

少林棍法總宗

下

事猿公之句因戲謂家兄曰賀一癯耳因慕
封侯思從戎因從戎思劍術因劍術思猿公
果爾劍何如棍猿公何如冲斗兄耶吾輩當
急從事矣遂一咲而書仲兄瓌瑋巖捷而實
為端謹篤行君子居鄉獨知吾兄弟時蒙晤
教其所謂沈而深者亦獨予深知之他則知
其技而已雖然其知傳矣

小弟胤飛書於長干僧舍

此道必非無意人可辦者即如彈碁角戲舞
劍器之類千載而下猶可得而言矧以盛世
不廢之物間為志士之所托者乎仲兄自少
踰壯至今好不倦雖寒暑作息神亦凝於是
觸類引伸皆若胥見是技者夫豈俗學無意
苟焉可造者哉若詆以末技無關於用大者
皆不廣之見不必胥也丙辰冬再見仲兄於
留都出其書相示侯民家兄實為點定而屬
余題其末適凡上攤李長吉詩胥明朝歸去

于場於是作書以傳皆略推師受而以心得者精詳之若陰陽虛實之妙寔古兵法遺意也予嘗謂世間一切術藝技能皆胥合至道深入其中各各一界可好而樂其中又各各聖位俗學必先實見其理道於胷中而不憚迂難以習其所見習之至極既可章一舉以示人而驗其用於耳目之前令觀者洞心駭目莫知其所以而後乃善藏焉斯稱至矣凡自古書法畫苑一切胥用之器之妙者皆用

跋

吾族自晉梁唐宋以來理學文章之外間以
武功顯即裔未顯而不乏其人說者謂是亦
山水裔自鍾者今又有冲斗仲兄仲兄沉勇
深識裔古名將風至武庫所稔諸技皆匠心
造極未弱冠受學於少室之少林寺盡得其
棍法最稱入神予嘗在鄉中嘗覩仲兄一閱
其敏妙精簡悉在腕肘眉睫之表真裔如莊
生之言輪與庖者名遍同好者之耳而不試

潘而汝川又當隣郡之界族人士因得仲
兄指授以來略無標認之警陰受其福久
矣又得此書面承討論傳之不替設年歲
不獲而荏苒多虞若以此技而奮義如
先世豈特為皇家保生民而桑梓得藉以
救寧也夫非吾仲兄之功德哉噫仲兄可
謂善繼祖武者矣

小第胤萬頓首拜跋

坤斗仲先緝根法闡宗成海內之士競為
國家喜有此技而豔之余草澤之人不
識軍國大事但知悉其私何也自祖靈洗
不武武功生金十三郡受謚忠壯公亦
以武保障東密戡定黃巢之亂受爵御史
中丞而荒我漢川故吾族蕃衍至今夫非
先世功德且吾郡在萬山中四方多難

本草綱目卷之四
一、
二、
三、
四、
五、
六、
七、
八、
九、
十、
十一、
十二、
十三、
十四、
十五、
十六、
十七、
十八、
十九、
二十、
二十一、
二十二、
二十三、
二十四、
二十五、
二十六、
二十七、
二十八、
二十九、
三十、
三十一、
三十二、
三十三、
三十四、
三十五、
三十六、
三十七、
三十八、
三十九、
四十、
四十一、
四十二、
四十三、
四十四、
四十五、
四十六、
四十七、
四十八、
四十九、
五十、
五十一、
五十二、
五十三、
五十四、
五十五、
五十六、
五十七、
五十八、
五十九、
六十、
六十一、
六十二、
六十三、
六十四、
六十五、
六十六、
六十七、
六十八、
六十九、
七十、
七十一、
七十二、
七十三、
七十四、
七十五、
七十六、
七十七、
七十八、
七十九、
八十、
八十一、
八十二、
八十三、
八十四、
八十五、
八十六、
八十七、
八十八、
八十九、
九十、
九十一、
九十二、
九十三、
九十四、
九十五、
九十六、
九十七、
九十八、
九十九、
一百、

