

增訂

手臂錄

吳殳著

孫國中增訂點校

中國槍法真傳——





ISBN7 303 00533 1 G · 293

定 價 4.70元

吳 又 著 孫國中增訂點校

中國槍法真傳

增訂手臂錄

北京師範大學出版社

致讀者：

《手臂錄》一書，是清代技擊家吳殳所撰。該書把中國武術中槍法的練與用，講解得十分透闢。可謂言槍法不言之妙，傳武家不傳之秘。堪稱爲闡述中國槍法的千古一絕之作。清以來有線裝本多種，但這些版本，收集不全，多有遺漏，以訛傳訛，令人痛惜。今據清代珍貴手稿本加以增訂，使之珠聯璧合，真處見真。其中三分之一的內容，從清初至今幾百年來首次公開，可以說珍貴已極。無論專業武術工作者，還是業餘武術愛好者，都將是一部不可多得的武術經典著作。手邊一冊，可令君茅塞頓開，識破武家三昧。

另外，吳殳爲使槍法真傳不滅，已將其絕招寫進書中。又唯恐被小人得之，故將真傳隱於諸法，待有心之人領悟而得之。

所以吳母講，「只在此山中，雲深不知處。」望讀者潛心領悟，以不負槍法大師吳母之良苦之心矣。

孫國中

一九八八年八月二十五日

增訂手臂錄總目

致讀者

增訂說明

手臂錄自序

增訂手臂錄卷一

槍王說

槍法圖機說三篇

一圖分形入用說

槍法元神空中鳥迹圖

圓圖分形詳注

石家槍法源流述

(二六)

(一二)

(五)

(三)

(二)

(一)

(一)

(一)

(一)

(一)

槍根說	(二七)
槍式說	(二九)
槍根辨	(三〇)
直力兼橫力說	(三一)
槍分五品說	(三一)
閃賺顛提說	(三二)
脫化說	(三三)
短降長說二篇	(三四)
六家槍法說	(三六)
純雜說	(三九)
增訂手臂錄卷二	(四一)
針度篇	(四一)
戳法	(四二)
革法說	(四四)
革法	(四六)
身法說	(五一)
步法說	(五二)

步法	(五二)
遊場扎法說	(五四)
遊場扎法	(五五)
遊場草法說	(六〇)
遊場草法	(六〇)
役根說	(六一)
役根法	(六一)
行着說	(六三)
行着法	(六四)
槍法微言	(七三)
舞槍勢說	(八六)
石敬岩槍法記	(八七)
馬家槍考	(九一)
馬家槍二十四勢說	(九三)
槍法二十四勢圖說	(九四)
增訂手臂錄卷三	(一一八)
單刀圖說自序	(一一八)

增訂手臂錄卷四

單刀手法說	(一一九)
單刀十八勢圖說	(一二一)
單刀圖說後序	(一三九)
古論注	(一四〇)
沙家竿子用法說	(一四三)
臨陣兵槍說	(一四四)
諸器篇說	(一四五)
叉說	(一四五)
狼筈說	(一四七)
藤牌腰刀說	(一四七)
大棒說	(一四八)
笊槍說	(一四九)
劍訣	(一五〇)
後劍訣	(一五二)
雙刀歌	(一五二)

增訂手臂錄附卷上

峨嵋槍法	(一五五)
治心篇	(一五六)
治身篇	(一五七)
宜靜篇	(一五七)
宜動篇	(一五八)
攻守篇	(一五九)
審勢篇	(一五九)
形勢篇	(一六〇)
戒謹篇	(一六一)
倒手篇	(一六一)
扎法篇	(一六二)
破諸器篇	(一六四)
身手法篇	(一六四)
總要篇	(一六五)
評程真如峨嵋槍法	(一六六)
馬沙楊三家槍式觀	(一六七)

馬沙楊三家用法說……………(一六八)

楊家槍說……………(一六九)

革法一篇……………(一七〇)

行著一篇……………(一七一)

峨嵋槍法原序……………(一八〇)

增訂手臂錄附卷中……………(一八六)

夢綠堂槍法……………(一八六)

夢綠堂槍法序……………(一八六)

槍法八母……………(一八八)

槍法六妙……………(一九〇)

槍法五要……………(一九二)

槍法三奇……………(一九五)

增訂手臂錄附卷下……………(一九八)

程冲斗十六槍勢附……………(一九八)

少林棍法闡宗棍訣……………(二〇三)

長槍法……………(二一六)

▲澤古齋・手臂錄・跋……………(二三七)

▲清史稿・文苑一・吳旦節錄……………(二三九)

▲中國武術史略節錄……………(二四〇)

增訂手臂錄卷一

槍王說

語云：「槍爲諸器之王。」以諸器遇槍立敗也。降槍勢所以破棍，左右插花勢所以破牌鏢，對打法破劍、破叉、破鎗、破雙刀，勾撲法破鞭、破鋼，虛串破大刀、破戟，人惟不見真槍，故迷心於諸器。一得真槍，視諸器直兒戲也。不知者曰：「血戰利短器」。夫敵在二丈內，非血戰乎？真槍手手殺人，敵未有能至一丈內者。短器何用之，唯劫營巷戰，宜用刀鞭棒耳。至于弓弩鳥銃之發，必在二十步外，牌盾可禦。大砲不能命中，付諸天數。二者雖更長於槍，而非所畏也。

槍法圓機說二篇

機者，弩機也，伏而待用者也。惟槍也然，收者發之，伏機也；發者收之，伏機也；進者退之，伏機也；退者進之，伏機也；左者右之，伏機也；右者左之，伏機也；上者下之，伏機也；下者上之，伏機也。而有元妙靈變隱微難見以神其用者，乃在於圓。圓則上下左右無不防護，身前三尺，如有圓牌，又何慮人之傷我哉？不惟是也，出而能圓，兩來槍之所以勝也。收而能圓，敗槍之所以救也。大封大劈，本無伏機，諸用俱失。禪門所謂死句不能活人者也。嗚呼！此豈數月之功、血氣之夫、所能領悟者哉！

其二

今以身法言之，上平朝天，壓卵護膝，機伏於上，實用在下。鐵牛、地蛇，機伏於下，實用在上。跨劍、騎龍、伏虎，機

伏於右，實用在左。邊攔、琵琶，伏機於左，實用在右。擺尾、拖刀，伏機於退，實用在進。獻爪實用在進，機伏在退。

以手法言之，下平藏月兒側、騰蛇槍等法，故中平畏之。中平藏蜻蜓點水等法，故下平畏之。藏仙人指路等法，故纖牛、撥草等畏之。上平藏磨旗等法，可以制中平。滴水藏海馬等法，可以制中平、下平。古以中平爲槍中王，爲諸勢皆從此出也，非守株待兔之中平而可以爲王也。

身法手法，其變何窮？彼此相制，實無終極。但以熟制生，以正制邪，而必皆以圓機爲之本。明敏之士，於此深思而有得焉，則親炙於敬岩真如矣。

一圈分形入用說

特豚一物而已，四剔之，則爲肩、爲髀、爲脂、爲蹄、爲

脊、爲脾，種種登載。若唯用一物而不四剔，則惟有前齊郊禘之禮，而立飫房俎燕飲殽蒸皆廢，豈可謂之禮哉？

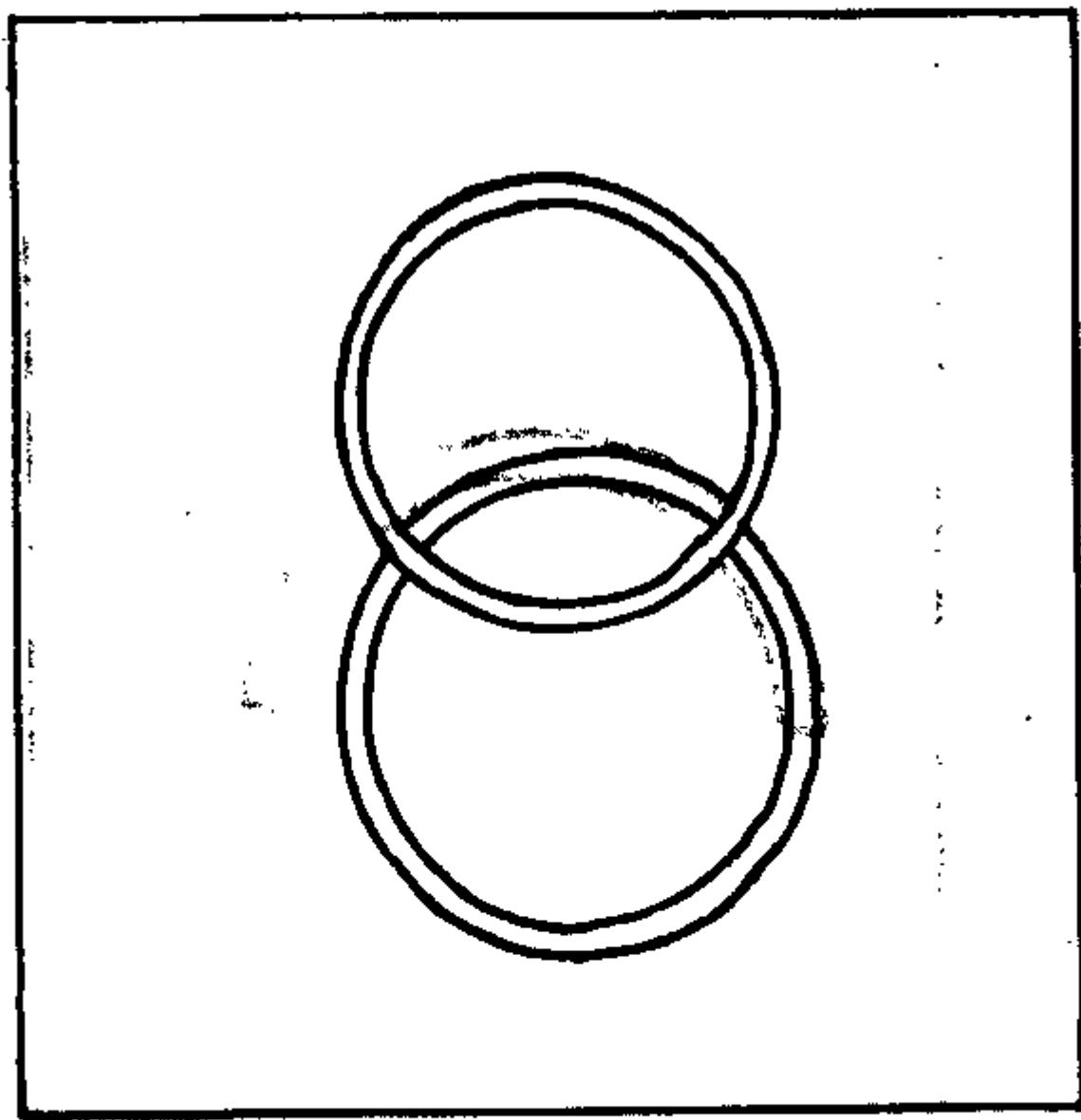
唯槍亦然，總用之則爲一圈，剖此圈而分用之，或左或右，或上或下，或斜或正，或單或複，或取多分，或取少分，或取半分，以爲行着諸巧法，而後槍道大備。是以練槍者，唯下久苦之工於一圈，熟而更熟，精而益精，其於分形之法，一覽而全備矣。

人食一口，而五官四體皆受其益，理正同也。分形非筆所能述，故作槍法元神空中鳥跡圖於左方。

槍法元神空中鳥跡圖

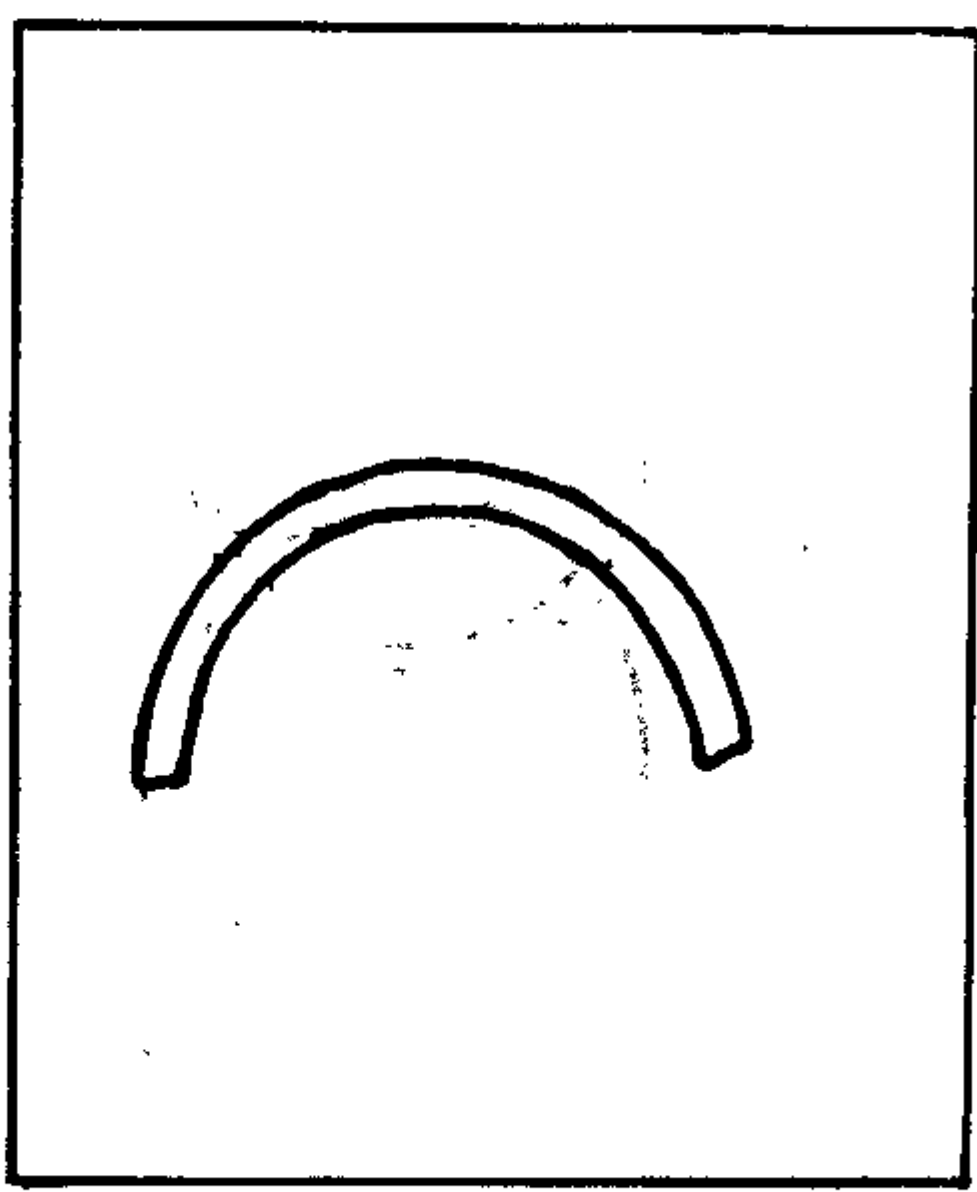
圖一：

重輪形也，纏槍等皆作此形。



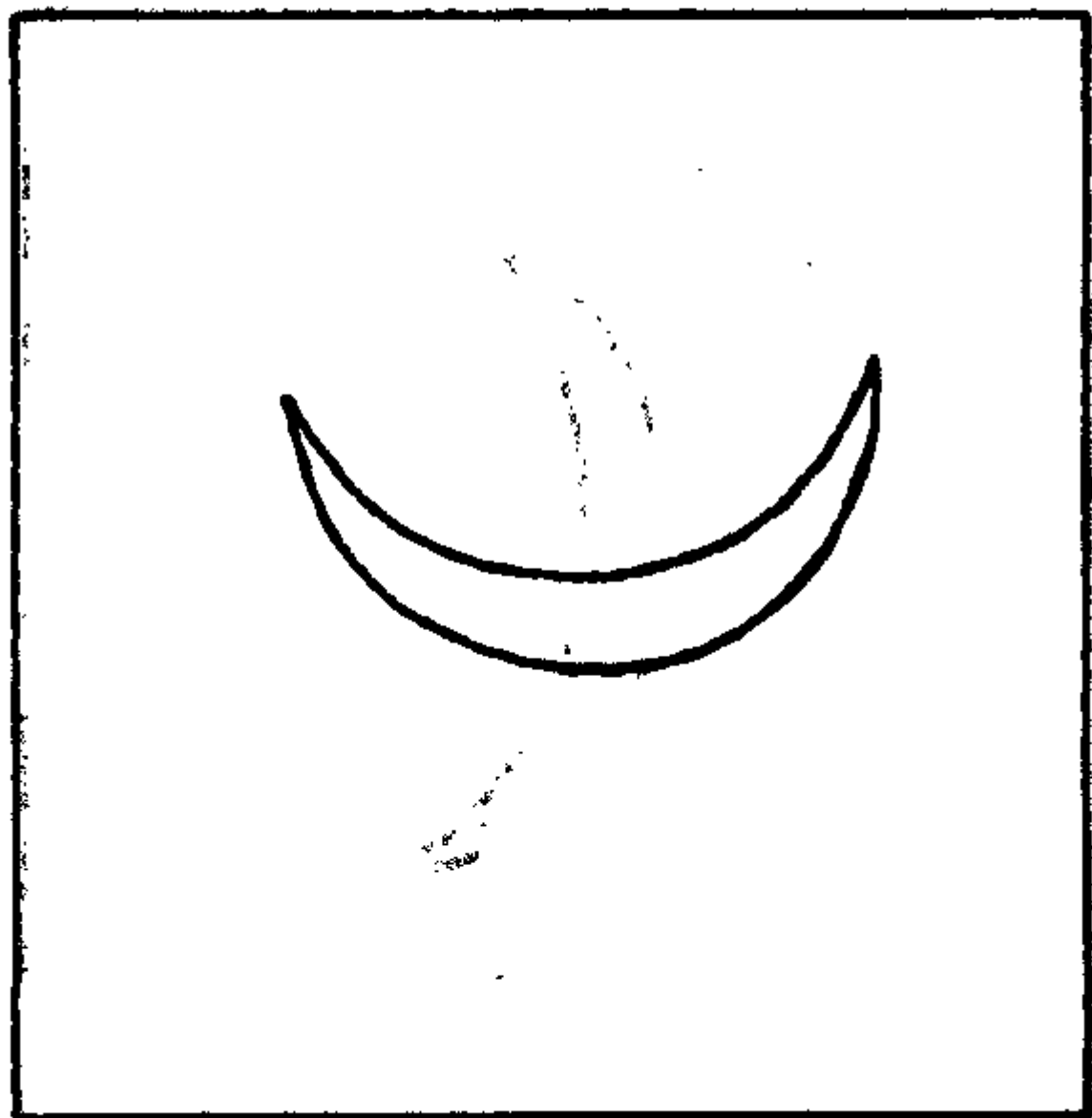
圖二：

上僂月形，乃用圈之
上半也。



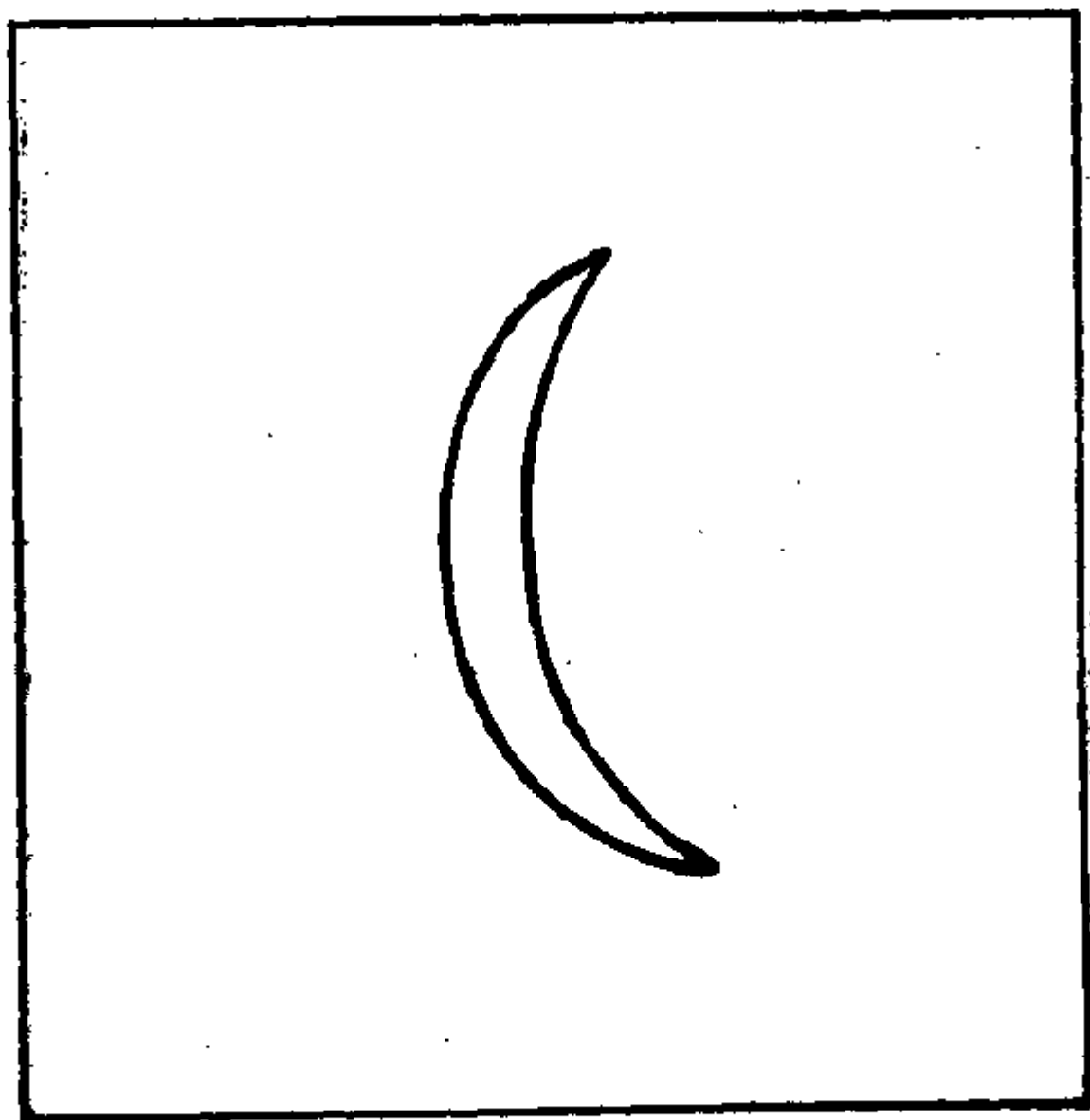
圖三：

下偃月形，乃用圈之
下半也。



圖四；

左偃月形，乃用圈之
左半也。



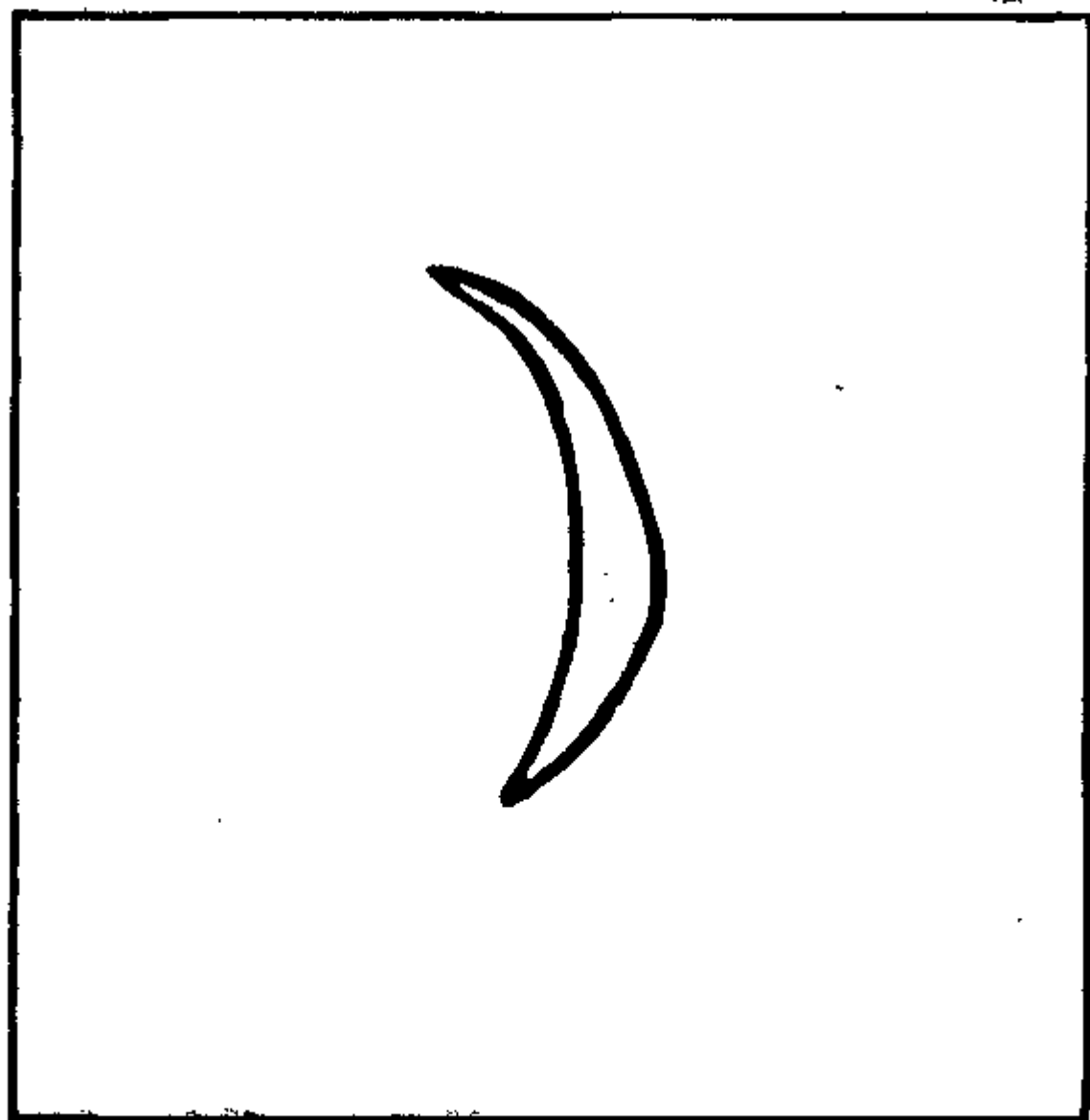
圖五：

右偃月形，乃用圈之
右半也。



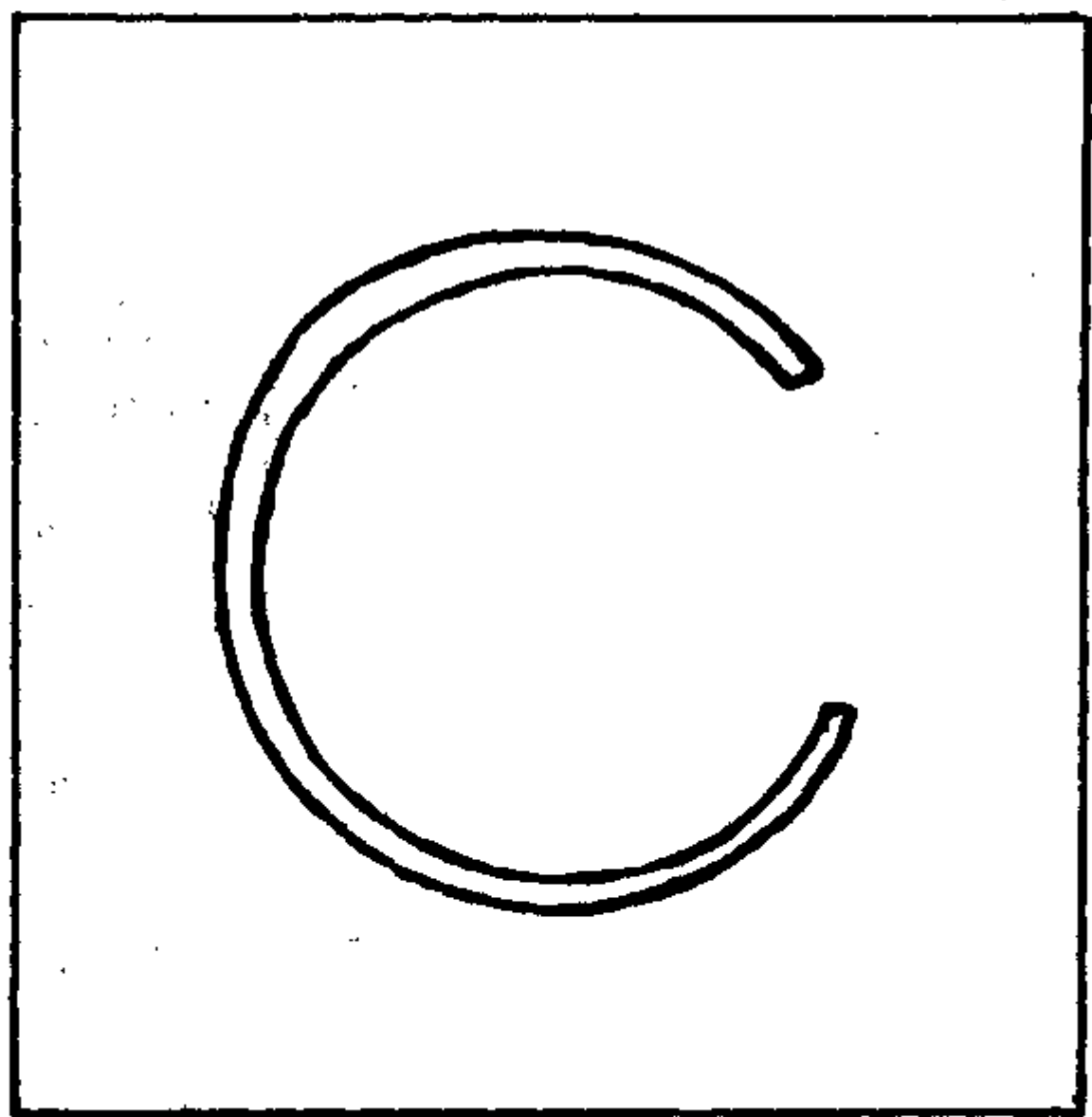
圖六：

此織月形有六，諸法
輕用之巧者也。



圖七：

幾望形，亦用圈之右
半而加深者也。



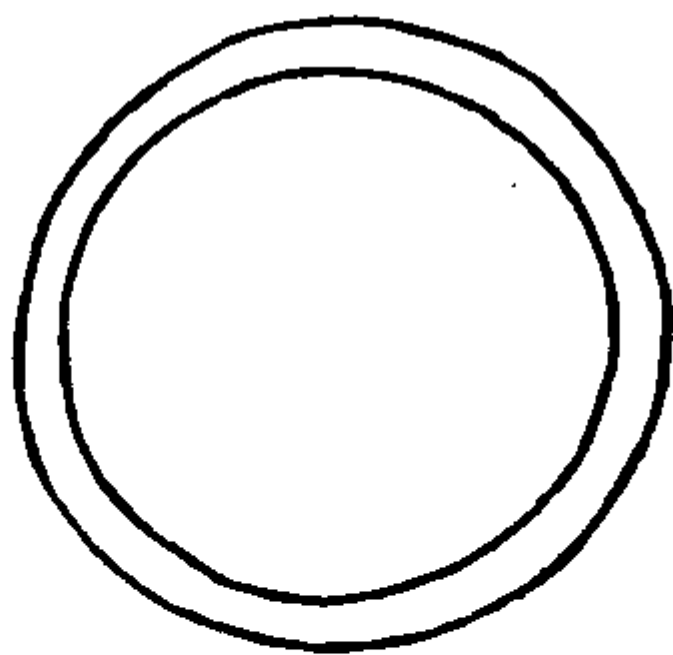
此七圖不由師傳，偶見屋瓦之仰覆，而思悟得之者也。知此則知槍之萬變不出於圈。圈則槍之自下而上者，還自上而下。自上而下者，還自下而上。自左而右者，還自右而左。自右而左者，還自左而右。如轉圓石於萬仞之山，以守以攻，惟我所欲。棍以劈打爲用，一直向下，無返上之機，不能發扎，非槍法也。

