

嘯
旨
學
射
錄

角力記

手臂錄

附峨嵋槍法
夢綠堂槍法





UNIVERSITY OF MICHIGAN
LIBRARY
ANN ARBOR, MICHIGAN
48106-1000

學

射

錄

李
璩
稿

中
華
書
局

學射錄卷一

清 蠡縣李 崇稿

予自幼習射。力既薄脆。學復貪多。遂半廢。不克有成。然以射爲六藝之一。雖奔走四方。依依不能忘。凡遇能射人。無不問。遇射書。無不覽也。郭子堅任桐鄉。曾開雕射法一帙。予爲序之。而辭義未之盡善。迄今欲教我後進。不能了然於心手間。正在躊躇。無從質問。一日。忽有叟而杖見過。衣冠甚偉。瞻視非凡。拜而問道。叩其姓名。不答。但自稱異叟。言曾學道深山。技擊皆精。夜半爲我解衣擊劍。因傳射法。聽而觀之。豁然於心。歎昔所見聞者。皆一知半解。蔓語卮言也。無何黎明。飄然而去。不知所之。因錄其射法。約略所講授者爲註。或天之欲明六藝乎。何幸也。

射法

身端體直。用力和平。拈弓得法。架箭從容。前推後走。弓滿式成。

此章卽孟子言射之力至也。身端體直。用力和平者。六句之綱也。身躬也。體。手足四肢也。站法曰。大指外蹬。小指裏抓。丁不丁。八不八。兩足相離尺七八。又曰。雙膝外分。雙臀內吸。肛門吸緊。腰暗進。胸明出。又曰。臍向地。心放下。又曰。弓弣在左。中指無名指灣間。小指虛。大指引掌。腕用力。而力全用於肘。肘內下半少前外轉。直引前半。身力注腕。則肘自上翻。而非強紐。前肩自下。而不用力。子堅射法云。前腕直。

前腕不宜仰與逼。即此也。又曰。後手之力在肘。須上提肘。腕隨肘用力。往外推引後半。身力向後。後肩自下而不用力。子聖射法云。練後手。大指得弦。二指紐。三指緊握。不可鬆。三指須挽緊。矢發而離胸三寸方能走。又云。後腕灣。視之灣。二指靠。掌自翻。然之勢勿太翻。指上得弦。將肘搭。胸開背夾。稱心懷。是也。凡未開弓時。身端立向西。前肩對侯。目南視紅心。左手持弓。抱弦向腋。右手持矢。離鏃二寸許。投鏃於左手。大指食指蟹鉗之間。虛虛籠定。欲射。以右手摩矢至括。考工記謂此。今謂之扣。以中指入括內。靠弓弦平。注扣弦上。所謂執弓宜橫臥。理扣宜雙開。認扣宜兩就也。左大指上節宜平。起管箭。不宜覘下。次節宜壓中指。不宜豎起。次節豎起。則虎口過鬆。而推弓不穩。上節覘下。則虎口過緊。而出矢多小。左食指亦宜平起。幫大指管箭。不宜捏下。亦不宜摸鏃。摸鏃則心分。皆拈弓得法。架箭從容也。又曰。射有五平。前手背平。一也。後手得弦。須腕平。後腕自外視之。平平正用力也。二也。前拳與後眼平。三也。後肘與後耳平。四也。後脊自尻直平。注於腦。五也。三在弦。靠後手二指。一在也。弓下梢弦斜靠於腹。二在也。矢在頰額之間。三在也。若後手低。矢在喉。名曰鎖喉。後手高。矢在目。名曰擣眼。矢在頤。名曰穿頤。皆非箭道也。二曲。兩腿一分。膝後灣。一曲也。腰暗進。胸明出。前腿根入。二曲也。三直。小腿直。大腿直。身直也。九忌。忌動心力。動心力則有怒目齧牙之患。忌前肩用力。則前有擁肩之患。忌後肘墜。後肩用力。則後有擁肩之患。前腕無力。則有前迎之患。謂弓移入內也。後肘無力。則有外張之患。腰眼無力。則有擁背之患。且腰眼不暗進。則周身無力矣。兩膝不分。則有蹶臀之患。立忌岔步邪行。目忌看扣。共九忌也。前推後走。弓滿式成者。謂前

