

写真太師虎尾鞭

寫真太師虎尾鞭



行印局書界世 編會德進武尚



影近樵容姜者編

淬礪身心

蔣中正

尚武叢書題詞

武術一道 派別分歧 無所適從

群鳥滋疑 尚武叢書 有鑒於斯

搜集豐富 不尚詭奇 著之楮墨

法無所遺 他山攻錯 詔示來茲

流傳萬本 指導群迷

李景林拜題



憲古六統必及射也執旅集旅荷
戈曰我六書之義蓋曰諸武念我
民族雄長東土歷五十祀克大旁普
忠信甲冑神義十操必何近火而為異
傷向身孰弱外侮孰禦有無我民一躍
而怒爰糾桓桓矯健起距臂捷於猿
威奮若帛鍊弱為剛振怠而奮一掃
裙襖不失踵步武以爲備懷以爲宇和

平光齋憤慨。奮而戡除。內未露寐寐在
昔。既為斯舉。固之傑者。捍衛邦國。擅
北。海。遂。非。非。諸。人。乃。復。我。有。國。有。衛。焉。
至。非。余。悔。若。枉。在。戶。如。大。碩。免。於。萬
斯。年。邦。基。孔。固。

上海尚武進德會來索詞詞以

張之洞民國十有七年十月

與義王伯聲



例言

一此鞭法。總名太師鞭。分虎尾鞭。太師水磨鞭。鞭法進槍。鞭法對擊。四種。分四期出版。

一此編係太師鞭第一。又名虎尾鞭。因虎尾兩字近俗。遂以太師鞭總名出版。後三冊當重加字別。

一此編共七十四動作。拍照七十四圖。凡一動作。而列數圖者。均為一式中之變動式。其中說明。俱取淺近。俾學者迎刃而解。無茫然之虞。

一此鞭法。前兩冊為單練。乃鞭法之基礎。學者須先由此入手。後兩冊為進槍。為對擊。乃鞭法之進階。故須挨次爛習。庶能

得心印手。臻入上乘。

一此編進退閃轉動作變化。各有用法。皆在各動作中。詳細分晰。學者請注意書中之據、擗、刺、點、撥、蓋、削、掣等字樣。即可得其概要。

一此鞭法。共有六十八字攻守祕訣。已於本編和盤托出。此祕訣。於本書七十四動作內。可得三分之二。餘在太師水磨鞭出版時。重行逐字解釋。因再習水磨鞭時。於鞭法業有進步。則較容易明瞭。

一此編中之七十四動作。各有方向。另繪路線圖。以便學者按圖走步。

一此編中所規定之方向。均以練習時。初出場之處。爲一定不

移之起點。凡言向左。向右。左前方。右後方。或前面者。皆就初站時之起點。向各方而言。並非隨着本人身體轉動而言。任憑如何轉動。均以起點爲標準。不得以照像爲向背。因照像部位。以顯示鞭法手法。多取適中故耳。閱者幸注意焉。

一此編專求實惠。不尙虛文。故不引經據典。怪力亂神。否則玄妙其說。反使學者無從着手。見而生畏矣。

一附圖。因求與解說吻合。甚有拍攝五六次者。今則纖毫悉附。學者按圖研求。必獲奇效也。

序一

自黃帝造弓矢以張撻伐而尙武之風馴至善射盪舟擊劍投蓋戰諸史册者其勇敢強毅之氣固已推倒一世卓越千秋若斯巴達之尙武日本之武士道瞠乎後矣近世戰爭競尙火器有力如虎之士出入槍林彈雨中猶且慮螳臂之難當於是克虜伯勃郎林遂佔優勢而桓桓武士退處於無聞此體力之所以日就柔脆東亞病夫之諺實關種族之存亡可恥亦可憂也今北伐告成協謀統一正修文偃武之時然淬勵其精神磨練其筋骨養成耐勞之體格以從事於事業之建設者夫固全民之責任而不可一日或疏者也是以國術館提倡於前而

四方拳術大家奮袂而起。或集會討論。或延師研究。氣求聲應。靡然從風。斯亦極一時之盛已。李上將芳辰。及姜君容樵。有感於此。徵集同志。創設尙武進德會。復有尙武叢書之發行。第一第二兩種已出版。行將出第三種。定名太師鞭。樹義精當。取材豐富。固足以發揚尙武之精神。供後起者之研究。而句叙於余。余不文。又不武。無足以闡揚玄祕。贊助高深。僅就管窺所及。述其崖畧。以弁諸簡端。上海英石氏李顯謨謹叙。

