歩，依勢雙手將槍頭從右向上轉左落下時，右手與左臂相依，手心向右，「卽左繞花」左足向前踏出一歩，依勢雙手將槍頭從左向上轉右落下時，右手向左旋轉仍依左臂，手心向上，「卽右繞花」作左箭馬，同時雙手將槍頭向前刺出時，左手離柄，「卽蟒蛇脫殼」左繞花，右繞花，蟒蛇脫殼，「三幾合并名稱急三槍」右手連槍收攏靠腰，依勢左手伸前接住原處，左足向右足前望後跳出一歩，右足向後趕先跳出一歩，作左來馬，雙手將槍頭從

右向上轉左落下時、右手與左臂相依、手心向右、「即左繞花」雙手將槍頭從左向上轉右落下時、右手仍依左臂、手心向上、「即右繞花」作左箭馬、雙手將槍頭向前刺出平伸、右足向前踏出一步作右箭馬、同時雙手將槍頭向上從右望後落下時、即將右手伸前握住柄中、將槍頭仍向前斜上刺出、雙手拉攏柄杪握住、「即鎖口槍」右足收攏立正、雙手將槍頭向前放地、左手離柄放下收勢、

急三槍歌訣

急三槍法可稱王 左右分刺兩軟膛 脫殼蟒蛇當心刺 回頭點柄進中堂  
上步撩陰用柄打 立轉分水戲膀胱 上自鎖口印喉入 單槍回馬股趙殃  
金鷄喙葉傷五指 上步連槍刺肚囊 梅出五花正面擊 花中一槍破胸膛

摘要

第一 左繞花

前敵以槍刺來、對待方法、先將左足伸前一步、雙手約離尺許握住、柄杪將槍頭從

右稍向上望左掠去其槍、依勢落下刺入其腹部、或陰、

## 第二 右繞花分一二

(一) 敵人亦用槍刺來、對待時、先將左足伸前一步、雙手約離尺許握住柄杪、將槍頭從左稍向上望右掠去其槍、依勢落下刺入其腹部、或陰、(二) 若敵槍掠開我槍、對待時、雙手即川槍頭循柄削入其手指、

## 第三 蟒蛇脫殼分一二

(一) 前敵離遠、對待時、雙手約離尺許握住柄杪、將槍頭伸前、先將右足向前跳出一步、左足向前趕先跳出一步、同時雙手將槍頭向前刺入其心、或咽喉、(二) 倘敵槍猛力刺我心、對待時、即將左足向後退出一步、用右手將槍頭循柄拚命刺入其手指、或腰部、(三) 左繞花、右繞花、蟒蛇脫殼、三幾合并、(四) 名稱急三槍、

## 跌打藥末緊要方

升 蕪半兩 生白附芷六兩 生南星半兩 羌 活半兩 防 風半兩 白芷半兩

諸藥共研細粉、每服五分、老小減半、用陳酒沖服、服後避風臥一點鐘、其藥末每日可吃一服、重者連吃三日、切不加減、破傷見血、可將藥末敷用、依法調治、應效如神、

## 跋

顯少時不喜讀書、深嗜拳術、延師提牽、曾獲薪傳、凡書之涉及武技者、靡不畢覽、騰實飛英、參以內外之功、屏陋茹華、練乎晨夕之時、自年二十、卽出爲拳術教授、江湖一騎、負釗自豪者十餘年、後膺本省農業、一中二校武術教習、又十餘年、對於各派拳術、自問尙有心得、際斯武術衰頹、痛心良多、愛于授課之暇、竭我綿薄、編成武藝精華一冊付梓、以供同好、而啟後學、至于書中改述、以達摩拳訣爲主、猶有鐵手飛砂一技、學習既易、傷人復速、未敢冒昧披露、誠恐利人不足、損人有餘耳、區區之意、非敢以末技鳴當世也、幸海內豪俠有以教之、

中華民國十五年五月十日出版

版權所有

上海圖書館藏書



A541 212 0009 98368

著者

湯

鵬

超

校閱者

袁平

濟雪

時士

印刷者

杭州弘文書局

發行所

浙江第一中校  
各埠大書坊

定價大洋六角

教

上海書店  
售價 0.20

1152