士閱圖挾秘則人各干城國是禦
侮難功不在一己而在天下不忤是
又仲兄之志也

小弟同拜手書

高仲兄之言匪直精以根而實精
以理也語曰見庖丁解牛得養生
觀大娘舞劍知書法信哉仲兄
有爲寸刀鉞弓馬以寺藝云云不精
而獨標其根且額之曰少林棍法闡
宗是不忍背本以要名心術人品又
不在技藝間論矣惜身際休明未得
表見於時然此集一行海內豪傑之

始恍然悟曰仲兄之技挑赤紫強者
餌其勢克坎紫者順其機得非
以理為竅竅乎仲兄盱衡而異曰
若何善會心也少林之棍弱可敵
強寡可敵衆唯不犯硬耳若不見
古人論兵因敵用奇是為上算之
說乎斯技又寧異於是吾于是知
仲兄之為人者非棍也理也又于是

雙色玉留難而果如夢如發機如
鷹搏兔而捷如坐漏舟如伏燒屋
而戒如夫人承暈如宜僚壽丸而免
令當者吐舌觀者駭心人莫不為
之予亦因聲和之嗣如先君任嘗
與銅符席帳者論其藝而論窮
蓋高仲兄之技然猶未知所以為

也此歸仲兄出笥中圖訣相示余

少林棍法圖宗跋

夫事一也。有氣理之殊。循理則批卻。
導竅動濇。玄機而餘。以人制人。所
謂得一畢。為是也。恃氣則門戶各
立。是非相持。難以馳騁。叱咤為雄。而
用翻。去實。動凡技。為然。武藝。特
甚。予少習丘墳。妄探武備。日從冲
斗。仲兄遊見。與四方之士較量。三

升
真實居士繼康君錫父謹撰



至此乎而以為祀為齊之故未及
勦功燕然以先吾族余曰不然冲
斗以深沉之資負絕世之學非炫
一時名其將有待也越茲觀法蘭
宗成不致廣獲散絕鄉之嘆修能
奇抱豈羣儕所可淺窺哉余故
揭其過以為世之忘親殉名狃
目前而忽不朽者之曼鑒云

辟道途之警獲梨赴敵羣盜偵
知其名輒遁吞生先聲奪人類
如此然賦性仁厚崇禮讓有以武
藝請者率謝不能余儕於暇日
強試其奇見生作擊刺之方即
山崩潮激未足諭其勇也烈風
迅雷未足諭其捷也積雪層冰
未足諭其嚴且整也環相昨曰技

丙戌者亦避舍避匿昔倭虜寇犯
鮮艱兵憲庶公數使軍中教師諷
冲斗出萬中丞鎮天津時藉冲斗
甚介三都司折東招之人皆以此
時冲斗當為知己用矣振激曰古
之報知己者無如舜政之於嚴仲
子政以之母在此身尚不敢許吾
安能效溫太真作絕裾事皆不就

吾與以千里絲馬迎請至六安敬
予愧懇吾二所親僧高冲斗誣亦
搜無餘隱後即得禪麻埠之廣福
寺未幾寂化冲斗為心喪偕同門
弟子叔新的為龕壙焉於是冲斗
得以真生法而超悟之素負雄力
絕技者遠相訪謁無虛日一交臂
間輒索然如小巫而去故聲走海

少林棍法圖宗後序

棍藝擅少林四寸尸祝久矣茅蓋
緒多門師傳閎密以致武人之輪
攻之巧文人解墨守之能令人深
慨惜焉余臨冲斗生負奇氣智勇
性成凡與閩人秘笈之遇靡不習
靡不精嗣入少林遇異僧號按星
堂藝出諸家之表澄遊嶽寺未幾

