

中央國術館編

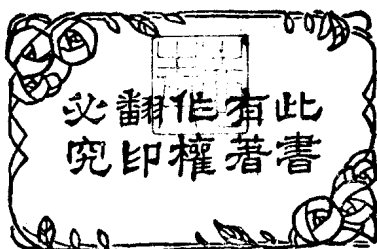
查拳圖說

馬公愚題



中華民國二十一年七月三版

△國術教範查拳全一册(實價大洋二角五分)



分發行所

南京 濟南 開封 北平 天津
 徐州 漢口 長沙 廣州 重慶
 汕頭 杭州 蘇州 哈爾濱 新加坡

大東書局

鑒定者	中央國術館館長	張之江
編輯者	中央國術館編審處處長	吳志青
演式者	中央國術館科員	張本源
參校者	中央大學教授	于振聲
	中央國術館顧問	劉崇峻
	中央國術館顧問	張洪之
發行人	上海北福建路二號	沈駿聲
總發行者	上海	大東書局

自序

世界原無新物。特本諸原質，各盡其發明製造之能事而已。世界亦無新理。特本諸自然，各盡其尋繹推演之心力而已。一代之技能，有一代之應用。一國之技能，有一國之特性。古代之技能，或不適用於今世。歐美之技術，亦未竟適於中國。其環境不同，思想各異故也。革命以還，凡百建設，將次頽廢之國術，亦得復興。本館乘時而起。張公子蘆，主持其間。慘淡經營，以期達強種救國之目的。草創迄今，成績斐然。各省市縣分支各館，爭先成立者，已達全國三分之二。有強。但欲作普遍之運動，非藉文字之宣傳不爲功。依照吾國民族之特性，及歷史與環境之背景，苟欲達到強種救國之途，將藉重西洋之體操乎？抑恢復固有之國術乎？詳加究察，不問可知。雖然：處此科學昌明之二十世紀，非講實用，不能圖存。國術之所以日就式微者，卽在缺乏尋繹推演之心力，墨守成法，不知改進故耳！

嗚呼！明達之士，有鑒於斯，竭力提倡。各家各派，風起雲湧，各展所長，力求改進。一派

以考據名於世。一派以玄理炫於時。一派以科學相號召。一派以折衷爲提倡。而詳察考據之新著，殊不多觀。間有圖說，尙闕理論。玄理派以孫祿堂先生之太極拳等書，爲最近之表現。科學派以章乃器先生所著之內功拳的科學基礎一書，詳說理論。及拙著中國新體操爲理法并論之創作。折衷派以馬子貞先生所著之中華新武術爲調劑各派之著述。

以上僅舉其略，以供國術同志之研究。唯按之科學原理，陳義太高者，不切於事實。使人目眩神移，頗難循序而進。而不顧生理之需要，近於矯作之運動者，尤爲現代教育所不取。

是以承館長張公之命，編輯此書。每式附以用法，圖說，式定名詞，法釋應用，圖明動作，說解意義。順次推進，以圖適世界之潮流，作研究之借鏡；鍛我體魄，強我國魂。志青雖不才，是爲厚望！

中華民國十八年四月古歛吳志青序於中央國術館編審處

凡例

- 一此編取材於查拳第四路，分爲二章。第一章緒論。第二章單練。
- 一此編依教育程序。一章分四節。每節分三段。每段分四式。每式附以用法，圖說，式定名詞，法釋應用，圖明動作，說解意義。使學者一目了然，易於練習。
- 一此編教授團體，可參照軍事教育法行之。
- 一此編各式有口令，原爲初學便利起見。習熟後，可由繁入簡，一氣呵成。以不違古人定法，近代教育程序爲原則。
- 一此編假定行拳方位，爲初學便於記憶而設。練熟後，則不拘方向。
- 一此編詞譜爲自昔所傳，讀其語句，多費索解。但因尊重原著起見，未便擅改，致失其真。
- 一此編所定術名，或因便句讀，或切於實用，或想像形式以定之。考我國武術名詞，各家各派，分歧不同，或各套動作同，而名詞則異。此爲深中祕密之害，實武

