

古拳谱丛书

第五辑

棍术科

上卷

马子贞

山西科学技术出版社



古拳谱丛书

矫龙文库 策划人 王跃平

图书在版编目(CIP)数据

棍术科.上 / 马子贞著. —太原: 山西科学技术出版社,
2006.1
(古拳谱丛书.第5辑)
ISBN 7-5377-2554-3

I.棍... II.马... III.棍术(武术)—中国 IV.G852.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 097899 号

棍术科(上)

著者	马子贞
校点者	常学刚
出版者	山西科学技术出版社 太原建设南路十五号
发行者	各地新华书店
承印者	太原兴晋科技印刷厂
开本	787×1092
印张	11.25
版次	二〇〇六年一月第一版
字数	二〇〇六年一月太原第一次印刷 120千字
印数	1-4000册
书号	ISBN 7-5377-2554-3/Z·533
定价	20.00元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请
与印刷厂联系调换。



策划人语

本丛书影印的目的，旨在供各界武术爱好者鉴赏、研习和参考，以达弘扬国术，保存国粹，俾后学者不失真传而已。

原书大多为中华民国时期的刊本，作者皆为各武术学派的嫡系传人。他们遵从前人苦心精诣遗留之术，恐久而湮没，故集数十年习武之心得，公之于世。丛书内容丰富，树义精当，文字浅显，解释详明，并且附有动作图片，实乃学习者空前之佳本。

原书有一些涂抹之处，并不完全正确，恐为收藏者之笔墨。因为着墨甚深，不易恢复原状，并且尚有部分参考价值，故暂存其旧。另有个别字，疑为错误，因存其真，未敢遽改。我们只对有些显著的错误之处和版面上的墨点等，做了一些修改的工作；对缺少目录和编排不当的部分原版本，我们根据内容进行了加工、调整，使其更具合理性和可读性。有个别原始版本，由于出版时间较早，保存时间长，存在残页和短页的现象，虽经多方努力，仍没有办法补全，所幸者，



就全书的整体而言,其收藏、参考、学习价值并没有受到太大的影响。希望有收藏完整者鼎力补全,以裨益当世和后学,使我中华优秀传统文化承传不息。

为了更加方便广大武术爱好者对古拳谱丛书的研究和阅读,我们对丛书作了一些改进:将书中的文字通篇做了简化化处理;尝试着做了断句;并根据现代人的阅读习惯,将处理后的文字改为横排版,同时,与原版本并行刊印,以便于对照阅读。

由于我们水平有限,失误和疏漏之处在所难免,敬请读者予以谅解。



序

在更加广泛地继承、发展和弘扬中华优秀传统文化的时候，在凸显中华优秀传统文化强大生命力和凝聚力的时候，在中华优秀传统文化为世界文明的进步、发展和繁荣作出巨大贡献的时候，武术作为中华优秀传统文化的主要载体之一，亦绽放出了耀眼的光芒，传统武术文化得到了更广泛的认知、认同、认可。在古拳谱丛书第五辑出版之际，聊书数语，以示祝贺。

人类健康的内涵和定义是在不断丰富、发展和变化的。在人类漫长的历史进化过程中，物质生活、文化生活和精神生活长期处于极度匮乏中，人们只要无痛、无痒、无病、无恙，即可称为健康。然而，在物质生活、文化生活和精神生活极其丰富的今天，人类健康的定义和内涵正在广泛地延伸和拓展。在精神方面，要求精神愉悦、乐观、豁达、安逸、思维敏捷；在心理方面，要求心理平衡、自信、祥和、情绪稳定；在身体方面，要求行、走、坐、卧灵活自如，肤润肌健，力足气长；在修养方面，要求笃实、守信、宽容、谦和、礼让、虚怀若谷，这才是我们现代人的新的健康标准。

在漫漫的历史长河中，在悠悠的中华优秀传统文化里，我们伟大中华民族的先辈已经为我们创造了一个通过自我修习来求得健康的博大精深的文化体系，即中华传统武术文化体系。它囊括了扶老爱幼、笃信守义、谦和礼让、尊师重道、修身养性、启智益悟、陶冶情操、强身健体、自卫防