圓圈分形詳註

略舉二、三，可以知諸法矣。

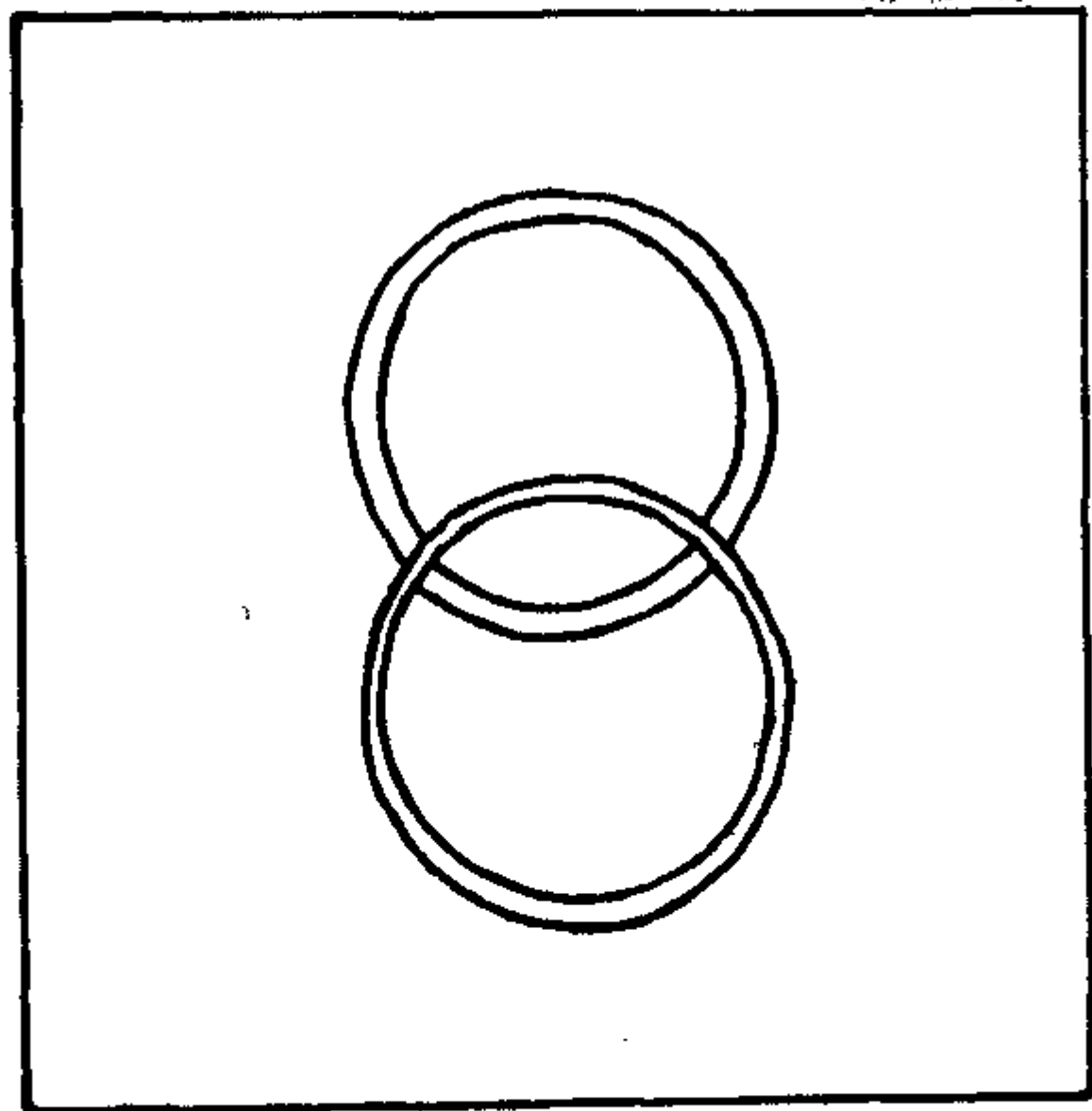
圖一：

望月形也，凡封、小
封、閉、圈、磨旗、葉底
藏花、旋雷霹靂、月下梨
花等，槍尖作此形。



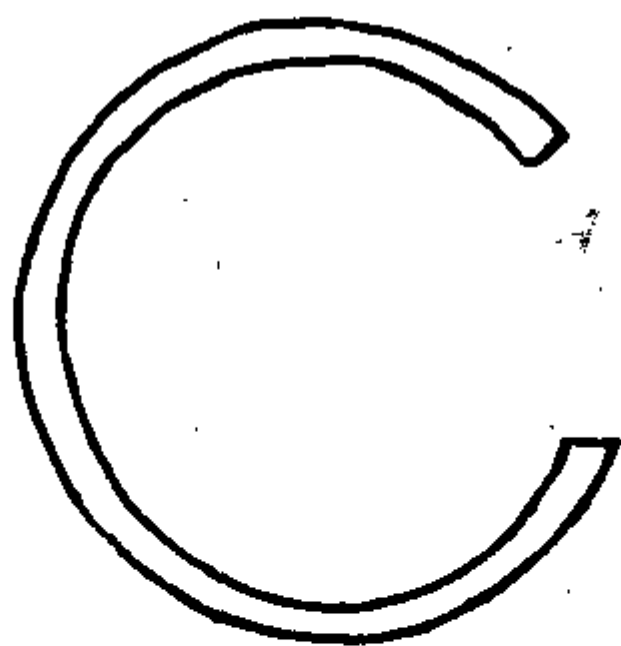
圖二

重輪形也、凡纏弓絃
呈、虫等、槍公作此形。枯
藤繞樹、刀痕在槍上亦此
形。



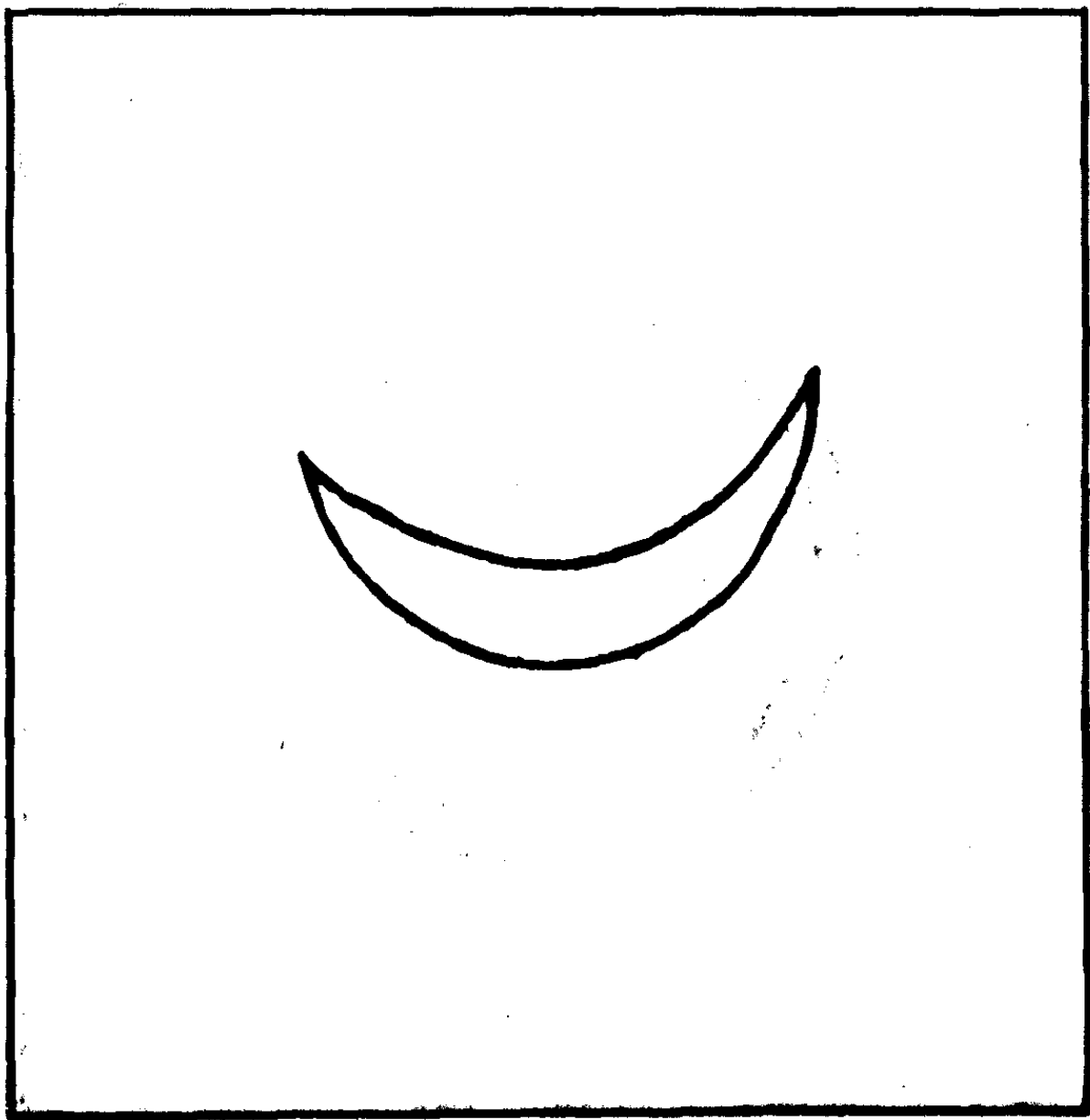
圖

幾望形也，凡裏月兒
側、白牛轉角等，槍作此
形。



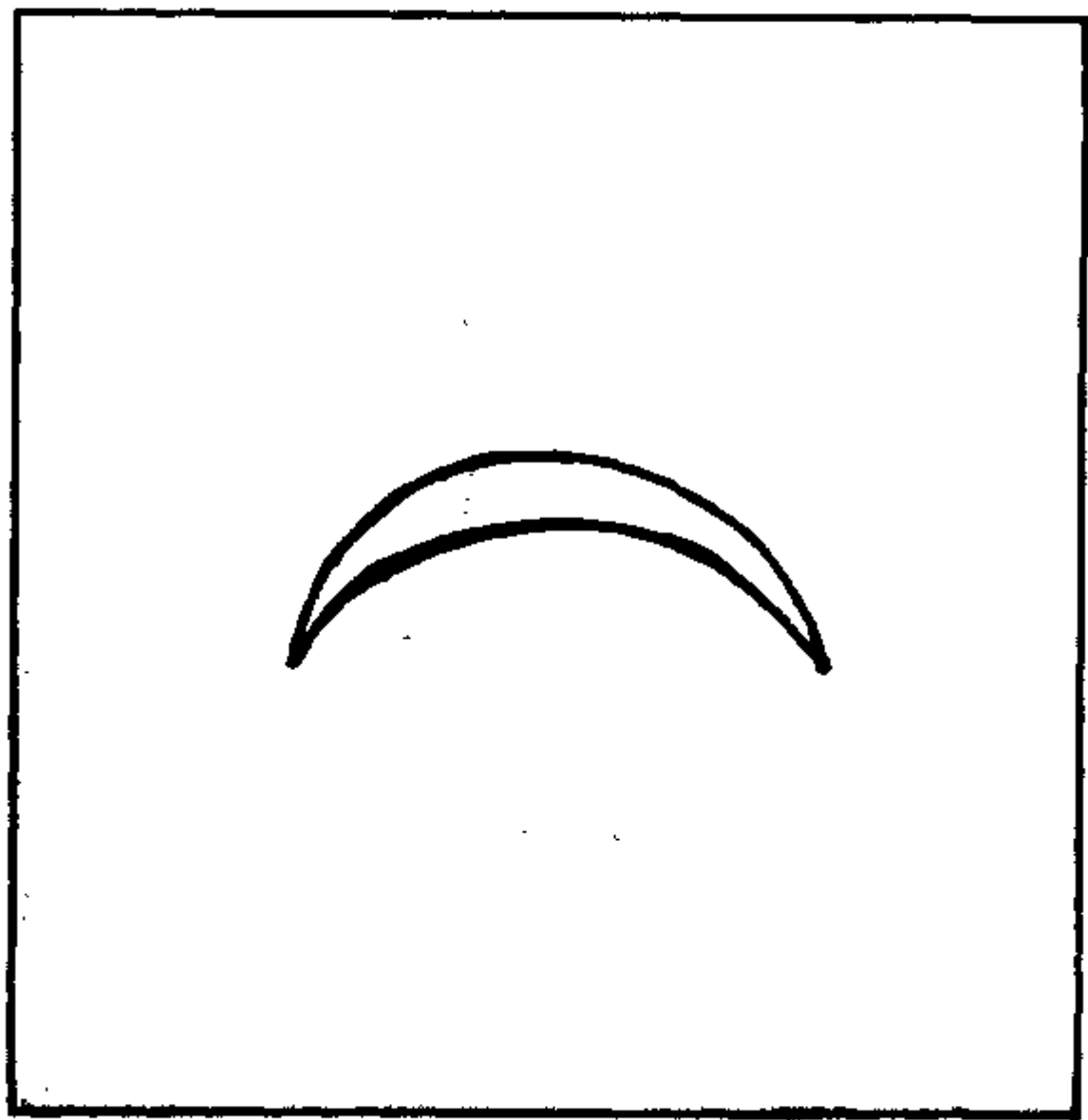
圖四：

仰月形也，凡穿指、穿袖、雙頭槍。



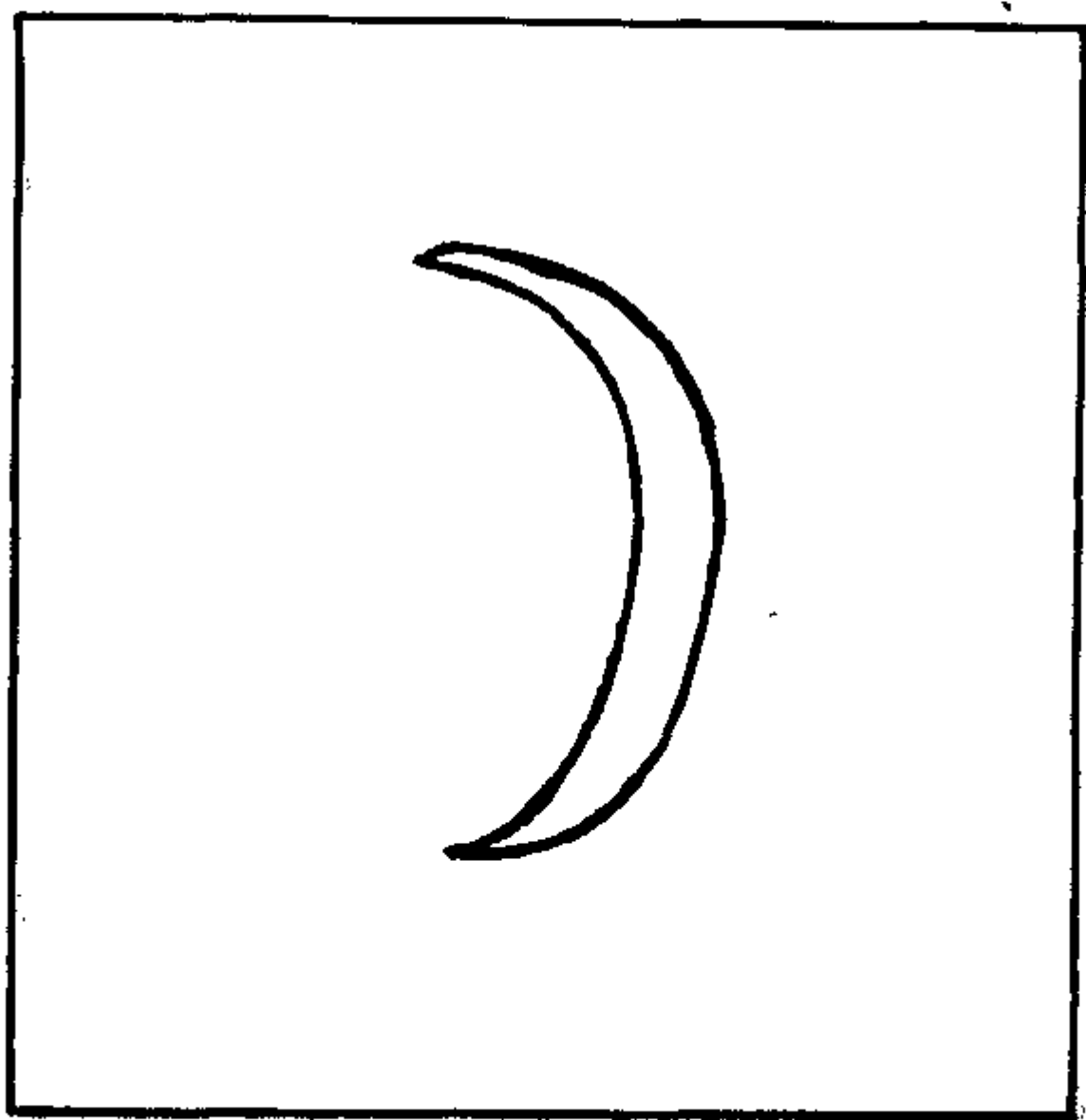
圖五：

覆月形也，凡拿、拖、大反捲。



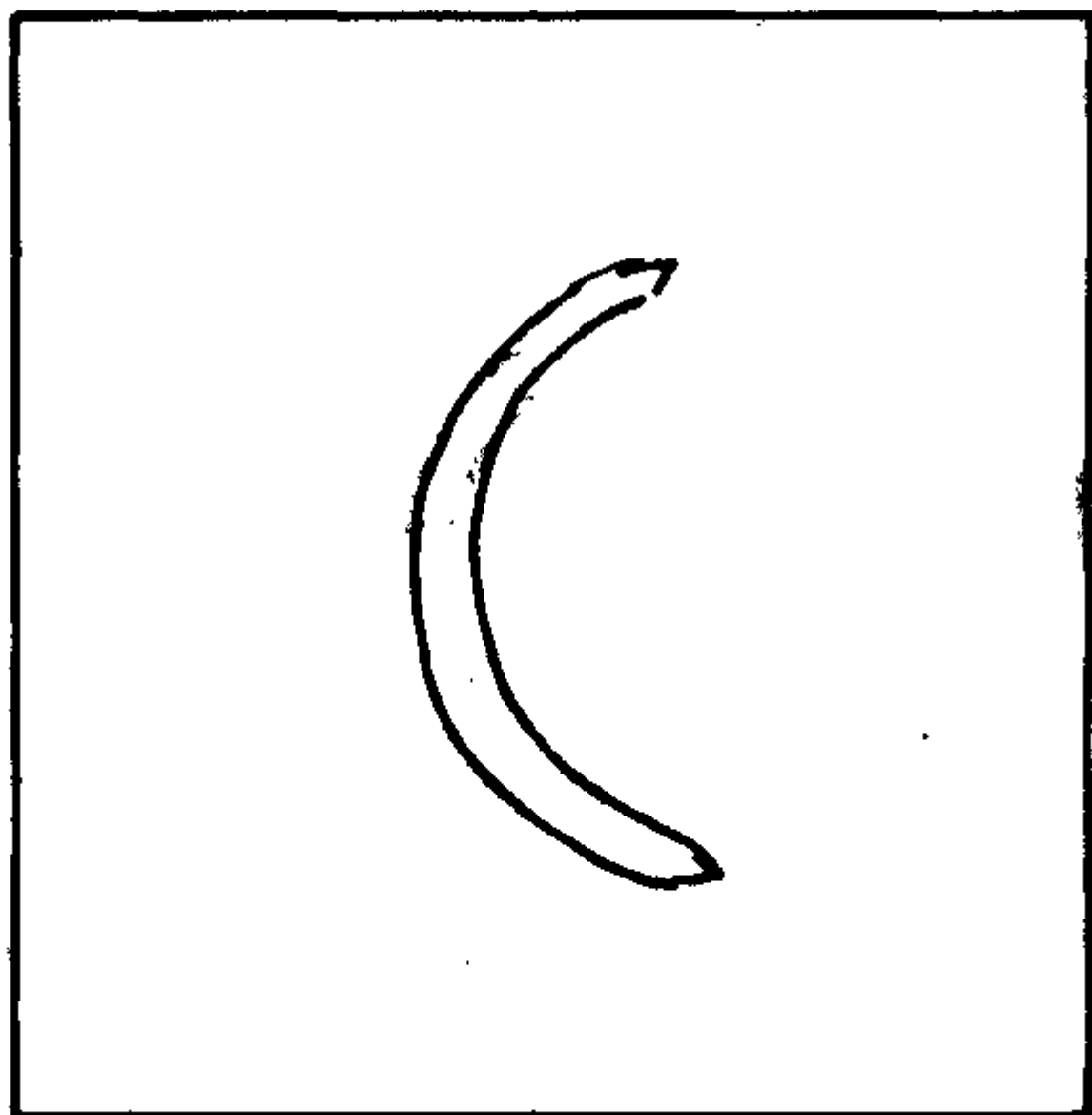
圖六：

右偃月形也，凡迎、
研、跌落金錢。



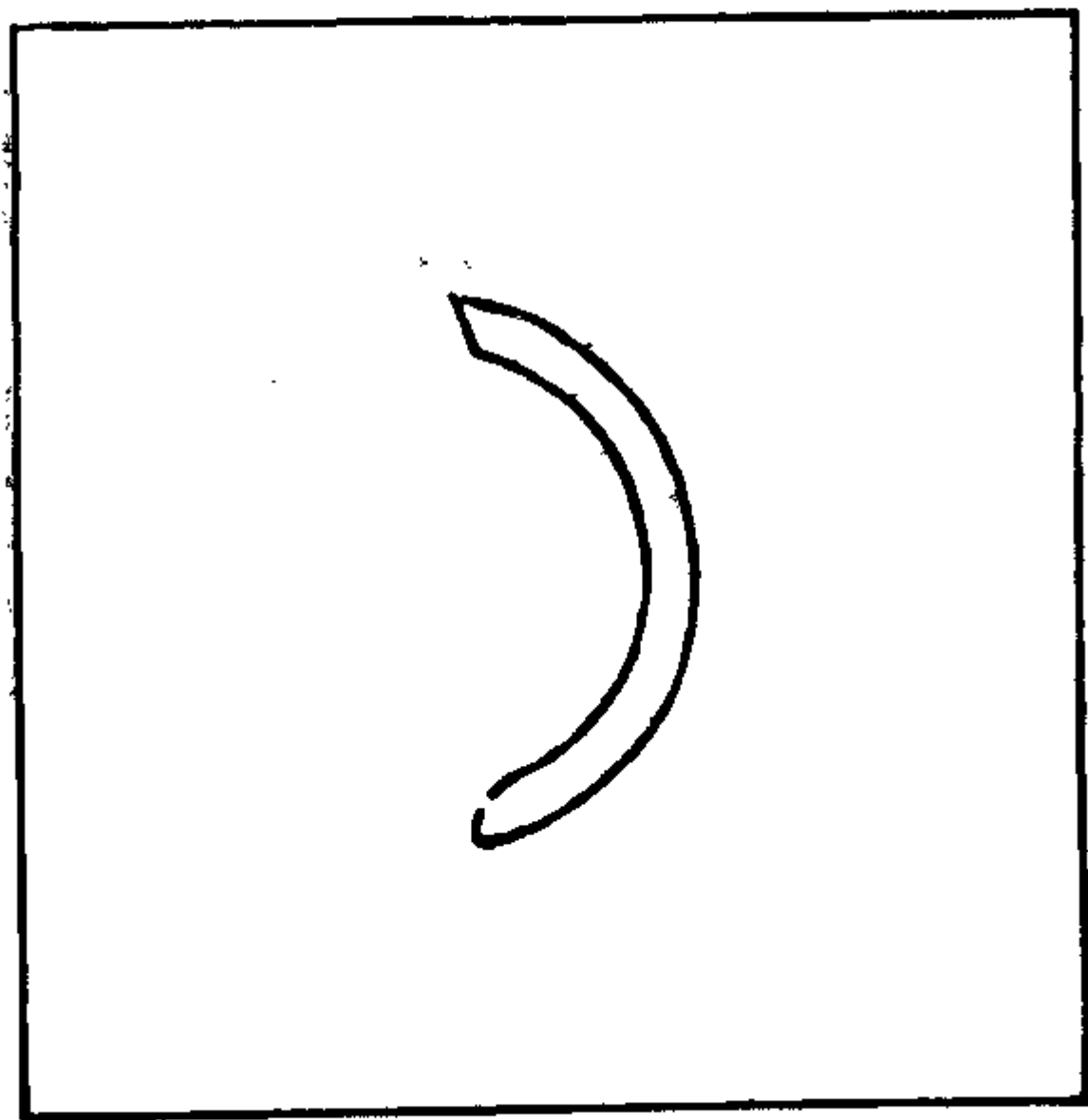
圖七：

左偃月形也，凡提、擣、海馬奔朝。



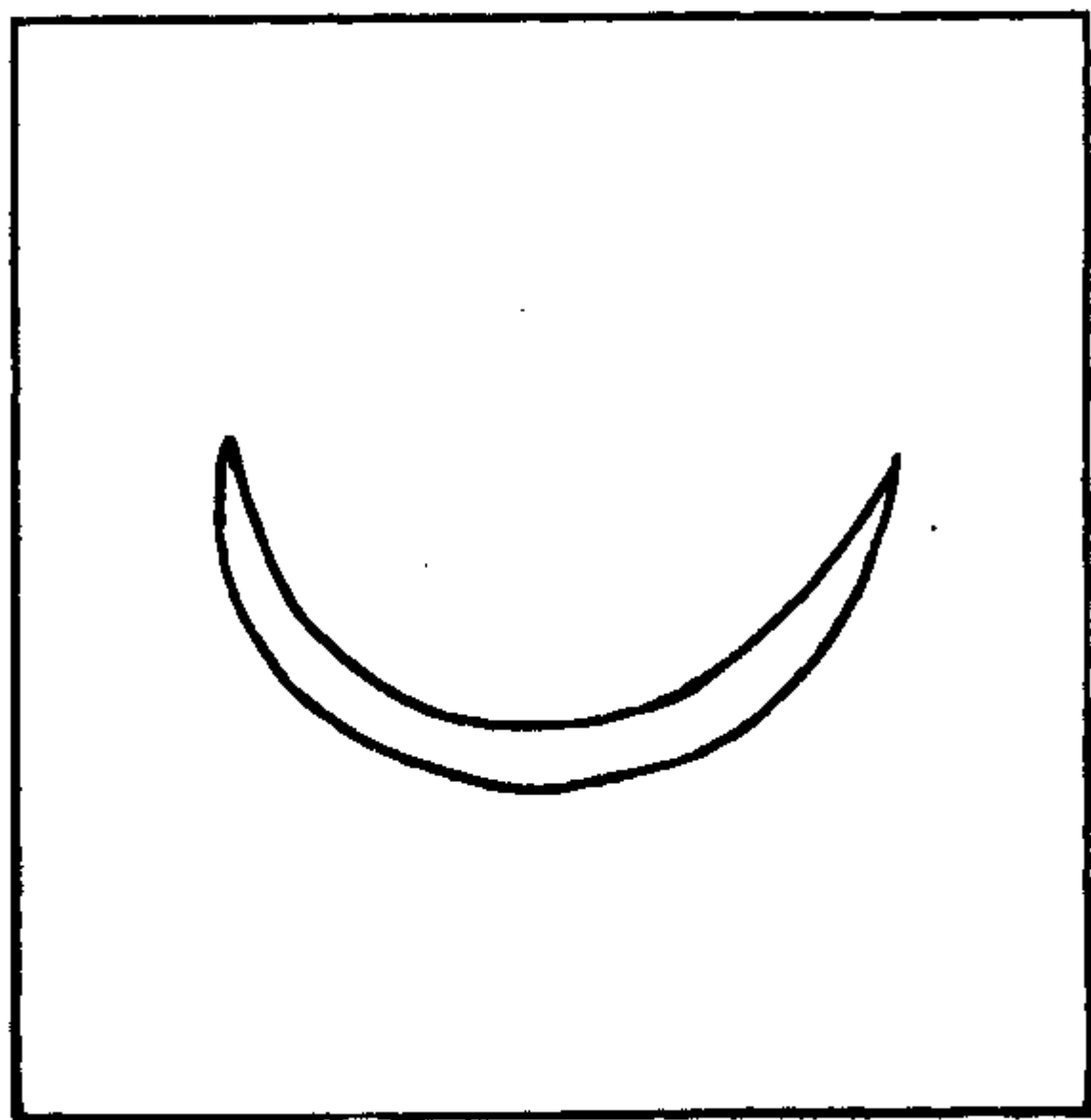
圖八：

纖月形也，有六，此
則梨花三擺頭、擡槍。



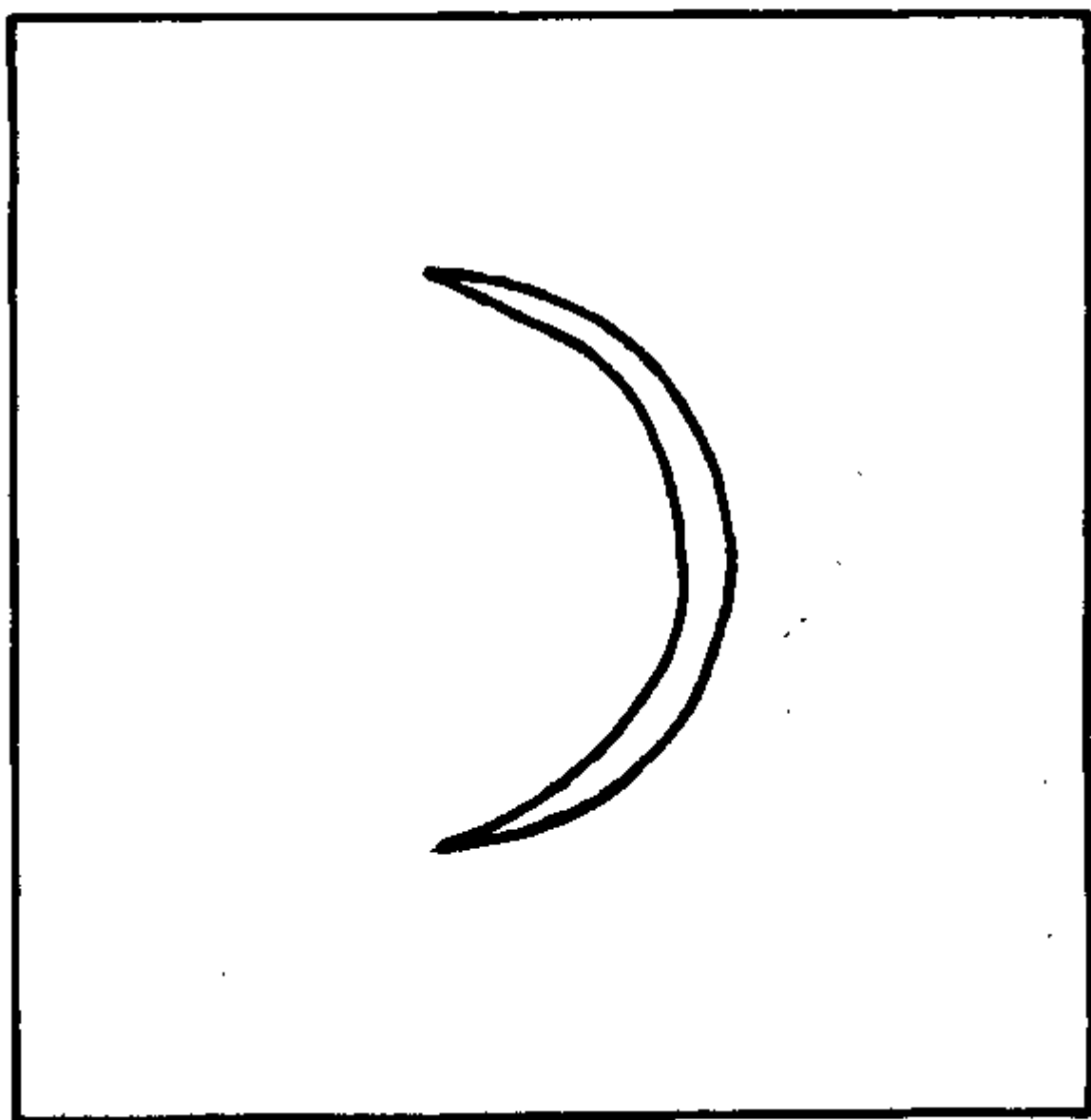
圖九：

擲手腰擺時，槍尖有
此形。

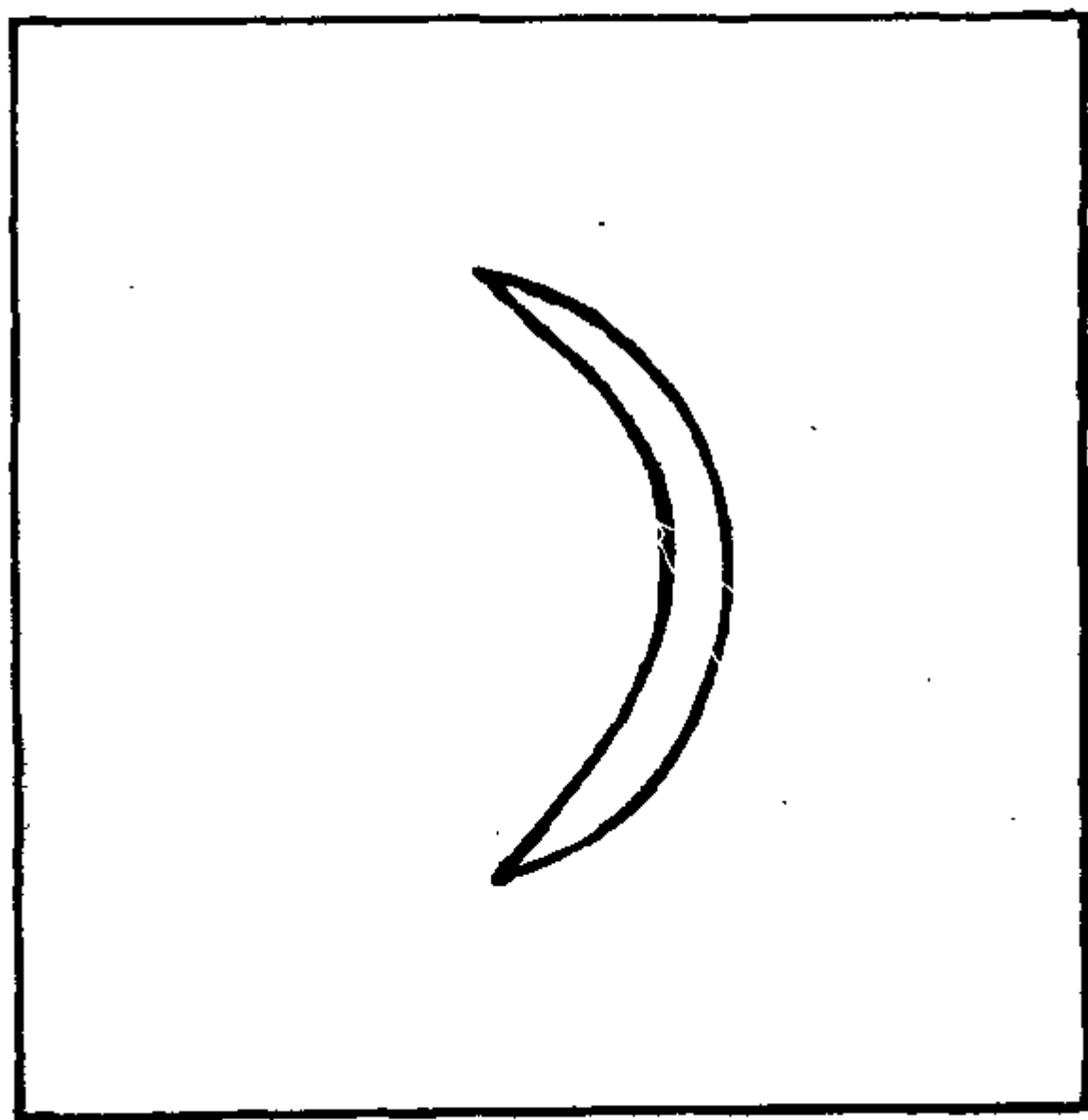


圖十：

擠，此形左畔少。纖月形也，近身處關係重，不可用巧法也。只用左偃月。

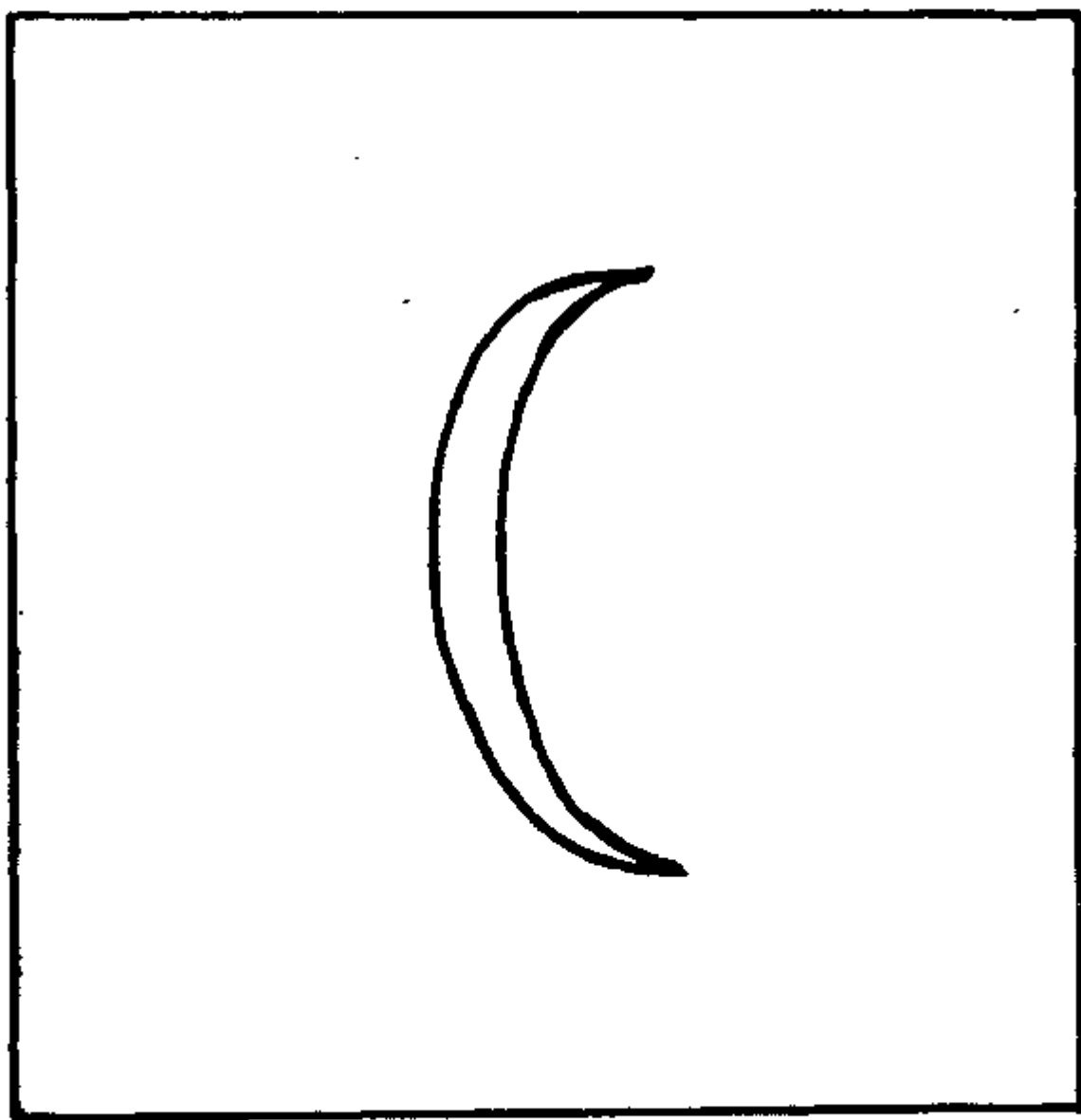


革圈裏扎頭，半磨旗。



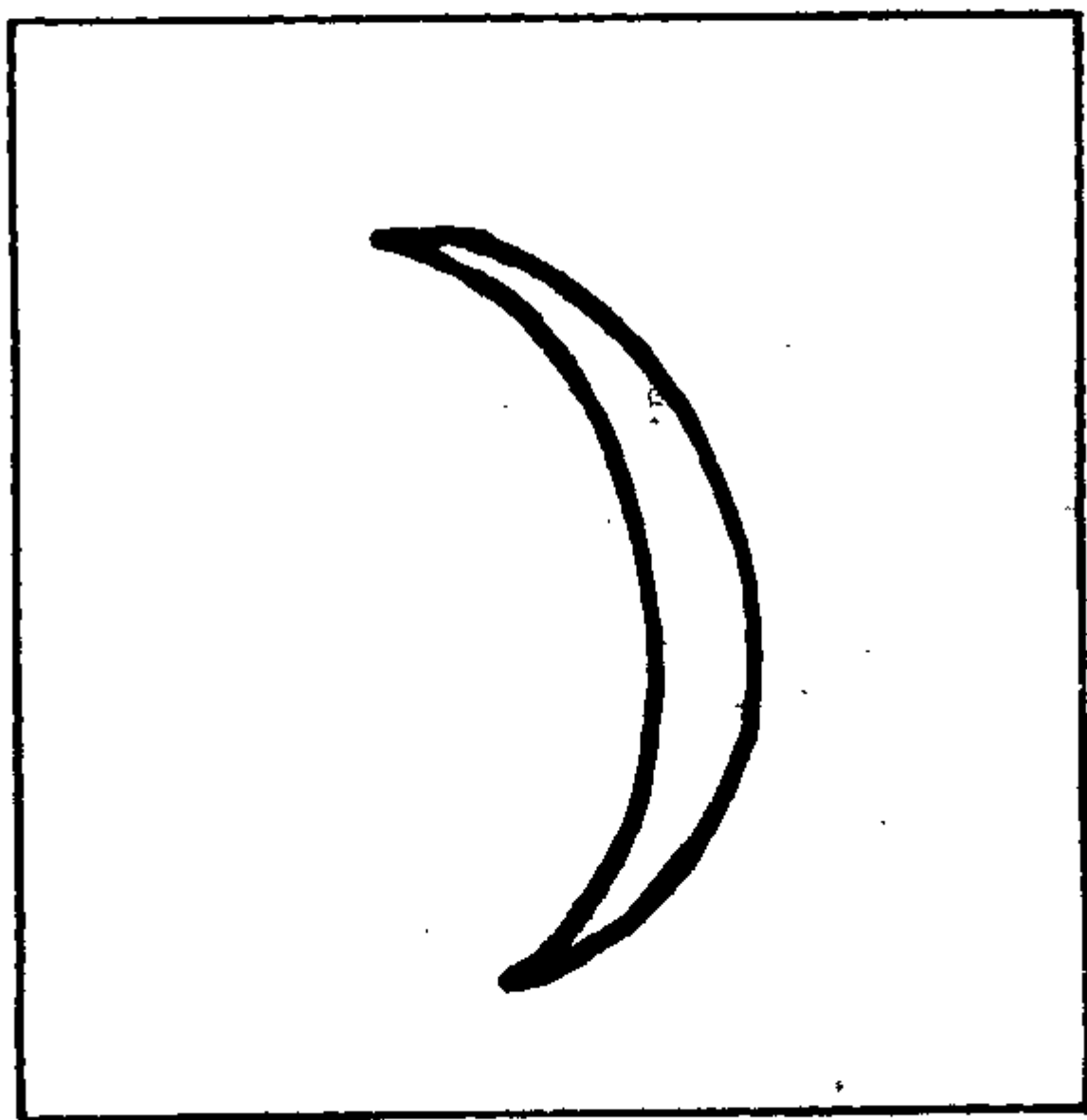
圖十二：

革圈外扎頭，半磨旗。



圖十三：

研向下，敲向上，皆
有此形，左畔亦缺。



石家槍法源流述

敬岩自少時受雙刀法於本縣令君耿橘，少不如教，爲靴尖所蹙者不可數記。以後出塞征猫，只以雙刀臨陣。槍棍得之少林僧洪記，自謂有得矣。年三十七，與洪記見劉德長於真定巡撫韓公品宇署。洪記與德長校技，而手中兵器爲德長撥去，乃心折，百拜請受教。劉師曰：「二子根本無功，枝幹皆虛也。當息心泯志，不學破法，不與人角技，下死工夫於根本者二年，則可受我法，自今日請辭，至期相見。」乃如所言，與記用根本工夫足二載，復往見。劉師試之而實，喜曰：「吾教二子槍法已竟，無多求也。二子所學，博極諸家，惟不知有根本，不曾加工，故遇吾而敗。今根既實，則舊法皆吾法也，復何教爲。」又命與昔舊乎手者校，其仗皆可撥而去也。我離劉師二十年，杆子未嘗一日去手。今則刀牌皆入槍法，何況於棍。爰是以棍槍之界，不

留心別白者二年。洪記以崇禎時將兵擊流賊于□□大破之。追遠遇生賊，援兵不至，終不肯退，賊益衆，奮鬥以死，不負所學雲。劉德長初亦出於少林，自嫌技未至精，又遍遊天下，而後有得。爰謂劉師遍遊天下，則必受學法於峨嵋矣。不然，何以與普師之傳如水入水也。石師偃月刀，開槍用刀尖彎處，以槍法封閉開之。又問：「牌之去槍遠，何以可入槍法？」石師曰：「我身前三尺槍圈子中，蠅蚊不能入，非團牌而何？」

槍根說

世人但知用槍頭，而於槍根殊不留意，技藝所以虛浮也。根、腰、胸、頭四者，猶樹之有根、幹、枝、葉，捨本而逐末可乎？敬岩之法，用我之槍根，以製我之槍頭。乃用我之槍頭，以製彼之槍根。千變萬化，盡於此矣。所謂以我槍根製我槍頭者，

如有鈎者然，能於彼掌中挖而去之，藝至此，驚猶鬼神矣。

槍式說

右軍大令之腕，亦須宣城諸筆，乃能相發。槍式，敬岩首務也。槍不合式，扎與封閉連環，皆入邪道。

槍材，以徽州牛筋木者爲上，劍脊木次之，紅棧勁而直，且易碎。白蠟軟，棍材也。衝鬥絕力用十三斤，餘止得八斤，最輕不可下五斤也。其勁如鐵，跟大踰握，削之使就手，漸細至尖，尖經半寸，榻于跟前三尺，衡之正平，居重禦輕，用之乃得靈變。過丈二，腰必軟，欲腰不軟，根太大，不可握矣。故以九尺七寸爲定式，戰場、遊場，皆用此器，此峨嵋入門第一步。

觀器可以知人，遇用重大勁槍者，不可輕忽，遇用輕細軟

槍者，安步平行取之。握槍欲根與臂骨對，舞槍則輕軟悅目而已。

槍棍辨

長棍七尺五寸，短槍九尺七寸，其體相近，其用天淵。棍重三斤，槍重十斤，一也。棍用打，槍用扎，二也。棍打一大片，有定嚮。槍扎一條線，無定方，三也。打大易見易革，扎小難見難革，四也。棍之打與勾扳，舉手即是。槍之扎革，苟完亦須二年之工，五也。用棍手與身足，其功正均，須有架勢。槍之用處，全在乎手，身與足以成就其手而已，不須架勢，六也。打之鋒影，作人字形。封閉之鋒影，作圓相形，七也。有此七件，所以棍易會，槍難能，世乃有兼槍帶棍之語。人情之樂易畏難猶水之避高趨下也。兼槍者固棍也，帶棍則槍亦必盡入棍矣，槍安在哉？

直力兼橫力說

扎之力直，革之力橫。峨嵋法不然，扎中有橫力焉。槍杆，如虎尾，如象鼻，百物近之，莫不迸碎。所以能用鎖槍、畫鳥絲玉塊槍、繚環等槍。精妙入神之法，而皆出於封閉中，此須心領神悟，又有百倍練習之功，乃能得之，豈粗心力猛者能與哉！

槍分五品說

槍法有五品，一室中，二堂上，三巷遇，四堦下，五門外。長槍之左右拋灑，少林之纏槍、圈槍，汊口之大封、大劈、排靠、死棚對、活棚對、翻身棚退、勾槍、拖槍、棚槍、世俗之繡槍、葉底藏花、白蛇弄風、鷄子翻身、在門外者也。勒、換、瀑、偷掛、吞吐、提拿、左右獻花、蜻蜓點水、高

底四平、高搭袖、放稍打，雖非無用，而在堦下者也。

迴龍、雨來、手殺、畫烏絲、鳳點頭、遇主於巷者也。

事半功倍，不可爲恒，封、閉、扎、研、挨、擠、推、擠、撲、挑、高提、反閉、撐槍、流槍、截槍、子午、月牙、鷄啄粟、索穿錢、無影扎、豁裏透、四兇槍、滴水勢、半節槍、三擺頭、蜈蚣鑽板、在堂上者也。學者宜致力焉。

萬派歸宗，室中槍也。自來不口授，自悟可得。以畫喻之，堦下爲能品，堂上爲妙品，室中爲神品，巷遇則逸品也。

閃賺顛提說

槍之實際，守則見肉分槍，攻則貼杆深入，見肉貼杆，四字心傳也，失此即爲僞學。然此正法也，正而無變，其用不神，故閃賺顛提貴焉。變而貼杆者，閃賺、圈手、騰蛇等是也。變

而不貼杆者，顛提、滴水、認針等是也。更有大遠於杆者，則爲拖刀、騎龍等。

蓋圈手螭蛇，緊小銳進，見肉之革，但能開之，不能勝之。而開之又甚危，故以滴水、認針、拖刀、騎龍，步法闊大者脫其槍尖，而仍以圈於螭蛇貼杆之閃賺，從旁直進，然後得勝。正變互用，小大相資，缺一不可。

夫以大破小，須於彼此皆小時，忽然用大，乃勝。若執大爲門牆，恃爲長技，即衝鬥矣。然此亦楊、馬之法也。峨嵋意不在此，折衝樽俎，不戰而屈人之兵，真如親受之普恩，而敬岩與之暗合。

脫化說

東坡論文云：「少時須五色絢爛，漸老漸熟，乃造平淡，」言

脫化也。惟槍亦然，初時戳革，務使重實闊大，三四年後，漸收爲輕虛緊小，則體用皆備。初時不重實闊大，爲無禮，無以臨陣。後來不輕虛緊小，爲無用。技不造極，遊場受侮於人。然脫化實有門焉，初時鋒影圓者，其闊大重實，可以漸收爲輕虛緊小，鋒影若作人字形，則愈精熟，愈闊大，愈重實，雖欲脫化，不可得也。敬岩貴輕虛，真如貴緊小，皆以圈爲脫化之門。衝門不圓，是以老死於重實闊大。雖於秣陵見敬岩，而憮然自失，亦終無以改其故轍也。

短降長說二篇

世人輕言以短降長，余不敢言，又不敢不言。不敢言，爲其無萬全必勝之道。不敢不言，爲其有不得已而用之之時。

夫我槍九尺七寸，彼槍二丈四尺。若彼單殺手來，我可一

革竟人。若彼半虛半實而來，我欲拿攔，則煩動自搖。欲竟進，則彼槍正活，豈有萬全必勝之道。至如兩陣相遇，事不容己，則亦有降長之法焉。此無他，拚命得活而已。

蓋長之所以制短者，用其虛也。然遠則可以用虛，近則不得不實。我直進迫近彼槍，使彼不得不實發，實發則不過單殺手，我可以一革竟人矣。迫近彼槍，乃田州土司瓦氏女將雙刀降槍之法，而余移之於槍者也。雖然，此時彼實進，則我幸矣。若彼能虛退，何有萬全，但兩陣相對，必無虛退之槍耳。

其二

長之製短在器，其故易知。短之降長在人，其故難知。苟不能洞然明白，則臨事心惶惑矣。蓋槍長，則腰軟而頭重，凡峨嵋靈變之手法，皆不能用。虛勢雖雄，實事殊不足畏。執短槍者，苟能識破，決然竟入，身進槍尖，便同赤手，會家惟跳

出耳。

六家槍法說

敬岩木槍長九尺七寸，根大盈把，尖徑半寸，腰勁如鐵，重須十斤。沙家竹竿子長丈八至二丈四。楊家木槍丈四爲正，加至丈六。夫槍腰長者軟，短者勁，用法由此而分也。石家槍之用在兩腕，臂以助腕，身以助臂，足以助身，乃合而爲一。沙家槍之用在兩足，身隨其足，臂隨其身，腕隨其臂，乃合而爲一。楊家從短槍而變，加長四尺，其法亦兼取短槍竿子之法，以自成一家之學耳。