卷之三

三

三

鑽入彼懷內。或有不及之處。必不能重傷我也。何也。凡打人棍頭有力。棍腰無力。鑽入懷者。彼棍已半截在我身後矣。稍有不及。故云。不能重傷我也。

或問曰。讀棍論。閱圖形。誦歌訣。即可稱絕技乎。余曰。圖訣雖詳。其中變通活潑之妙。非口傳心受。何以曲盡。故非師不通聖。得訣回來好看書。此之謂也。

或問曰。長鎗則有楊家馬家沙家之類。長拳則有太祖溫家之類。短打則有綿張任家之類。皆因獨步神奇。故不泥陳迹。不襲師名。今子棍法通玄。不讓鎗拳諸名家。即謂之程家棍。非誇也。何斤斤以少林冠諸首哉。余曰。惟水有源。木有本。吾雖不敢列鎗拳之林。然一得之見。莫非少林之所陶鎔。而敢竊其美名。背其所自哉。

終

棍進右腳入彼圈裡。用棍根當心一搗。此着亦是犯硬。不能順其勢力。入圈外打也。彼打我左邊腳。我腳並齊。高跳起。則彼棍從我脚下過于右矣。我進右腳入彼圈外。用棍根番打彼太陽。此上下二着。圈外順勢力打也。如彼持棍左手在前。打我右邊頭腰腳。我進步架格。亦如前法破之。此陰手棍法也。若少林棍法。則不然。彼我之棍長短皆同。我用陰陽手持棍。立四平。則我棍半截在前。彼欲打我頭腰腳。我棍已抵彼心前。彼焉能打得我手。必是劈格我棍。我即用穿提閃賺等法勝之矣。且陰手前法圈裡犯硬。次法圈外順勢力。二法雖善。恐入懷內躲閃。稍不如法。難保全勝。大抵長棍打人力弱。短棍錐力雄。與長棍。又難近身。凡遇打者。用躲閃架格。

也。如彼持棍，右手在前，則右腳亦在前方，用力打我左邊頭頂。吾以陰手持棍，立勢左腳在前，如四平勢樣。候彼打下，我用棍梢圈外一勾，進右腳入彼圈裡，用棍根番打彼太陽。彼若躲閃，我即當心一搗。彼橫打我左邊腰，我移左腳進于右，將棍梢插在地上，直擔格彼棍。進右腳入彼圈裡，用棍根當心一搗。彼橫打我左邊腳，我進右腳將棍梢插在地上，直擔格彼棍。進左腳，用棍梢番打彼頭。此三着，圈裡犯硬打也。彼持棍打法如前。我持棍立法亦如前。彼照我左邊頭頂打下，我將頭一低，往左一閃，移左腳于左，入彼圈外。進右腳，用棍梢順架，則彼棍從我頭上過于右矣。用棍根打彼膝頭。彼打我左邊腰，我移左腳于右，將棍梢插在地上，直擔格彼

在前邊攔勢同用法。如順步劈山勢。可化與左手在前。鐵牛耕地同用法。又可化與左手在前。群攔同用法。剪子股勢。可化與左手在前。穿袖同用法。此數勢。即是左右。二手同用法。勢也。惟不便於單手。筍鎗耳。如人習演。左右二手。用法精熟。可稱絕技矣。引此類推。觀者詳之。或問曰。吾觀圖勢。有轉身回打者。似于遲滯不快。疾可得聞其妙乎。余曰。轉身之法。其機在頭。頭乃人一身之主。如身欲右轉。必以頭先轉。右視敵人。身則隨之。如若身欲左轉。亦以頭先轉。左視敵人。則身隨之。此左右轉身之秘法。快如風旋。何遲滯之有。

或問曰。圖勢歌訣。已見其妙。有云。庄家六棍者。又何謂也。余曰。庄家者。不識棍法之稱。六棍者。謂左右之上。中。下。

二式輕利。三式透堅。總之以輕為寂也。其安桿之法。以桿之性。不免有彎者。將刃順其性。對桿彎。側安其上。庶挈劈至地。不使鎗頭掉入土中。而失悞也。桿後不宜安鑿。恐自擊腹脇。惟用一銅箍。箍底用平鼓釘一箇。釘桿內為妙。不可漆。如漆。滲手不活矣。