術界一大缺點也用特聲明。

二此編爲本館教授班之講義，並以供 諸同志之參考。

一此編挂漏之處，在所不免。尙祈

國術同志，加以指正！

四路查拳目錄

凡例

序文

第一章 緒論

第一節 國術之替興

第二節 國術性質之分析與本館職責之貢獻

第三節 行拳方位圖

第四節 四路查拳詩訣

第五節 四路查拳總譜

第二章 單練

第一節 拳譜

四路查拳 目錄

第一段 對拳 引手 撩陰掌 撩陰腿

第一式 第一圖解 用法

第二式 第二圖解 用法

第三式 第三圖解 用法

第四式 第四圖解 用法

第二段 穿掌撩襟 托天勢 彈腿 探海勢

第五式 第五圖解 用法

第六式 第六圖解 用法

第七式 第七圖解 用法

第八式 第八圖解 用法

第三段 翻身蓋掌 掀掌 擠步應掌 冲捶

第九式 第九圖解 用法

第十式 第十圖解 用法

第十一式 第十一圖解 用法

第十二式 第十二圖解 用法

第二節 拳譜

第四段 迎門掌 栽捶勢 撤步拳 轉身接打

第十三式 第十三圖解 用法

第十四式 第十四圖解 用法

第十五式 第十五圖解 用法

第十六式 第十六圖解 用法

第五段 立掌 引手劈掌 白鶴亮翅 鯨魚合口

第十七式 第十七圖解 用法

第十八式 第十八圖解 用法

第十九式 第十九圖解 用法

第二十式 第二十圖解 用法

第六段 敗勢 回頭觀 回馬腿 翻掌擦陰

第二十一式 第二十一圖解 用法

第二十二式 第二十二圖解 用法

第二十三式 第二十三圖解 用法

第二十四式 第二十四圖解 用法

第三節 拳譜

第七段 踢腿 披掌 挑打 抓肩勢

第二十五式 第二十五圖解 用法

第二十六式 第二十六圖解 用法

第二十七式 第二十七圖解 用法

第二十八式 第二十八圖解 用法

第八段 接打勢 登山勢 橫捶 撤步雙拳

第二十九式 第二十九圖解 用法

第三十式 第三十圖解 用法

第三十一式 第三十一圖解 用法

第三十二式 第三十二圖解 用法

第九段 頂心肘 迎面掌 抽袖冲捶 雙展手

第三十三式 第三十三圖解 用法

第三十四式 第三十四圖解 用法

第三十五式 第三十五圖解 用法

第三十六式 第三十六圖解 用法

第四節 拳譜

第十段 順撐掃腿 穿掌 順步腿 蹬脚

第三十七式 第三十七圖解 用法

第三十八式 第三十八圖解 用法

第三十九式 第三十九圖解 用法

第四十式 第四十圖解 用法

第十一段 彈腿 護肩掌 冲捶 抽樑換柱

第四十一式 第四十一圖解 用法

第四十二式 第四十二圖解 用法

第四十三式 第四十三圖解 用法

第四十四式 第四十四圖解 用法

第十二段 七星拳 順風擺柳 勢法全 還原

第四十五式 第四十五圖解 用法

第四十六式	第四十六圖解	用法
第四十七式	第四十七圖解	用法
第四十八式	第四十八圖解	用法

四路查拳

第一章 緒論

第一節 國術之替興

國術一道，湮沒不彰者久矣！憶及庚子一役，國人曾病帝國主義之壓迫，國勢因之日削。於是義憤填膺，聯絡武術界，組織義和團，挾紅燈白蓮諸邪術，假神道之名，以扶清滅洋相號召。遂召八國聯軍之禍。至使外人反以拳匪目之！詎知紅燈白蓮，皆係左道惑人，與武術風馬牛不相及。未可以邪誣正。嗣武術界同志，積不能平。深信術有真傳，足以強國禦敵，不甘受外人之蔑視。北方則有李存義、李景、楊緒先生。設武士會於天津。許禹生、孫祿堂、吳鑑泉、劉月亭諸先生。先後設體育會及國技研究社於北平。馬子貞先生。設武術傳習所於濟南。霍元甲、陳公、斷緒先生。設精武體育會於上海。劉崇峻先生。設武士會及國技學校於成都。

青不敏，亦糾合同志，創辦中華武術會，及體育專門學校於上海。撮其大略：二十餘年，改良提倡，風行全國，已具相當成績。此爲武術之復興時代。迨民十六，中央奠都南京。黨國領袖，以武術爲強種救國之要素，羣力倡辦，於去年春，成立中央國術館於首都。博延國術人材，共同研究。復以科學方式，詳加整理。力求適合教育之原理，衛生之需要，且本心理學功用以支配。其剛柔繁簡，期與學者年齡，不相違背。他如廣發刊物，以資宣傳；招班教授，以廣後進；舉行國考，以拔真才；迄至於今，省市分館，逐報成立者，已幾有全國之半。國術普及，可立而待。茲爲國術教育統一起見，審慎教材，編輯教範，暫作過渡之範本。惟是素無專書，苦乏參考。挂漏之誚，所不免焉！

第二節 國術性質之分析與本館職責之貢獻

吾人研究國術，必先識別，何項屬於技擊？何項屬於運動？何項屬於藝術？茲將各項之國術，分析列表，以供研究：

運動的

療病
健身

洗髓經
易筋經
八段錦

國術技擊的

練法——少林十八法——雙推手——三十六合鎖——七十二手拿法

練勁——打樁——打沙包——打木人

練身——各門派之長短拳

練力——石砵——石擔

藝術的

遊藝——表情式的演武滾叉

戲技——舞臺式的各種表演

目的

健身自衛

上表國術分析，雖不一類。而目的總不外於健身自衛。考國術分析之原來，因環

境之不同，趨向不歸一致。或專以延年健體，獨善其身，或迫於生活，江湖賣藝，甚至不存身份，以博觀衆之歡心。由是遂喪失武術之真面目矣！且有所謂發狃之勇者，抱狹隘思想，以武術作私鬪利器，每爲世人所詬病。以上種種，均係不明教育原理，以至躐入岐途。本館有鑒於此，急爲矯正，以圖進展。（一）打破門戶之見，不容狹隘思想，參於其間，總其名曰國術。俾其成爲科學化。（二）提高武術同志地位，先以灌輸教育爲原則。（三）將祕不傳人之高尚武術，編著專書，以期公諸於全國。並聘請專家，共同研究，積極進行。務民衆均國術化。（四）不背古訓，亦不爲時代之落伍，參合教育原理，及方法。編輯各種教範以問世。此爲本館最低限度之工作，業已次第實現，嗣後更當積極研究，務求適合時代之國術，取諸教育原理與方法。及心理，生理，衛生，生物各科學爲標準。俾國術在理論上有系統，在科學上有根據，在練習上有程序。此本館責無旁貸，亦編者所應注意也！

第三節 行拳方位圖