身、延年益寿等等内容,以求提高人体生命质量,即性命双修、身心同炼,强调天人合一与自然和谐相处。中华传统文化体系博大精深、丰富多彩,恰恰是我们现代人渴求获得的。因此,全面继承、发展和弘扬本民族的优秀传统武术文化,造福于全人类,是我们炎黄子孙义不容辞的责任和义务。这即是矫龙文库——古拳谱系列丛书和国术系列丛书连续出版的意义和目的,也是我们今后继续努力工作的方向和动力。

山西太原意源书社长期以来,积极致力于推动和弘扬中华传统武术文化;积极致力于传统武术文化资料的抢救、发掘、收藏和整理;积极致力于中华传统武术文化历史和理论的研究;积极致力于推动当代各门各派的老武术家们记录、整理、出版武术专著;积极致力于构建广大武术爱好者与民间武术家们的沟通渠道;积极致力于武术信息、资料和书籍的流通和营销工作。长期以来,意源书社获得了广大武术界老师和朋友们给予的关爱、呵护、理解、信任、支持和帮助,倍感荣幸,铭刻五内。在此,我代表山西太原意源书社的全体同仁表示诚挚的谢意。寥寥数语,谬误多多,浊君耳目,诚祈海涵。

山西太原意源书社 王占伟

草于古城并州



枝擊餘風

黎元洪



可制
捷挺



民國七年
五月
馮國璋



五拳奇勢

曾毓雋
謹題



棍术叙

马生子贞以技击教其部众，曩成拳术一编。余既为叙而行之，兹又以棍术相示。棍之名，隋唐间始见诸史，若孟子、吕览、小尔雅、汉书则皆曰挺，释为杖；吴晋诸史皆曰梃；北魏书又曰棒，棒即梃也。短兵逼战，以制刀矛，古皆尚之，至戚南塘而其法益备。盖即隋唐间少林僧徒之所传，马生棍术之所从出，今实呼之为白蜡杆。子习之者，首贵腾踔趯捷，必精拳术而后习棍法，益绵密而无间，则亦少林宗派之无上咒也。近三十年，世鲜语此，然陈涉之横行，贺齐之破贼，初不必借刀戟以逞雄猛，又岂得而少之哉。南塘书中以棍法列于剑经，其精意之所至，必有与剑相通者。马生曰固别有剑术，在进乎此，试再与之谈剑。戊午夏日水竹村人书

棍術敘

馬生子貞以技擊教其部衆曩成拳術一編余既爲敘而行之茲又以棍術相示棍之名隋唐間始見諸史若孟子呂覽小爾雅漢書則皆曰挺釋爲杖吳晉諸史皆曰梃北魏書又曰棒棒即梃也短兵逼戰以制刀矛古皆尚之至戚南塘而其法益備蓋即隋唐間少林僧徒之所傳馬生棍術之所從出今實呼之爲白蠟桿子習之者首貴騰踔趯捷必精拳術而後習棍法益綿密而無間則亦少林宗派之無上呪也近三十年世鮮語此然陳涉之橫行賀齊之破賊初不必藉刀戟以逞雄猛又豈得而少之哉南塘書中以棍法列於劍經其精意之所至必有與劍相通者馬生曰固別有劍術在進乎此試再與之談劍戊午夏日水竹村人書



棍术图说序

古者六艺，礼以束筋骸，乐以扬气节，射御皆所以习技能、尚材武，而书数顾居于末，以此见古人垂训“育先于教”，其用意至深远也。武技器用多矣，击刺贵于及远，而腾蹕喜其随身，是以长枪大戟不若棒槌，亦各取其宜尔。太公六韬有梧、有槌，皆详其形制，此古人棍术之始。戚少保《纪效新书》列棍法于《剑经》中，今考其图式，所谓扁身、中栏、大当、大顿、齐眉、滴水、上荆、下穿诸法，与今无以异也。泰西操法尤尚棍术，学校体操及行阵训练皆所必讲。能者器与人习，舒疾动荡，变化出入，疾如雷霆，解如风雨，伟然可观，固学者所宜究习也。济南镇守使马良勤于训教，尤重操法，以棍术图说来请序。余喜其有裨于国民实用，因书以貽之。