或問曰。圖中持棍。有左手在前者。又有右手在前者。歌訣。但就勢論耳。其意再可得聞乎。余曰。左手在前。箭挈等法。人人便之。右手在前者。劈打須易。而單手箭鎗難也。今以左手在前。喻之。孤鴈出群勢。鷄子撲鶴鶉勢。此是右轉身劈打法也。又以右手在前。喻之。敬德倒拉鞭勢。可化與孤鴈出群同用法。庄家亂劈柴勢。可化與鷄子撲鶴鶉同用法。此是左轉身劈打法也。又可化與左手

性剛而和。自根漸細至梢如鼠尾然者。則用方靈。生成直無疤節者為上。劈成鋸成者文斜易斷。如梢過大。則頭重難用。如腰軟。則無力。如太硬。不便挈捉。然棍之重輕。則隨人力之大小而用之。若常用。惟三觔二觔半者為的。如鐵棍則長七尺五寸。約重計十五六觔。其制與木棍等。然非巨力者不能用。兩頭細於腰者。但便于陰手耳。要之輕者。便捷也。

或問曰。論中云棍當冠之以刃。刃式前具三圖矣。而所以輕重之宜。可得聞乎。余曰。前刃制似菠菜葉。中起劍脊。取其堅也。兩刃要薄。取其利也。鎗庫亦要薄。取其輕也。庫口週圍一寸八分。過大則桿大而難用。中用一銅箍。如算盤子大。庫口亦用一銅箍。只一分餘濶。頭式壯觀。

特為標真。

或問曰。聞棍長一寸強一寸。今棍只用八尺。或八尺五寸者。何不再加長乎。余曰。雖然。如不精熟。反被長悞矣。

或問曰。少林之棍。俱傳六路。今圖只布一二五路者。其意可得聞乎。余曰。傳雖六路。勢多雷同。惟一二五路。最為切要。能于圖中諸路習熟。餘可以類推矣。

或問曰。少林諸棍。皆可却敵取勝。而穿梭一路。似無實用。亦欲學者演習之。此何意乎。余曰。師意。患人持棍生滯。先用此路。使棍與手相洽。伸縮如意。進退便利。臨敵可無掣肘之患。

或問曰。棍為藝中魁首。固矣。而所用之棍。以何木色為佳。鐵棍可能用手。余曰。疆界不同。名色不一。惟質堅而實。

禪者果何意乎。余曰。圖中繪以赤體者。分腕肘兩拳之陰陽。骨背之正側。三足之順拗。虛實。面目之斜正。高下。使人觀圖習演。則足不亂踵。胸不亂向。手中之關鍵不素。而身之轉換變勢易識也。豈可泥為定矩乎。

或問曰。棍尚少林。今寺僧多攻拳。而不攻棍。何也。余曰。少林棍名夜叉。乃緊那羅王之聖傳。至今稱為無上菩提矣。而拳猶未盛行海內。今專攻於拳者。欲使與棍同登彼岸也。

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。授者尚竒好異。或以此路頭。而混彼路尾。或以彼路尾。而禱于此路中。甚至一路分為二路。惑世誣人。博名射利。予深扼腕。

欲求勝。一心要全名。一心恐不能勝。思慮遲疑。反為人
所勝矣。所謂相打忘記跌法者。此也。惟練習精熟。心手
相應。來快去速。則萬全矣。

或問曰。人當臨敵之時。每每失其故步。何也。余曰。藝高人
膽大。苟平日識見未廣。工夫未純。若一遇敵。則心志亂
手足忙。不能自主矣。故弓馬熟閒。良有以也。

或問曰。人身之高。不過五尺。側身對敵。不滿尺餘。何用圖
勢種種乎。余曰。見之真者。守斯固。故繪圖書訣。曲折詳
言。使學者于平時較量練習。孰為生門。孰為死門。孰為
正着。孰為哄着。了然胸中。至當機決勝之日。見在人先。
隨發隨應。迎刃而解矣。故喫緊處。只是不聽人哄。

