

國技大觀

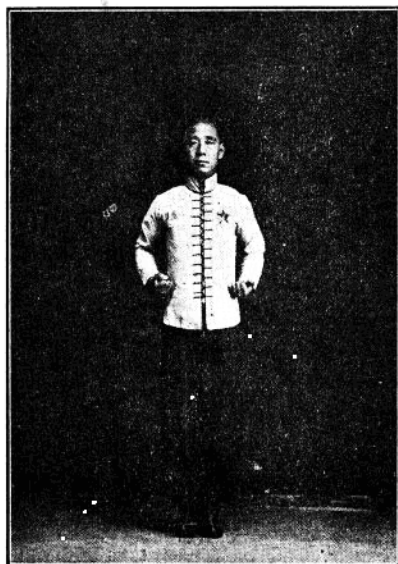


國技大觀 專著類

◎十字戰

精武有五戰拳。(合戰、大戰、短戰、脫戰、十字戰)。(合戰爲對手拳)(已出版)少林拳術中之精華也。五戰拳手法最多。短拳法門包括殆盡矣。廣東新會陳鐵生卓枚識。

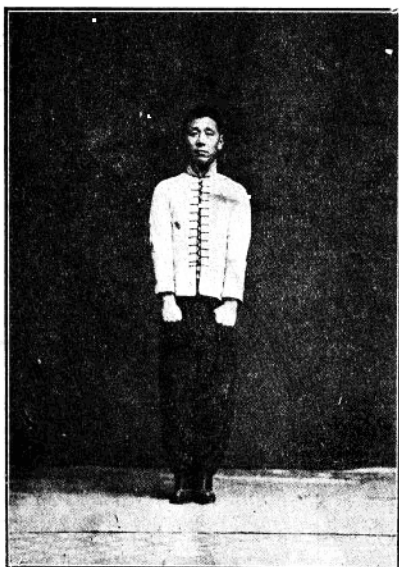
第一圖 渾元手 (子)



中央精武

技擊書主任新會陳鐵生
教員最縣趙連和授

第二圖 渾元手 (丑)



○渾元手 (圖一二)

國技大觀 十字戰

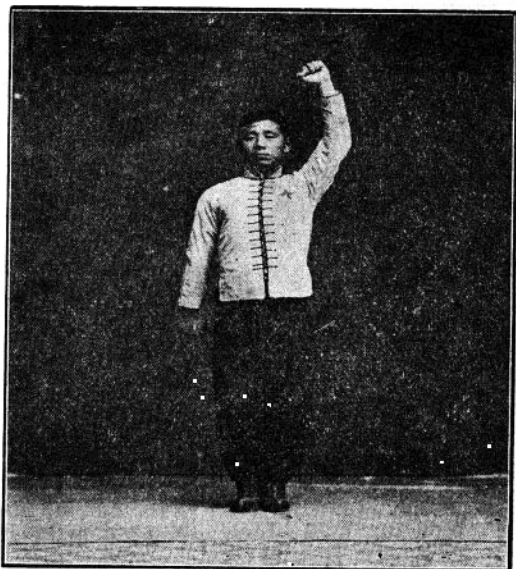
專著類

面南。直立。兩足靠攏。兩拳切脇部。兩掌心朝天（如第一圖）左足先向前進一步。右足亦向前進一步。再舉左足更向前一步。斯時兩足復靠攏而直立。當舉步時將兩拳各向兩旁外方起高。復落下各向外側平畫一圓。然後垂直於腿前（如第二圖）

（自註）圖之正面爲南。背面爲北。左爲東。右爲西。此兩圖是開門式。惟須手足協同動作。隨舉步隨用手向兩旁畫圈。足步已停而手亦到定點方合。兩手起動時先須略向兩旁伸張。然後起高方能畫成功一個圓圈。第一圖兩拳靠腰。本是掌心向天。及至畫了一圓之後。其兩拳則掌心內向矣。蓋順肢體自然之勢也。

