

山西科学技术出版社

第四輯

古拳譜叢書

寫真太師虎尾鞭

造詣端未嘗道及以故四庫全書無藝不收獨於劍法竟屬缺如誠以無樞提摸矣而古劍之名雜見於子史諸書者層出不窮如桓公之劍客之錄莊君之智闔閭之干將莫邪越王之大刑小刑楚王之劍在吳六周昭之劍有五梁武之劍十三此皆古之良劍也而於其製法以秦時而論劍之長短製法不一始皇之劍八尺制師之劍尺八此一劍之尺寸尚各不同則古劍之難考固不待言矣何況典籍不載其術考證困難之一大原因也

自黃帝之後製劍之法其究竟已不可得而聞且古人之言託辭以諷世或藉物以舒懷然古時造劍之良決非今世所可擬也之鋼可以斷玉魚腸之鋒利破重鎧周昭有鎮五嶽之器豈有治如斯馬繫鵠隨四時而變五色夕火秋月躍平津而化雙龍衣履而



山西科学技术出版社

第四輯

古拳譜叢書

寫真太師虎尾鞭

造諸端，未嘗道及。以故四庫全書，無藝不收，獨於劍法竟闕缺如。雖無權捉摸矣！而古劍之名，雜見於子史諸書者，層出不窮。如桓公之文零之錄，莊君之胷，闔閭之干將莫邪，越王之大刑小刑，楚王之劍，劍美六，周昭之劍有五，梁武之劍十三，此皆古之良劍也。而於其以秦時而論，劍之長短，製法不一。始皇之劍八尺，荆軻之劍尺八寸，時，劍之尺寸，尚各不同，則古劍之難考，固不待言矣！何況典籍不備，術，考證困難之一大原因也。

自黃帝之後，製劍之法，其究竟已不可得而聞。且古人之言，託辭以諷世，或藉物以舒懷。然古時造劍之良，決非今世所可譬。此之鋼，可以斷玉。魚腸之鋒，利破重鎧。周昭有鎮五嶽之器。梁武有，如斷馬擊鵠，隨四時而變五色。夕火秋月，躍平津而化雙龍。擊



图书在版编目(CIP)数据

写真太师虎尾鞭/姜容樵著. —太原:山西科学技术出版社, 2004. 6

(古拳谱丛书)

ISBN 7-5377-2303-6

I. 写… II. 姜… III. 软器械术(武术) - 中国
IV. G852.28

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 015705 号

写真太师虎尾鞭

著者 姜容樵

出版者 山西科学技术出版社
太原建设南路十五号

发行者 山西省新华书店
承印者 太原兴晋科技印刷厂

开本 850 × 1168
印张 4.875

版次 二〇〇四年六月第一版
二〇〇四年六月太原第一次印刷

字数 51千字
印数 1-3000册

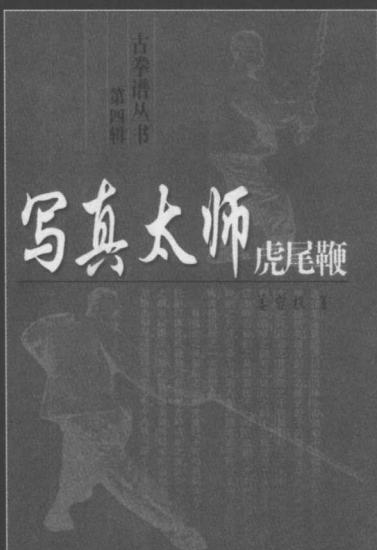
书价 ISBN 7-5377-2303-6/Z·459
9.00元

如发现印、装质量问题,影响
阅读,请与印厂联系调换。

古拳谱丛书
第四辑

写真太师虎尾鞭

姜智强 著



策划人语

古拳谱丛书第四辑在社会和广大热心读者的关爱下与大家见面了。它的出版使我们策划的以传统武术为特色的矫龙文库更具系列性和多样性。矫龙文库共分两大系列：古拳谱丛书系列，其重在出版历代武术名家典籍；国术丛书系列，着重介绍现代武术名家的著作。我们的宗旨是力争奉献给广大武术爱好者一个史料详实、涵盖面广、实用性强、论述充分、特点鲜明的传统武术经典文库。

古拳谱第四辑收录的几部著作包含了内家拳的几个流派，其作者无论在拳学理论的研究，还是在拳术练习、体悟、教学和传授方面都达到了很高的境界，在中国拳术史上均占有一席之地。他们博采众长，去粗存精，对其所钟爱的不同流派和不同拳种，在遵循同一拳学理论的基础上，进行了有机的融合、改进和创新，形成了自己独特的拳术风格，并在其拳学领域取得了骄人的业绩，在各流派中也具有一定的代表性。

丛书第四辑精选了民国时期的五部拳学著作，有很高的鉴赏、研习和参考价值，

古拳谱

古拳谱

它们的出版是广大武术爱好者的福音。我们在尊重历史、尊重事实的思想指导下，在基本保持原版本风格的基础上重新影印了这些优秀的拳学著作。有个别版因历史原因已有残缺，但其中记录的拳术内容是完整的，我们在对目录进行了调整后刊印成册。

为了更加丰富和充实矫龙文库，使其系统化、系列化，我们热诚希望有志于弘扬中华武术文化的各界朋友提供各种版本的古拳谱、拳书，或有关信息和线索，以便进一步发掘、整理、研究和出版，推动中华武术文化走向世界，推动全民健身运动的发展。

出版人语

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，后学者不失真传而已。

原书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，并且也还因为尚有部分参考价值，故暂存其旧。另有其个别字，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。



影近樵容姜者編

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。載諸史冊者。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。猶且慮螳臂之難擋。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。東亞病夫之誚。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。磨煉其筋骨。養成耐苦耐勞之體格。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。而勾叙於余。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。

遯古六箴必及時而執旂集旅荷
戈曰我六書之義蓋取諸武念我
民族雄長東土歷五十祀光土旁普
忠信甲冑神義十摺必何近以而為異
惕而憂孰所外侮孰禦有無我民一躍
而怒爰糾桓桓矯健超距臂捷於猿
威奮若雷鍊弱為剛振怠而奮一歸
祖模不失踵少武以為備懷以為宇和

平光霽懷慨而為數除內患竊寐在
言孰為斯舉國之傑者捍衛邦國壇
坫海盜非徒諸人乃復我古國有術焉
至後余悔若枉在戶如大願免於萬
斯年邦基孔固

上海尚武進德會來索詞誌以

張之時民國十有七年十月

與義王伯羣



序三

世皆謂我國爲文弱。爲病夫。幾疑萎靡輒熟。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。洎手漢魏六朝。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。

中華民國十七年十二月章順湘。

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。殊非淺尠。余觀此鞭法之奧妙。盤錯頓盪。順逆廻環。能方能圓。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。積久嫻熟。非特臻人上乘。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。泯沒無聞。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