後力停兩下開。弓滿一分。式成一分。弓滿十分。式成十分。不可先主定前拳然後開弓。所謂明成不如暗就也。

神射於的。矢命於心。精注氣斂。內連外堅。前固後撒。收弓舒開。

此章即孟子言射之巧中也。神射於的。矢命於心者。謂後目下直。與矢相平而向前。貫於蟹鉗矢鏃。以直貫於鵠。其妙非專看矢。非專看的。共矢與的而俱籠罩於目。其未開弓也。即寓前手對的之意。已開弓也。即以前手推弓。漸漸對的。弓一滿。前手蟹鉗孔中。矢的直對。一無二三。然非僅目也。從心所欲。神光正射。微乎微乎。雖仰上射。俯下射。馬射。皆然。至此。頂力以及腰眼四肢。一直貫注。皆聚於矢。而又從容自然。氣會神恬。毫無矜張。內精無一不運。外體愈久愈堅。即持至食頃。而式一絲不易。矢注紅心。一絲不易。謂如此始可言堅非發矢必須蓄至食頃也法既盡施。力復有餘。非弓矢調良亦難及此堅即固也。然下前固專指前手。此指通身也。夫如是。則前固後撒矣。後手二指起。謂之撒。大指起。謂之放。二者法宜齊速。若撒重則矢飄。謂箭放重則矢合。箭向扣高則沈。扣低則揚。謂扣矢宜平也留滯則無力。紐剔則搖。若夫前後之巧。須不輕不重。無先無後。一齊著力。而不用力。故曰。後手發。前手固。運於內。堅於外。又曰。前手擎。後手擎。謂前如撒弓。後如斷弦。前後之力俱穀。不差累黍也。其式前拳不動。古法云後手發矢前手不知正言其不動也後手下半臂往後一稱。前後仍然平直。是爲得之。若世法。於未開弓時。以目視靶。開時。目隨弓轉。與撒放前手將弓靶往外一讓。後手向後一捧。皆花法以圖飾觀。不必學也。至矢已發矣。目不宜張。頭不宜探。前手回弓。後手出箭。

如前拈架以待。神色不變。氣度安閒。斯爲善始而善終乎。

續論

初學用竹或樹條縛一弓。長等身。將帶結弦中。套於後肘。左手反持弓弭。向上一反而正。弓上半推於面前。下半背於腰後。後肘帶弦挽開。處處氣到力到。如射法式。所善教者觀之。按之。有不合式而改之。如此數月。周身皆如式。純固不移。然後挽至轆弓。又數月。周身皆如式。純熟不移。然後可以架矢。演習又數月。周身式皆純熟不移。於屋中立一的樣。矢矢直注。一無失。然後用之以射。成名藝也。易矣。射學正宗曰。練頭面法。於北牆上畫一圈。內上下畫一斜畫。上微斜東下微斜西畫中一圓點。兩旁畫兩耳。每日身正向東立。以面對圈。使鼻梁正對斜畫。兩耳對圈旁兩耳。頭頂用力聳起。右面拐。用力微微使出。地闊使入。眼睛正視中點。脖項挺直圓硬。勿歪斜露筋。久習自然頭容可觀。

又曰。練氣之法。時常於十數步外。或數百步外。目視一物。必使氣達於彼。或視天上星辰。或視樹間鳥雀。或靜坐運吾氣。使之達於天。入於地。或攻堅城。或克強敵。無不直到。然後起立開弓四五次。久之。氣力自壯。

學射錄卷二

射經

射義曰。射者。進退周旋。必中禮。內志正。外體直。然後持弓矢審固。持弓矢審固。然後可以言中。此可以觀德行矣。

此三代射藝之遺文也。射法首章所云。不出體直。次章所云。不出審固。而中則撒放之巧也。然必志正。而後體直。體直而後審固。審固而後可中。夫志。氣之帥也。氣體之充也。志不正。則馳。何以養氣。氣不養。則餒。何以充體。敬以直內。此立其誠也。此聖賢之學。非術士所能知也。至於進退周旋。必中禮。則有射體。詳載儀禮內。可考。

孟子曰。羿之教人射。必志於彀。學者亦必志於彀。

虎鈴經曰。鏃不上指。必無中理。指不知鏃。同於無目。彀之說也。然彀各視其體之長短。以前後臂肩一直如線。而挽力至盡爲度。若臂肩未直。鏃已上指。宜易長矢。臂肩已直。後手已盡。鏃未上指。宜易短矢。又須力勝於弓。不可弓勝於力。弓勝力。則身臂爲弓所苦。不得平直而彀矣。古語云。輟弓長箭。快馬輕刀。又云。莫患弓輟。服將自遠。莫患力羸。服之自任。皆篤論也。任音至。有力也。

周禮保氏。養國子以道。乃教之六藝。三日五射。

鄭康成註曰。五射。白矢。參連。剡注。襄尺。井儀也。愚意。白矢。謂正立拈弓。右手持一矢。樹之。投於左手大指食指間。見其矢白於土也。參連。古射用四矢。摺三而挾一个。故插於帶右者。三矢相次。參然而連也。剡注。以目從矢鏃。直貫於鵠。剡然而銳注也。所謂審也。襄。平也。尺。曲尺也。射至手爲尺。襄尺。謂弓引滿前後尺平直。所謂體直而固也。井儀。謂四矢集正。鵠如井字。詩曰。四矢如樹。此射之中也。巧也。考工記曰。弓人爲弓。取六材。必以其時。六材既聚。巧者和之。幹也者。以爲遠也。角也者。以爲疾也。筋也者。以爲深也。膠也者。以爲和也。絲也者。以爲固也。漆也者。以爲受霜露也。

此統言六材之用也。弓矢所以射也。則學射者宜知其良楛矣。鄭註曰。取幹以冬。取角以秋。絲漆以夏。凡取幹之道。七柘爲上。櫟次之。闕桑次之。橘次之。木瓜次之。荊次之。竹爲下。凡相幹。欲赤黑而陽聲。赤黑則鄉心。陽聲則遠根。凡析幹。射遠者用執。射深者用直。居幹之道。菑栗不迤。則弓不發。栗音