第三圖 怒猊扶石

第四圖 刮衝捶

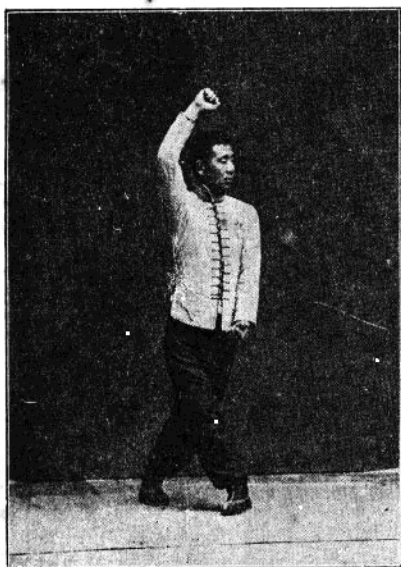


○怒貌抉石（圖三）

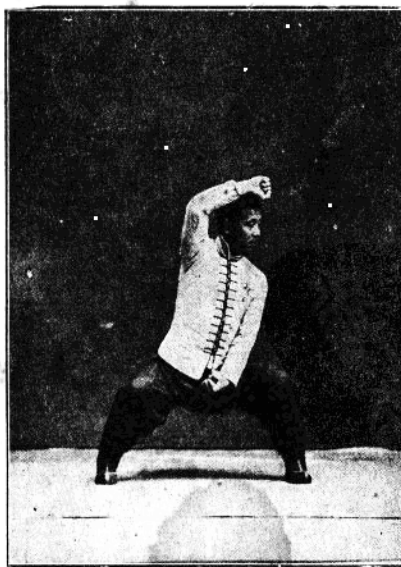
在原地將左手由前方高舉（掌心向南，虎口向西）

（自註）此用掀高之力，恍如將重物當前掀翻之由，高處拋之往後之意。用掀揭力，其肱與臂須作一直線，勿曲肘。且須用肩膊發力（膊為發力之總機關）。此式雖不曲膝不變腰，而仍是用全體之力，催助左手。上式本是掌背向前，茲式起手時，仍是掌背向前，暨將手當面舉高，即變為掌心向前。凡握拳之時，其大指與第二指之間，必成一圓，此稱虎口，或曰眼兒，或曰拳眼。

第五圖 插腿



第六圖 刮衝捶（子）

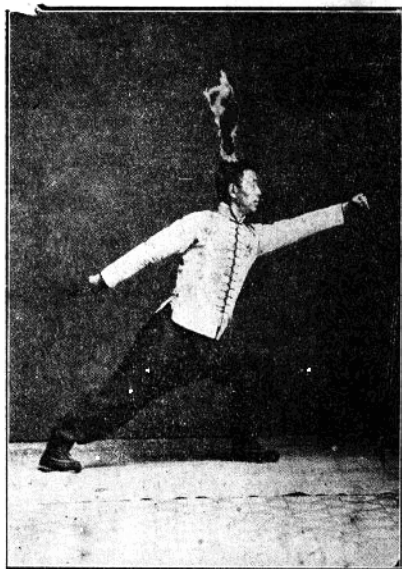


○刮衝捶（圖四）
右足橫向西方開一步成面向西方之右前弓式。拳先由面前探往右方落下從腹部斜橫過反肘垂於左方當左拳初起時即將右拳先轉掌心向上蓄勢以俟暨左拳落下橫過腹部時即用右拳旋轉衝向西方（至定點時掌心向南虎口在上）

（自註）左拳用刮法而右拳用衝捶故曰刮衝捶。敵人以拳自右方擊我故我以左拳刮而去之。繼以右拳同時反攻敵人。我之左拳當探過右方落下時即已轉為掌心向下故至左外方時是反肘斜垂。左拳才刮去敵拳同時即以