石家之用在腕者，何也？兩腕封閉，陰陽互轉，百法藏于其中，神妙莫測，爲槍之元神也。臂以助腕者，以臂之高下伸縮，助腕之陰陽互換也。身以助臂者，以身之蹲立前後，助臂

之高下伸縮也。足以助身者，前後左右，稍稍移動，以脫彼槍尖，非剪刀步、十字步也，此峨嵋大意也。

沙家之用足者，何也？竿子長軟，兩腕雖陰陽互換，但可以助順臂力，使無倔强，實不能以根製頭，故拿攔盡處，槍尖正搖，戳即斜去，搖定而戳。彼已走出，苟非十字步追之，戳何能及。其時槍之勝負，全在足之遲速。硬槍妙在進，進則殺。軟槍妙在退，退則活。足不如風，不能進退，是竿子之用足也。身以助足者，探前以助進勢，倒後以助退勢也。臂以助身，腕以助臂者，身足即熟，則腕臂不過用峨嵋封閉之緒余而已足也。此沙家大意也。

楊家兼用沙家之足與勢者，何也？楊家陰陽互轉，與峨嵋同，但長則利於傷人，而亦苦於外重，根不能製其尖，運用不能如峨嵋之靈，此乃器之本然，雖大力者不能強也。於是鋪張展布，以靈其運用，不得不借徑於脚步，倚局於立勢，不覺不

知，濫竿子之陳設，失峨嵋之精義。然猶純乎其槍，未嘗兼棍帶打也。其名所以特著者，長則易於得勝，學之者必多，其封閉工夫，不須如峨嵋之移山填海，學之者又易，得峨嵋法者何人？而能察其失精義哉？所以楊家槍之名，驚天動地，人人振而矜之也。

其于峨嵋，尚猶二帝之變而三王所離無幾者也。而夏禹傳子，商湯愆德，武王非聖，人有言之者焉。此三家槍法之大端也。比而論之，學峨嵋者，練習之功至於十分，則沙家望而却走。功虧一簣，猶爲沙楊得半者所困。此至人絕業，不爲世用，不可遺之人人者也。楊法學之易而用之利，大有益於行陣，又何間然。沙法學者功力與楊正等，而更長則更利，尤行陣所宜也。

又前三家皆槍，皆不雜棍。峨嵋賤棍不屑雜，沙家體長不可雜，楊家旁溢於沙，不旁溢於棍，法勾足用，不須雜。至於馬家與少林則不然，王降而伯矣。少林之八母、魚龍平列，已

失槍家正眼，其廣布諸勢，全落棍法。馬家之諸六合槍及二十四式，名目甚繁，少槍多棍。馬家與少林品類正同，而所以致此者則異。馬法本出於楊，而加之擊打，槍爲神骨而棍爲皮肉以雜亂之。少林自擅棍家絕業，意不能已於槍，而又自矜其名，不肯外學，乃移其棍法中之似槍者，益擴充之以爲槍，終爲朱紫之相亂。所不足處又純用棍法，蓋棍爲神骨與肉，而槍爲之皮，其混雜視馬尤甚矣。少林雖以棍爲槍，而如洪轉者，猶知以柔製剛，以弱製強之意。衝門學於少林，惟取其剛強者，以自立一門，又非少林之法也。

純雜說

六家之槍，須分純雜。純中有長短二門，雜中有知正、入邪，擔板、驟學四門。

短而純者，峨嵋。二年精練之堂奧，而不失峨嵋手轉陰陽之門徑也。

馬家謂之入邪，不知槍棍之介，詳於身勢，疏於手法，欲得以勢破勢，是邪見也。

汉口謂之擔扳，於馬家少林之法，只見重大一邊，不知峨嵋輕細一邊也。

楊雜沙、雜馬、雜少林，驢非驢，馬非馬，驟也，以爲長途負戰載之用則可。

增訂手臂錄卷二

針度篇

予受敬岩戳革之法，練習二年，手臂粗得柔熟，乃許授槍法。敬岩不嫻文字，法法口傳，且傳一法，練未熟，不教第二。第二法未熟，不教第三。半載中所傳不多，而敬岩遽死王事。雖脫化之微意，余已領會，終不知槍有若干法也。廣而求之，於程衝門之書得棍法，於洪轉之書得少林槍法，於鄭華子得馬家槍法，於倪觀樓得楊家、沙家槍法，在聊城得敬岩所自出之淄川韓氏槍法，而昔所未聞者，備聞之矣。

最後得程真如峨嵋槍法，上有倒手十二，扎法十八，知其技藝之精妙，與敬岩可爲比肩。猶未悟其槍法，僅有三十之意

也。悉心所得，遂有五百餘法。亦覺其中多空疏不切於用者，而以爲皆出於名家，不敢輕動，其後自有省發，乃知槍法不多雜棍。故多以槍對別器，理應用槍法以槍對槍，何以用棍法乎？

知棍而借棍，已非。不知槍而以棍冒槍，其謬何所終極。法愈多而槍愈晦，至於少林衝門而極矣。止存短槍之法，真如三十足矣。以沙楊二家之法，體制與短槍少殊，故亦自有其法，非雜棍也，不能不收。今得一百十法，亦云溢矣。白太傅詩云：「鴛鴦綉出從君看，不把金針度與人。」此中不然，故名之曰針度篇。

戳

法

據潘氏抄本補

單殺手：即青龍獻爪勢，練時十二分硬槍，一發透壁，則槍頭、槍竿戳手皆盡善矣。有口授訣。

穿指：於圈外進而於圈裏着。

穿袖：于圈裏進而于圈外着，有口授。二法真如名串。

油：彼下體凸出，我順其攔勢以傷之。

換：彼傷我緩處，我即傷其急所。

疊穿：程真如名左右圈扎，有口授，以上馬沙皆有。

就：真如名迴龍扎，有口授。

硬：即鐵幡竿之先發者也，有口授。

掛：破拿無筋節者，有口授。

勒：有似于硬，有口授。

抽拔槍：用于能革圈手者，有口授。

鯉魚爆：亦能革圈手者，有口授。

偷：破革手嚴密者，有口授。

兩節槍：有似抽拔，有口授。

雙頭槍：敬岩名圈手，真如名虛扎。

疊圈：

月牙槍：

豁裏透：

索穿錢：真如名子午槍。五法皆短槍，皆有口授。單殺手爲入門，穿指等爲雜小品，此五槍爲登堂。

萬派歸宗：有口授，戳法至此，百尺竿頭矣。以上馬有沙無。

革法說

實用之革法，封也、閉也、劈也、攔也、高提也、低提也、研也、連環所用之大封也、勾也、反閉也、共有十法。

只練封閉，諸法自熟。封閉以轉陰陽者爲活手，《紀效新書》云：「轉陰陽不宜太早，」蓋用死手于前，用活手于後也。翁慧生云：「開槍宜先輕後重，」蓋留不盡，以防左邊。至彼槍出盡時，加以蹲坐，彼死盡也。此時防左邊，全在手熟，不關心思。

予初時深苦雙頭槍難禦，敬岩曰：「久熟則能禦之，」至二年後裕如矣。且革手之疏密，在練習時，扎手之精粗，粗者分前後門而來，革之易而疏矣。扎者必用子午槍，革手自密。此峨嵋少林之分界處。見肉分槍，革之心訣，功深自能致然。然須忍字在心，方得忍至槍進七分方革，則《紀效新書》與慧生之言，盡在其中矣。

總之封閉二字，三歲小兒也能說，而我八十老人行不到。練封閉時，兩手陰陽互轉，則機活而法圓，百巧皆從此出，前之圓相圖是也。封閉手熟，見法輒取，亦不覆案，不熟，說亦無用。子午槍來，先蹲坐而研之，食進口腹，遍身得力。封閉于諸法亦然，練封閉，欲重實，而閉尤甚。封之槍尖開于前一尺弱，閉之槍尖開于後三尺強，加蹲坐以助其力，壓死彼槍于地，拔不出也。初時鋒影作卵形，漸收作圓形，而重力如前，直收至如錢大，槍之能事畢矣。

諸法皆枝葉耳，學槍者，只是封閉連環，須二年苦功，方是峨嵋種草，不然只是少林耳。長竿腰軟，根尖不相應，封閉後手反上而方能開彼槍。槍家有自考之法，封閉連環，日日不缺，滿足二年，縱不知諸法亦必不敗，不爾遇峨嵋必破。

革 法

封：少林僧洪轉曰：我立中四平持槍，腕前陽後陰，彼槍圈裏扎來，我前腕向前一覆，後腕向後一仰，槍項于彼前手外六寸封下也，封後即可扎其虎口。」

滄塵子曰：拿即封之用于高來槍者也，轉公語甚詳，故取用之。觀此，知少林不知槍意，但不知于此下萬苦練習之功，便是不知槍耳。封下槍身才直，不可嚮右，亦不可用力。」

閉：洪轉曰：中四平持槍，腕前陽後陰，彼槍圈外扎來，我

前腕嚮後一仰，後腕嚮前一覆，槍項于彼前手外六寸閉下也，即可扎之。

滄塵子曰：「攔即閉之用于圈外低來槍者也。我身全在圈外，極要防守，閉時大須用力，又蹲坐以助其力，彼槍死于地抽不去，方是練法。閉滿時，槍尖開于身後三尺也，練閉功足用于圈裏，來槍即是大捲，出其意外，其槍飛去，至橫大敗矣。練時封下即于左邊嚮上圈起，閉下即于右邊嚮上圈起，作望月形，使手法圓熟，日後破槍百倍。得力動手，必要陰陽互轉，轉的圓熟，百巧皆從此出。雙頭槍極難革，只以封閉革之，能革雙頭槍，封閉方小成也。豁裏透、子午槍，足略蹲坐，以封閉革之，乃爲正理。少林于封閉無工，故用他法，可笑也。即扎法亦帶封閉，則直力中有橫力。凡重輪形、偃月形、纖月形、玉玦形等法，皆于此中分出，或多分，或半分，或少分而爲之也。封閉手熟諸法，說破即能用。不熟，說會亦無用。天下事

皆有總頭，有先務，豈法法而練之哉！初學時欲重實，作卵形，漸練漸收，作圓形，至精至熟，圓大如錢，則能用迎槍，槍技終矣。」

提：即閉之前手低，後手高者也。用于圈扎下部，槍在裏彼前手外尺半，開其槍于右也。即可還扎下部。革法槍根忌高而提之，槍根直過頭。

真如曰：「長竿雖利，提拿可降。」蓋謂用于滴水者也。提拿者，提而又拿，再提再拿，進後踏步，即海馬奔潮也。

擄：用提于下部，槍自圈外來者也。比提多腰腿嚮前一擺，亦死其槍于右。身在槍左，雖死槍亦不容其在槍右，恐有變也。擄後敲起發扎，即白蛇登樹也。

滄塵子曰：「古法擄含于提中，不自立名，故但曰封閉提拿，來槍前後皆有上中下共六槍，而革法只有四，古人之意深矣。」
拿：即封之用于高來槍者也。

滄庵子曰：「封閉提拿，古人立此四法，非獨攝盡諸法，亦欲人知上、下來槍，皆同于無，而專注力于中平之封閉也。洪轉補之以擄，而又加攔還纏，以爲八槍母。夫擄即提之次身，攔即閉之次身，而亦尊之爲母。纏即封閉之耳孫，還則小小一法，何以稱之爲母？總由少林之槍，知有教學而不知有習練。故以劉仲、張啟、同尊爲太上皇也。槍母如此，餘法可知。槍師如此，其徒可知。」