序二

儒家六藝。列有射御二科。古禮童子有勺象劍器之舞。所以煅練其體魄。激昂其志氣。以備邦國之用也。雖草野耕夫。曲巷編氓。靡不知書習武。國君于農隙以講武事。寓兵于農。平時無餉饋之虞。有事足介冑之士。其道善矣美矣。儒有咸佩劍懸弓。望之儼然。卽之也溫。文武並重。以光昭我古國數千年之榮史。良有其道在也。及後暴君亂政。圖獨夫一己之淫樂凶威。奴視士夫。畜策庶民。毀詩書。銷兵甲。專以愚民爲事。遂使經綸賢哲之儒。一變爲齷齪浮華之詞客。以粉飾太平。慷慨雄偉之士。一變爲憔悴餒弱之懦夫。以羈滯苟安。流轉至于清之晚季。致外夷

有東亞病夫之誚。深可歎也。今者明達之士。有鑒于斯。竭力倡武。以洗病夫之污。如春雷始聲。萬芽萌動。登高一呼。羣山皆應。欣欣然大有向榮之象。而吾姜容樵先生。以歷來武術。少有傳書。數人之學所傳。寧有幾人。其脈雖不絕。然難廣及。是以立志著書。以楊枝甘露。遍洒大千。俾枯木再蘇。興我黃帝神明之青重耀。舊日之光華。先生之婆心切矣。茲編有太師鞭一書。蓋鞭之爲器。其製不知始于何人。蓋不敢穿鑿附會其沿革。但見其勢如龍蛇。猛如虎豹。大抵草昧人羣。與鳥獸雜處。不敵爪翼蹄角。假其爪翼蹄角之長。師而習之。以禦鳥獸。象其形以製武器。至後文化日開。製作益精。鞭之由來。想亦甚古也。歐美各國人士。出入游宴。好攜手杖。近今我國人亦多效之。雖爲倚柱徘徊。

之用。然亦可防身。若以鞭法而寓手杖。近如古人之佩劍。不僅虛有其表耳。雖然習武所以鍛練其體魄。激昂其志氣。備邦國之用。雪病夫之恥。非所以尙私人之爭鬪。苟好勇鬪狠。賊害同類。徒貽國人羞。謂之無恥。謂之無勇。讀先生書者。毋負先生之婆心也。幸甚。

中華民國十七年冬月 鄧山劍陽子李蠡謹識于雲梵僊館

序三

世皆謂我國爲文弱。爲病夫。幾疑萎靡輟熱。爲國人之特性。若不足與於世界角逐之場。余謂不然。禮十三舞勺。成童舞象。而射御亦列於六藝。其著於詩之秦風。書之武成。散見於諸子百家。固未嘗不崇技擊。而尙武藝。泊手漢魏六朝。右文而不尙武。隨唐以來。或沉溺於詞章。或汨沒於科目。而先民勇武之風。遂泯焉而歸於漸滅。明清以還。閭里豪俠大師。往往冥心獨往。窮古人神妙之境。得道藝相通之理。藏之名山。傳諸其人。雖一劍、一鞭、一棍、一刀之微。莫不專攻一路。各擅所長。童年習之。白首莫殫。故謂內外各家。南北各派。受時代之打擊。不能集中。而發

揮光大則可謂爲素乏武勇則不可。安見民族之不可有爲而國術之無足稱道哉。邇者尙武進德會編輯尙武叢書。由滄縣容樵姜君總其成。第一期第二期已出版。行將出第三期。定名曰太師鞭。內附插圖八十餘幅。並詳載其動作各名稱。俾學者得以按圖練習。向來不輕易得師口授者。今已不啻和盤托出。苟萃國中秀士。整理而研究之。成爲有系統。有規律之科學。其裨益人羣。豈有涯涘。請以俟諸異日。

中華民國十七十二月章順湘

序四

余友姜君容樵。着尙武叢書第三種。爲太師鞭法一卷。云將付印。屬爲之序。嘗聞鞭法一道。雖傳者已久。而迄至今日。能得其真傳者。僅存一綫。今幸鞭法未墜於地。竊以爲姜君保存之力。爲多。蓋姜君籍隸滄縣。素精武術。尤嗜鞭法。嚮曾受本縣李公雨三之薪傳。深得其神髓。民初來徐於武術研究會。傳授此鞭。余亦從而習之。惜疏焉不精。今姜君不自珍祕。特公諸世人。其有功於國技。殊非淺鮮。余觀此鞭法之奧妙。盤錯頓盪。順逆廻環。能力能圓。可長可短。且雙頭並用。橫豎咸宜。奇正相生。變化無窮。其陰陽動靜。虛實離合。幾駕他器之上。李公芳辰謂太極

劍有八卦步法。太極腰身。猴拳手法之妙。余謂此鞭亦然。學者倘朝夕揣摩。積久嫺熟。非特臻入上乘。且可保存國粹。而強筋骨。習武藝以禦外侮。胥於是乎在。余因書此。以爲有志於斯術者。介紹云耳。