第七圖 刮衝捶（丑）

第八圖 劈捶

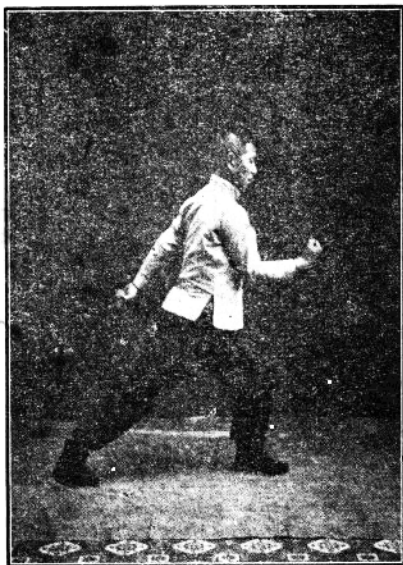


右拳反攻一瞬間而攻守同施術語所謂連消帶打也此係單練之拳故依式講演若語實用則我可以左手執住敵拳而以右拳捶敵胸善學猶貴善悟一足曲膝如弓形一足斜挺如箭形此等步法名曰弓箭步簡稱曰弓式弓箭步以弓形之足在先頭故有左前弓式右前弓式之稱謂弓足曲度勿太低宜挺腰以眼垂顧能見鞋頭爲度箭足之足尖須向弓足而作左右向勿橫置且箭足踵與蹠之外沿尤勿使離地

○插腿(圖五)
右足勿動左足在右足之後向西插進一步成交叉腰形左拳沉下轉掌心向天用力彎迴襠前右拳舉置當頭掌心仍向

第九圖 擺拳

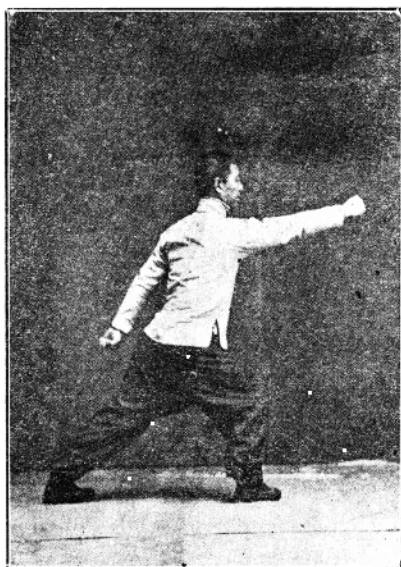
第十圖 寸腿



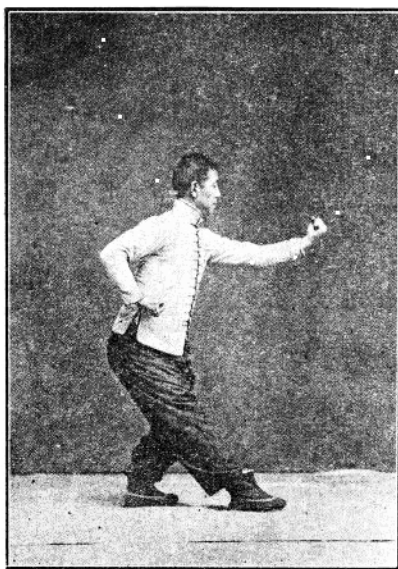
南。而虎口在下。

(自駐)此全是守法、其左足之插腿、是因敵人取吾下部、故縮一步以避之、其左拳之彎迴當前、是因敵人取吾中下部、故以左肱沉下抵抗而格去之、其轉掌心而變迴之法、是用旋轉力以抗敵人也、且用肱抗人、宜用肱之近小指一邊、插腿之用途最多、不特可避敵、且便於轉身取敵、右拳之置當頭是爲下式計、然此等處謂之爲用以挑托敵人之上、擊亦無不可。

第十一圖 衝捶



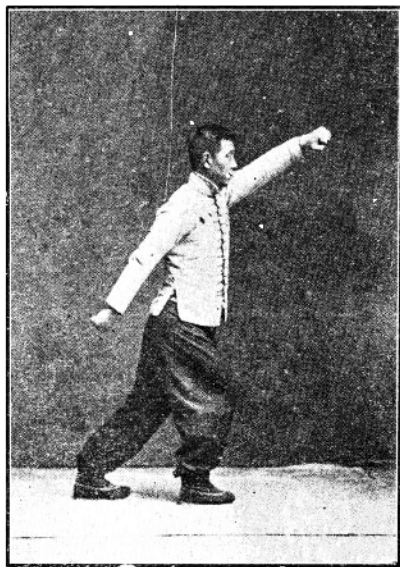
第十二圖 虛式通天敵



○刮衝捶(圖六七)



第十三圖 拖步 衝捶



第十四圖 貫耳

右足在原處一躁地左足向東橫開一步先作騎馬式（如第六圖）右拳探過左肩外落下從腹部斜橫過反肘垂於右外方當右拳探左而落下時即將左拳旋轉衝出向東方（至定點時掌心向南虎口在上）同時在原地轉為左前弓式催助左拳之勢（如第七圖）