研：槍之離我杆來者，擊打可開。貼我杆者，擊打不能致力，非封閉不開。至于豁裏透子午槍，非封閉加蹲坐以研之，尚不能開也。

捲：真如曰：「開步蹲坐而拿，直至彼前手削扎也。」又曰：「前捲後出，無不傷人。」

反捲：敬岩妙法也，彼槍圈裏來，我偷槍於其槍之右大開之，必飛去數尺。

攔：有邊攔、裙攔，即提擄之後手起至胸者也。此手法本沙家之封閉，槍長腰軟，若後手不起，則與槍尖不相應。不得已而爲此，楊家不察而雜收之，自此莫有辨之者，本不當收，收之以顯其失。

勾：真如曰：「即攔也，緊密者，肘貼肋下。」

滄庵子曰：「高槍來迫，唯勾能開之，即牛轉角之手法也。然肘貼肋下，猶未極緊密，須捲至乳前，腕自陽而更轉之，至手背嚮天。」

真如曰：「破鞭劍，用于前即拿之手法也。」

剔：革圈外扎頭者，亦帶纖月形。

大封：連環革法也，彼扎革往來不已，名爲連環，用實工，使手熟，乃可用諸法耳。

身法說

敬岩曰：「身法宜側而忌平，宜蹲而忌立。平則闊，立則長，所備者多。側則狹，蹲則短，所備者少也。」又曰：「蹲坐以助閉手之力，開圈外猛槍在身後者也。」又曰：「能蹲坐而進退如風，無往不勝，步法身法皆盡于此。」真如治身篇曰：「持龍貴身心爲本，身不正則心無主，而手足失措。」又曰：「身法乃藝之門戶，進退盤旋，皆由身法。」故真如但有三十手法，絕無架勢。敬岩雖時或言勢，然其所言之勢，皆合于手法以取勝。非若馬家、衝門，以勢破勢也。

滄庵子曰：「身勢有真有假，交槍之後，因用而成者，真者也，無形可圖。槍未交時，懸立以待者，假者也，馬家之二十四勢是也。假勢無不有幕，所以有以勢破勢之說，而不知皆手法所可破也。真勢不少，又不可圖，要以高至滴水，低至地蛇

爲最極，智者自神悟焉。」又曰：「以短破長，短槍去彼身甚遠，用手法無益，必須身勢耳。只在此山中，雲深不知處。」

步法說

足要早動，封閉必不熟。初練時，坐地置腳後，至子午、雙頭、月牙等槍，革之泰然，則身與手相應，足自隨身，何步法之有哉？至遊場，不免有步法，而沙家竿子，其用處在手者十之三四，在足者十之六七，自當別論。

步法

鴨踏步：敬岩法也，蹲坐而行，其形如鴨，短槍神境也。彼將發圈裏槍，我即開步于左，以脫其扎，而用諸手法。

連枝步：倪、石俱有，長短槍同用。左足不離地而進，後足隨之。回馬從右進，後跣從左進，此從中進。

隨手步：撲鷓鴣所用，大意似騎龍、拗步也。

影手步：有口授，步法至此，百尺竿頭矣，以上馬有沙無。後跣步：敬岩法也，圈裏進最便。

挈脚步：金鷄獨立所用。

救步：倪法前足被釘，以此脫之，只退後。前足無故提鬆，最是大病。一被釘住，更難落實，急退後足以救之。

蹙步：倪法黑夜不可平步，只用此。

影脚步：倪之沙家法，足從槍下而進，乃不受傷，亦名十字步。

十字步：說見前。

剪刀步：倪之沙家法，進退常用，楊家尤甚。

虚脚步：

鴨脚步：俱有口授。

四門槍步：倪之沙家法，用白猿拖刀勢，左足不落實，謂之四門槍。落于前則爲正勢，落于後則爲退勢。落于左，右足用後跬步，成順單鞭。落于右，退右足成騎龍勢，竿子之總要。故曰：沙家用在足，短槍不用此步。沙家以四門槍退法爲樞要，妙處在此，病亦在此。妙在于活，病在于鬆。蓋退乃長制，短之事，長對長而用退，則鬆矣。

騎龍步：回馬丢足而成。以上沙有馬無。

遊場扎法說

遊場以困死人槍，而無所傷爲善。猛扎，在遊場受破不少，豈可輕用，以召侮或喪命。

遊場扎法

紫燕穿林：彼扎我頭，我拿之，即還扎彼。

青猿獻果：彼扎我頭，我不拿，蹲躲即扎。

金鷄獨立：彼扎我脚，我不提，懸起前足即扎。

白蛇登樹：彼扎脚，我一提，敲起即扎。此名四革，恃此，故不畏上下，只練中平封閉也。

釘死足：前膝虛曲，即被製，不能發扎，唯急退可耳。

釘活足：長槍不用十字步進，其足可扎。

左右獻花：圈裏來槍不革，開前足扎之，圈外來槍不革，開後足扎之。

真如名實扎，少林名閃，洪轉謂槍之神境。淺哉！淺哉！串指從左而右。串袖，從右而左。真如名左右串扎。曰世俗通行之法，而峨嵋用之，別有神解，謂圈手也。又曰三停偃月，虛

串用而亡精。

勒：扎入于彼槍時，彼封我槍。我前手上迎，後手下按，再入必中。

就：槍來，我蹲坐少退，看彼收槍，乘虛即入。真如名回龍槍。

抽拔：扎入至六七分，忽退出，再入必中。

攔：前手虛籠，後手圓轉以開槍，須防擊落。

鯉魚躍：扎至六七分，前手打槍于地，激起再入必中。有此等誘法，故革宜先輕也。

掛：圈裏扎入，彼革直下，我兩手將槍推開嚮左，放其槍空下，再發必中。

滄塵子曰：我之槍頭，唯不能制彼之掛，故遊不宜輕用封閉也。」

換：彼傷我緩處，我中其要害，故不可不扎彼前手也。

偷：會家難扎，我先作退意，發猛槍扎之，中不中急跳出。飛風刺：真如名穿簾扎，輕輕刺其手，意與鷄啄粟同，能破諸器。亦能破諸勢。

研扎：研而扎也，妙用在槍根，攔扎用處在槍胸，遠不及此。

梨花三擺頭：指其圈裏，即扎其圈外，非擺尾不能革之。兩節索穿錢：能管前後手者也，於斷貫索後用之，可破雙殺手。

無影槍：于我槍下進來，扎其前手，至急者也，真如名子午槍。

豁裏透：中平勢開前門，彼槍於我槍下竟進，可傷我之手腕之左邊，單殺手之神妙者，此三槍耳。梨花擺頭，並此三槍，謂之四兇槍。

畫烏絲：亦名跌落金錢，彼槍來，我用左開步以脫其槍，輕

封之，依其槍而下，即着前手。翁慧生謂之挨龍直下。真如謂之捲槍倒手，少林亦有此法。

雙頭槍：串，力在前手，此在後手，有右無左，亦名圈手。

又名蜈蚣鑽板。真如曰：「圈手峨嵋者如神。」

串圈：先用串後用圈也，三擺頭之輕者。

半節槍：兩手相去尺五，護膝勢中手法，練至劈扎如心，楊家槍困於此。若蹲坐以前膝爲中柱，倚以着力，槍頭稍高，推搯俱可用。

兩來槍：封之得力處，我中彼開。真如名迎槍，汊口名從槍，衝門知此所造深矣。唯於正眼有間耳。

鎖槍：側用雙頭槍之手法，連枝細步而進，鎖住其槍，使不得去。敬岩常以此困人。

玉玦槍：即鎖槍之加深者，如於彼掌中挖去其槍，手法之至精而至難者，敬岩善此。

左右研扎：用研以扎，力在槍根，雖重實故神妙，攔扎之不如者，輕浮故也。

雙殺手：扎而用雙手者也，亦不戰而屈人之兵，自兩來槍至此謂五神槍。

金童槍：前手亦陰，靈貓捉鼠手法，取前手不受削也。
投壺槍：破他蛇槍，彼低來，我以丁字步身法脫其槍尖，而向下刺之，彼立身，我以滴水破之。彼起槍，即十字壓之，再發必中。

左右插花：破叉、鑱者。

虛扎：串之無形者，即敬岩之雙頭槍。

子午槍：即敬岩之無影、穿錢、豁裏透、單殺手之神妙者也。

月牙扎：串而子午也，近敬岩之疊串，兩手細微工夫。自纏槍至此九槍，皆峨嵋法也。

遊場革法說

單殺手深重之扎，乃用封閉革之，若用於遊場，是納侮也。故有此段法。

遊場革法

挨：敬岩懶漢鋤田勢中所用手法。

擠：扳欄窺井手法。

排：即黃龍颺杆手法。

摩：即磨旗手法。

托：彼撲我兩手中間，急移右足挪身，左手托過其槍，還擊其前手。

研收：收而兼研也。

團牌變：變槍爲團牌，以禦矢也。前手寬鬆，後手圓轉以攔之，矢不能入。蓋身有甲，首有冑，唯面手畏矢，前腕着額，借力以行之，若以代封閉，恐被擊落。

棚：從下而上，棚開彼槍也，短槍難用。

役棍說

槍棍之道，不可認奴作郎，亦不可竟廢家奴也。用棍斷不可用槍法，石之美者貴，玉豈不美，而終謂之役。役棍有五，一降長，二關內，三禦衆，四夜戰，五舞弄。

役棍法

圈裏打：後跑步，連枝進，驀打其兩手之中，恰當胸腹，不

能封閉，即撥草尋蛇勢中手法。以下敬岩法。

圈外打：彼立裙攔勢，我驀進右足打其前臂。

磨旗打：用磨旗手法，以惑其目，而深入撲之。

藏花打：用葉底藏花手法，而打其前手。

連擊：封其槍落地，不扎，連擊之，使不得起，急進步扎之最穩。

鷄啄粟：一挑一打，連連進步，萬無一失。長之遇短，不可輕用扎，唯用此法。會家所困。真如所謂雙刀雖利，帶打必落也。

倒根打：近身用之，又利於制團牌，及人衆擠塞，及夜中。

根推：進彼圈外，收後手於槍腰，以槍提之即打也。

神仙躲影：彼以丁字身法，從我圈裏而進，迫近我身，我急進右足，以根推槍。

撲槍倒手：

擊槍倒手：輕打也。

劈槍倒手：以上三法皆峨嵋法也。

五虎打：（汪見本書）

放梢打：短棍法，用之破牌。以上倪觀樓法。

行着說

行着，遊場所用之稱也。非扎非革，亦扎亦革。非實非虛，亦實亦虛。前文中有之，而又有不在前文中者。陳龍門云，「風雨雲雷，交變而並呈。龍蛇虎豹，變現而出沒，斯爲得之。然必以武侯之綸巾羽扇，指揮三軍。有名士風流者爲盡善，若司馬宣王，戎服治事，不免自恨，況豕突中門乎？」

行着法

搭：以槍置彼槍上以探之。

提拿：海馬奔潮手法也。

還：吃槍還槍，肚下翻交耳，勝者却要防此。

直走大梁：彼以極低勢入來，不可犯硬，其足跨開，不能換勢，我以騎龍勢，出其背後勝之矣，虛破實也。

一鑊熟：盧氏鄭某，幼爲獻賊掠去，隨孫可望降清，三十年無日不在兵間者也。自言專以槍登陣致勝，叩以槍法，一無所知，乃再問其實用事，則滴水勢也。自頂及踵，無一不合古法，作者無過習者之門哉！

蜻蜓點水：彼用花槍，即點其手，自止。若先發點入，前手防削，亦名鳳點頭。鐵牛等低實勢進來，我只左右拋灑跳躍，彼捉不住。而甚近其手，而立勢不得。

急搗碓：即鐵牛手法。

壓：來槍太低近地，以丁字身法，作十字形壓之於地。

量天尺：兩手直托上，虛下以誘人。

量地尺：彼用丁字身法，於我前後手間，槍下扎小腹；我托開兩手，斜身橫壓。

海底豎桅杆：圈裏扎來，我驀將槍尖指天，槍根近地，先進右足，後進左足，直推而進，以槍根搗其頭面。

釣杆刺鰐：圈外扎來，我用前法，於圈外直進。此名四怪槍。

萬派歸宗：良王建塔，塔自七層，須七年之工，其址乃實，勤苦極矣。然不得塗金銅頂，塔終不完，萬派歸宗是也。塔頂貴美，爲一塔宗主，而無七層磚土平常之物，亦不成塔，諸法是也。故不練扎革，則手臂生強，不爲心用。不知身法，則跟蹌笨鈍，招攬風水。不知步法則束縛淺小，不能開發多人。不

知臨陣之法，則虛飛兒戲，不堪一用。不知遊場之法，則昧于虛實，受人哄誘。直至法法精熟通曉，而後可得萬派歸宗之法，以一製百，神妙絕倫。然不可輕用，用則爲人看破，便至世諦流布，反成無用之物。予曾在一處，見數人皆知此法，乃一富翁，以多金賂敬岩而得之，輕以示人故也。而實根本虛疏，不知上陣遊場之法。予乃以重實槍法猛進，彼皆不能自存。故劉德長不即以此法教敬岩，使其閱練諸法，久久自悟。敬岩與我也然，在今即無傳人，形於楮墨，萬不得已也。故孫真人以宮禁方三十，摻之千金方三十卷中，以俟後之識者。萬派歸宗，手法身法、步法，俱備於前文諸法中，真如之書亦然，好學深思之志士，能默識之。

捲槍倒手：即畫烏絲。以下真如法。

蓋槍倒手：纏有回龍蓋有挑，可見纏蓋非真法也。又觀降槍，知蓋挑互爲勝負。（解見峨嵋譜）

挑槍倒手：滄塵子曰：「彼蓋我挑，是犯硬，未爲良法。」
鴛鴦槍：行移坐膝，須身法躲閃，乃生死之門。又曰：「遇衆龍則鴛鴦更妙。」又曰：「不守之守，鴛鴦是也。」又曰：「鴛鴦扎法，陽中之陽。」有云：「攻爲陽，守爲陰。」此乃以攻爲守，故曰：「不守之守。」其用之于衆龍者，謂只攻左畔一人，即遠餘人矣。故曰身法躲閃。

提槍倒手：即敬岩之白蛇登樹。又曰可以降長，即敬岩高提。和槍倒手：即截槍之不扎者，而又有撐托手法。

流槍倒手：

截槍倒手：

降槍扎：（以上解見本書中）

騰蛇槍：絲環之扎，而兼研扎者也。

吞吐：觀樓法也，長竿子輕淺出入以探其學識，觀樓有語曰：「竿子，手動則腳靜，腳動則手靜，手脚俱動，則無法矣。」

以下諸家法。

鐵掃帚：衝門云：「彼立中平，我一拿一釐，彼立勢不得。」亦粗法也。

白蛇弄風：鄭華字竿子法，兩手握槍，兩臂挺直，兩肩牽扯擺動，槍頭灑有丈許威風，手足不能發扎，可滴水竟人。

拋灑：亦名鳳點頭，通行之法。竿子革後，追人時，左右拋灑以惑之，能見肉分槍者不畏之。

鷄子翻身：淺夫遇圈外兇槍不能革，即退前足，翻身單手發扎，甚能中人。然讓之還扎，即死盡，自須戒用，防人用之。

拖：衝門曰：「我槍被開於左而扎來，我手腕向上拖之，以開彼槍。」

滄塵子曰：「拖固不能開槍，且彼不扎，而連擊以進，將如之何？」

吞吐：于彼槍胸兩畔，淺進復出，以探其能否也。須防彼

點前手竿子，須用大踏步，以身出入助手勢。

和槍：真如曰：「擠、挨、擗、托也。」

截槍：真如曰：「輕用擠、挨手法，即扎也。」

擠：敬岩之楊六郎鎮守邊牆勢中，開槍手法也。兩腕略轉嚮右，下纖月形。

挨：敬岩懶漢鋤田勢中所用手法。真如謂之擠，腕略嚮左而轉上，上纖月形。

挑：真如曰：「彼蓋我槍，我於其起槍時，乘鬆挑起扎之。」

逆敲：提擄後即敲起扎之，白蛇登樹之後半法也。大抵垂頭，此法俱有用。

拖：我槍被開左，彼扎來，我托進時，作上偃月形開之。衝門最喜用此等法，畢竟鬆浮，非峨嵋意。有反拖舞法中仙人坐洞所用，亦衝門法，無用。

葉底藏花：鄭華字法，圈裏發圈，至彼槍肚，以子午槍扎

手背。真如名月牙槍。

秦王磨旗手法：槍尖鋒影亦圓，但兩腕不轉陰陽，取其手輕不失勢也。於彼輕誘法用之，得其實，即轉一陰陽狠手了矣。須平日先不轉後乃轉習之。

旋雷霹靂：藏花勢不扎起，至左畔進步擊其前手，中不中即發扎，此重輪形，前大後小。

鐵幡竿：馬家老法，槍着腰肚，以硬橫力開之，笨法也。即短槍之白蛇弄風耳。

跌膝槍：倪觀樓竿子誘勢也，擺騎龍勢，大蹲身，排出左足，彼扎來，收膝右一點地即扎，丈四槍亦可用，衝門之徒名爲三足爐。

騰蛇槍：真如曰：「縹環之扎也，」坐膝進步，槍頭稍高，即昂頭槍，左右連扎，妙在手法以製其動，不可多作，恐傷我氣。蜈蚣鑽板：手法同雙頭槍而不扎者也，平平以此惑中平，中

平以此惑上平。

月下梨花：先圈而以梨花三擺頭扎之。

玉玦槍：幾望形也，前腕陰稍高，後腕陽稍低，搭其槍背，又略擦左脅，即轉腕擦其左邊槍肚手，連枝步細進，彼執槍不得矣，亦可用之於圈外。

半玉玦：即前勢而淺用，於會家二法俱要防削手。

藤羅繞樹：刀斫槍以此破之，用白牛轉角法，捲緊兩手，進步直搗心胸，刀必猛斫我手臂，漸舒而進，必傷之矣。杆之受刀不在一處，如藤之繞樹，故被斫不斷，敬岩法也，奇幻之想。

纏：真如曰：「先虛搭，被轉下，我亦右轉而下，彼又從左而上，我又從下轉上而拿之。」又曰：「觀彼槍來爲左爲右，進步即勝。」又曰：「纏槍坐膝。」

洪轉曰：「兩手握固，槍根着腰，二足用力，槍尖旋轉碗口大。」滄塵子曰：「真如之法，手活而深，故妙。洪轉之法，手死

而淺，無味。大抵少林槍法，只是隔靴搔癢。」

排：洪轉曰：「彼以吞吐法惑我，我兩手握固，隨其左右，排開扎之。」

滄塵子曰：「此法不違理，但排也犯硬，扎亦輕進，豈若點前手之高逸哉！」

連擊：彼槍落地，我不輕扎，連擊之，使不得起進步。

倒根打：進近彼身用之，又以破團牌之虛，又利於人衆擠塞處，亦宜於夜間。

擊：真如曰：「左右擊之，即繼以人，死槍之法也。」又曰：「長竿雖利，提擊可降。」

撲：真如曰：「似捲而打也。」又曰：「破鞭劍。」又曰：「勾撲和對，盡在兩手。」

滄塵子曰：「烏家打低處名撲，用於手指即名削。」

鷄啄粟：戚南塘法，衝門名寒鷄點，一挑一打，緊細而入。

槍法微言

槍本爲戰陣而設，自爲高人極深研幾，逐使戰陣之槍，同於嚼蠟。

槍有六品，一曰神化，我無所能，因敵成體，如水生波，如火作焰。二曰通微，未宏全體，獨悟元神，以一禦百，無不摧破。三曰精熟，敏悟未徹，功力甚深，猶如魯賢，學由身人。凡此三者，厥品居上。四曰守法，有傳必習，不替家門。五曰偏長，手足身目，深有一得。六曰力鬥，虛實全無，動即犯硬。凡此三者，厥品居中。

初學須先知棍與槍之辨，次須知馬、沙、楊之辨，則不惑於邪說。余三十年來，每問槍師云：「槍與棍皆有革，何革爲槍？何革爲棍？能對者絕少，嗟乎！槍棍猶不能辨，況深處乎！」

先學成竿子，手鬆脚浮，於馬家槍永世不入矣。先學成馬

家槍，分出十分之二，即是沙家槍，但加以大步耳。馬沙即成，楊家不學而得。

馬取靜，沙取動。馬取手，沙取足。馬取進，沙取退。馬取小，沙取大。馬取密，沙取疏。馬取輕，沙取重。馬取大成，沙取適用。楊無正名，雜出於二者之間，故曰驪槍。

須槍槍見血，以論勝負，然後能辨敬岩、衝門之得失。此事非獨口不能傳，對槍稍留情面，即不能辨，此真破假也。人有慧性者，方可教槍。不然，止堪叉鏟。

每有於余學得敬岩法一二分，一遇俗師，即溷於大封大劈，盡失故步。人之識與志，豈易得哉！

楊家槍威勢最動人，而一遇馬家槍即敗。以初學之時，馬家槍步步進，於人槍頭上奪得性命，故手脚緊密。楊家槍多半以退誘人，故粗疏。

楊家槍破短槍用退，短槍破刀棍亦退，法固然也，莫咎楊

家，但學者不當株守一楊家耳。

大封大劈，門外漢望而却走，同藝者以力爲勝負。敬岩、真如見之，如篋縛紙鞵方相，才近身，即百雜碎，此緊破疏也。

意必相合，法則有與意違者，惟遷乃真合也。以畫譬之，衣折回轉，與肢體相應，若畫錦衣者，則於衣折完後，鋪一層平錦，豈非違者真合乎？中四平，意也。衣折也。三十三勢，法也。掛錦也。求槍法者，於此用心焉。

以寡擊衆，莫善於槍，不可不知。

敬岩云：「槍杆重八斤，極硬。學成上陣着，着着殺人。在遊場時，人不能用我槍，若以輕軟者來對，如飄蘆葦，何須更破。此實破虛，重破輕也。」

敬岩在遊場，遇低手不用戳革槍，淺直如不見深者，拔而擲之。常曰：「我乃可上遊場，卿輩不可也，我上遊場，勝人而人不能竊我槍法，卿輩得一勝，即以一法送人矣。」

打連環時，槍根空半寸一寸，漸至一尺不敗，對破放出，是長於人一尺矣。此敬岩秘訣。孟子云：「自反而縮。」孔子云：「躬自厚而薄責於人，」正合。

槍戳一條線，棍打一大片。初學練手事也。能人槍棍如蛇行。

來槍不妨拿攔前着，萬勿拿攔後着。切囑！切囑！

未進關手宜輕虛，已進關手宜重實。關：即《紀效新書》所謂拍位也。

槍法貴小，棍法借來物，却貴大。

欲知其戳，當驗其目，目所射處，是其戳處。

關外認器不認人，關內認人不認器，常道也。神化者，關外亦認人不認器。

最精密者騰蛇槍，粗則爲海馬奔潮，粗極則爲鐵掃帚，其意一也。

同一轉陰陽也，圈手力在槍頭，騰蛇力在槍根，須久久練習，得悟入處方知之。

槍之借棍有五，一降長，二關內，三禦衆，四夜戰，五舞弄。

倪觀樓短槍未純而竿子絕妙，余嘗問：「沙家法須更學乎？」倪曰：「不然，子取竿極硬者，選馬家法用之，必勝。」余從其言，每困竿子好手。

倪觀樓云：「竿子手動則腳靜，腳動則手靜，手脚俱動，便無法矣。」又云：「竿子頭可軟，胸腰必貴硬。」

衝門云：「閃賺細密，左右變化，不至犯硬，顛提局勢闊大，諸勢相破，無不賴焉。」其餘槍法，已知犯硬之賤辱矣。而悞橫闊大二字於胸中，故其學與敬岩、真如畢竟相背。

衝門云：「彼立中平，我以他勢驚之。彼換他勢，我以中平破之。」此言亦然亦否，名勢自能相破，不須收入中平也。

《紀效新書》槍法不及衝門，而言棍甚精。余取其通於槍者八條。

拍位早不得遲不得，能見肉分槍，自知拍位矣。

決不可一發便要傷人，徒使自勢發盡，爲人所乘。

須知他力出何處，我不於此鬥力，姑且忍之。俟其舊力略過，新力未發，然後乘之。此語甚妙。

轉陰陽不宜太早，此深知甘苦之言。即翁慧生所謂開槍宜先輕後重也。鴛鴦槍不出此。

一打一揭，步步嚮前，遍身着力，即少林棍之五虎攔也。

剪打急起磕，起磕復剪打，相連而進，彼不能發戳，此即槍家人室語。

打在他手前一尺，余謂此拍位註解也。練戳革二三年，自知之。

用彼敗槍之法，連步趕上，且勿殺他，只管住他槍，此語

甚妙，即連擊也。

持棍後手宜留三四寸，以便換手。持槍必須盡根，余謂槍根當在掌心中，與臂骨直對，則靈活而長。

三家法辨不清，即是邪說，不須更有邪說也。

又、鎗頭重，一被打即沉下，連打而進，勝之必矣。槍若輕易發戳，必敗。

鐵十字，馬家隱微處也。

力大者，得技藝三分，便可降人。故不能深入，自用則可，教人則疏矣。

刀劍降長，必須拚命撲身，槍尖上去逼之，不得不發，乃能降之。稍鬆即敗。此死中求生之法也。短槍於長槍亦然。

戳革是正，行着是變，功夫缺一不可。

正當前握手處，是槍之心。於此秤之，兩正平，方用得靈活。楊家長，其心必在前手外二三尺，雖大力者持之，終不能

用馬家法，壓手故也。

淺可破深，深又可以破淺。輕可破重，重又可以破輕。緊可破疏，疏又可以破緊。實可破虛，虛又可以破實。直可破橫，橫又可以破直。正可破斜，斜又可以破正。下可以破上，上又可以破下。中可破上下，上下又可以破中。右可破左，左又可以破右。長可破短，短又可以破長。真可以破假，假又可以破真。進可以破退，退又可以破進。有師承，有功夫，有悟者，自能明之。孫子曰：「兵無常勢，水無常形，能因敵之變而取勝者，謂之神。」

余初學時，敬岩問曰：「君之學武，爲意氣名高耳。我有二三捷法，只一月之功，可以眩俗。」余曰：「本以天下多事，故欲爲此，若止眩俗，不能殺中原流賊者，吾不學也。」敬岩曰：「若爾，非千日苦功不辦，須二年練戳革，一年學行着，方到小成。若要大成，必如我一世習練方得。」余深信其言，癸酉甲戌，練

戳無間時者二三。

行着甚多，豈能盡練，得其精要者數法，可以稱通微矣。多而生，不若少而熟也。數着既熟，旋旋加之，以迄神化。

長對短，勿竟進，竟進必敗。進而忽退，又進則必勝矣。短當長，若長竟進者，易破也。於其忽退時，能追入粘住，不令脫去，則勝。不然必敗，難哉！難哉！

洪轉曰：柔能製剛，弱能勝強，此即中軟破硬之法也。彼以硬來，我亦以硬抵，是爲犯硬。力弱者必敗，力等而鬥久，何能必勝？若於彼用力剛猛之時，我行穿、勾退步之法，以避其力，俟彼進深，猛氣已過，乃移身斜步扎之，即巧法中之斜步單撒手也，此時彼亦無所用其力矣。又如我槍先發，彼以猛力提拿，我變爲軟，使彼氣力落空，然後相其無備之處取之，此皆以軟破硬也。又如彼此立勢，我乃假作硬勢進槍，彼亦以硬力革我，我却變圈串軟法扎之，謂之借硬用軟。又如立勢之時，

我以軟勢吞吐進出，使彼不防，我於進後忽用硬力，疾速取彼，謂之借軟用硬，此中變於無形，動於無聲，學者不可不留意。」觀轉公此段議論，見識高深細密之極矣。少林之槍，所以與峨嵋有間者，封閉根本之功少，其於行着，未免因事製宜，不從根本而發，似乎下流塞水耳，非專以剛勁製勝者也。衝門自取其性之所近，專抽少林剛猛之法以立教，偏於粗厲，其負少林者多矣。王子安文章爲才所使，以致腸肥腦滿，失江庚清瘦逍遙之度。衝門槍棍爲力所使，以致掀天揭地，失少林強弱互用之意，其病正同。

敬岩於江南槍師，惟許程真如、程衝門，余於二君，年齡相懸，皆不及識面，而皆得見其書，真如深會予心，冲門道不同也。

真如云：「普恩立機空室，練習二載。夫槍皆活法，豈立一機而可練習諸活法？」予謂槍以封閉爲根本，其所立機，只以練

習封閉者耳。當是製一大弩，以杆爲矢，張而發之，杆來深疾，不易革開，練至能革開一杆，則以二杆前後相隨而發，加至四五杆而不傷身，則眼明手快之極矣。蓋人力所發之杆，畢竟不如弩發之疾，且無情可畏也。普師誠志士哉！世不二見也。

深究敬岩、真如之異同，真如只學於普恩，一師而成，純乎純者也。敬岩自云馬家槍法，而緊要處全同真如。蓋初本馬家之法，由其功力專深，不覺不知與普恩合，而馬家帶棍之法，亦不驅逐，皆以槍法用之，由雜而純，既純之後反以雜，故見其廣大者也。真如如昌黎，合下便是古文，自始至終，不帶六朝。敬岩如柳文，初本六朝，功力專深，不覺不知與昌黎合，其六朝之文，在集中反覺有別致也。

短槍如小楷，楊家槍如行書。沙家竿子如狂草，學成楷書，然後學草，乃有規則，先學草書，於楷遠矣。行書楊家槍，在二者間，既得二法，中間者不學而得。

楊家槍氣勢雄猛，而必折於峨嵋者，以峨嵋之初，站住脚跟，手熟而後動身，身熟而後動脚，根本固也。楊家槍用處在脚，故跳躍功夫多，封閉功夫少。以抵峨嵋無可跳躍，焉得不困。楊家破短槍，用退步，短槍破刀棍，亦用退步，法固然也。但學者不當株守一楊家法耳。

中四平之足貴者，以其能含藏百法，隨宜即發也。死中平不如不學。戚公鴛鴦陣，每隊用十八人，惟槍手四人，名曰殺手。

敬岩云：「槍杆重十斤外，又極硬，學成上陣，着着殺人。在遊場時，不能用我槍。若以輕軟者對我槍，如飄蘆葦，何須更破，此重破輕也。乃練習時之法，戰陣即用之。遊場惡其帶烟火氣，犯硬不能必勝，須要脫化。問曰：「戰陣實事，生死勝敗係焉，子以遊場爲難，不亦左乎？」答曰：「棘院之文，貴賤係焉，豈非實事？而元魁墨義，敢與歐、蘇較高下乎？予昔所見，海上臨陣必勝之將，至王聖通王克之極矣。」敬岩對之，不立一勢，

不施一法，忽焉刃注其喉，懾懾而退，臨陣必勝之槍安在。

來槍之虛實，於將發時面上測之，最是要訣。

誘人不如逼人，誘可不受，逼無不受也。以動逼人不如以靜困人，動則勞，靜則逸也。嗚呼！可與言此，其唯敬岩、真如哉！誘人閃賺顛提也。動勢者，海馬奔潮等也。靜勢須眼見口授。

唯欲革劈打足矣，何須封閉。封閉非止革槍，古人立此以練手臂者也。深諳此意，乃可入峨嵋之門，馬家、衝門不知，洪轉知而未深，世人可與言馬家衝門之法者如泥沙，可與言轉公之法者如磚瓦，可與言峨嵋之法者如夜光之珠。