或問曰。用武以披堅重鎧。掩避鋒銛。今圖中盡繪裸體。單

寡可敵衆也。

或問曰。既得出圍。人或排一字。或排鴈翅。欲復圍我。何以禦之。余曰。凡敵只怕背面。而受其敵。如彼人多。我則抽身。只對右首一人。則彼衆人皆在我面前。而背後可無患矣。此所謂一面受敵者也。

或問曰。雖一面受敵。群然同進。何以應之。余曰。藝中有佯輸詐敗之法。故我抽身而走。則彼必追。然追者雖衆。不能無先後。吾取其最先者。而用奇以擊之。此所謂以弱勝強者也。

或問曰。均一人也。始未學藝。或能勝人。及既學。反不能勝。何也。余曰。此非學不學之故。人當未學時。一旦遇敵。無可思索。突然而進。氣奮手快。故偶而勝。及既學後。一心

又立一勢復換一勢使彼應接不暇則勝勢在我若徒恃一勢則人悉其虛實何能全勝哉。

或問曰臨陣則各有定次毫不容越何立一勢又換一勢乎。余曰換勢為平日習演場中比試言耳。若遇大敵惟以逸待勞或未發而先入或待發而後應隨時審勢見可而進其要以膽大為上。

或問曰觀圖中之勢手足開闊身體聳伏彼不幾於乘空而易入手。余曰此非空也。所謂誘敵也。若收拾緊密門戶不聞彼安入吾殼中耶。

或問曰如遇十餘人四面圍合何以出乎。余曰藝中有指東擊西視南攻北之法。如我見某人弱可出必先張威賈勇佯敵手強忽然擊弱攻其無備圍斯解矣。此所謂

亂者此也。所謂舊力略過。新力未生者。亦此也。所謂彼鎗不動。我鎗箭者。亦此也。豈非一了百了之說乎。

或問曰。圖中之勢。有持其棍根至盡者。有握其中而留其半者。果何見乎。余曰。此各有時。如我身入彼棍中。收棍而用陰手。則我棍緊密。彼棍在我身外。非棄物乎。若我身未入彼棍中。用兼鎗帶棒。苟不持根。則掣捉不員活。且棍根自擊脇腹矣。

或問曰。人嘗持棍。惟恐失手。今遇敵。換手可乎。余曰。左右換手。蓋欲惑亂敵人耳目。使不可測。然須換在未交鋒之先。令人徂而不覺。故載之者。欲人平時習熟。則臨期可無掣肘之患矣。

或問曰。立守一勢。可應敵乎。余曰。兵貴神變。必才立一勢。

之身長體重。進退不捷。而傷於刀劍者。又不可一例論也。

或問曰。訣中有穿提閃賺之法。可得聞歟。余曰。斯法也。其機玄。其旨奧。非心精思巧者。不能造。非功深力到者。不可言。閃賺者。手固步小。推棍入彼懷中。左掣閃右。右掣閃左。莫可測度。不至犯硬。此是賺法。若穿提。即非如閃賺者之小可也。肩勢濶大。運用員活。如彼立勢便於左。攔我則從左。上以湊其攔。及彼攔下。我已先機而穿乎右矣。如彼立勢便於右。掣我即從右。上以湊其掣。及彼掣下。我已先機而穿乎左矣。循環無端。進退無迹。如電飛雷奔。目不暇視。手不暇指。無論圖中諸勢。皆以此為勝筭。即破諸家利器。亦恃此而奏功。訣中所謂靜中用。