（自註）此用意與上文之刮衝捶同惟來源之上式有異故動作亦不同耳 躁足是練習以足踹敵人也騎馬式是兩足皆曲膝而立如騎馬然故稱騎馬式惟曲度不可過低低則無力倘為敵人推或拉即有傾倒之虞 當左拳衝出時由騎馬式而變為左弓式是手足協同動作其力自厚

不○動○步○將○左○拳○往○上○方○一○挑○即○乘○勢○由○左○外○方○往○後○而○反○肘○斜○垂○於○後○同○時○將○右○拳○由○原○位○起○高○自○上○方○往○前○劈○下○捶○擊○敵○
 顛○(至定點時虎口在上掌心向北)

(自註)左拳往上一挑是將敵人上擊之拳挑去既挑去即將左拳迴後同時即以右拳自後而前由上擊下蓋凡兩手協同動作其勢自厚且兩手同動作一迴後一向前則身體自拗動而發力其勢更厚惟劈下之右拳須以肩膊發力肱臂皆直切勿曲肘

第十五圖 拖步通天礮



第十六圖 護檔拳

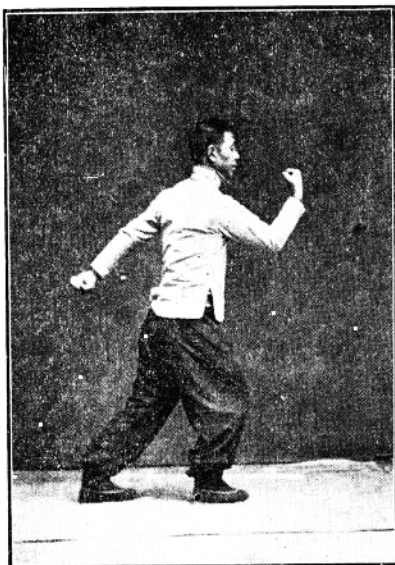


○拙拳（圖九）

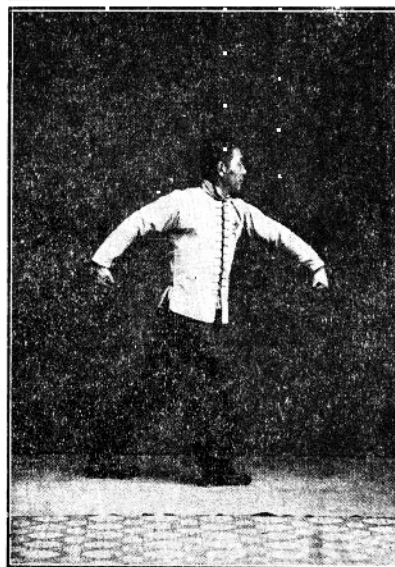
右手曲肘沉下（右臂離脇約寸許）將右拳作一小圓全肱下壓。

（自註）意謂敵人以拳擊我所以我將右拳從敵手之下圈繞入敵肱而壓擊之也。作小圓之右拳起於此點宜止於此點勿使其肘後出。右拳壓下之時掌心向上虎口向南拙拳法詳潭腿中。

第十七圖 蝎子肚



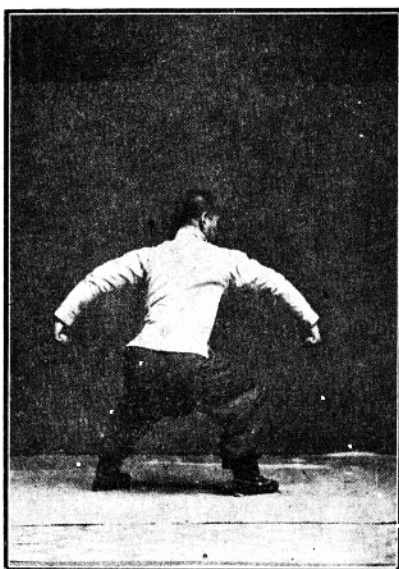
第十八圖 大勾手（子）



○寸腿（圖十）
將在後之右足向前踢出

(自註)用腿之法最多、若撩陰、旋風腿、兜領腿、摘鈴腿、連環腿、撞腿、撥臉腿、穿心腿、剋氣腿、掃腔腿等、然以實力言、凡用腿高逾前陰、即難收效、故撩陰與寸腿為最適用、寸腿之稱、以其高不逾尺也、惟用腿之法、須以大腿發力、且直踢之、腿吾足趾必緊斂向下、大概空手入白刃法、多用高腿、以踢去敵人武器、高腿及旋風腿、最能長氣、吾國技擊之冠、絕世界者、因能使血氣力量同時增長增高也、