槍非可教可學之道，由教學而得者，至少林止矣。透過此關，方見峨嵋之妙。

戰陣矢石之下，賢愚同盡，大將得如真如、普恩、德長、敬岩輩數人。宜客之幕中，大用之，則以選擇教師。小用之則以

防刺客。有如賀拔勝之襲高歡者。

敬岩槍法以萬派歸宗爲最極，得此而視諸法，如登塔頂而視街衢也。手法中有二，身法中有一。只在此山中，雲深不知處。

舞槍勢說

舞與歌同類，安責其實。用饒歌爲軍中之樂，則器舞亦軍樂中事也。而其合手法、步法、身法、行着以爲一敘，習之則技自精熟，以此不爲剩技。然非精妙之極着，舞必不佳。予不知真如槍舞雲，而敬岩曾於婁之海寧寺，一見其舞。又於門室中，以短杖作三四轉身，六十老翁，白鬚如帚，頰面長身，平日有戚施之誚，及乎作舞，竊疑衛叔寶王衛尉無此俊美也。太倉王元開，亦敬岩之徒，曾與同之皖城，每薄暮，艤舟，即於沙岸，舞青田

棍等法，皆槍法也。如是者半月，愈出愈精，無一復者，恨不同行而且擊之。敬岩此行，遂死社稷，槍舞同於廣陵散矣。

余父敬岩者僅二年，槍法中之處德依仁，傳猶未盡，何暇及於遊藝。元開曾得其青田二三套，今亦爲故人耳，徒悵惋矣。此中探海、壓卵、朝天、刪自馬二十四勢中，坐洞以下八法，皆出衝門。少林棍法闡宗，而誤雜於洪轉之書。少林有風魔棍法，棍長丈二，重四十斤，絕力之士，不須別法，只此一法，臨陣槍猶避之，何況餘器？無此力士，故僅存其名，而失實用，實用既失，同於舞法矣。少林謂之觀音棍，蓋其寺之觀音堂，曾有僧善此棍法，因以命名也。夫舞字之轉換處，寂寥處，須有虛勢以濟之，不可兼貴實用，衝門於諸舞勢，曲爲之說，以致疏舛。

石敬岩槍法記

槍舊有峨嵋，楊家、沙家、少林、馬家之名。然文章家莫

或留意於小技，而精於槍者，大抵舞文。故不能考楊、馬、沙、爲何時人。其製則沙家竿子長一丈八尺，竹槍也。楊家長一丈四尺，峨嵋、馬家，長九尺七寸，皆木槍也。竿子身長，腰軟頭重，其勢闊大而疏遲，用處在足，以騰挪進退，足如奔鹿，身如電光者爲善。馬家槍身重而短，腰勁頭輕，其勢緊密而迅疾，其用在手，以吞吐變化，身如輕雲隨風，手臂如生蛇渡水者爲善。楊家雜出於馬沙之間，學問以謹嚴爲基。故必先學馬家槍，既熟既精，然後學竿子。馬家與竿子既熟，則楊家槍不學而能矣，茲所記者，馬家槍法也。

槍之近祖有劉德長，初爲少林寺僧，又遍遊天下，而後槍技特絕，受邊帥之闢，棄其方袍，仕爲遊擊將軍，真定巡撫中丞韓晶字，延教其部將。常熟石電號敬岩，與僧洪記往見。洪記少林推第一，意殊傲蔑，及校技，而杖物爲德長所撥擊，乃心折，與敬岩百拜請受教。德長曰：「二子之技非不善也，然見我立敗立者，址

不極固也。譬于築室，降其構，弱其堂，風雨大至，有弗圯者乎？二子能從我言，悉去舊構，更其堂址。堂址既固，我不加寸木，以子舊構，構子新室，無敵于海內矣。」洪記、敬岩受命而爲之者二年，乃許入室。惟時德長之徒，最高者，山東王富，次則敬岩與韓二公子，又次者韓仆來子，又次者爲中丞公云。

余少時見中原多事，倘得見用，必與兵事。故常與裏中諸少年馳射于郊，習讀孫武、戚繼光之書，求其故。崇貞癸酉，敬岩至婁，寓報本寺。余約同裏夏君宣、玉如、陸桴亭拜學焉。玉如、桴亭與余同辛亥生，君宣長二年，二夏之居，與余隔一牆。三人曉暮習練，桴亭居稍遠，數日一來，習手脚稍疏于三人。石師之教，先練戳，戳不許多，四伐五伐，則喘息汗下，止而少憩，又四伐五伐，以力竭爲度，戳不竭力，則手臂油滑，初址不固，臨敵無以殺人矣。以漸加之，必日五百戳，幾百日而後戳址固焉。四人之中，戳手惟君宣最勁最疾。戳之後，乃教

以革，革者坐其後踵，不得移動，移動則手不熟，乃使善戳者，如矢如電以戳焉。革稍不合法，則杆必及身，顛撲于地。杆以葦絮封其端，而又厚縛紙竹于前臂，然猶左腕右臂青紫流血，恒不絕見。練革無終期，十年二十年益善。

余本書生，不能專其技，僅得三年之工，戳革既熟，然後教以連環，連環者，一戳一革，互爲主客，二人欲相殺如仇怨焉。宗門重涅槃堂裏禪，謂臨死時有用者也。槍亦重臨陣有用者，習時稍容情，即臨陣無用矣。玉如力大，革與連環，三人皆不及。戳革連環，既熟既精，然後教以破法，夜叉探海等勢，中平槍、槍中王等訣，百日事盡。始終凡三年，余戳不及君宣，革不及玉如。然見徽派程衝門之徒，氣力憤發，殆同牛鬥，絕無名士風流。石師交手，意思安閒，如不欲戰，俄焉槍注人喉，不敢動而罷，微乎！微乎！近于道矣。

蓋戳、革、連環、破法，皆下學事耳，其上達之徑，惟孫

子所謂敵逸能勞之，飽能饑之，能而示之不能，用而示之不用，攻其無備，出其不意，實則虛之，虛則實之，後人發，先人至，致人而不致於人，乃爲槍法之精微也。余所心悟，則在於此。二十年前好與四方槍師爲戲，絕少當意者，每欲覓三三少年，傳石師之技，使無斷絕，而皆欲速見小，不能下海枯石爛之工，是以無可與語。今則五十之年，倏然已過，筆情槍興，一時俱盡。呼德下謂余曰：「敬岩之技，人無可傳，何不著述以垂後。」余曰：「我法以心傳心，不立言語文字。」荏苒久之，又思石師虛實變化之妙，不可言傳，而下學之事，筆所能述，且欲使劉、王諸師及同學諸友姓名不泯，故作此記。司空表聖詩曰：「誰料生平臂應手，挑燈自送佛前錢。」詠之槍然而已，辛丑冬，吳爰譔。

馬家槍考

王圻《續文獻通考》云：「槍之家十有七，曰楊家三十六路

花槍，其分出者，有大閃竿、小閃竿、大六合、小六合、穿心六合、推紅六合、埋伏六合、邊攔六合、大封閉、小封閉名。曰馬家槍，上十八盤，中十八盤，下十八盤。曰金家槍，曰張飛神槍，曰五顯神槍，花槍七十二勢。曰拐突槍，曰拐刃槍，曰錐槍，曰梭槍，曰槌槍，曰大寧筆槍，曰拒馬槍，曰擣馬槍，曰峨嵋槍，曰沙家十八下倒手竿子。曰紫金標，曰地舌槍。余謂槍之元神只有一圈，用圈盡善者，馬家、峨嵋也。盡美者，沙家、楊家也。即此四家，馬家、峨嵋，合而爲一。沙得馬之少分，楊又兩取於其間，則四家本一家也。余十三家何以爲槍法，不圈非槍，圈則不出峨嵋矣。張飛、拒馬之類，不過一時口語所成，非真有十七家之法也。馬家槍，敬岩雖以自名，而絕無上十八盤等法，則其餘馬家尚屬傳疑。程真如親得於峨嵋，確有可據，而槍法與敬岩悉同，則敬岩亦峨嵋矣。至於楊家、馬家之人、之時、之地，皆無可考。沙則關中衛職，峨嵋則僧普

恩，普恩，真如親受業者也。真如小於敬岩十餘年，敬岩以崇禎乙亥卒，年六十外。

馬家槍二十四勢說

行槍不可有勢，勢乃死法，存於胸中，則心不靈變，況勢遇莊則益，遇會家則受損。古訣云：「他法行，隨法行。」正謂此也。馬家槍本棍法，其所作二十四勢，惟上平、中平、下平、於立身處，不期而然，必合一勢。獻爪是扎法，擺尾是躲法，滴水以降長禦衆，騎龍、認針、以左右轉換，轉角以救急，磨旗以嘗試。鴻門中有拋梭槍手法，此十一法，皆槍所常用。餘若鐵牛、地蛇、拖刀，或可一用，外此皆棍勢，與槍無幹，但其傳已久，人將謂別有長處，故留之卷末，使學者見之，知所取捨云。

槍法二十四勢圖說

四夷賓服勢：槍尖在左，開前門。

古訣云：「乃中平槍法，」作二十四勢之元，爲六合之主，六合乃馬家槍名。足知二十四勢馬家法也。是以峨嵋不言，此妙變無窮也。

跨劍開圈外門，此開圈裏門，二勢相對。

此勢雖正，然實畏下平，何況月兒側牆蛇槍所以不得不變。古論云：「盡頭槍中平槍破。」謂戮其虎口。

孫子曰：「我不欲戰，雖畫地而守之，敵不得與我戰者，乘其所之也。」中平備諸變勢，乃爲乘其所之，死中平一無所用。

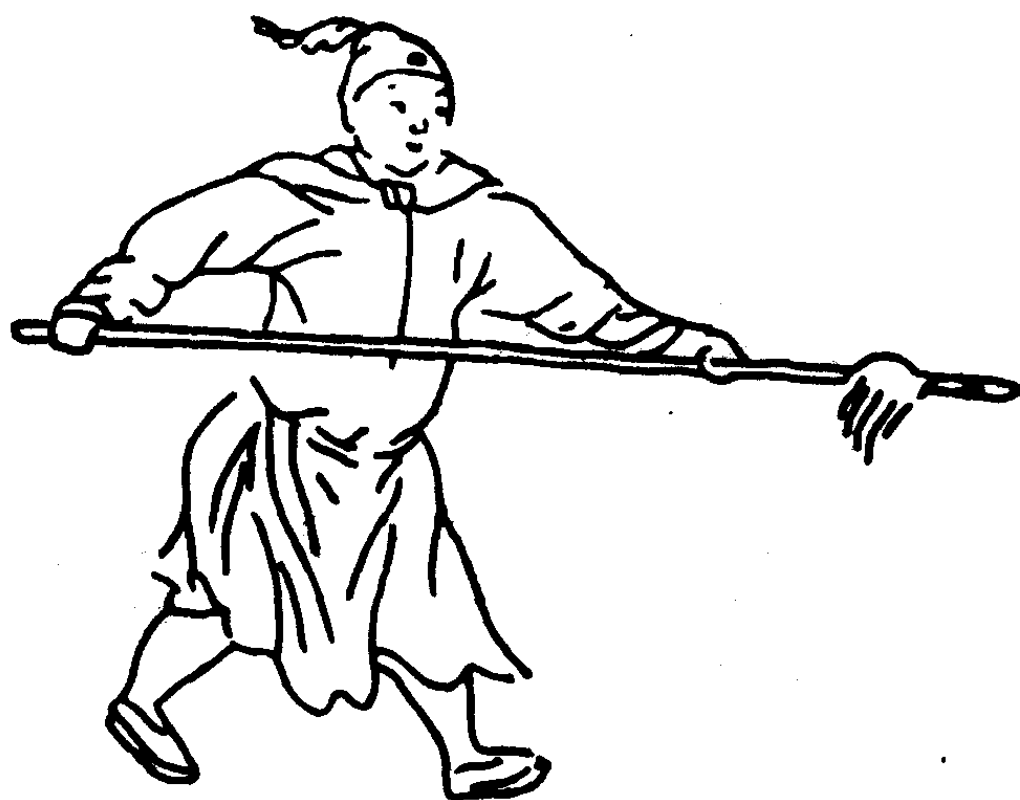


指南針勢

古訣云：「乃上平槍法」其類近乎中平，而着數不離六合之變。有心演悟，二十四勢可破其半。

大抵短降長，槍頭宜高，誘其單殺手來，我倒下，槍頭變為滴水後，跣步而進，勝矣。此勢及朝天、壓卵、護膝用法皆同，若彼用梨花、騰蛇、降槍等虛法則我困矣。

衝門云：頭高則犯拿攔，低則犯提攔。磨旗勢，槍稍高，誘彼拿攔，我即閃賺，花槍扎入，此說宜在上平，若以解磨旗，誤也。



十面埋伏勢：

古訣云：「乃下平槍法，門戶緊于上平，機巧不下中式，精于此者，諸勢可降。」

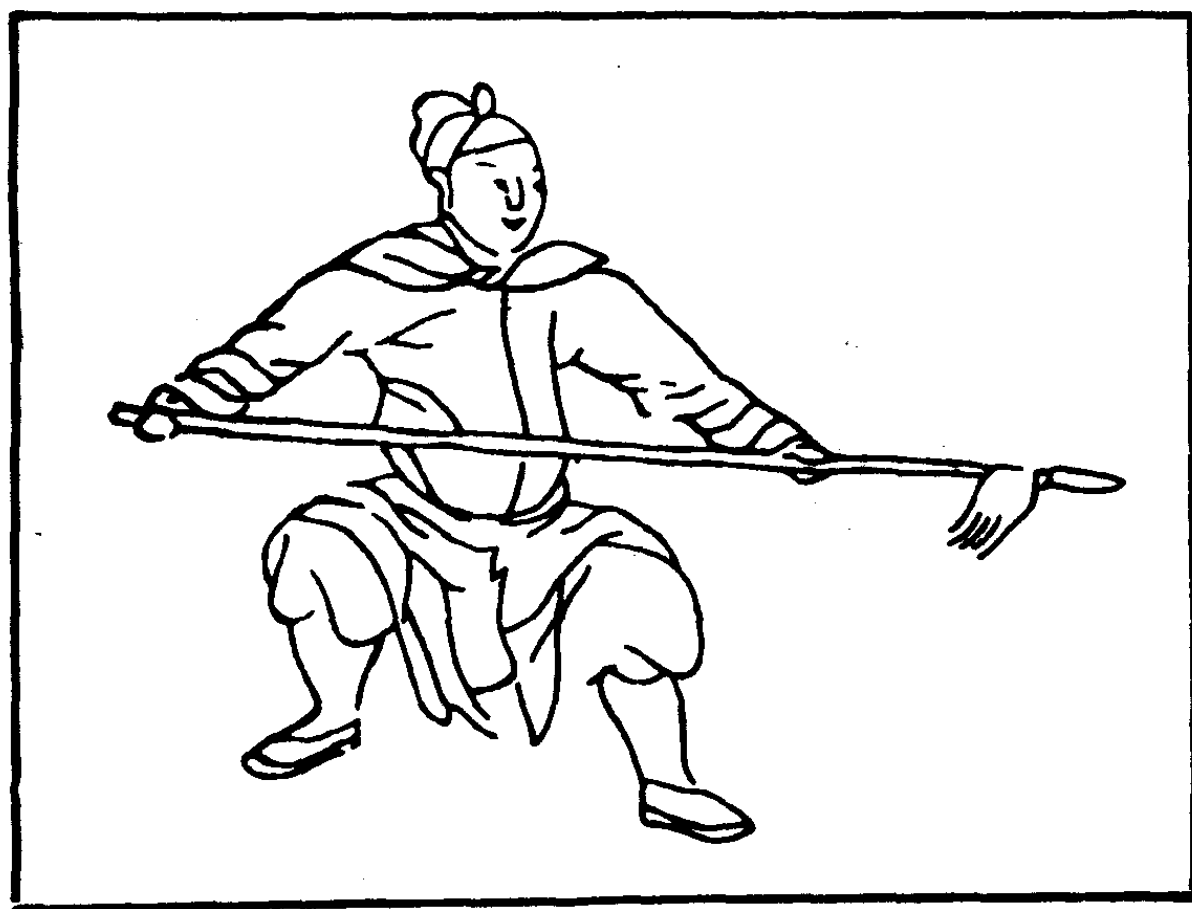
衝門云：「彼立中平，我即立此勢，以槍戈入彼槍下，可拿即拿，可攔即攔，革開發戰，彼不能守待矣。」此語爲得法。

此勢本以驚中平，彼若蜻蜓點水，我不得不變滴水、認針、皆下平之勢。

訣云：十面埋伏，言虛變多也。門戶緊于上平，言不受虛變也。機巧不下中式，言提擄之用也。提擄可破下平，而下平並敲，又可破提擄，速者勝。下平滴水，後手以次而高，槍頭以次而下。

棍勢二十四，有立下即是者。此三勢也，有用而後成者，獻爪、擺尾、騎龍、認針、是也。有擺出以誘人者，拖刀之類是也。立下即是者，槍豈能離之，用而後成者，槍雖無意于事，勢自隨槍而成擺，以誘人棍也，槍無是事。以此三條，斷盡天下古今槍式，諸家槍法。

此種勢在我本無用處，而敵有用之者，故不可不知。



蒼龍擺尾勢：

古訣云：「乃棚退救護之法，雷轉風回，驚破梨花閃賺。」

此勢有二用，身不大倒後者，後踏步進敵者也。身大倒後，胸着右膝者，脫梨花、騰蛇等兇槍及救圈外敗槍者也。無故作此勢，彼若單殺手來，我棚起即勝，若彼後踏步，進右足釘我之前膝，便立不起，敗矣。速退猶可。

衝門云：「倒身向後作敗勢，槍來我即回身拿開彼槍戳之，此拖刀之迎封接進移于擺尾，但可對單殺手，何以解釘膝？」又云：「回身右足推向前，便成騎馬，敵人側亦不籌釘膝者也。換法亦在此勢中，故戳脚即吃槍還槍也。」



青龍獻爪勢：

古訣云：「乃孤雁出羣槍法，勢勢之中，着着之內，發槍扎入，不離是法。」

練時須後手出至前手之前，前手只伺于後手下尤或救不及前手灑擲後過也。筋骨方直，至于實事，只用八分。欲其深，足稍進可矣，此敬岩、真如秘奧。衝門以活擲對爲此勢，救手總是手太猛，足不進耳。戚南塘謂此爲孤注棄槍，直是門外漢語。

短器皆有破單殺手之法，不可不知。衝門云：「前手放時後手盡，一寸能長一寸強。」在練則可，在破未然。



滴水勢：

古訣云：「乃提顛之法，順手鳳點頭。提，顛也。披撲披，擊拿也。撲，打也。中取巧，進勢用騎龍，出可用棚退勇，若還破低勢，難同伏地槍，百發百中。」

顛提者，手一提即顛起，而左右換勢也。鳳點頭即槍尖左右拋灑者是也。騎龍此勢變而之右也，顛提中事。伏地槍大意同捲，凡低來槍有二，皆虎口，一者平來，一者蹲身，而槍尖高，皆以伏地勢革之。彼持勢嚴固，我欲動之，須左右換勢而疑彼槍尖，故必淺截之，俟彼拿攔，我即以滴水手法，換左換右也。

此勢後手陽仰過頭，後腳步于圈裏進，槍頭提至彼前手，即勝，或于彼槍半帶擊帶攔，插下至地，剪步跳入，皆破地蛇之法。此勢拗步即少林棍之飛天夜叉。此與認針持久，為虎口槍所破。

下平花槍此可破之，防其逆敵，逆敵彼此皆有，疾者勝。

滴水可革子午、騰蛇，疏破緊也。滴水合跨劍即海馬奔潮。

朝天、壓卵變滴水，滴水變伏地，伏地變地蛇，地蛇變白牛，白牛變中平，跨劍，皆自然之理也。



騎龍勢：

古訣云：「回馬尚是平勢，一變騎龍，便成殺勢。騎龍戰手最長。」

此勢于長槍用最多，短槍以爲顛覆之用，鐵牛、地蛇、白鶴、騎龍與鐵幡竿同用後發者，以其皆進步也。騰蛇槍，月兒側皆可用騎龍破之，脫之。大破小也。

此勢又可破白牛。

又趨進深，騎龍可現。



美人認針勢：

後手捲而

陽，在右肋下。前手覆而陰，與滴水左右相對。

古訣云：「乃盡頭槍

法，槍尖至地好破地蛇，防他顛提，死中反活也。起手鳳點頭即顛提也。披閃輕擊進左步認直戳。」

認針進步應用騎龍，乃爲得勢。衝門用後跑步，混於滴水拗矣。

滴水於圈外破地蛇，認針於圈裏破地蛇。盡頭者言槍尖插地一躍而入。



抱琵琶勢：

古訣云：「乃白牛轉角槍法。」此非在場可立之勢，但遇急槍時，有所用之。

此勢畏騎龍伏虎。

此勢手法放盡即是撩，故衝門不論圈裏外也。

此勢蹲坐即埋伏勢，埋伏勢放下即地蛇槍也。



太公釣魚勢：

妙在手法，

身勢無用。

古訣云：「乃磨旗槍法。磨旗爲拿攔，而不轉腕。諸勢可敵。輕挨緩捉，惟不轉腕，故可輕緩。順敵提拿，真如謂之和槍，進退如風，剛柔得體。」

拿攔不轉腕，謂之死手，以從此入頭者，日後必無月兒側、騰蛇等妙處也。然轉腕者，一發不收，必不轉腕者，乃可輕可緩，不受敵侮。敬若真如絕技，在此，世人但貴轉腕拿攔，則深入壺奧，而不知不轉腕者，有更深勝者焉。



鐵牛耕地勢：

古訣云：「乃急搗確槍法，搗，打也。確，搗也。硬去硬回莫軟，惟有此槍無空，他能平伏閃吾槍，就使黑龍入洞。」

此勢手法有二，硬槍搗確而入，軟槍捺攥而入。

倪觀樓以仙人指路破此勢，輕破重也。

搗確之輕者名鷄啄粟，戚公曰：「兩人對鷄啄，我忽變大兇槍劈剪他前手二尺甚妙。」此忽變故妙，深得用重大之神，不忽變即衝門大封大劈矣。

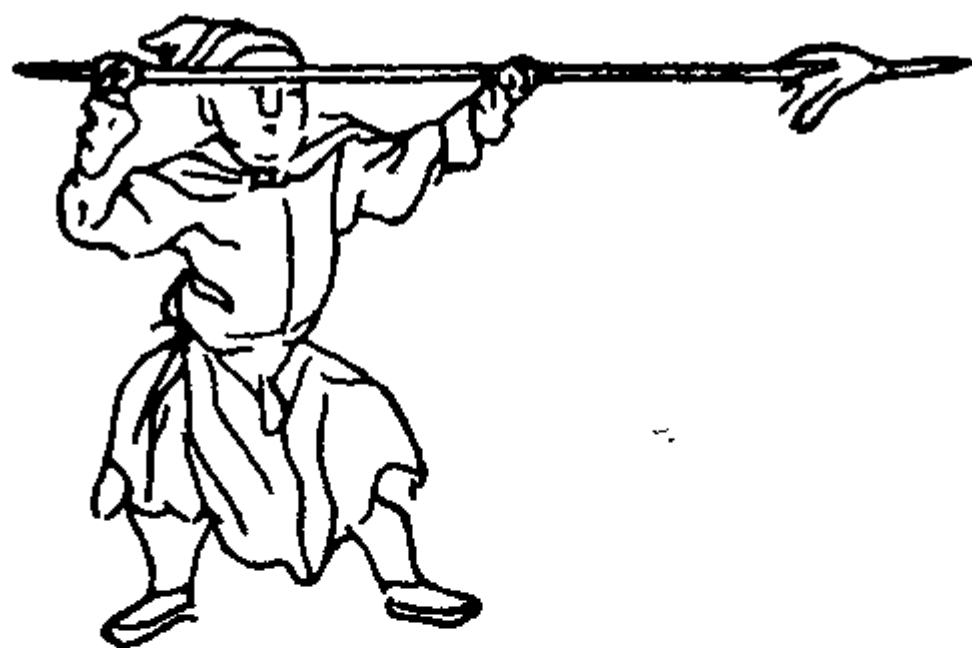
衝門曰：「撲鶴鴒來硬打，硬莫若變勢另思量，謂滴水也。」



聞鴻門勢：

古訣云：「乃拋梭槍法，
訣語甚多，只此盡之，不
過身進而槍退耳。」游場追
敵，必用拋梭法，乃不傷
人。訣雖極口贊此勢，然
非有秘奧也。

深進須用拋梭手法，
不然，槍尖過老彼入我槍
胸，敗矣。



鋪地錦勢

古訣云：「乃地蛇槍法下平手法，加以蹲坐。起手先發也，披挨輕拿也，急刺戳也。高來言應兵也，極平戳來在此勢已高，直擦輕拿兼戳難饒。若他滴水認針穿，滴水在圈外，認針在圈裏，更法死中反活或急打，或逆。」

論云：「伏虎槍地蛇槍破。」夫伏虎槍是左海馬，必以地蛇脫之，足知地蛇亦可破海馬。

地蛇脫法，身大倒後，槍括地一團即立起。

滴水認針皆可破地蛇，而有死中反活之法，滴水來即逆賊起認針，來即顛提打。白牛放下手，蹲坐即此勢。衝門此勢用偷步進，即鴨踏步也。此勢革槍只用磨旗手法，故曰披挨直擦。



白猿拖刀勢：

古訣云：「乃伴輪鋒回槍法。逆轉硬上騎龍，進左足于右也。順步仍還左足於前也，此步有一法，彼圈裏來則用纏欄攔靠。圈外來則用迎封接進。蹲坐極低，大會以開其槍，有賴于手捲。纏欄棚靠。迎封接進弄花槍，就是中平也破。」

戚公云：「回伏之槍，俱是誘我發戟，彼即棚起還槍，此勢不能發戟。若釘住左膝彎，即因四門槍，說見後。」



推山塞海勢：

古訣云：「乃護膝後手出在前膝間，又蹲坐也。槍法。高來搖旗挨捉，謂以磨旗手法輕拿輕攔也。低來鐵帚即鐵掃帚顛提。即提攔。中來如箭有虛，此語最妙，對破不堪，用單殺手也。真，可用鐵牛耕地。」

《紀效新書》解此云：「彼長我短蹲坐，槍頭起高，慢慢逼近，彼扎來一提粘住，用蒼龍擺尾步趕進，萬無一失。」余謂此言只可用于單殺手耳，若彼用降槍勢，大難大難。



鷓鴣子撲鷓鴣勢：

古訣云：「乃撥草尋蛇槍法。高接雖用纏拿，雖用，言不恃之也，逢中披輕拿也，擦進幾也，直過。倘他棚退把槍還，滾手中平一剝。」

此實有二勢焉，用鐵幡竿脚步打彼毛際者，撲鷓鴣也。不進右足八字打者，撥草尋蛇也。

《紀效新書》云：「破伏棍須剪他手前二尺。」

衝門鐵牛云：「撲鷓鴣來，硬打硬。此言撲鷓鴣也。」

少林棍云：「左右拿看八字行，此言撥草也。短降長，長若用降槍勢，騰蛇槍等必不可破，用撲鷓鴣或可圖倖倖耳。」



鐵幡竿勢

古訣云：「乃外把門頭在右也，黃龍尾杆槍法杆靠腰，推槍開槍不用拿攔——接以腰刀革槍二進扎也，四字言應兵蛇弄風三字言先發也，白蛇弄風即龍杆手法，撲着鶴鷄不放鬆進左足深打其小腹，此句又有註，在撲鶴鷄勢中。」

用撥草手法，兼此步法，方是撲鶴鷄。出槍既長，又進右足，故可以降長。

此勢而槍尖在左，即少林棍之右八字，打左槍之行着，名左拗步打。



靈貓捕鼠勢：

古訣云：「乃無中生有槍法謂彼立勢嚴固，無間可入也。進步左足大步，右足隨步。虛下撲纏撲謂後手出槍甚長而假撲之也。纏謂彼硬迎我即纏攔，彼軟避我，即纏拿也。賺伊槍動使梨花，此不專指三擺頭，為騰蛇槍、月兒側等皆是。遇壓謂橫壓挑天衝打挑起破之。」

訣中有手法五，步法一，進步撲纏本勢已完，後乃防變之詞。

壓即溜壓、沉槍等，禦壓挑不如打。

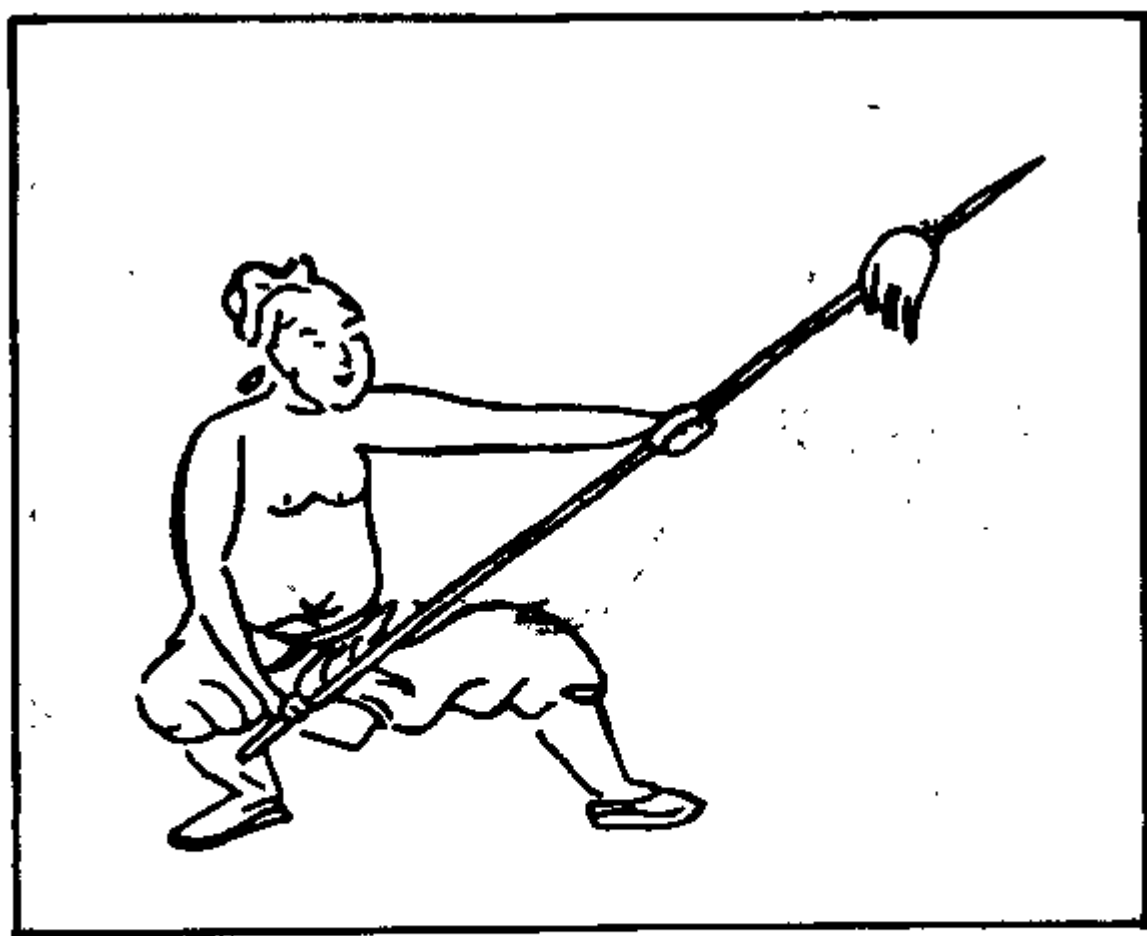


伏虎勢：

古訣云：「乃六封槍法曰封謂槍頭在右，斜倒硬上如風，謂我進右足，退閃提攔二者法相近，故並舉之。纏捉即纏攔。他如壓卵又朝天，鐵帚打也迎封接靠亦是打也。」

鐵牛打來，我進後足於圈外，釘其股使不能起，是爲伏虎之正用。伏虎手法與海馬同，但用之於右邊耳。退閃以敵言。六封者左右之上中下，皆無空也。

騎龍與此大意相同，但騎龍脚步大，兩手托滿，不虛靈馬家難用，不如此勢。又鏟可用伏虎打之。



邊攔勢：

古訣云：「乃裏把門，封閉槍法。頭在右也。守門戶此言應兵有纏提即纏攔顛拿即反擊。閃賺此言先發上穿指股袖穿指穿袖見後截法。股即袖，皆顛提中事。倘他出馬一槍迎，抱着琵琶埋伏抱琵琶蹲坐即埋伏勢。」