中华民国七年
六月合肥段祺瑞

中華新武術 棍術科 國務總理序

二

棍術圖說序

古者六藝禮以束筋骸樂以揚氣節射御皆所以習技能尚材武而書數顧居於末以此見古人垂訓育先於教其用意至深遠也武技器用多矣擊刺貴於及遠而騰蹕喜其隨身是以長槍大戟不若棒槌亦各取其宜爾太公六韜有梧有槌皆詳其形製此古人棍術之始戚少保紀效新書列棍法於劍經中今考其圖式所謂扁身中欄大當大頓齊眉滴水上刺下穿諸法與今無以異也泰西操法尤尚棍術學校體操及行陳訓練皆所必講能者器與人習舒疾動盪變化出入疾如雷霆解如風雨偉然可觀固學者所宜究習也濟南鎮守使馬良勤於訓教尤重操法以棍術圖說來請序余喜其有裨於國民實用因書以貽之

中華民國七年六月合肥段祺瑞



序

古之戎器，金质与木质并用。刘熙释名，长丈二尺而无刃；又曰剡木伤盗曰枪。载籍武器之“枪”字皆从木，其作“鎗”者则酒器矣。《太公六韬》“天梧柄长五尺。”晋宣帝教曰：“诸围上守者皆作梧，人一枝，邂逅冲突，以梧掎之”，梧即棒字；《吴志·贺山贼传》“讨黠贼，贼能禁木，破朱荣传”“人马逼战，刀不如棒”；《通鉴·唐记》“颜庆争操白梧以助官军，即今之离茵籍之始”；《汉书注》“棍，大束也”；《宋史·刑法志》“竖于木上，谓之超棍。”此犹非兵器也。隋大业末，天下乱，流贼万人将近少林寺，僧将散走。有老贼头陀持短棍冲贼锋，当之者皆辟易，不敢入寺。乃选少壮僧百人授棍法。唐太宗征王世充，用僧众以棍破之，人叙其首功，十三人封赏有差。用棍御敌，此为确证。明清以降，火器繁兴，器日益精，技日益拙。“以械灌畦，不如抱瓮”，庄生微旨，知者鲜矣。济南镇守使马君子贞，究心武技，教授兵士

序

古之戎器金质与木质并用，刘熙释名，长丈二尺而无刃，又曰剡木伤盗曰枪。载籍武器之枪字皆从木，其作鎗者则酒器矣。太公六韬天梧柄长五尺，晋宣帝教曰：诸围上守者皆作梧，人一枝，邂逅冲突，以梧掎之，梧即棒字。吴志贺齐传：讨黠山贼，贼能禁五兵，乃多作劲木，白梧破之。北魏书：尔朱荣传，人逼战，刀不如棒。通鉴：唐记，颜庆破蜀民数千，争操白梧，以助官军。诸书所语，白梧即今之棍也。扬雄反离骚：棍申椒，与经籍之始。《汉书注》：棍，大束也。《宋史·刑法志》：竖于木上，谓之超棍。此犹非兵器也。隋大业末，天下乱，流贼万人将近少林寺，僧将散走。有老贼头陀持短棍，冲贼锋，当之者皆辟易，不敢入寺。乃选少壮僧百人，授棍法。唐太宗征王世充，用僧众以棍破之，人叙其首功，十三人封赏有差。用棍御敌，此为确证。明清以降，火器繁兴，器日益精，技日益拙。以械灌畦，不如抱瓮，庄生微旨，知者鲜矣。济南镇守使马君子贞，究心武技，教授兵士，灌畦不如抱瓮，庄生微旨，知者鲜矣。济南镇守使马君子贞，究心武技，教授兵士。



著有成績。其棍法一科，受之保陽平氏，平氏得之南宮孟氏，此少林所語北派家法，授受具有淵源。前過濟南，獲觀操練，超距拍張俱見精彩。所愿國中各校列為課程，使人人有自衛之方，而尚武之精神出矣。抑又思之，泰西火器窮極精利，物窮則返，理有固然。齒以剛折，舌以柔存，倘技击日精，安知无以柔制剛之一日。知天人消息之微者，或不河漢斯言也。

梁启超叙

中華新武術 棍術科 梁任公先生序

二

著有成績其棍法一科受之保陽平氏平氏得之南宮孟氏此少林所語北派家法授受具有淵源前過濟南獲觀操練超距拍張俱見精采所願國中各校列為課程使人人有自衛之方而尚武之精神出矣抑又思之泰西火器窮極精利物窮則返理有固然齒以剛折舌以柔存倘技擊日精安知無以柔制剛之一日知天人消息之微者或不河漢斯言也梁啟超敘