第十九圖 大勾手 (丑)



第二十圖 腰步捶 (寅)



右足着地作面對東北之右前弓式伸右拳擊正東

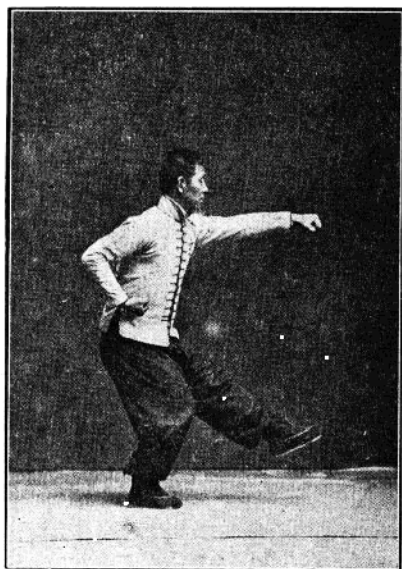
〇衝捶 (圖十一)

(自註)此所謂因利乘便也。上式起腳踢人，則彼必退避，我即趁勢上前，用右拳擊之，衝捶之法，必是虎口在上方。

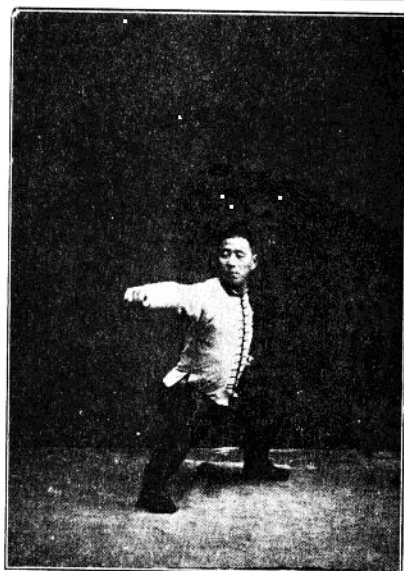
○虛式通天礮(圖十二)
左足先向東上一步，曲膝站立，右足再上一步，斜挺在前頭，成右虛式。同時將右拳收回，曲肘切右脅。(虎口向光，掌心朝天)將左拳用通天礮勢向前打出。

(自註)此式兩手足須協同動作，手到腳到，方合。凡虛式，其在前之足，大小腿同作一直線而斜挺立，此足不可牢踏，而輕置於地，故曰虛式。其在後之足，則曲膝站立也。右足在前頭，則稱右虛式；左足在前頭，則稱左虛式。通天礮自下而

第二十一圖 寸腿



第二十二圖 磨盤肘窩肚拳



上多用以擊人下頷，有時亦可上擊至面部，其法以拳鋒向上，掌心朝裏，今此式用左手通天礮，是掌心向身，而虎口向北外方，通天礮之手，其勢變形而向上，然變形頗小，且不許曲肘。此式兩手皆須用力，不特通天礮之手須用勁，即收回切脅之右手，亦須用勁拉回，凡用拳必兩手協力，其勢始猛。虛式容易進步，此用虛式爲下文計。