此勢前手陽。

此勢乃革，戳脚者，若以革中平，一遇閃賺，死無日矣。

衝門云：「彼槍來，我一攔至地，顛起還槍與江湖遊食者何異？」邊裙二攔，馬家槍中之雜棍者也，于槍用之甚不合，可去。



跨劍勢：

古訣云：「乃裙欄槍法，大開門戶槍尖在左，開後門。誘他來逐。我中途拿剝剝即削也，他虛頭高也，我實頭低也，搖花槍并風等法，我實頭低也，他虛頭高也，棚退救棚退見行着。」

跨劍與中平左右相對，槍根纏腰。古人立此二勢，自有妙用。

衝門以跨劍混于邊拿，即誤，又曰到地發戳其誤更甚。

捲即跨劍之盡極者耳。此勢進必鴨踏步。此勢前手陰。



朝天勢：

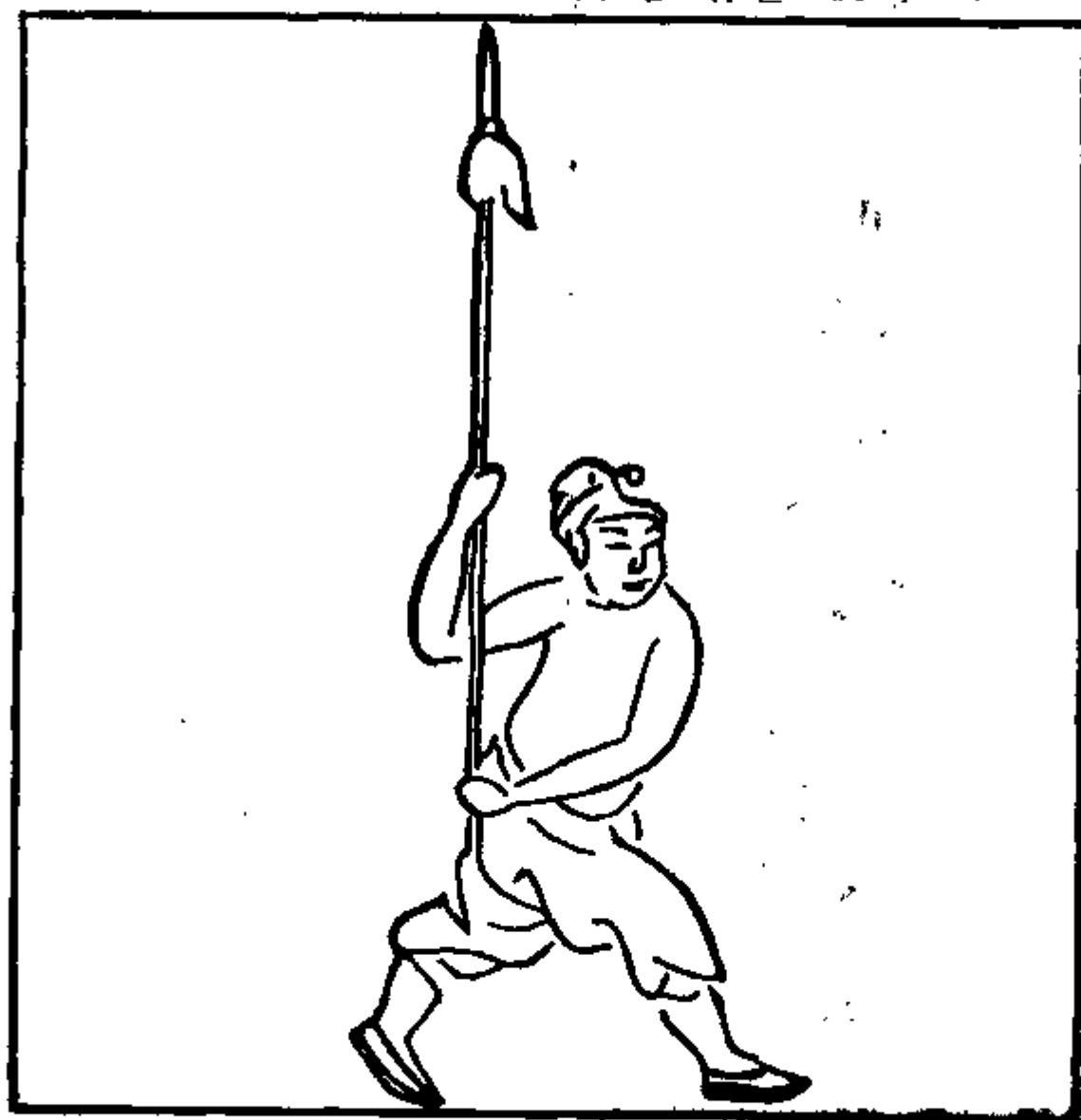
古訣云：「乃上驚下取槍法一語盡之矣。搖旗帚地鐵牛耕此言取下，那怕他拖刀詭計拖刀變態多，故以高勢變滴水，總壓之。」



泰山壓卵勢：

古訣云：「乃鷹捉兔之法從上而下。勢雖高發，身中變異，開前足。任他埋伏地蛇衝，我又磨旗掃地。」

朝天、壓卵，今日峨嵋絕不言之，蓋棍法耳。古訣有此者欲大全耳，不必實用。



夜叉探海勢：

古訣云：「乃持槍行立看守之法，遇敵變勢，隨機應用無不中節。」

滄塵子曰：「此二十四勢中，多有無關係者，以中平上平訣有六合二字，決其爲馬家法。故與少林切近，與峨嵋不甚合。古傳舊式，以是聊借用之。」

此勢彼打來，可點其前手。若扎來即不能禦，去之可也。相近則上中下三平猶慮其疏，相遠則無所不可，此等勢留之無用。



增訂手臂錄卷三

單刀圖說自序

唐有陌刀，戰陣稱猛，其法不傳。今倭國單刀，中華間有得其法者，而終不及倭人之精。每見單刀高手，平日侈言破槍，及至赴敵，莫不驚槍而往，則其實用可知矣。

蓋短器降長，惟碓門壅塞，槍至於不能出後手，乃爲短器所困，行列稍疏，短無破長之理。遊場槍之受破者，惟一單殺手，至於閃賺顛提，則槍猶畏之如虎。況單刀乎？程衝門刀法，唯破單殺手，其疏可知。余法不然，單刀敵輕長之器，則避其虛而擊其實。何也？槍之虛處，變幻百出，必非刀所能禦，而實處惟有一杆，苟能製之，則無以用其虛矣。單刀敵短重之器，則避其實而擊其虛。何也？大棒鐵鞭，長斧木鑱，不可直當，必

斜步偏身，避其重器，擊其身手，乃可必勝。擊虛必傷人矣。削亦粘槍，而勢力不如斫大，進步又拙，是以次之，鈎革皆用刀背，槍得滑去，百變生焉。

余選刀法十八勢，從下斫上，則有左右撩刀二勢。從上斫下，則有朝天、斜提二勢。削槍則有左右定膝勢，出入子六勢之間，而可上、可下、可左、可右、可斫、可削、可進、可退，則有二拗步勢。實用止此八法，餘十勢不過小變其形以眩人耳。斫削粘杆，余本得之漁陽老人之劍術。單刀未有言者，移之爲刀，實自余始。安得良倭一親炙之。壬寅八月望前五日，古吳滄塵子吳旻一氏修齡譔。

單刀手法說

單刀手法向有提下、鈎上、革左革右之類。余以其不能制槍，故皆不取。唯倚劍術斷取衝門斫削粘槍二法用之。

斫削者，刀之大端也。然有大必有小，而後嚴固逸豫。故取棍之鷄啄粟、槍之海馬奔潮以輔之。蓋審勢必勝，則竟用斫削。若非可必勝，半虛半實，則此二勢實能羈縻聯絡于其間，以俟可乘之隙。若遇拙槍，二法即可勝也。斫有上斫、下斫，上斫、下斫各有左右，而又皆有子勢。子勢者，如子之輔父，非二非一也。削有上無下，而上又有左右，亦有子勢拗勢。出入乎左右之間，如月之有閏以成歲也。左上斫有斜提勢，右上斫有朝天勢，左下斫有左撩刀勢，右下斫有右撩刀勢，左削有左定膝勢，右削有右定膝勢，閏法有拗步削勢、拗步撩勢。而左獨立勢則朝天勢之子也。低看勢則左定膝之子也。上弓勢、外看勢，則右定膝之子也。按虎勢、拗步單撩刀勢，則左撩刀之子也。人洞勢、擔肩勢、單提刀勢、單撩刀勢，則右撩刀之子也。此十八勢，習之精熟，雖未能真合于倭法，而中國花法，皆退三舍矣。

單刀十八勢圖說

左定膝勢

槍來，將身坐後成低看勢，用寒鷄點頭手法。又深來，退前足成上弓勢。極深來，然後削之。凡削後進步，用海馬奔潮。



右定膝勢：

上勢進後左成此勢，
用法與左定膝同。



拗步削勢：

法見序中



拗步撩勢：



斜提勢：

先立上弓勢，槍扎脚，刀提開，列身誘之，成此勢槍必深入，刀移前足于左，進右足從上斫之。



朝天勢：

槍右來，前足開左，進左足拗斫之，名左八字。槍左來，前足開右，進後足順斫之，名右八字。獨立勢用法，不出于此。移前足，進後足，刀從上而下，可變右撩刀勢。



左撥刀勢：

開右門，槍來前足開
左，進後足，刀自下而上。



右撩刀勢：

大意同上，此二勢，倭之絕技也。



獨立勢：



低看勢：





外看勢：

此勢直立，誘槍戲來，
然後蹲坐，成上弓勢以削
之。蓋槍高身低乃便于削。



按虎勢：

開前足，即單撩刀勢。

開前足進後足，即拗單撩勢。



拗步單撩勢：



入洞勢：

入洞、擔肩、單提、皆
變單撩刀勢，只進一足即
拗撩刀勢。



擔肩勢：



單提刀勢：

此右撩勢爲第。



拗步撩刀勢：



單刀圖說後序

槍若單殺手直進，刀之勾格，足以制之。槍若閃賺顛提虛進，刀之斫削，足以制之。而更有可畏者，則在槍之大封大劈，蓋去身既近，而上下左右，處處攔截，不可得進步，又處處可以發戳，不知倭人有何良計。若惟余所遇之刀師，言此未有不嘿然者。余故曰：「刀無破槍之理，槍拙而被破，非刀之能也。必也。礮門纏塞，至槍不能出後手，乃爲刀之勝場，而劫營巷戰，亦其類矣。」此非空言，蓋以余之槍破余之刀，而深見其甘苦者也，敢不詳說之。滄塵子吳爰一氏修齡譔。

增訂手臂錄卷四

古論注

上遊場撥草尋蛇上，下遊場秦王磨旗下。此雖古法，今不必也。

一截。

程真如有截法，見行者。

二進。

鐵幡竿勢中有此語。

三拿。

見革法。

四纏。

即纏槍。

五攔。

見革法。

六直。

見闌鴻門勢，槍頭、槍根、前肩、後肩、前脚、後脚，皆直，爲六直。

大遊場秦王磨旗。

即前意。

鐵掃子逼無路。

見行着。

裙攔槍。

即跨劍勢。

此三句疑有誤。

伏虎槍地蛇槍破。

解見本勢。

盡頭槍中平槍破。

解見本勢。

中平槍槍中王。

者法皆從此出，又能破諸勢也。

高低遠近多不妨。

高家有勾留等勢，低家有提擲等勢，遠謂鴻門、回馬，在遠作勢子者，近謂梨花、騰蛇，深入迫我者。

高不攔，低不拿，中間一點難招架。

所以平日只練拿攔也，此句言革法。

去如箭，來如線。

此句言戰法。

指人頭，扎人面。

泛言哄誘。

圈裏搭，圈外看。

圈外搭，圈裏看。

所以防閃賺類提也。

高低遠近多看見。

看見故不妨。

你槍扎，我槍拿。

常道也。

你槍不動我槍扎。

不動謂立勢把守，扎謂梨花等，非直戳也。

槍是纏腰鎖。

余註此篇，專爲此句。將以爲敬岩、真如之證據也。夫拿攔而槍根稍起，則全體皆浮，彼之變弄百出矣。必槍根低於槍頭，而後全體堅實，不困於閃賺顛提，即以我槍頭製彼槍根之理也。纏腰只是正勢，言其變或當毛際，或着脚面耳。衝鬥大封大劈，槍根當胸矣，其謬可知。

先扎手和脚。

扎手謂制其槍根，扎脚謂制其影手步等。

扎了手和脚。閉住五等都路口。

他法行，隨法行。

脫化盡者，方合此語。東坡所謂江至石鐘山而奇出也。

中平六路總，變化有多般。

六路謂左右各有上中下也。

疾上又加疾，扎了還嫌遲。

隨法行者，能疾。稍有意爲之必遲。

槍有三件大病

身法不正，是一大病。

着着有身法，功夫純粹。嚴師琢磨，方免此病。

當扎不扎，是二大病。

不能隨法行也，余深恨之，曾見敬岩，故自恨也。

三尖不照，是三大病。

上照鼻尖，中照槍尖，下照脚尖。

沙家竿子用法說

槍有根、有腰、有胸、有頭。如丈八竹槍，以根前八尺爲腰，腰前六尺爲胸，胸以前爲頭。硬槍自根至頭皆有力，皆可用。竹槍之頭虛軟，凡硬槍以頭製勝之法，皆不能用，唯虛搭虛顛及一戳耳。兩竹槍相對，我槍腰雖硬，適當彼虛軟之頭，終無以用我力。凡所持以革人者，惟槍胸耳。是以十字步而進，剪步而出，其間鳳點頭不過左右拋灑，以眩人目，絕無硬槍繚環、騰蛇等妙用。夫九尺七寸，可謂短矣。而自根至尖皆有用。丈八可謂長矣，而惟用其胸間六七尺，是製短者反長，長者反短也。短則槍法自必淺小，故君子不貴之，特爲行間兵卒之用，故謂之驟也。

臨陣兵槍說

臨陣者，戚少保所謂千百人成列而前、一齊擁進、轉手皆難者也。兵槍者，教之易解，學之易能，用之易效者也。衝門云：「臨陣無過大封大劈，此時人心惶遽，唯有槍擊地而已。」大封大劈，甚類擊地之常情，而借地勢激起，易以發戳也。至於數十槍手，截路守伏，行列疏寬，可以轉退出人者，則有衝門所云：「進退鬥殺，以鳳點頭爲最疾。如敵人敗走，我將槍頭點地，或閃左，或閃右趕進，將近戳之。彼若革開趕來，我將槍頭拖地拉，點地退走，離開即有救手。」余謂此比前進一階矣。更進乎此，則教以顛提。衝門云：「圈裏戳去，於彼拿時我槍轉至圈外着之。」余謂此更進一階矣。人能熟習大封大劈，必勝之兵也。能鳳點頭選鋒之兵也。精於顛提，臨陣必勝之鬥將矣。衝門論槍，遠勝《紀效新書》也。

諸器篇說

槍以一直條，故難用而多奇。又有旁枝，故易用而少變。少變故藝家不貴易用，故兵卒之庸下者宜之。而凡爲鏹、爲鏹、爲鏹、爲鏹、爲鏹，皆不出此。布帛肉粟，固不能比於錦綉珍錯，而林穰穰之民，若必恃錦綉以爲暖，珍錯以爲飽，饑寒者寧有既乎？雖謂叉鏹之論，貴於槍焉可也。今世峨嵋之槍，少林之棍，日本之刀，專門名家，多爲世所稱，而雜器鮮有聞者，亦以不甚貴重之故。余廣求師說，亦無大奇奧者，槍之緒余而已。何可深論，以其爲行陣所不可少，故作此以附於槍法之末焉。

叉說

叉之製鐵頭勿重，重則壓手。木杆勿短，短則不能傷人。故

頭止一斤，中鋒挺出三四寸。柄長八尺，營造尺也。根有瓜鋸，重倍於頭，左手在前，如槍之法，則適用矣。《紀效新書》所言，皆又之實用，可遵可信。而余則於其中又舉要焉，何也？槍本一直條，而善用槍者，能有橫力，於彼掌中握去其槍，又有橫枝，豈可捨此意而別求用法。故《紀效新書》七勢，如朝天、進步、伏虎、拿槍、騎龍、架槍，余皆不取，唯取中平一勢，而專意製槍之左手前三尺，槍於上下左右戳來，又即隨法而行，得一着杆，轉腕進足，直傷其手，無不勝者。然須全用槍法，左手在前，乃得變化如意。考叉之名家有五，曰雄牛出陣，曰開山七埋伏，曰番王倒刀，曰直行虎，曰稍攔跟進。稍攔跟進即民間所用重頭短柄，《紀效新書》所斥者也。余三法皆不如直行虎之捷，直行虎比之余說，稍爲近之。

狼筧說

狼筧，《紀效新書》所言甚善。鋒重半斤，旁枝十三層，不足者縛而足之。檀木續根使重，則其身虛靈，此器《紀效新書》有六勢，而余以闌下、架上、鉤開三勢爲主。架上即槍之剔，闌下即槍之提，鉤開即槍之抱琵琶勢。言乎手法，則《紀效新書》所言、前弓後箭、陰陽要轉、兩手貴直、推步如風，十六字盡之矣。余見一筧師，以布縛筧，掛于項而用之，極爲省力。夫筧無戳手，如此甚善。而倪觀樓用筧，則左手在前，全同槍法，倪精于竿子，故自出新意如此。人苟得沙家法三四分，即第一筧手也。

藤牌腰刀說

自戚公立法以來，江南刀牌手，于兵居五之一，然能如《紀

效新書》所言，可以入槍者絕言。蓋槍又長兵，雖失其精微，而渣滓猶有可用。刀牌器短，精微既失，即同赤手矣。琴瑟、笙篴，若無妙指，不發妙音。用兵者勿以戚公之嘆美刀牌而輕用之也，《紀效新書》八勢，唯低平勢發標誘敵者難用，餘皆兵卒之指南，但此器輕短，一遇大棒立困，不可不知。

大棒說

《紀效新書》棍法，勝于其槍十倍。可比程衝門之少林闡宗。然過于高深，兵猶難語，況于甘爲人下之火兵乎？余見少林有一家棍法，名曰五虎攔，唯一打一揭而已，打必至地，揭必過腦，平平無奇，殆如農夫之墾土者，而久久致功，打揭得勢，則少林諸法甚畏之，不可以平平而輕視也。火兵教棒，五虎攔最爲宜稱。

筩槍說

馬家槍，神化之技也。聽其爲畸人絕學，而不必責之于將。如蘭亭樂毅，豈徐浩誥敕，李邕碑板之用哉？楊家槍，碑板誥敕之書也。正宜于將，而不可責之于兵。李兵相宜者，莫若沙家竿子，體輕長而法簡易也。余因其輕長而甚簡易，乃有筩槍之作焉。

筩槍者，槍而兼筩者也。夫狼筩旁枝一十有三層，可以禦矢，可以禦馬，可以禦滾刀，可以禦長槍，器之至善者也。但重笨而不能殺人，是其所短。筩槍之製，即于竿子胸，留旁枝四五節，雖不能禦矢，而極得其力，即爲一箇絲，故難用。又于左端，用飾子焉，其形若巾，有橫枝，即易用，而頭重大，不稱長竿，造之又多費。今筩槍有旁枝，拿攔易便，有叉子之用，一利也；無叉子之費，二利也；雖不能入，三利也。可以製

長槍，四利也；即用槍法，兵不更學，五利也。有五利而無一費，何善如之。

余于擊刺，留心三十年，其中有四、五年習練之功，深知甘苦，屢折槍師。故敢改非，非如他書生空言而已。倘不見信，請得竿子好手，與余筦槍一試之。

劍 訣

漁陽老人教余劍術，且曰：「此技世已久絕，君得之，慎勿輕傳于人。」余恐此技終致不傳，又顧念老人之語，故不著說而作訣焉。

長兵柄以木，短兵柄以臂。

長兵進退手已神，短兵進退須足利。
足如脫兔身如風，三尺坐使丈八廢。

余擅梨花三十年，五十衰遲遇劍仙。
劍術三門左右中，右虎中蛇左曰龍。
手前身後現刀勢，側身左進龍門啞。
身前手後隱刀勢，側身右進虎門易。
二勢用手身誘之，彼取我身手出奇。
點者奇正亦能識，捨身取手主擊客。
我退我手進我身，左翻右躍如獅擲。
虎躍不入龍，龍翻不入虎。

龍翻虎躍皆蛇行，直進當胸不可阻。
左右進退有虛實，六法相生百奇出。
彼退我乃進，彼退有奇伏。
彼進我亦進，彼進乃窮蹙。

撲身槍尖迫使發，死裏得生坐鐵屋。
嘗以我矛陷我劍，矛多虛奇劍實戰。

當其決命爭首時，劍短矛長皆不見。
自笑學兵已白頭，初識囊中三尺練。

後劍訣

劍器輕清，其用大與刀異。劍訣實有所隱，恐古人之心，終致淹沒，故又作後劍訣一絕，微露之。

劍術真傳不易傳，直行直用是幽元。
若唯砍斫如刀法，笑殺漁陽老劍仙。

雙刀歌

島夷緣海作三窟，十萬官軍皆暴骨。
石砭瓦氏女將軍，數千戰士援吳越。

紀律可比戚重熙，勇氣虛江同奮發。
女將親戰揮雙刀，成團雪片初圓月。
麾下健兒二十四，雁翎五十齊翕忽。
島夷殺盡江海清，南紀至今推戰伐。
天都俠少項元池，刀法女將手授之。
乙亥春杪遇湖上，霜髯偉幹殊恢奇。
謂余長矛疏遠利，彼已填密須短器。
繞翠堂中說秘傳，朔風六月生雙臂。
俠士不久歸天都，余手精熟如鼓枹。
猶意左右用如一，每當確鬥多齟齬。
眼前兩臂相繚繞，殊覺神思非清虛。
後於漁陽得孤劍，隻手獨運捷于電。
唯過拍位已入門，頗恨不如雙器便。
乃知昔刀未全可，左右並用故瑣瑣。

今以劍法用右刀，得過拍位乃用左。
手眼清快身腳輕，出峽流泉風撼火。
始恨我不見古人，亦恨古人不見我。

增訂手臂錄附卷上

峨嵋槍法

峨嵋僧普恩立法，海陽弟子程真如達意，古吳後學吳曼輯。

昔蚩尤悖叛，而涿鹿興師攻擊之用始備。自此而代有征伐，如幹將、莫邪、風胡、薛燭、蒲元之儔，皆極奇盡巧。神鑄鬼熔，兵家器用，未易更仆數也。乃談藝者，必以槍爲首，稱其爲諸器之門戶也。若沙家竿子、馬家六合、進退奇伏，跳蕩盤旋，亦有能事，但開張漫衍，非夷原曠隰，未易設施，若遇險阻，即窘束矣。而短槍則地之大小險夷，無往不利，洵絕技也。承平既久，武備日馳，世鮮其傳。

西蜀峨嵋山普恩禪師，祖家白眉，遇異人授以槍法，立機空室，練習二載，一旦悟徹，遂造神化。遍遊四方，莫與並駕。

屬余客遊蜀中，造席晤言，師每首肯，問及武事，則笑而不答。余揣其意在求人也，因與荆江行者月空，禮師請教，師命余二人樵採山中，經歷二載。師笑曰：「二人良苦，庶可進乎！我有槍法一十八扎，十二倒手，攻守兼施，破諸武藝。汝欲採久而得心應手，不知身法臂法，已寓于是。遂教余二人動靜進止之機，疾遲攻守之妙。久之，余南還，又訪沙家槍、馬家帶棍槍，則意味疏淺，較之余師之法，相去遠矣。」

余敘其法，不忘所自命之曰峨嵋槍法。苟非其人，千金勿示，其珍之哉！海陽弟子程真如譔。

治心篇

用技易，治心難。手足運用，莫不由心。心火不熾，四大自靜。泰山崩于前而色不變，麋鹿起於左而目不瞬，能治心者也。

法曰：「他行任他行，他搭由他搭。惹動真主人，龍動如摧拉。」

治身篇

持龍之道，身心爲本。身法不正，則心無主而手足失措。持龍不固，進退無節，機局荒唐矣。故曰：「心動神離殼，神疲氣必虛。」

滄塵子曰：「練習之功，積如邱山，則心身不治而自治。不然，起心治心，只益其亂而已。此真如言外之意，讀者不可不神會也。」

宜靜篇

持龍貴靜，靜豈易言。必身心皆治，而後能靜。故持龍如

峙嶽，如止水，涪之不濁，觸之不搖，機深節短，使人莫測。龍靜不可太凝，凝則勢久，勢久則心怠，思沉而龍憊矣。故曰：「金龍不貴漁龍貴，野鶴無糧天地寬。」

宜動篇

動者爲行龍，陽也。其性剛，其德暴。持龍者，當知其暴，製其剛流和，法是也。

如行雲流水，電射風飄，恍惚變幻，乍潛乍現，或有或無，與神消息求之，莫得其端，視之不見其迹，乃行龍法也。然動也不可太過，太過則勞能，勝人者鮮矣。故曰：「呼吸如經，其精愈固。來回有節，其妙無窮。」法曰：「始如處女，後如脫兔。」

和暴製剛，即敬岩所謂脫化也。不脫化，遊場多敗，勝亦牛鬥耳。

攻守篇

攻者搗其虛，守者備我瑕也。攻則一十八扎，隨機而運，可虛可實，遇衆龍，則鴛鴦更妙。守則十二倒手，可劈、可蓋，遇衆龍則纏撲爲佳即石之纏拿纏攔。不攻之攻，降槍倒手是也。不守之守，鴛鴦扎法是也。攻爲陽，守爲陰。降槍倒手、陰中之陽。鴛鴦扎法，陽中之陰。陽中之陽，連扎帶打，攻守均堪。陰中之陰，和槍倒手，龍不兩着，息力養神，無如此善。回龍扎法，手中最利，謂之截龍。帶扎帶打，攻擊莫當，是曰狠手。攻守之法，該括於斯。故曰：「有開無扎，豈得傷人。有扎無開，焉能守己。」法曰：「善攻者，攻人之所不守，善守者，守人之所不攻。」

審勢篇

兩龍相當，先審其強弱虛實。施之以強，以觀其弱。施之

以弱，以觀其強。施之以速，以觀其遲。施之以遲，以觀其速。施之以守，以觀其攻。施之以攻，以觀其守。法曰：「審敵之虛實而趨其危。」

形勢篇

龍未形時，先須得地。我取高而與彼以下，我取夷而與彼以險，我取晦而與彼以明，我取陰而與彼以陽，我取長而與彼以短，我取勁而與彼以柔。取高則彼不能侵突，我得乘勢而臨之。取平則彼不能馳騁，我得挪移而進之。取晦則彼不見我形，因而擾之。取陰則彼爲日所眩，因而欺之。取長取勁，則彼不能攻，我因而困之。先發制人莫若虛扎帶打二法，與捲槍、擊槍、二倒手四法互出，人無所措手足矣。

戒謹篇

寧地還宜避，侵晨莫向東。

燈前不舉手，月下勿持龍。

最惡時多酒，偏嫌腹已空。

好勝休交妬，當取莫教鬆。

此言遊場臨敵不論，當取莫教鬆，旨哉言乎，是謂八戒。不知者不與言，不仁者不與傳，談元授道，貴乎擇人。

倒手篇

有劈槍倒手，有纏槍倒手，有流槍倒手，有和槍倒手，有擊槍倒手，有蓋槍倒手，有提槍倒手，有撲槍倒手，有鈎槍倒手，有封槍倒手，有挑槍倒手，有捲槍倒手。劈貴坐膝，槍頭

起不過五寸，直劈而下，後手一出，以擊其手。纏者，先虛搭，彼轉下，我從上轉右而下，彼又從左轉上，我又從下轉左而拿之也。流者，龍來或左或右，我身稍退，隨其左右而劈之，待龍老直搗其主人。和者，擠挨搭托也，即後所謂先輕開也。擊者，左右擊之，即繼以纏，入死龍之法也。蓋者，進步斜壓其槍也。彼動即戳。提者，革低來槍者也，槍根忌高，惟提槍根高。撲者，似捲而打也。鈎即攔也。其緊密者，肘貼脅下。封即拿也。挑者，彼蓋我槍，我伺其起，槍稍鬆，即挑起扎之也。捲者，開步蹲坐而拿，直至彼前手取勝也。此十二倒手者，開槍之法也。

扎法篇

有單殺手扎，有左右串扎，有左右圈扎，即石之疊穿。有穿簾扎，即顛提。有帶打扎，有左右插花扎，有投壺扎，石名穿。有實

扎，有回龍扎，石名就。有截槍扎，即石之木鼻。有無中生有扎，有迎槍扎，有虛扎，石名圈手。有月牙槍，有子午槍，有騰蛇槍，有鴛鴦槍，有降槍。單殺手者，進步進手扎之，傷人雖猛，自亦有空，不可輕用。唯恃騰跳，石名偷槍。先以帶打，則無虞矣。串即流俗通行者，粗法也。而峨嵋用之，別有神解。圈者，串而串也。穿簾者，即顛提。破叉、鏢者也。帶打者，撲擊發扎也。與衝門不同。插花有左右，破叉、鏢。投壺破地蛇之扎也。實扎不下招架，開前足，扎後手。回龍扎者，盤名就。彼槍來，我隨槍稍退，彼收槍，我乘虛而入。戳者，輕用擠挨手法，開之即扎也。無中生有者，於彼纏槍中退出，而用回龍槍也。迎者，兩來槍而我中彼開也。虛扎者，串之無影者也。月牙者，串而子午也。子午者，單殺手之神妙者也。騰蛇者，繚環之扎也，坐膝進步，龍頭稍高，左右連扎，妙在手法以製其動，然勿多遊以衰我氣。降槍者，龍來我斜壓之，不令得起，彼挑起即搗其

主人，彼不挑，待龍老即進。此十八扎者，攻人之法也。

破諸器篇

槍破諸器，用各有宜。帶打、穿簾、左右插花，破叉鏢也。勾、撲破鞭劍也。長竿雖利，提擊可降。雙刀雖奇，帶打必落。三停偃月，虛串用而亡精。神棍一根，降槍舉而束手。虛迎兼用，挫戟鋒鏑。插花互施，入牌門戶。破藝要訣，悉吐於斯。帶打可以破提刀勢，而不能破風雷滾轉。

身手法篇

身法乃藝之門戶，進退盤旋，皆由身法。身法既正，則十二倒手，十八扎法，無不應心矣。手法，凡開槍後手低則堅實。

頭不過五寸，惟提後手則高，捲槍之法，前捲後出，無不傷人。纏提蓋拿，觀彼來龍，爲左爲右，進步即勝。勾撲和封，盡在兩手，實扎移身而進。鴛鴦開法移坐膝，須身法躲閃，乃生死之門。子午、月牙兩手微細功夫。單殺手、左右插花，全賴騰跳進出，連扎帶打，劈槍皆爲狠手。

總要篇

翁其生補作，洞庭東山人。

持龍之法，貴乎坐膝。身心手足，相應爲佳。凡扎之求中而中者，未盡善者也。盡善者，不求中而中。不求中而中，人

發取勝，雖半勝也。凡開槍先輕拿，近彼手乃重，起手重則無救應，輕重疾徐，貴相當也。龍來宜輕開者，恐彼陰陽互變，流而未定。我用重力，則顧右失左，顧左失右矣。故以輕開降住，以防其挨龍直下，深宜戒之。凡應酬須知虛實，先爲運補，得宜爲妙。譬如彼龍虛來，我但用輕開之法，彼必於我空處盡力實來，待臨主人二寸許，然後身心手足俱到，用纏降之類，斜挨來龍，直犯主人，無不敗矣。諸扎法倒手，無一不善，攻守並得，超羣絕倫之學也。