序

昌黎韓子曰：“苟可以寓其巧智，使机应于心，终身好之不厌”，余尝叹为知言。盖自世风浇薄，道德仁义之古训，渐灭殆尽，而凡百事物，中乎流俗，人之私欲而投其所好者，其类乃至不一。苟不知所择，漫然好之，大则为修德励行之累，小亦貽玩物丧志之忧。盖士生今之世，非有绝大智慧，鲜不随众人之好以为好矣。

民国三年，客游山左，始识马子贞先生于济南节署。先生神肃目慈，冠裳朴素，望而知为君子人也。交既久，益稔。

先生心无俗好，所好者曰书、曰武术。先生之于书，始亦犹夫人，既而精心默运，不拘故常，遂徧钟王而宗篆籀。暇则解衣濡笔，以写其胸中磅礴郁积之正气。至于武术，则尤思出其所好，以陶铸国民，盖愿力为独弘矣。先生之言曰：吾国之事变亟矣，非人人有自卫之力，不足图存。宜略师先秦遗意，婴儿始生，戚友贺以

序

昌黎韓子曰苟可以寓其巧智使機應於心終身好之不厭余嘗歎為知言蓋自世風澆薄道德仁義之古訓漸滅殆盡而凡百事物中乎流俗人之私欲而投其所好者其類乃至不一苟不知所擇漫然好之大則為修德勵行之累小亦貽玩物喪志之憂蓋士生今之世非有絕大智慧鮮不隨衆人之好以為好矣民國三年客游山左始識

馬子貞先生於濟南節署 先生神肅目慈冠裳樸素望而知為君子人也交既久益稔

先生心無俗好所好者曰書曰武術 先生之於書始亦猶夫人既而精心默運不拘故常遂徧鍾王而宗篆籀暇則解衣濡筆以寫其胸中磅礴鬱積之正氣至於武術則尤思出其所好以陶鑄國民蓋願力為獨弘矣 先生之言曰吾國之事變亟矣非人人有自衛之力不足圖存宜略師先秦遺意嬰兒始生戚友賀以



铁或贺以棍，以代悬弧设帨之仪。迨成年之日，铸剑执挺，自卫以卫国，奴隶牛马之祸庶几免。夫其愿力如是，故于冥心独造之武术，极力行以医国民疲弱之疾。材官武士，罗致麾下，夙夜讲求，无间寒暑。陆军四十七旅之军人，隶于技术队者，击刺精绝，观者叹服。于是靳翼卿将军、蔡志廉节使及从事教育之士夫，咸谓用是术以教练学生，当于体育有济。先生乃拔其技术之尤精者，分充各学校体育教员。是以北京、南京、高等师范学校及其他各校皆传习武术，而济南之武术传习所成绩尤为特著。先生武术救国之心，终有克偿之日乎。客岁，新武术之率角、拳脚两科编辑成书，曾邀教育部审定，许为各学校体育参考善本。今岁又成棍术科上编上下两课，因走书命祺序之，不敢辞，爰述先生之志行及创编是书之旨趣，俾阅是编者有所观感焉。

中華新武術 棍術科 靳玉霖先生序

二

鐵或賀以棍以代懸弧設帨之儀迨成年之日鑄劍執挺自衛以衛國奴隸牛馬之禍庶幾免夫其願力如是故於冥心獨造之武術極力行以醫國民疲弱之疾材官武士羅致麾下夙夜講求無間寒暑陸軍四十七旅之軍人隸於技術隊者擊刺精絕觀者歎服於是靳翼卿將軍蔡志廉節使及從事教育之士夫咸謂用是術以教練學生當於體育有濟先生乃拔其技術之尤精者分充各學校體育教員是以北京南京高等師範學校及其他各校皆傳習武術而濟南之武術傳習所成績尤為特著先生武術救國之心終有克償之日乎客歲新武術之率角拳脚兩科編輯成書曾邀教育部審定許為各學校體育參考善本今歲又成棍術科上編上下兩課因走書命祺序之不敢辭爰述先生之志行及創編是書之旨趣俾閱是編者有所觀感焉

中華民國七年五月天津胡家祺

中華民國七年
五月天津胡家祺

古拳譜叢刊