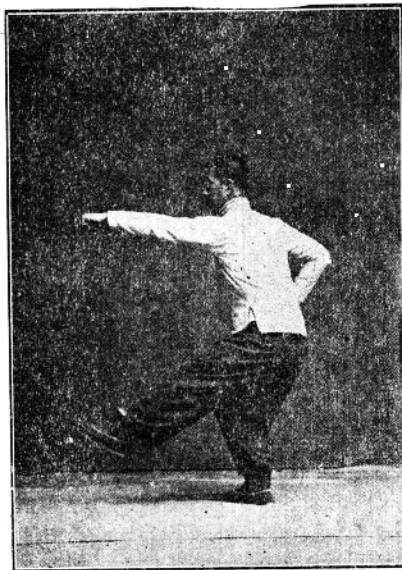
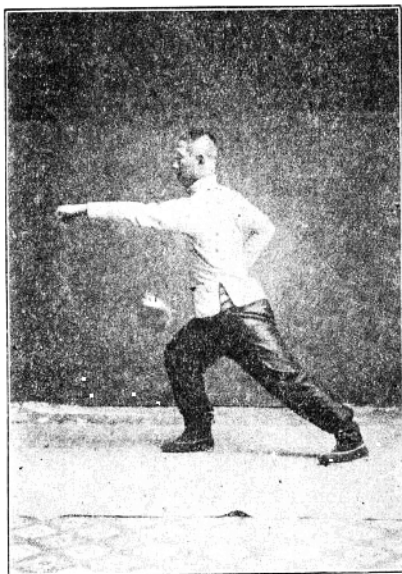
○拖步衝捶（圖十三）

先舉右足向東前方進一大步，將右拳向前打一衝捶，左拳向下反肘斜拋，往後方同時並將左足拖進半步。

（自註）此式之兩拳與上式衝捶同，惟須注意於兩足，先將右足向前進一大步，然後將左足拖進半步，試觀圖中之步。

第二十三圖 腰步捶

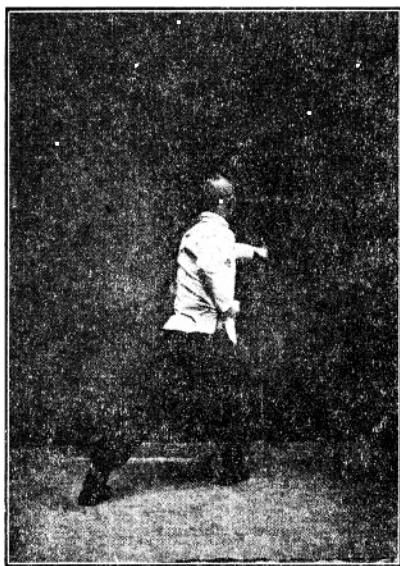
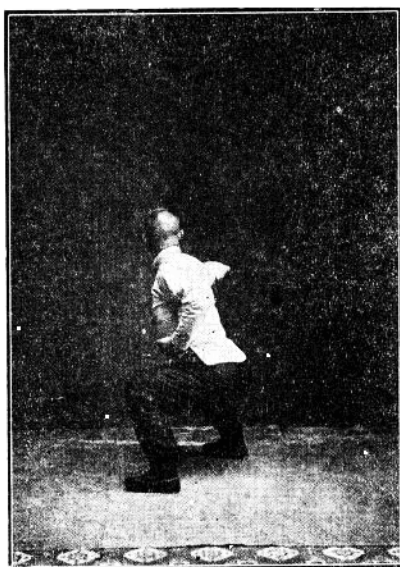
第二十圖 寸腿



距離最小、即拖步之故也。拖步云者、將此足不提離地面、而拖擦向前也。蓋用拳宜手足同動、其勢始張、且此式拖前半步、即深入敵境一尺、全身衝前、銳不可當。左手之拋往後方、亦有用意、蓋上式通天礮、吾左手在上方、則下部空虛、敵常由此乘虛而入、吾即沉下左手、拋往後方、以格去之。此式兩手一前一後、頗似剪形、而左右擺動、故得勁也。