「真如之沒，後於敬岩十年。時遊吳門，竟不一見，抱恨何極。此書其手授翁慧生、朱熊佔者也，壬寅冬初，熊佔以惠余。字字珠玉，如見其人，可寶也。滄塵子吳爰敬誌。」

評程真如峨嵋槍法

余匯集諸家之槍，遂得五百餘法，以皆棍雜槍故。至如槍

棍本二器，豈可等視逐末，法愈多而槍意愈失。二家之法，遍行海內，知槍棍之辨者誰乎？余所師者，石敬岩也。其於習練，門路最正，功力最深，手臂最熟。晚年棍棒刀牌，入手皆化槍法。故於槍棍之界，不甚留心。余自於五百法深惡久用，乃得其辨，而徽州程真如所著峨嵋槍法，唯有革法十二、扎法十八，不言立勢，不言步法，卓哉！絕識家之正法眼藏也。然敬岩溜川之法，有以製百法者也。三十法中無之，彼豈不知，蓋不輕洩於楮墨耳。其他行着，亦不可廢，故余書合收百法，左右敬岩，真如博約之間。

馬沙楊三家槍式說

馬家木槍長九尺七寸，根大盈把，尖徑半寸，腰硬如鐵，重六七斤，惟此一式。沙家竿子丈八至二丈四止，過此，人不能

用矣。楊家亦木槍，丈二至丈八皆有之。短者硬，長者軟。夫槍之長短軟硬，用法如黑白之不相借。若三家槍式不明，則用法安得不混哉？衝門之病，亦在於此。

敬岩雖有九尺七寸之語，而未問其爲周尺爲工部營造尺，當更考之。

《考工記》云：「凡兵無過三其身，過三其身，弗能用也，而無已又以害人。」則知人身五尺，槍至丈五爲正，楊沙非法也。

馬沙楊二家用法說

馬家槍短硬，其用在兩腕，臂以助腕，身以助臂，足以助身，以成全體。沙家竿子長軟，其用在兩足，身以助足，臂以助身，腕以助臂，以成全體。楊家長短軟硬無定體，故腕臂身足亦無定用。丈二者倚馬家法，丈八者倚沙家法，而丈六者倚

丈八，丈四者倚丈二。今但舉馬、沙之法言之，而楊家在其中矣。

所謂馬用在腕者，何也？馬家拿攔，兩腕之陰陽互轉，百變藏於其中，神妙莫測，實爲槍之元神也。臂以助腕者，以臂之高下伸縮，助腕之陰陽互換也，非臂打也。臂打者，棍法也。身以助臂者，以身之蹲立前後，助臂之高下伸縮也。足以助身者，前後左右稍稍移動，以脫彼槍尖，非剪刀步十字步也。此馬家大意。

所謂沙家用足者，何也？竿子長軟，兩腕雖陰陽互換，但可以助順臂力，使無倔强而已。實不能用馬家之法，拿攔盡處，槍尖正搖，戳即斜去，搖定而戳，彼已走出，苟非十字步追之，戳何能及，此時槍之勝負全在足之遲速，此一故也。硬槍妙在進，進則煞。軟槍妙在退，退則活。足不能如風，不能進退矣。又一故也。是以竿子之用雖在兩臂，而余以爲用在足也。身以助足者，探前以助進勢，倒後以助退勢也。臂以助身，腕以助

臂者，身足既熟，則腕臂不過用馬家槍之緒餘而已足也。此沙家之大意也。

所謂楊家丈二倚馬家者，何也？槍尚短硬，尚可用馬家法也。所謂楊家丈八倚沙家者，何也？槍已長軟，不得不用沙家法也。所謂丈四倚丈二、丈六倚丈八者，何也？平日習丈二，而臨陣患其短，平日習丈八，而臨陣惡其重，故改用丈四、丈六，原無本法也。

要而言之，馬家、沙家，各自爲法，楊家出入乎其間，而不能盡。馬家貴重難得如馬，沙家賤而使用如驢，楊家不馬不驢，騾也。

楊家槍說

馬家槍身短而法奧，身短，非精絕者，不能臨陣。法奧，則

心粗者不能教學。一軍萬人，安得人人爲石敬瑭乎？楊家之法，專爲行陣粗人，故槍身加長，槍圈加大，使勇力粗獷者易學。丈二者，用馬家之手法，而去其精微，加以猛厲。丈八者，用沙家之步法，而去其纏搭，加以劈打，然手法皆圓，不失槍意。少林本不知槍法，妄以棍法爲槍。程衝鬥張大其說，技熟力驚，家富名高，江南翕然尊信。于是大封大劈之教，偏於耳目，而楊家槍法壞矣。苟不有敬瑭、真如，人安從識其誤哉！

革法一篇

馬家革槍常法，拿攔革中，鈎剔革上，提攔革下，行着別論。拿：持槍前手陽，彼圈裏戳來，轉陰向右革之。未拿是中四平，已拿成跨劍。初學拿必重大練使輕小。拿須於捲中求悟，不然，輕小還有病，有口授。

攔：與拿相對。未攔是跨劍，已攔成中四平。初學攔，必輕小使重大，更圖脫化，拿攔，槍根不起，古謂之纏腰鎖。槍根起者，邊拿邊攔是也，止革低來槍，混爲拿攔，以革平來槍。俗師大病，邊拿邊攔，槍根雖稍起，手法自圓。非打地也。衝門又以大封大劈混之，並以混拿攔，而槍法大壞矣。

鈎：革圈外戳頭者，中平亦有時用之。有口授。

剔：革圈裏戳頭者。提擄見後。

小封：拿之緊小者。

小提：攔之緊小者。拿攔久熟，漸漸收爲緊小，遊場變化

如神，此敬岩真如心血也。

衝門評此曰：「小巧用耳，」以少林棍之見識論峨嵋槍，真是隔靴搔癢。

捲：又名伏地槍，有口授。只此一法，百戰百勝，革法至此，百尺竿頭矣。以上馬有沙無。

邊拿、邊攔：即拿攔而槍根起至胸。竿于長軟拿攔，後手不起則不殺。故竿子之拿攔，只是馬家之邊拿邊攔。拿攔，我槍肋着彼槍肋邊拿邊攔，我槍肚着彼槍背，辨不清必鬆。

提：革圈裏戳脚，槍尖至地，彼槍死于右。

擄：革圈外戳脚，比提加腰臂一擺，彼槍亦死于右。以上馬沙俱有。

石劈：衝門之劈，槍根起高，槍尖至地。石敬岩之劈不然，有口授。

削：又名剃，石劈之輕者，用于低處，名撲。

打揭：即鷄啄粟，真如名帶打扎，有口授。

切：與削相似而不同，有口授。

大封大劈：兵卒庸愚，難以學槍，只此百日可用矣。有口授。不止于衝門法。以上馬家借棍法。

行 着

戳革在行着用者，迴與練習者不同，不可以戳革論也。身法步法。大抵與二十四勢相出入。

半拿、半攔：二法亦和槍也。有口授。

磨旗、拿攔之不轉腕者也，有口授。半磨旗，亦和槍也。

白拿、白攔：我先發，有口授。破白拿，破白攔須于空處戳之，有口授。

擠：用小小右偃月形，有口授。挨：用小小左偃月形，有口授。此二法，真如有扎者名截槍。無扎者名和槍。

挑：地蛇勢所用，有口授。

棚：揭之大者，從下而起。

棚退：手棚而身退也。

托：前手嚮右。

捲：前手嚮左。

小提：提之小者。

捺：與小提相反。

推：單手推也。有口授。

逆敲：即兩手推，有口授。

點：蜻蜓點水所用。

築底藏花：破中平，有口授。

研：有口授。

圈擊：圈而擊也。

披撲：捲而深撲之也。法皆似香烟篆。

拖：我槍敗于地，彼槍戳來，我拖進，以橫力開其槍。

反拖：仙人坐洞所用。

鐵幡竿：有口授。

白蛇弄風：有口授。

穿：真如謂之投壺扎，有口授。

白捲：破高頭槍，破白捲，有口授。

通神：捺之頭高者也。直符送書，擠之頭高者。

左右顛提：探水之法也。真如名穿簾扎，有口授。

隨龍槍：禦串槍者，有口授。

反拿、反攔：有口授，二法敬岩心血也。又名纏拿、纏攔，

有口授。

纏槍：有口授，衝門謂之蛇蟠槍。真如破纏，用無中生有

扎。

無中生有：有口授。

左右插花：衝門云：提槍斜步而進，以探其動靜老嫩。

披閃：輕白攔以動其槍，而換勢于右也。意與顛提同。

撲纏：先撲又纏也。有口授。

滴水打：以滴水進步而劈之。

滴水反攔：滴水進又反攔之，有口授。

木鷄槍：又名鎮守邊牆。真如謂之截槍扎。有口授。

直走大梁：破鐵牛，有口授。

懶漢鋤田：亦截槍之類，有口授。

梨花滴水：破下平，有口授。

金鷄獨立：破戳前足。

白蛇登樹：破戳前足。

青猿獻果：破戳頭。

紫燕投林：破戳頭。拿下即戳之，有此四法，故曰：「高不

攔，低不拿。」

蜻蜓點水：破梨花、弄風，有口授。

鐵掃帚：衝門云：「彼立中平勢，我一拿，雙足一跳，又一

攔一跳。彼守勢不得，即發戳。」余謂此但欺低手耳。一遇閃賺

立敗。

仙人坐洞：此右肩在前之反勢也。初時我於圈外進右足，以鷄子翻身戳之，彼攔開戳來，我即右手拖槍以革之，又蹲坐以躲之，舞法耳。

棚靠：拖刀勢，誘彼戳來，我從下棚起其槍發戳。

迎封接進：身法即捲也。拖刀擺尾，轉而嚮前，故有此名，衝門以從槍爲迎封，以花槍爲接進，又以滴水破法爲迎封，皆誤。

活棚對：救圈裏敗槍，後跑步斜進，兩身棚起彼槍發戳。

死棚對：圈裏敗槍，失前手，只後手陽仰斜拉嚮後，棚開他槍，前手即得持槍也。

活棚退：救圈裏敗槍，剪步跳出，後手斜拉嚮後，棚開他槍。

翻身棚退：圈裏敗槍，失前手，只後手斜拉過頭，棚開他槍，身從右轉，退後足，前手即得持槍。

鈎槍勢：救圈外敗槍，失前手，急移前足于後，孟浪極矣，必來不及。左手急槍，仰掌一鈎，左肘緊貼脅下，以開其槍。妄語也。此五法皆出于衝鬥，前四勢已疏，鈎槍更謬，留此以破執迷者，非槍法也。

海馬奔潮：短降長恃此，凡破皆可用，遇以逸持勢者，即敗，有口授。

跌落金錢：右偃月形，左右皆用，有口授。

左纏藤：破刀劍如神，鐵槍不須，有口授。

三奇槍：有口授。

鴛鴦槍：上偃月形，開多槍甚善，有口授。

蜈蚣鑽板：下偃月形，有口授。

梨花擺頭：上偃月形，有口授。

香烟梨花：有口授。

繚環槍：仰月形，有口授。

月兒側：左右偃月形，有口授。

逼無路：左右偃月形，有口授。

騰蛇槍：仰月形，有口授。行着至此十二法，百尺竿頭矣。

以上馬有沙無。

鳳點頭：十字步追敵，將槍尖丟灑。閃左閃右以惑之。

白蛇弄風：與硬槍不同，用肩力推扯，槍尖打開丈許，最

有勢，而左邊偃處有空。

搭：竿子之白拿白攔也。

梨花滾袖：兩手托直，以身法顛提。

跌膝槍：騎龍勢，左足拖出誘人，彼戳來，我收足，膝一

點地，兩手垂勢，一攔即戳。以上沙有馬無。

黑鷄：圈外戳來不革，進右脚於圈外截之。

白鷄：即前勢之先發者。

戳死脚：彼前足提鬆，即釘之。

戳活腿：破彼用回馬，有口授。

戳前腿：即油槍。

戳後肩：即實扎用其大者。

左實扎：破圈裏戳，有口授。

右實扎：破圈外戳，有口授。

仙人指路：破鐵牛、八字打，有口授。以上馬沙俱有。

溜壓沉槍：我圈裏斜進，彼槍串人圈外，我用騎龍，人彼圈外，橫壓其槍于地。

壓攪沉槍：進步圈外，橫壓彼槍，彼槍串人圈裏，我又後跑步橫壓之，此二勢皆出衝門，不可用也。蓋橫壓真如用之探手，先發制人者也。以爲應兵，迂矣。何如戳之？鐵牛應兵，可用橫壓，直勢難當故也。然壓攪難用。

圈裏沉槍：蹲坐以槍壓之，有口授。真如法，不同衝門。
圈外沉槍：用于右。

左順打：有口授。右順打：有口授。

左拗打：即鐵幡竿之用撲鶴鵝也。有口授。

右拗打：有口授。以上四法專爲鐵牛、地蛇。

磨旗左打：脫槍乘勢打下，有口授。

磨旗右打：即前法之對。此二法用之對長柄叉最善。

連擊：彼槍已死，連打而進，必無反覆。

顛提：地蛇打認針者也。從圈外打其手，即纏攔手法。故

名顛提，以上借棍法。

峨嵋槍法原序

余髫年即好武事，崇禎癸酉，受馬家槍法於常熟石敬岩。二年，敬岩棄世，得其六七。後又得沙楊二家法。復訊諸徽人，讀《少林闡宗》、《耕餘剩技》二書，識破程衝鬥之技。十年之中，

役心甚苦，致力甚勞，又甚自樂也。革代之後，心如死灰，筆墨俱已廢閣，況槍法乎？辛丑冬，以呼德下相勉，作敬岩槍法記一篇，敘述大略，非獨心所不存，兼以歲月良久，多所忘失也。壬寅，鹿城盛辛五延余爲子師，其友吳門朱熊佔，弓馬精絕，而槍法得之程真如，真如親受之峨嵋老僧。余與談論，意氣投合，因追數敬岩之法，以詢質異同，而向所忘失者，頓還舊觀，煥若神明焉。既追得之，不忍復棄，因作槍法元神空中鳥跡圖及說一篇，槍法圓機說二篇，以發明敬岩、真如之正論，距闢衝門之邪說。作槍式說一篇，以別其門庭之高下。作楊家槍說一篇，以正其源流。作竿子用法說一篇，以明沙之大異於馬者。作槍根說二篇，以發明馬家之根本。作閃賺顛提說一篇，以明大小之用。作脫化說一篇，以明終始之理。作短降長說一篇，以明不得已之故。作臨陣兵槍說一篇，以不沒衝門之長。作古論注一篇，以爲敬岩、真如之證據。作二十四勢解及說各一

篇，以詳明破法。作子勢圖以神二十四勢之用。作戳法一篇，凡二十有一法。作革法一篇，凡十有六法。作步法一篇，凡十有七法。作行着一篇，凡一百有二法。行着者，槍家口語，遊場所用，以望塵之敵，出奇制勝者也。共百五十六法，馬、沙、楊三家之法皆備矣。槍法微言一篇，後之有志于槍者，能于戳革下十年苦功，四體不言而喻，得余此言，神而明之，上也。功力深久，不得余法者，次也。手足生疏，得余此書，僅以助舌鋒、眩無識者，斯爲下矣，非吾徒也。

夫將擊刺，猶儒者之詩文，不可不能。若過於求精則爲玩物喪志，而余入其元中，不能自己，然後知讀書不求甚解之難能也。又嘗考之，真如親得於峨嵋、敬岩之師劉德長，不言德長所自出。然敬岩常云：「德長初本少林僧，槍未造極，復遍遊天下，而後特絕。夫曰遍遊天下，安知不得之峨嵋乎？不然，何其如水入水也？」

夫技藝之學，必累代專門，然後推爲正法眼藏。若一人獨擅，後無傳人，則名著而隨泯。今石電之名東吳父老猶能道之，而知德長者絕少，百年之外，後生聞見愈疏微矣。惟峨嵋師弟相傳，歷世不替，有志裏糧，即可親炙。況衝門邪說編于海內，不標峨嵋爲宗極，人亦何繇知邪正哉？是以余槍本得之敬岩，而輒名之曰峨嵋槍法。非獨以吻合，亦欲見此書者，知有峨嵋，則不錮於衝門也。劉、石二公，九泉有知，必快然於余言。壬寅中秋，婁上吳爰修齡爰譔。

增訂手臂錄附卷中

夢綠堂槍法

夢綠堂槍法序

少林寺僧洪轉著，古吳吳修齡轉

少林棍法，出自神授，名重古今，余頗染指焉。山高海深，誠稱絕業，得其一枝片葉，爲俞爲將，猶足以專門一時，復何間然。然槍之爲器，則於棍迥異。古語云：「槍爲諸器之王，棍乃槍之奴婢。」所以然者，槍扎一條線，形影全無，如菽一孔即可竟入。其入也，千變百幻，莫可控揣。上下不數，唯中間一點至惡，賴有封閉革之故。練封閉小成也須三年也。且其練之也，須得至猛之扎，手如矢如電而入，又須知雙頭槍、子午槍、

月兒側等，至難禦之。扎法者，以扎戟至二年之久，見肉分槍坦然如無，而後謂之有根本，乃教以破法。其法不繁，往無不中，而皆不利于封閉，所以稱奇絕。

棍則不然，打一大片，形影廣闊。又皆一直而來，更無變幻，禦之非難。所練革之功，不及槍百之一二，其製勝全賴架勢脚步，師徒注心，全在于此。少林諸僧曾不覺知，同類而等視之，以其棍之點爲扎，然非透臂之扎也。以其棍之封閉爲革，然非禦雙頭、子午之封閉也。以其棍之脚步架勢登遊場，然槍之妙用，初不在乎脚步架勢也。宇內知槍者，本無其人，所以公然行教耳。

少林僧洪轉，彼家堂頭也。所著夢綠堂槍書，有八母、六妙、五要、三奇之法，洪轉與洪記爲昆弟。敬岩少時，與洪記至真定，同見劉德長校技，而所執竿子爲德長所擊落，則洪轉可知矣。余久得是書，今附置于峨嵋之末，欲使見者知所去取。

馬。時戊午歲桂秋下浣，古吳滄塵子吳爰一氏修齡序。

槍法八母

封：我立四平，彼扎我圈裏，我略開門戶，誘彼槍進滿，我前腕向前一覆，後腕向後一仰，槍項離彼前手六寸許，用力封開彼槍，即扎彼虎口。然須後脚必得用力一踹，槍根貼則重有根，不離正中，緊顧圈裏，防彼串槍。

閉：我立四平，彼扎我圈外，我略開門戶，誘彼槍進滿，我前腕向後一仰，後腕向前一覆，槍項離彼前手六寸許，用力閉開彼槍，即扎彼心肋。然亦必須後脚得力一踹，腰間着力，則重而不橫，緊顧正中，時時取直，防彼串槍。

提：我槍立勢稍高，下部虛，彼于圈裏扎我膝脚，至進滿時，我後手提高過頭，槍尖垂下，就勢起槍，於彼前手尺五寸

許，提開彼槍于圈裏，即斜身進步，扎彼膝腳。若彼槍就勢削前手，我用拗掛，詳於後巧槍內。

擄：我立高勢，彼于圈裏扎我膝腳，我兩手離胸，前手一覆，後手一仰，腰力向前一擺，擄開彼槍於圈裏，就勢將彼手壓下，前手抬上，扎彼心穴。彼若跳出，換步取圈外，則用高搭袖破之。

拿：我槍立勢稍低，則上空虛，彼乘空扎我面門，我待彼進滿，我前腕向前一覆，後腕貼身向裏一仰，槍頂離彼虎口尺許，用力拿下，復手推根，扎彼面門腰肋，當用勾手，內外皆然。

攔：攔者，救敗者也。單手扎人，若槍被擊落，即用邊裙二攔以救之。邊攔者，我從圈外發扎，彼必開我槍於面前，我以後手仰陽遮身，後腳移上。彼若扎我下，則覆手壓落彼槍，落步立四平。若扎我上，則伸手擄起彼槍，覆手收槍，落步立四平。裙攔者，我從圈裏扎，彼必開我槍於身後，我則以彼手收

槍遮護，身向前，脚斜踏，側身蹲倒，待彼槍上來則捌，下來則壓，落步立四平。法曰：攔收敗槍者，正此意也。

還：我槍着彼，不可因勝而怠，須防從死中返活，棄怠還槍。若彼槍着我，我必就努力還槍。若彼收定，則無及矣。法曰：吃槍還槍也。

纏：纏者，如繩之纏物，上下四面周匝而無空處，令彼不能知我所嚮，我得以亂彼之出進。其法必須兩手緊固，槍根着腰，二足用力，使槍尖左右旋轉無隙，如碗大，所謂兩手不動槍稍圓，其妙在精熟，生疏者不能爲之。

槍法六妙

一截程真如亦有截法，與石敬瑭之懶漢鋤田相似，與此大遠。法曰：此直來橫受也，彼槍從我槍底正中，扎我手背及腹，則我之封閉提拿皆

不能用矣。須將後脚移上，側身將槍橫下，如鋸之截木，即以我槍貼彼槍削上，傷彼前手，凡彼槍正中來急，我不及拿提者，均可用之，然須防彼鉤起。

二進：法曰步步要緊進，然非無法而能進也。蓋封閉提拿，防人之扎，所謂應兵。若但應而不能攻，應多力衰，爲人所欺，則當於人未發之先，相擊而進。於人即發之後，乘勢而進。

三亂：亂者，亂而取之也。彼此立勢，堅固靜暇，若必伺其動而進，則久而氣怠，又難必其動中無變，當以梨花擺頭、鳳點頭之類，或出或入，倏左倏右，使彼心手俱亂，而不知我之所嚮，則我可以因亂而進矣。然須前手圓活，後手堅固，又不可深入，防彼以靜待動，此中元機當熟講也。

四定：定者，以逸待勞也。如被先發，必俟發滿而應，若未滿而應，則彼易于變換巧法，所謂隔水偷花也。若彼槍或左或右，或上或下，淺出淺入，是謂亂。我但須堅固兩手，定而

不動，待彼久而力衰，我以養成猛力，因衰進攻，以逸待勞，無不勝矣。總之，堅固正中，則彼自不扎我，我何慮彼之亂乎？法曰：能亂人勿爲人亂，正謂此也。

五斜：斜者，言身法也。蓋彼此槍身長短相等，我能着彼，彼亦能着我，封閉提拿之法，亦彼此均曉之，必須進步扎槍，使彼難避，若竟直身進扎，則反受彼之扎，當待彼槍進時，斜身偏閃，使彼槍從我胸前背後過去，而我則斜行進步發扎，則彼自不及革矣。兵法所謂以迂爲直，以難爲利也。

六直：直者，言槍杆也。蓋身既以斜進，槍須緊對彼之心喉頭面，在我可以照顧正中，在彼難於封閉。法云時時取之是也。

槍法五要

一、圈：法曰：「先有圈槍爲母，後有封閉提拿。」圈槍者，取

其左右圓活，上下旋轉，無有定準，使彼心手搖惑，我即乘機而進。其法較之纏法稍疏，其轉動之圓活處，全在身法。後手將槍根轉動，前手則仍固正中，若兩手俱搖，則恐彼乘虛而加力分排，取我之正中也。

滄塵子曰：「察其語氣，乃右手虛鬆，槍在手中轉動者，此王孟通法，力大猶可，力小者，被人擊落槍器矣。」

二串：串槍之法，在上下左右因勢而攻開進扎，使彼不能閃轉躲。如彼用鐵牛耕地等低勢利棚起，我故上扎以就其棚，及彼棚起，則我先串於下，因其往上之勢而棚起之，未有不勝者也。左右與上下皆然，循環無方，變化不一，如活龍生虎，不可拿捉。知此者，進乎技矣，學者不可不講也。

滄塵子曰：「此等法甚粗疏，峨嵋所不出也。」

三排：排者，我槍未動，彼槍從左右淺進出以亂我，則我用分排之法，後手固根不動，前手持緊左右，兩下着力排開彼

槍，直取正中，連身挨步進扎咽喉，勢如破竹，彼雖急退，亦難以躲閃，所謂中間一點難招架也。

滄塵子曰：「此時只點其前手，以逸治勞，以觀其變，分排挨進，失於輕易，非變法也。」

四壓：壓者，我槍從上壓下彼槍也。我立四平，彼槍於虎口之下，脚膝之上而進，我之封閉提拿均不使用，雖有高搭袖可破，然恐急而莫及，法當先挪身略斜，以避彼槍，後手推槍，抬在後膝上，則出槍枝，專前手用力，將槍尖向彼虎口壓下，則彼落槍而虎口必受傷矣。

滄塵子曰：「峨嵋之法，初練封閉時，須善扎者，槍槍用此法扎我，以練成封閉。又用梨花三擺頭、蜈蚣鑽板以扎我，而我之封閉皆能禦之，方爲藝成。此所言者，皆夢語也。總由根本不固，於枝葉立法耳。」

五扎：法曰：「當扎不扎，是一大病也。」持槍相對，彼此各

存猛力，若彼扎來，我或用封閉以落之，或用偏閃以空之，彼槍既落坐，則力過矣。此時不扎，彼得收槍定勢，新力復生則難以進扎，故必於彼舊力才過，新力未生時，進步扎之，則不能躲閃革架。若彼此立勢未動氣力，堅固之時，而先扎，則彼可架革而我先力，此謂不當扎而扎也。

槍法三奇

一軟：兵法有云，柔能製剛，弱能勝強，即此中之軟硬之道也。蓋彼以硬進，我以硬進抵，兩家用力，是爲犯硬。力弱者必敗，或力同而鬥久何能必勝。若於彼槍用力剛猛之時，我用穿鈎退步之法，候彼進深，猛氣已過，却挪斜步扎之，則彼無所用其力，即巧中之斜步單撒手也。又如我槍先發，彼以猛力提拿，我却變爲軟，使彼力空，乃乘其不備之所取之，此皆謂之以軟破硬。又如彼此立勢，而我軟勢，吞吐進出，使彼不

防，我於進後，方用硬力疾速取彼，此謂借軟用硬也。此中變於無形，動於無聲，學者不可不講也。

石敬岩、程真如峨嵋槍法，以重硬爲初門，以輕虛爲脫化，若軟字，槍中至極處也。程衝門只言重硬，不言輕虛，所以火氣不除。此段非衝門所及，乃少林本法也。但言用時之軟，而不言練時之強，實則無根本，所以不及峨嵋。

二閃：法曰：「不招不架，只是一下。」槍來只不招架也。如彼槍扎飛來，我革落之，彼必退出，此時我若進槍，則彼出，我追着亦不深，非勝算也。故必於彼進槍之時，左右斜閃而直進扎彼空處。使彼不及收槍，而我槍已着身矣。且彼來我往，着則無不深也。閃法詳於諸巧法之內，乃槍中神境，不可忽也。

滄塵子曰：「此即黑鷄翻身之類，彼槍未死，輕易進扎，何能必勝，而以爲神境，卑淺極矣。總之，峨嵋之法，只欲製死彼槍，使不能動，不須發槍着彼，彼自心伏。若一發取勝，縱

彼不能吃槍，猶未心伏，非峨嵋法也。」

三賺：古語曰：「香餌可以釣鰲，」即此意也。蓋能扎槍者，必非莊家，定是會手。若我立勢堅固，則彼不肯滿進，彼進不滿則我之以進亦不深，必先落空處，以賺彼進扎，而我乃以巧法取之，此中元機不可枚舉，知此者進乎技矣。

八母，本也。六妙，用也。五要，變也。三奇，巧也。盡此諸法，槍可以冠諸藝矣。

增訂手臂錄附卷下

程衝門十六槍勢附

滄塵子曰：「此諸勢皆在衝門雕板行世書中，而此書原本以之混於洪轉槍法中，余故改而正之。」

高四平勢：後手起至胸膛，前手平出對肩，前脚尖對槍尖，前肩尖對後脚尖，槍根着力在胸膛，所謂三尖緊對也。

訣曰：「高四平勢變換活，槍來扎臉用拿法。扎前拳蹲身打下，棍底槍搭袖可脫。」

中四平勢：後手着腰，前手中平，身法略蹲，三尖緊對，上下左右俱無空着。諸勢之尊，所謂中平一點是槍王也。

訣曰：「中四平勢真個奇，神出鬼沒不易知。開合縱橫隨意

變，諸勢推尊永不移。」

低四平勢：立勢坐馬，後手着腰，前手平腰，槍尖略低，兩足堅固爲妙。

訣曰：「低四平勢上着，白蛇弄風拿提。凭伊左右扎來，邊裙二攔隨作。棍高可扎前拳，惟防搭袖高削。」

霸王上弓勢：槍根後手俱在腰跨大腿上着力，以便擰打，前手直推至前膝，兩足平分，作坐馬勢，虎口圓活，防彼用高取我，後手用力，槍根不可離腿。

訣曰：「上弓擰打雁翅同，須知左右虛實異。他用穿提來逼我，左拉右拉隨手濟。移身後足推向前，便成騎馬將人取。」

伏虎勢：後手持槍，緊貼後膝上，前手直撐對腹，身法蹲坐，槍尖略高，以待彼進。

訣曰：「伏虎頭高不易推，挨稍急進莫徘徊。左右扎我劈打易，高低扎我提拿開。搭袖勢來雖可畏，猶有四平堪取裁。」

定膝勢：後手在膝上，前手離後手尺許，身法嚮前，足法前曲後直，待彼發槍。

訣曰：「定膝立勢似伏虎，劈拿提打我爲主。倘遇搭袖高削來，順變二攔來救補。」

盡頭槍：後手推根，直至胸前。後脚提起，至前腿彎。前手垂下，以虎口誘彼槍來。偷步斜行，內藏巧槍，不可忽也。

訣曰：「盡頭槍與提原異，偷步上斜行極利。虎口槍來我不防，待乘虛巧拿難避。」

潛龍槍：後手貼腰，前手垂下，槍尖着地若龍在深淵而能動雲霧，故曰潛龍。若取虎口則自有巧法勝之。

訣曰：「潛龍擺頭落，諸勢以靜降。四坐無空着，惟防虎口槍。」

鐵牛耕地：彼此初平勢時，我與彼虛進一槍，拖槍着地，側身走出，待彼進槍扎我肩，我槍斜棚起彼槍，如牛之耕地，然

須防彼串槍。

訣曰：「鐵牛耕地甚剛強，攔上打下最難擋。惟有圈穿乘勢妙，四平變勢另思量。」

鐵掃帚：衝門云：「彼立中平，我一拿一跳，又一攔一跳，使彼立勢不定，愚謂我勞彼逸，但可欺低手耳，遇高手反被點，此法人細，即海馬奔潮。」

仙人坐洞：右肩在前之勢也。初時於圈外進右足，以白鷄反身戳之，彼攔開戳來，我即以拖法革槍，又蹲坐以躲之。

棚靠：拖刀勢誘彼戳來，我在下棚開發戳。敬岩真如從無棚字，竿子腰軟則有之，衝門蓋棍法耳。

迎封接進：以拖刀勢轉而嚮前，手法用捲。衝門以從槍爲迎封，以花槍爲接進，已誤。此又以滴水破法爲迎封，語相違耳。

活棚對：後胸步斜進，兩手棚起戳發，以救圈裏敗槍。

死棚對：救圈裏敗槍之失前手者，後手陽仰，斜拉嚮後，棚

開彼槍，前手即持槍也。

活棚退：救圈裏敗槍者，騰步跳出，右手斜拉嚮後棚之。

翻身棚退：亦救圈裏敗槍之失前手。只右手斜拉過頭，棚對他槍，身從右轉，退後足，前手即得持槍。

勾槍勢：衝門以救圈外敗槍之失前手者，急移前足於後萬萬來不急。左手急槍，仰掌一勾，左肘緊貼脅下，以開其槍。那來的及，妄語耳。

滄塵子曰：自鐵掃帚以下九法，皆出衝門。鐵掃帚、棚靠、迎封接進，雖粗猶不背理，仙人坐洞是舞法，置此無謂。至於活棚對以下五法，欲以救敗槍，此時事在呼吸，那來得及救，惟在平時練習烏龍擺尾及偷槍跳步，此時用之則可，彼皆棍中之法，用於槍，大誤人矣。