民國十七年十二月彭城張劍泉

自序

鞭本爲古武器之一。所從來久矣。惜清季崇文。致絕技奇藝。湮沒無聞。而鞭法更不多覩。良用慨然。近今中央張之江、李景林諸先生。創設國術館於前。余等亦得追隨於後。於斯不絕如縷之國術。幸得而中興焉。邇者尙武進德會。從事編輯尙武叢書。乃將斯鞭定爲第三種。出版。名太師鞭。所謂太師者。究係何人。生何朝代。均無從稽攷。惟授者謂出自聞仲太師。雖考之稗史。實有其人。確通鞭法。未必非後人所依託。且荒遠難稽。無足深信。存而不論可也。至歷代相傳。名將如尉遲恭。呼延慶。延贊。牛皋。高旺。皆精斯術。但無專書傳世。學者憾焉。河北鹽山縣劉九

鞭法要論

一、手法。二、眼法。三、身法。四、步法。五、心法。

手法

鞭之手法。有盤錯。有頓蕩。有順逆。有廻環。鞭可用兩頭。有與左。右輪換。宜嫻爽。無跡。乃得手法之妙。

眼法

眼法。宜圓光四射。如日月之當空。萬物皆照。卽遇衆兵而不閉。方保無虞。

身法

身法。宜剛柔合度。側正詳明。轉折圓活。起伏迅速。靜如鸞。聳立。

矯如鳳。奮騰乃得身法之妙。

步法

步法宜輕捷奮迅蹤如猛虎躡山烘如大鵬展翅跳如鷹隼出
蹀躞如魚蹬龍門

心法

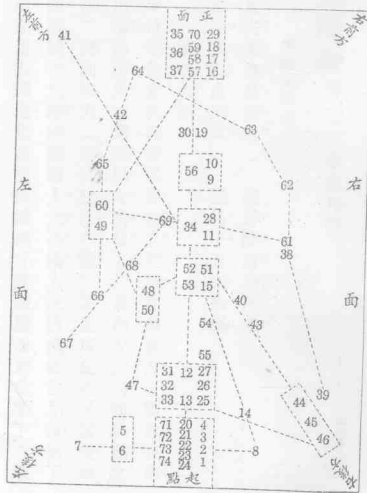
凡手眼身步皆賴一心爲主宰。欲定心先平氣。勿恃勿矜。將素所學之書術。諳鍊揣摩。融會貫通。鑄之於心。鑄之於手。眼身步可以隨機應變。總遇大敵。一心鎮靜。自無一毫驚荒。方是木鷄養到之候。

攻守秘訣

擡撞。摔掉點棍截。
擣戳顧攔掙削刺。
揀攢搜刺點卸退篆旋躡。
滾漏捧截拒反掃擺蹁閃。
以上攻守用法六十八字爲國術家歷來不肯輕易授人之祕。
訣亦爲師生受授時保留最後之要着余今打破數千年之陋習將此六十八字和盤托出一字不隱公諸同好學者於書中七十四動作內默識揣摩卽可得之矣至七十四動作內仍有未盡包括此六十八字之處余決於太師水磨鞭出版時重用

照像。詳細說明。一刊之。該書。因本書照像。雖則七十四幀。然拍攝至一百六七十次。始告厥成。所謂毫釐之差。千里之謬。蓋照像與講義。非此不能盡善盡美也。

太師虎尾鞭路綫圖



如先生精鞭法。計四。總名太師鞭。分虎尾鞭。水磨鞭。鞭法進
槍鞭法對擊。共三百餘手。虛實變化。各有其妙。劉先生傳與滄
縣六十六莊。張仙島先生。張先傳生與李雨三先生。余與劉俊
齡。陳子衡。陳鳳岐。于得印。皆從雨三先生學。雖畧涉藩籬。深懼
久而失傳。茲編爲虎尾鞭。縷而述之。以示淵源。有自。海內君子
倘辱賜教。而釐訂之。則大幸。

中華民國拾七年十二月滄縣姜容樵序於海上矢强室。

太師鞭總目

又名虎尾鞭

緒論	三	藏鞭埋伏定式	三
鞭法要論	一	藏鞭埋伏變動式	三
手法	一	黑虎入洞	五
眼法	一	白蛇吐信第一動作	六
身法	一	白蛇吐信定式	七
步法	一	斜身埋伏	八
心法	一	蘇秦背劍第一動作	九
攻守秘訣	一	蘇秦背劍定式	一
太師虎尾鞭路線圖	一	蘇秦背劍變動式	一
太師鞭歌	一	托鞭救主第一動作	一三
懷抱太極	一	托鞭救主定式	一四