第二十五圖 磨盤肘窩肚拳

第二十六圖 腰步捶



○貫耳（圖十四）

先舉右足向東前方進一大步、將右拳沉下、反肘拋往後方、伸左拳斜上、以拳之平部擊敵人右耳部、同時並將左足拖進半步。

國技大觀 十字戰

一四 專著類

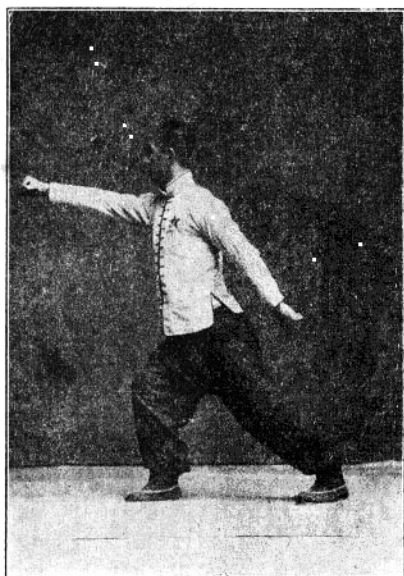
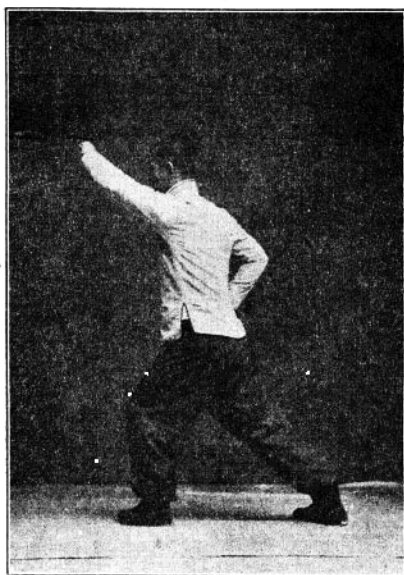
(自註)貫耳者、以拳之平部撞擊敵人之耳也、組拳時、手指第三節、即拳之平部、貫耳之左拳、虎口向下、反肘而掌心向左外方、拖步之法如前式、右拳之往後方、意亦用以格敵、

○拖步通天礮(圖十五)

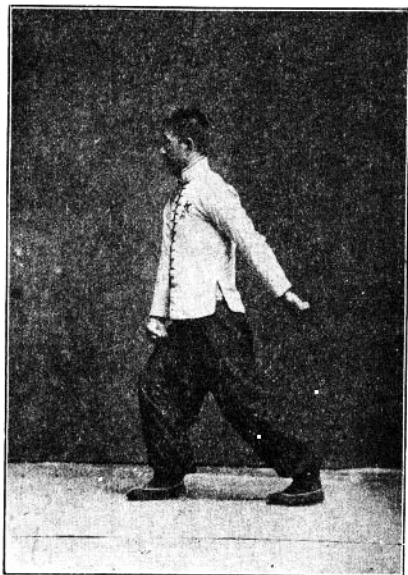
先舉右足向東前方進一大步、將左拳沉下、反肘拋往後方、右拳用通天礮勢擊上、同時並將左足拖前半步、(自註)此用右手通天礮、其虎口向右外方、掌心向內、

第二十七圖 聲東擊西(子)

第二十八圖 聲東擊西(丑)



○護檔拳(圖十六)



先○右○舉○足○向○東○前○方○進○一○大○步○將○右○拳○沉○下○彎○向○擋○前○而○直○垂○（虎口在上、掌心向內、）伸左拳斜上用拳之平部撞敵右
耳同時並將左足拖前半步
（自註）右拳沉下彎向擋前此稱護擋、因吾舉步向前之時、敵人取吾前陰、故以右拳格之也、左拳是貫耳法、
○蝎子肚（圖十七）
先舉右足向東前方進一大步將左拳沉下反肘拋往後方右拳用蝎子肚勢曲肘彎向上擊同時並將左足拖前半步
（自註）蝎子肚與通天礮之分別者只曲肘與不曲肘耳、通天礮可以打到面部蝎子肚則曲肘故止能打至下頷
第二十九圖 獅子大張口（子） 第三十圖 獅子大張口（丑）

右拳虎口向右外方、掌心向內而曲肘、

○大勾手腰步槌（圖十八、十九、二十）

不動步先將右拳沉下、轉掌心向地、虎口暫朝左、（斯時在後方之左拳、亦須先轉掌心向下、而暫使虎口朝左、）兩拳皆彎垂、兩手皆作弓形、用勁將腰拗轉、而身向南、平車轉、兩手使左拳往東、前方而右拳往西、後方（斯時兩手仍如弓形、下拳回東、前方兩足成向北方之騎馬式、兩虎口皆對北、兩掌心遙相對、）（如十九圖）乘勢在原地轉回右前弓式、將右拳

第三十一圖 衝捶（子）



第三十二圖 衝拳（丑）