或問曰。先發後至固矣。如我待彼發。彼待我發。將遂已乎。
余曰。法中有云。彼鎗發。我鎗掣。彼鎗不動。我鎗筈。此一
筈也。不淺不深。非真非偽。明此機者。進乎技矣。故法有
彼靜我亂。彼亂我靜。靜中用亂。亂中用靜。此取勝之妙
用。學者當體認也。

或問曰。吾聞器長一寸。強一寸。如彼持長鎗。而我棍僅半
之。何以敵乎。余曰。此特不能先發耳。如對敵。我則以花
法誘之。待彼鎗近我身。或掣或捉。連步速進。身入彼鎗
中。雖長何用。此所謂守法也。

或問曰。我持小棍。雖冠以刃。亦無幾也。如遇彼長刀大劍。
不將為彼截其銳乎。余曰。棍中有穿提閃賺之法。如活
龍生虎。雞櫻其鋒。彼安能傷。此所謂柔能制剛也。若鎗

以後手稍高。使棍頭低下。是此斜。一。字。二。一。字。交。加。亦。成。一。又。字。不。拘。掣。攔。劈。捉。勾。提。等。法。勢。勢。之。中。着。着。之。內。彼。來。我。去。盡。成。一。又。字。豈。有。着。空。而。不。中。者。乎。

或問曰。吾聞千金難買一聲响。果棍響即可進乎。余曰。不然。如所謂不招不架。只是一下者。何曾響乎。如所謂犯。了。招。架。就。有。七。八。下。者。何。止。一。聲。乎。甚。不。可。執。一。而。論。也。

或問曰。吾聞棍打起手。可常恃乎。余曰。藝中有先人發。後。人。至。舊。力。略。過。新。力。未。生。之。法。此。等。玄。機。真。千。古。不。發。之。秘。能。於。此。中。解。悟。權。巧。制。敵。使。彼。進。之。不。可。退。之。不。能。束。手。畏。伏。方。為。無。敵。若。未。成。列。而。襲。人。此。不。過。偷。疾。取。勝。而。已。何。以。伏。人。哉。

或問曰。訣中有劈。有筈。有打。可混用乎。余曰。不能受筈者。目鼻喉心脇腹虎口膝膝。不能受打劈者。太陽腦頭耳。手指。究其用筈打其手者。使難持棍。筈打其膝。使難出入。筈其心脇者。使難遮攔。大抵上下易遮。而心手難架也。

或問曰。吾聞法云。去如箭。來如線。言其疾也。用中雖有掣攔劈提勾提等法。而架格之。然其棍體微小。如恐兩平相敵。亦有格不中。而着空者乎。余曰。今以一字又字喻之。則可明矣。如彼筈我面。是此斜一。字。吾以後手稍低。使棍頭略高。是此斜一字。二一字交加。成一又字。如彼筈我中平。是此正一字。吾亦以後手稍低。是此斜一字。二一字交加。亦成一又字。如彼筈我脚。是此斜一。字。吾

棍殘雲可救。然其步多體拗。且其棍撩上打下。猶未必能併中平鎗。而槩可撩可打也。若我單手筍圈外。在彼固難掣捉。縱能敗我鎗於右。用孤鴈出群走出。勢力順。手足快。而前手接棍。又便。再用撲鶴鷄。單手斜劈。則隨其鎗之高下。無有不中。較之圈裡之利于人。而不利己者。功相反也。故臨敵時。惟圈外為破的。

或問曰。諸勢之中。有曰掣攔提捉劈者。可得聞其要乎。余曰。圈內有掣。圈外有攔。遮下有提。護上有捉。惟劈則上與左右可兼用也。用法雖難形容。大要不外拳之陽。仰陰覆而已。一陰一陽。一仰一覆。時仰時覆。如龍之翔。如鳳之舞。如珠之走盤。活潑員轉。而前手之伸縮不常。後手之開闔無跡。尤當究心也。