國中按：

吳殳云：「此諸勢皆在衝門雕板行世書中，而此書原本以之混於洪轉槍法中，余故改而正之。」余查衝門槍法中並無此諸勢、諸說、諸訣。而見於衝門《少林棍法闡宗》者有之。不知吳殳有何憑據而下此斷言。余疑有三：其一，清代可能還有別本衝門槍法秘傳於民間，今無從考據；其二，吳殳將衝門棍法誤認為槍法；其三，洪轉本少林寺僧，以棍使槍，別有新意，非衝門之棍也。雖同名同棍，用法有別，而妙心不同矣，吳殳此處誤以為衝門之槍也。

爲使讀者自辨，特將衝門之棍訣，與槍法附於書後。

《少林棍法闡宗》棍訣

高四平勢：

四平高勢變換活，槍來扎臉用拿法。

扎前拳蹲身打下，棍底槍搭袖可脫。

中四平勢：

中四平勢真個奇，神出鬼沒不易知。
闔關縱橫隨意變，諸勢推尊永不移。

低四平勢：

四平低勢上着，白蛇弄風拿捉。
任伊左右劈來，邊羣二攔隨作。
棍高可扎前拳，惟怕搭袖高削。

單手扎槍勢：

持棍須識合陰陽，扎人單手最爲良。
前手放時後手盡，一寸能長一寸強。
陽出陰收防救護，順立二攔收敗槍。
扎人無如此着妙，中平一點是槍王。

高搭袖勢：

勢名搭袖棍劈立，前虛後實在呼吸。
側身斜劈非真劈，顛步平拿圈外人。
力弱勢低不吾降，惟怕鵝鵝單打急。
邊攔勢：

左號邊攔左羣攔，兩邊拿扎不爲難。
惟有穿提柔勢妙，防他左右棍頭鎖。
羣攔勢：

（無訣。）

伏虎勢：

伏虎頭高不易推，挨稍即進莫徘徊。
左右扎我劈打易，高低扎我捉提開。
搭袖勢來難可畏，猶有四平堪取裁。
定膝勢：

立膝立勢似伏虎，劈拿捉打我爲主。

倘遇搭袖高打來，順變二攔來救補。

潛龍勢：

潛龍棍首落，諸勢以靜降。

四路無空着，惟防虎口槍。

鐵牛耕地：

鐵牛耕地甚剛強，棚上打下最難當。

撲鶴鶉來硬打硬，莫若變勢另思量。

孤雁出羣勢：

圈外有敗槍，孤雁出羣走。

回打撲鶴鶉，無論單雙手。

敬德倒拉鞭勢：

圈裏有敗槍，拉鞭走救護。

風卷殘雲人，刀出鞘回顧。

雙手劈開槍，羣攔走左步。

刀出鞘勢：

刀出鞘棍在後，單手棍打入。
拉鞭嚮後走，再進風卷殘雲，
依舊出鞘單手。

地蛇槍勢：

高槍扎面不攔遮，地蛇伏下最爲嘉。
他用提槍偷步進，死蛇變成活蛇誇。

提槍勢：

提主降低槍，棍起任拿捉。
難測彼穿提，甚勿漫相角。

騎馬勢：

騎馬非順步，推開上右足。
穿袖雖可拿，不如伏虎速。

穿袖勢：

圈外勢難當，穿袖推開妙。
羣攔避裏槍，退步人難料。
上脚打旋風，定勢刀出鞘。

仙人坐洞勢：

穿袖上外槍，槍來坐洞躲。
躲過便發槍，單手疾如火。

烏龍翻江勢：

先立羣攔左右拿，再用翻江方得確。
他棍不論假和真，我纏棍底盡拿捉。
左拉右拉步緊跟，還槍跳出尤拿着。
披身勢：

圈內先須發哄槍，順勢披身示不迫。
他上穿提來逼我，拖戟退時隨手格。
回身右足推向前，便成騎馬敵人側。

呂布倒拖戟勢：

抽身拖戟是退勢，門戶在梢分開閉。
進步捉拿均四平，攔開騎馬圈外濟。
欲知單手進扎人，惟有梢開方可制。

飛天叉勢：

飛天叉圈外防，穿提須用纏捉救。
虎口槍來伏虎攔，此勢手與翻江異，
變換出人皆一般。

陳香劈華山勢：

劈山右手前，打下明放隙。

圈外乘吾虛，順勾隨順劈。

順步劈山勢：

圈外立劈山，陰拳順推出。
跟棍削前拳，快似剪子股。

剪子股勢：

手不同兮用則同，剪子股勢類穿袖。

提拿不怕扎高低，劈扎何愁攻左右。

圈裏圈外他拿開，劈山劈柴我退救。

莊家亂劈柴勢：

劈柴換手圈裏認，右纏右劈挪步進。

黑風雁翅勢：

雁翅先勾圈外槍，鎖口扎來挪打易。

高提勢：

提棍要過頭，他起我便勾。

跟棍上圈外，罩頂打不休。

烏雲罩頂勢：

罩頂在圈外，身已入棍間。

劈下他勾我，剪步退羣攔。

通袖勢：

通袖勢真個奇，上下左右無空着。

提拿劈掇任施爲，縱他左右能拿劈。
邊羣二攔順勢支。

劈勢：

劈勢立自磨旗，特輸後手餌入。

槍來縮手一劈，彼即遮躲何及。

霸王上弓勢：

上弓棚打雁翅同，須知左足虛實異。

若從圈裏賺外穿，惟有纏攔是救地。

朝天槍勢：

朝天三不靜，以柔製剛同。

勾開打腦後，名喚一窩蜂。

待勾回棍打，高祖斬蛇雄。

他拿我掃脚，羣攔出待攻。

金剛抱琵琶勢：

扎我虛實難知，退步穿勾且哄。

認真推棍劈下，圈外槍來尤恐。

新力於此急求生，顛步平拿堪寵。

跨劍勢：

跨劍放空待人扎，打開移步變羣攔。

他扎勾開復跨劍，斜上單打防最難。

左右獻花勢：

左足高懸左獻花，橫打換手右獻花。

左纏左打羣攔進，右纏右打穿袖加。

右獻花勢：

（無訣。）

盡頭槍勢：

盡頭槍與提原異，偷步上斜行極利。
虎口槍示我不防，待乘虛巧拿難避。

高搭手：

搭手單提，均是哄手。

後手接根，劈拿皆有。

單提手勢：

（無訣。）

金鷄獨立勢：

彼扎足兮我扎面，惟懸足兮獨立便。

倒拖荆棘勢：

扎人一槍棍丟後，此是逆局稱詐鬥。

打前走後有多般，均與拉鞭無差謬。

二郎擔山勢：

擔山勢用兩般，扎來撩打變出鞘，

不扎推開劈華山。

鳳凰單展翅勢：

展翅勢開用者希，上用梢攔下根提。進步翻梢隨打手，此着須用陰手携。

下插勢：

旋風掃地勢難擬，惟有不插硬搪抵。順勢單手高劈下，重如霹靂快如矢。

挾衫勢：

挾衫變勢甚多般，斜上出洞爲最速。

一提金勢：

入懷難用長棍，故取陰手緊密。

圈外須用樹根，進步打手最疾。

秦王跨劍勢：

提金翻棍擠進懷，秦王跨劍棍緊挨。

前攔塘勢：

前攔塘亦陰手，棍起梢壓封，

翻根進打首。

勾掛硬靠勢：

前攔塘勢打圈裏，勾掛硬靠走圈外。

鎖口槍勢：

攔塘提下槍，鎖口封上手。

鐵扇緊關門勢：

鐵扇略似抱琵琶，用梢順步提捉進。

撐勢：

低棍不遮橫硬撐，圈外掃足亦撐住。

單倒手勢：

倒手打退棍，接着陰陽手。

長槍法選

新都程衝門宗猷著

長槍說

器名槍者，即古之丈八矛也。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，善運鐵槍，後敗。妻楊氏謂鄭衍德等曰：「二十年，梨花槍天下無敵手。」今槍中有梨花擺頭之名，豈其人歟？豈以其藝之高，而不以人廢歟？若稽實，則有望于博洽君子耳。

世人尊槍爲藝中之王，蓋亦以長技無踰于此。余甚慕焉，訪有河南李克復，善其技。余師之得其法，後每遇世之能槍者，說則同，而用則異。即所傳之論亦有差訛，無從憑考。惟河南槍，與別方不同，所用木竿，體長而重，非得巧妙，莫能運動。而製勝之方，其要亦惟以中平爲主。雖有棚拿勾捉等法，深思臨

敵便捷，可望常勝者，無過大封大劈爲最上，何也？詢曾臨敵者云：「鬥殺之際，人心慌亂，惟以其槍係地而已，此非平日演習之過，乃慌忙之際常情，固如是耳。今大封大劈，有類於擊地之常情，而借地之勢，反易於起扎。且扎人有力，是便於吃槍還槍也，故曰最上。封劈之後，即以還槍爲最急。如敵人扎我圈裏，我即拿封至地，槍頭顛起借力一槍扎去。敵人格開，復又扎來，我又照前扎去，圈外皆同，無暇用別着，故曰最急。進退鬥殺，即以鳳點頭爲最急。如敵人敗走，我將槍頭點地，或閃左，或閃右，趕進將近扎敵一槍。如被敵人格開趕來，我即將槍頭拖拉點地退走，離遠即有救手，看敵何人來，我則何以應之，故曰最疾。誘敵即以閃賺爲最勝。所謂閃賺者，如敵人一槍扎來，我用拿開進步，竟持中平而入。敵人見我槍至彼，彼必一拿我，即審敵拿力，將半，便將槍一閃，串彼圈外扎敵一槍。彼必不能救，裏外皆同，故曰最勝。其他着，各傳皆有

一百八扎，名雖不同，用亦多異。總之，似不能及此七着之妙。餘着習熟，聽便應用可也。

今欲入弩兼用，故去其繁。惟載八槍母，六合法，散扎拔萃一篇，繪數勢圖直述用法。筆中不能曲盡形容，然槍法亦不過二手持以陰陽，一仰一覆運用而已。雖有直進直退，左閃右閃等法，大抵皆以四平爲主，所謂藝中之王者即此也。然常習用之時，又當以圈外重致其功，何也？蓋圈裏敗槍易救，而圈外敗槍難救也。如死棚對、翻身棚退，是救圈裏敗槍之法，可稱死中反活。如圈外敗槍，惟勾槍一着耳。雖云無中生有，然猶不能如二棚退之便也。夫圈裏敗槍，盡敗于左前手不及持槍，惟後手往後一拉，棚起你槍，前手即得持槍扎你，勢力皆順。如圈外敗槍于右，雖用勾槍，還要移步于右，前手急搶槍方得用勾也。故師秘語云：「勝在圈外，敗亦在圈外。」余故當重致其功于此。

《紀效新書》云：「河南槍法拿捉好而無進步。」夫二合鳳點頭非進步乎？又云：「單手扎人，名爲孤注。」謂短兵格開而人是爲棄槍矣。不知法中云：「一寸長，一寸強乎？」乃單手扎人，惟用於你我皆長槍也。如對短器，持槍一戳，即入彼身，又何事單手。苟皆長槍格開，進步探身扎彼，彼猶退走，猶或不能傷彼，蓋彼退步反疾於我之進步也。豈得不用單手扎乎？槍之奇奧非口傳心授，難以稱神。余藝不過一得之愚，更有俟於當世豪傑之士。

六合原註併論

八槍母

你扎我圈裏，我拿槍。你扎我圈外，我攔槍。你圈裏扎我脚，我提槍。你槍起，我拿下，你圈外扎我脚，我擡槍。你槍起，我攔下。我又扎你圈裏，你拿槍還槍，我拿槍。

一合

先有圈槍爲母，後有封閉捉拿。拿槍救護，閃賺是花槍，名曰梨花擺頭。

我搭圈外，圈槍圈裏扎你，你拿下還槍，我拿槍。我搭圈裏，圈槍圈外扎你，你攔下還槍。圈槍你扎我腳，我提槍。你槍起，我槍拿下，還槍，你拿槍。封閉。我閃賺圈外扎你，你攔槍還槍。花槍。我梨花槍，圈裏扎你，你拿槍還槍，我拿槍。我梨花槍，圈外扎你，你攔槍還槍，我攔槍。梨花擺頭。

二合

先有纏槍，後有攔槍。黃龍佔杆，黑龍入洞，拿槍救護，閃賺是花槍，名曰鳳點頭。

你圈裏扎我，我纏槍圈外扎你纏槍。你攔下還槍，我攔下攔槍。你圈裏扎我，我拿槍還槍，你拿槍。你圈外扎我，我攔槍還槍，你攔槍佔杆。你圈裏扎我，我拿槍還槍。你拿槍入洞，閃賺圈外扎我，我攔下，閃賺圈裏扎你。你拿槍還槍，我拿槍花槍。我拿槍

顛槍進，你顛槍退。我扎你圈裏，你拿槍，顛槍進，我顛槍退。你扎我圈裏，我拿下還槍，你拿槍鳳點頭。

三合

先有穿指，後有穿袖。鷄子拿，鵝鵝救護。閃賺是花槍，名曰白蛇弄風。

你圈裏扎我，我拿槍還槍。你拿槍還槍，我拿槍穿指。你圈外扎我，我攔槍還槍。你攔槍還槍，我攔槍穿袖。我拿下你槍，上步扎你。你拿下扎我，我剪步退拿槍，你拿下我槍，上步扎我，我拿下扎你，你剪步退拿槍鷄子拿，鵝鵝救護。我拿你圈裏槍，閃賺圈外扎你，你攔下，閃賺圈裏扎我，我拿槍還槍，你拿槍花槍。我圈裏扎你，你拿槍還槍。我拿槍，我圈外扎你，你攔槍還槍，我攔槍白蛇弄風。

四合

先有白拿，後有進步。如猫湊鼠，棚退救護。閃賺是花槍，

名曰鐵掃帚。

我圈裏白拿你槍，進步扎你，你拿下。你圈裏白拿我槍，進步扎我，我拿白拿進步。我圈裏扎你，你拿下還槍，我用棚退槍。你圈裏扎我，我拿下還槍，你用棚退槍。如貓湊鼠，棚退救護。我拿你圈裏槍，閃賺圈外扎你，你攔下，閃賺圈裏扎我，我拿槍花槍。我圈外攔你槍，又圈裏拿你槍。你拿我圈裏槍，又攔我圈外槍鐵掃帚。

五合

先有四封四閉，閃賺是花槍，名曰撥草尋蛇。

你圈裏扎我，我拿槍。你圈裏扎我腳，我提槍。你槍起，我圈外攔下還槍，你攔槍。你圈外扎我，我攔槍。你圈外扎我腳，我攔槍。你槍起，我圈裏拿下還槍，你拿槍四封四閉。我閃賺圈外扎你，你攔槍還槍，我攔槍花槍。你地蛇槍，我撥草尋蛇。你槍起，我拿下還槍，你拿下還槍。我地蛇槍，你撥草尋蛇。我槍起，你拿下還槍，我拿下還槍。撥草尋蛇。

六合

一截、二進、三攔、四纏、五拿、六直。共加六路花槍，中吊四路梨花擺頭、白蛇弄風、鐵掃帚、撥草尋蛇。

我圈裏扎你，你拿槍二截還槍二進。我拿槍扎你，你拿槍三攔。我纏圈外四纏，你盡頭槍。我扎你，你拿下還槍五拿，我拿槍六直。

原論

上遊場撥草尋蛇上，下遊場秦王磨旗下。

中平槍，槍中王。高低遠近都不防，高不攔，低不拿，當中一點難遮架。去如箭，來如線，指人頭，扎人面。圈裏搭，圈外看。圈外扎，圈裏看，高低遠近都要見。你槍發，我槍拿，你槍不動我槍扎。槍是纏腰鎖，先扎手和脚。扎了脚和手，閉住五等都路口。他法行，隨法行。中平六路總，變化有多般。疾上加疾，扎了還嫌遲。槍有三件大病，一身法不正，是一大病。當扎不扎，是二大病。三尖不照，是三大病。上照鼻尖，中照槍尖，下照脚尖。

散扎拔萃

一云六合槍法，如一合云，先有圈槍爲母云云，乃歷傳之論也。

一云我搭圈外圈裏扎你云云，以你字乃遞槍入也。以我字是習槍入也。

一云八槍母，槍以八名者何？蓋以圈裏槍圈外槍，圈裏低槍，圈裏高槍，圈外低槍，圈外高槍，吃槍還槍八着故也。而又名母者何？蓋槍變幻雖多，然皆不外此八着之相生。如習書家有先習永字之說，亦以永字八法皆備，而餘字不外此八筆之法耳。明於習永字者，即明八槍母之說矣。

一云拿槍，如你扎我圈裏，我即前手陽仰持槍往右覆手一合，變爲陰手，是爲拿也。

一云攔槍，如你扎我圈外，我即前手陰覆持槍，往左一仰，變爲陽手，是爲攔也。

以上二着，乃你圈裏圈外扎我來，我着着不能離此二法，雖有他法，總不外此二手，陰陽仰覆之所運用也。

一云邊拿，如我圈裏扎你，你拿開我槍於左，即扎我圈裏，我就在左邊將槍借勢一拿，槍要直拿至地，使你槍跌開右邊，我便將槍頭顛起，借力扎你圈內，是名邊拿。

一云邊攔，如我圈外扎你，你攔開我槍於右，即扎我圈外，我就在右邊將槍借勢一攔，槍亦要直攔至地，使你槍跌開左邊，我便將頭顛起，借力扎你圈外，是名邊攔。

以上二着，乃不用閃賺，即吃槍還槍之所必用者也。

一云櫓槍勢，如提槍破你圈外扎我脚用者，用法具提槍圖中。

一云梨花擺頭，乃低四平之用法也。將槍橫搖擺于你槍之下，或左或右，進步拿攔，或即左右挨槍而扎。

一云白蛇弄風，亦低四平之用法也。將槍頭低入你槍下，前

手一仰，搖指圈裏。前手一覆，搖指圈外，以便攔開你槍，或便扎入。

一云鐵掃帚，乃地蛇槍之用法也。其法類大封大劈，惟兩足顛起步而用耳。

一云撥草尋蛇，乃提槍之用法也。將槍頭低地，仰掌提入，進步撥打，驚起你槍，即用拿扎。

一云從槍不拘圈裏圈外，待你扎入，我即側身挨槍仰覆扎去，可得扎你之後手。

一云小拿小捉，則是拿攔之法，惟大略而用。待你動靜，我方應之而用也。

一云反拿反捉，如前後手皆陽持槍，其勢該拿你圈裏槍，你知反扎入。我圈外槍，我原陽手一轉，推於圈外，則用陰手，推開你槍。如前後手皆陰持槍，其勢該攔你圈外槍，你知反扎入。我圈裏槍，我原陰手而轉推於圈裏，則用陽手推開你槍也。

一云左右插花槍與提槍相類，斜進步待你動靜而應之用也。

一云蛇盤槍，先以陽持圈裏，進步挨槍而入。你扎圈外，則將陽手轉推圈外，而用陰手開槍，與前反捉相類。師語云：「蛇盤槍往裏串，不得黃金不得見。」蓋重此槍之巧，余意其巧亦無大實用，總之，臨急不暇用巧，他着可知矣。

一云鐵枋竿硬勢不倒，持中平槍，伏靠腰間。如你拿我，我則以拿勢力逆住圈裏。如你攔我，我則以攔勢力逆住圈外。

一云壓攪沉槍，先將槍顛步圈外，橫壓你槍之上，你槍串入圈裏，我則用槍沉下于你槍上也。

一云溜壓沉槍，先將槍挨圈裏進步，你槍串入圈外，我則顛步斜入圈外，用槍橫沉下于你槍上。

一云圈裏沉槍，你槍扎入，我身蹲坐，以槍圈裏，橫壓沉下於你槍之上。

一云圈外沉槍，你槍扎入，我身蹲坐，以槍圈外，橫壓沉下於你槍之上。

一云迎封接進，亦提槍所用法也。迎封者，與從槍同。你槍來，我即發槍扎你。接進者，與撥草尋蛇同。一提一捉偷步而進，其聲連響，毋間斷。有間即扎你也。

一云蜈蚣鑽板，持槍四平不拘裏外，靠槍而進，你必拿攔，我則閃左閃右，扎入與閃賺相類。惟槍頭不得至地，小巧用耳。

一云白拿花槍，白攔花槍，白拿一槍進步指人，你必拿救則閃賺圈外，發槍左右皆同。

以上諸着，有在六合之內者，有在百八扎之內者。其勢活動無定體，不能繪圖。能繪圖者，其說即具圖中，餘扎尚多，因無實用，故不盡載。至若大對大劈，吃槍還槍，鳳點頭，左右閃賺花槍此七着，甚便於臨敵，愚意所重其用法，故前列於長槍說中也。

長槍式說

歷云丈八長槍，以周尺計之，只有一丈四尺四寸。余受師

傳，所用木竿，一號長一丈八尺，重十二斤。二號長一丈七尺，重九斤。三號長一丈六尺，重七斤。一二號平日習演，先持長重，而後用短輕，乃練力之法也。三號可以臨敵。如再輕短，照古數一丈四尺，無不利也。其木色有稠木，有檀木，有檢栗木，皆大木取小，劈鉋而成，多不堅牢易斷，必選生成者爲上，有柘條木，有牛斤木赤者佳，白者次。有茶條木，有米枯木又名烏條，有柘條木，有白蠟條木又名水黃荆，各處土產不同，其名亦異。惟取堅實體直，無大枒枝節疤者爲上。根頭可要盈把，便好持拿。自根漸漸細至梢上，不軟不硬爲妙。如太軟太硬，則拿捉不如意。調制如法，便好運用也。今軍伍中多用竹竿，但要選苗竹，竹節稠密者佳，大抵竹不耐用，拿攔擊刺之間，力大則破矣。幹又自裂，可用鹽鹵久滯，使常有潤色，略可取用耳。鐵槍頭惟用點子樣爲最，又名柳葉槍，必要小釘釘入竿內。古云槍頭不過兩，以輕便爲妙也。

長槍式圖

槍頭通長三寸五分，內頭長一寸五分，中起劍脊要高厚，兩刃要薄，內庫長二寸，庫口徑闊五分，庫內要空至槍中處爲率，毋得有實鐵，如實即重矣。

槍法十八勢圖

高吊四平槍勢：

此是初持槍之勢，將槍托開，稍離胸前，以示其能，及臨敵則以槍低挨腰旁，而變中四平。

法曰：「槍是纏腰鎖」是也。

中四平槍勢：

槍中之王，諸勢之首，着着祖此，而變化無窮。如你扎上，我即拿。你扎下，我即提。你扎左，我即攔。你扎右，我即拿。總此「着之所變化也」。

法曰：「你槍發，我槍拿」是也。

低四平勢：

你立中四平，爲待守之法，我即用低四平，將槍入你槍下，用梨花擺頭而進。便拿即拿，便攔即攔，格開你槍，隨即扎你。或用白蛇弄風，仰掌陽持，將槍頭低指，入你圈裏。或覆掌陰持，指入你圈外，聽便拿攔開你槍，隨即扎你。或圈裏圈外，挨靠你槍扎你，你猶能待守乎？

法曰：「你槍不動，我槍扎」是也。

青龍獻爪槍勢：

勢勢之中，着着之內，單手扎人，無論此着。我立諸勢，聽你上下裏外扎我，我用棚拿勾捉等法，破開你槍，即進單手探身發槍扎你。

法曰：「吃槍還槍」是也。

磨旗槍勢：

凡持槍，頭高則犯拿攔。頭低則犯提擡、磨旗之勢。槍頭稍高，餌彼拿攔之法。你若拿攔，我即用閃賺花槍，圈裏圈外

扎你。

法曰：「閃賺花槍」是也。

活棚對進槍勢：

我扎你圈裏，你拿開我槍。你扎我圈裏，我顛步開左斜進，棚開你槍扎你。

活棚退退槍勢：

如你槍不動，我即扎你圈裏，你拿開進步扎我，我剪步跳出，隨將槍高舉，棚起你槍。

以上二着，法曰：「棚退救護」是也。

死棚對槍勢：

我先拿你槍，單手探身扎你圈裏，你拿開我槍敗于左，你槍疾速扎入，我前手不及持槍，惟將右手陽仰往後，斜橫一拉，棚起開你槍，前手即得持槍扎是也。

翻身棚退退槍勢：

我先拿你槍，單手探身扎你，你用大封大劈，格開我槍敗于左，你即顛步而進，端槍扎入，其勢雄，其力大。我前手不及持槍，惟將右手斜舉擡起，頭上而過，其身從右翻轉，而退步用也。

以上二着，法曰：「死中反活」是也。

勾槍勢：

我先單手探身扎你圈外，你攔開我槍敗於右，我前手不及持槍，惟將左脚順勢移於右邊。左手持槍仰掌一縮，肘貼在肋下，勾開你槍扎你。

法曰：「無中生有」是也。

抱琵琶槍勢：

將槍前手陽持，縮彎端拖懷中，無論你圈裏圈外扎我，我即用陰手挨挫你槍扎你。你或拿攔我槍，我將槍頭低作地蛇槍，你扎我圈裏，或圈外，我用大封大劈，端槍進步扎你。

法曰：「大封大劈端槍」是也。

地蛇槍勢：

我將槍頭置地，你扎我圈裏，我顛起雙脚一拿，使你槍跌開於右邊。待你持槍復左，我又顛起雙脚一攔，使你槍跌開於左邊。待你持槍復右，我又如前法一拿，復左又一攔，順其勢力，使你不得持槍立勢。

法曰：「鐵掃帚」是也。

鐵牛耕地槍勢：

我將槍置地捺彎，你或圈裏圈外扎我，我則將槍迸起，挨槍扎你。

法曰：「你槍來，我槍去」是也。

提槍勢：

我立四平，你圈裏扎我脚。我將槍頭低下。陽手提開你槍，你槍起，我一拿，你圈外扎我脚，我將槍頭低下，挺往用腰力

一擺，櫓開你槍。你槍起，我圈裏一拿，或圈外一攔，還槍扎你。如你用地蛇槍，我用提槍，偷步斜進，撥打驚起你槍，一拿一提，又拿又提，其聲無間斷，跟纏你槍，不使走脫也。

法曰：「撥草尋蛇」是也。又曰：「迎封接進」是也。

盡頭槍勢一名美人認針：

乃偷步上槍之法，我將槍低指進入，你扎上，我即拿。你扎下，我即提。你用提，我即起。你用拿，我即閃賺圈外扎你。

法曰：「他法行，隨法行」是也。

懸腳槍勢：

我立四平，你扎我脚，不拘裏外，我即懸起脚，隨落腳進步還槍扎你。

法曰：「不招不架」是也。

詐敗槍勢：

我立四平，圈裏挨逼你槍。你扎我圈外，我一攔，隨將身

往後一倒，僞爲敗勢，待你圈裏扎我，我即迎，回身一拿，開你槍扎你。

法曰：「佯輸詐敗」是也。

鷄子撲鶴鶉槍勢：

如你立四平，我拿開你槍，進步扎你。你拿開我槍，進步扎我，我剪步跳出，隨即拿開你槍。

法曰：「鷄子拿鶴鶉救護」是也。

《澤古齋·手臂錄》跋

《手臂錄》五卷，婁江吳修齡所著。皆自述其授受之源流，運用之精妙。吳之技，槍其最最上乘，刀劍笏亦具有心得。槍法親炙石敬岩，而私淑於程真如。其初受於石者，馬家槍耳。既而得沙、楊二法。又讀少林諸書，識程衝門之誤。及晤朱熊佔，知其槍法得自程真如，真如得自峨嵋，始悟石氏亦峨嵋之傳。故四卷先列馬家槍，而旁及諸器，無不以槍法之緒餘通之。遇漁陽老人授劍術，遇天都俠士作雙刀歌，以劍術通於刀，以槍法通於笏，此吳之心得也。

蓋修齡留心擊刺三十餘年，手臂純熟，技進乎道，追溯石、程二家之法，並著於錄，而以手臂名之。前四卷言槍刀及臨陣諸器，皆其所心傳而可爲世法者。其附卷先峨嵋槍者，則程真

如所著。夢綠堂槍法，則少林僧洪轉著。程衝門十六勢，以雕板行世，混入洪轉書中，吳別而出之，故並在附卷，以別于吳所自著也。

修齡又有峨嵋槍法一書，作於是錄之前，有自序一篇，石敬岩槍法記一篇，其授受源流最詳悉。革法、行着稍有異同，今併撰入附卷，其餘皆錄中所載。凡錄中有脫訛處，亦據以校正之，其編次一仍其舊，共五卷云。嘉慶丁卯六月，虞山張海鵬識。

《清史稿·文苑一·吳旻》節錄

旻，字修齡，原名喬，亦常熟人也。著《圍爐詩話》，云：「意喻則米，炊而爲飯者文，釀而爲酒者詩乎？」又曰：「詩之中須有人在。」執信嘆爲知言。

《清史稿》卷四百八十四

《中國武術史略》節錄

《手臂錄》

清康熙元年（一六六二），明遺民吳殳（一六一一——一六九五）著。

此書以精解槍法而著稱，在後世出版的《借月山房匯鈔》、《澤古齋重鈔》、《指海》、《瓶華書屋叢書》、《掃葉山房叢鈔》、《式古居鈔》、《叢書集成初編》、《麗樓叢書》等書中均有收錄。此書共由四卷和附卷組成，除卷三的《單刀圖說》及卷四的《諸器總說》、《叉說》、《狼筈說》、《藤牌腰刀說》、《大棒說》、《劍訣》、《雙刀歌》和《後劍訣》外，均講槍法。

講解的槍法有石家槍法、馬家槍法、沙家槍法、峨嵋槍法、楊家槍法、夢綠堂槍法和程衝門槍法等。特別是卷一，在「槍

法圓機說」、「一圈分形人用說」、「槍法元神空中鳥跡圖」和圓圈分形詳注」中，對被視為槍法真髓的「圈」法進行了圖解。此書堪稱毫無保留地傳授了槍法的秘訣。

著者吳殳，名喬，字修齡，號滄塵子，江蘇太倉人（一說江蘇婁江人）。吳殳二十三歲時（一六三三），天下多難，他和同鄉的夏君宜、夏玉如、陸桴亭一起從槍法師石敬岩，在本報寺學了刀槍二法。石敬岩在教槍時，用紙和竹片把身體厚厚綁起來，然後上面鋪上一層皮革以練對扎，實際上是採取用木槍互刺的練法。吳殳用這方法苦練數年之後，又進一步學了半年秘術。傳授時，一切都靠口傳，一個沒有完全做好，就不往下教，要求在實戰中領會技法。

其師石敬岩，曾從耿橘學過刀法，從少林寺和尚洪記學過槍棍二法，從劉德長學過少林和峨嵋槍法。後來，吳殳又從漁陽老人學過劍法，從天都的少俠（年青的俠客）項元池學過

雙刀法，從鄭華子學過馬家槍法，從倪觀樓學過楊家、沙家二槍法，還從朱熊佔學過峨嵋槍法。

吳爻還熟讀過程衝鬥的《耕餘剩技》，指出過其缺點，還研究過洪轉著的《夢綠堂槍法》。洪轉是同石敬岩有過往的洪記和尚的師兄弟。

以後，吳爻槍法終於登峯造極，一面改進歷來的槍法，一面自己創造槍法。據他說，他留心擊刺三十年，其中有四、五年自己練功，每有所得，則常打敗師傅，所以他敢提出改進。

吳爻還以其詩人的奇才而著稱。

《中國武術史略》

註：《中國武術史略》一書為日本武術家松田隆智所著，書中《手臂錄》一段文字對

吳爻其人及所著《手臂錄》作了簡括的介紹。