之待彼捨四平而變他勢。我則捨他勢而變四平。取巧而入。乘空而發。故法曰。四平還用四平破。此之謂也。

或問曰。嘗聞單手筭人。名為孤注。又名棄鎗。果爾否乎。余曰。此少林之所以妙也。如單手筭人圈裡。彼拏開我失前手。則順勢用法中。倒拉鞭而走。隨用風捲殘雲勝之。如單手筭人圈外。彼攔開我失前手。則順勢用孤鴈出群而走。隨用鷄子撲鶴鶉勝之。此無中生有。死裡逢生。又何孤注棄鎗之有。

或問曰。倒拉鞭救圈裡敗鎗。孤鴈出群。救圈外敗鎗。固矣。然亦有利于人。而不利于己。有利於己。而不利于人者乎。余曰。人已勝敗。總在圈外。如單手筭圈裡。彼易拏捉。以敗我鎗于左。我雖順勢。用倒拉鞭走出。再轉身有風。

刀之利。利在砍。鎗戟之利。利在筭。月牙鏢。蛾眉鏢。鈎鏢。之利。利在鈎。推而長刀之飛刀。藤牌之標鎗。此又短技長用。猶不可忽者。惟藤牌則勢低氣固。劈筭難加。必誘其刀前。牌後。乃可破的。凡諸此類。名號各殊。取勝不一。倘與棍遇。惟隨其器。而審其所恃。以為利者何在。則乘其利之隙。處用穿提。以入之。盤旋出入。得勢得機。因敵制勝。用棍之善者也。余難悉具。當以類推之。

或問曰。人動稱少林棍。今觀圖訣。俱是鎗法。何也。余曰。諺云。打人千下。不如一筭。故少林三分棍法。七分鎗法。兼鎗帶棒。此少林為棍中白眉也。

或問曰。棍以中四平為諸勢之王。以其機變難測也。然使彼我皆四平。何以勝之。余曰。彼持四平。我則以他勢驚

或問曰。棍既包羅衆藝。則他藝可盡廢乎。余曰。古人制藝。必立一意。吾人資性。各有所長。豈可盡廢。惟楊家鎗。太祖長拳。綿張短打。孫家陰手棍。少林兼鎗帶棒。乃五家正傳。苟能習練精熟。得其心印。餘可敝筭棄之矣。

或問曰。我固不必旁求衆藝矣。彼藝不同器。器不同用。其設衆器之意。與夫相持之法。皆可得聞乎。余曰。器必有頭。頭之輕重不同。柄之長短各異。長者頭輕。使用陰陽手。短者頭重。使用陰手。又有柄後安一小月鏟者。蓋欲飛鏟沙泥。以撲人面目。乘隙易入。此又鈿鏟鏟之不一器。而一用也。不特此也。猶有爪錘。月斧。同一類。關刀。斬馬刀。同一類。虎尾梢軟鐵鞭。同一類。長倭刀。竹節鞭。同一類。雙刀。雙劍。雙鍊。同一類。均非異器。同用者乎。至于

問答篇

或問曰。語云鎗乃藝中之王。以其各器難敵也。又謂棍為藝中魁首者。此何說乎。余曰。凡武備衆器。非無妙用。但身手足法多。不能外乎棍。如鎗之中平。拳之四平。即棍之四平勢也。劍之騎馬分鬃。拳之探馬。即棍之跨劍勢也。藤牌之斜行。拳之躍步。即棍之騎馬勢也。拳之右一撇步。長倭刀之看刀。即棍之順步劈山勢也。關刀勒馬登鋒。拳之單邊。即棍之鳳展翅勢也。乂之埋頭獻鑊。即棍之潛龍勢也。鎗之筍鎗。拳之攏拳。長倭刀之刺刀。即棍之單手筍鎗勢也。拳之進步橫拳。倭刀之單手撩刀。即棍之旋風跨劍勢也。凡此類。難盡述。惟同志者。引伸觸類。則魁首之說。不虛矣。