此論幹之美惡及析幹之所宜也。鄉心。則文理正。鄭註曰。木之類。近根者奴。鄭司農云。執。形執也。假令木性自曲。則當反其曲以爲弓。故曰審曲面執。鄭註曰。曲執則宜薄。薄則力少。直則可厚。厚則力多。賈公彥疏曰。居謂居處。菑。卽耕義。栗。破也。謂以鋸剖析弓幹之時。不邪迤失理。則弓後不發傷也。

凡相角。秋綱者厚。春綱者薄。犂牛之角直而澤。老牛之角紆而昔。疾疾險中。犂牛之角無澤。角欲青白而豐末。夫角之本。蹙於剗而休於氣。是故柔柔。故欲其執也。白也者。執之徵也。夫角之中恆當弓之畏。畏也者。必橈。橈。故欲其堅也。青也者。堅之徵也。夫角之末。遠於剗而不休於氣。是故臚臚。故欲其柔也。豐末也。

者。柔之徵也。角長二尺有五寸。三色不失理。謂之牛戴牛。同。殺音。同。鎔。同。限。同。照。音。翠。

此論角之善惡也。直而澤謂理直而潤澤也。紆而昔謂理戾而悞錯也。疾疾險中謂牛有病則角裏傷也。蹙近也。休氣溫之也。畏弓淵也。曲隈之處也。言角本色白則近於腦而得氣之吹煦其性柔可曲反以爲執角中色青則質必堅可以當曲曲中而不撓角末豐則尙有腦氣及之故雖處末不脆而柔有此三者牛角復直一牛故曰牛戴牛。

凡相膠欲朱色而昔昔也者深瑕而澤紵而搏廉鹿膠青白馬膠赤白牛膠火赤鼠膠黑魚膠餌犀膠黃凡昵之類不能方

此論膠之善惡也。鄭註曰：廉瑕，嚴利也。言膠欲深嚴而光澤。紆戾而搏圓。廉利皆交錯之狀也。鹿馬等養其皮爲膠。鹿亦用角。餌色如餌也。昵，黏也。鄭司農云：膠善戾，不能方。

凡相筋欲小簡而長大結而澤小簡而長大結而澤則其爲獸必剽以爲弓則豈異於其獸筋欲敵之敵漆欲測絲欲沈得此六材之全然後可以爲良剽驅去聲

此論筋漆絲之善惡也。簡、筋條也。剽、疾也。今有用鸛筋者。以其剽也。筋椎打嚼齧。熟敵之極。則用之。製貼測清也。沈、謂絲乾燥時。猶如沈水中色也。

弓有六材焉。維幹強之。張如流水。維體防之。引之中參。維角堂之。欲施而無負。弦引之如環。釋之無失。體如環。堂同。榘。

此言六材以幹體角而成也。五材依幹，故曰強之。張如流水，順也。體者，納六材於槩，定其體也。防深淺所止也。賈公彥疏曰：如司弓矢，謂王弧之弓，往體寡，來體多，弛之五寸，張之一尺五寸，夾庚之弓，往體多，來體寡，弛之一尺五寸，張之五寸。唐弓，大弓往來體若一，弛之一尺，張之亦一尺，是防之深淺所止也。引之中參者，唐大弦居一尺，引之又二尺，其餘弛張雖多少不同，及引之，亦皆三尺，以矢長三尺，須滿故也。覺，搭柱五材使正也。宛而無負弦者，引之宛曲，而弓與弦無辟戾也。

弓長六尺有六寸，謂之上制。上士服之，弓長六尺有三寸，謂之中制。中士服之，弓長六尺，謂之下制。下士服之。

此論弓稱人之長短以制也。上士長人也。

凡爲弓，各因其君之躬。志慮血氣，豐肉而短，寬緩以茶。若是者，爲之危弓。危弓爲之安矢，骨直以立，忿執以奔。若是者，爲之安弓。安弓爲之危矢，其人安，其弓安，其矢安，則莫能以速中，且不深，其人危，其弓危，其矢危，則莫能以愿中。茶，緩也。

此論弓及矢當因人之性情以爲調濟也。危弓，如夾庚之類。安弓，如王弧之類。危矢，如司弓矢所謂恆矢之類。安矢，如殺矢之類。愿，信也。莫能愿中，言人弓矢三疾，則矢不能確中也。

往體多，來體寡，謂之夾庚之屬。利射侯與弋，往體寡，來體多，謂之王弓之屬。利射革與質，往來體若一，謂之唐弓之屬。利射深。

此謂弓有各用。夾弓與弓利射遠。以其材薄弱而勢反張也。射近侯亦用之。王弓弧弓視矧利射堅。以材厚強而勢直也。質本也。質本樁卽不跌也。唐弓大弓利射深。以其材厚強於夾與也。

大和無濶。其次筋角皆有濶而深。其次有濶而疏。其次角無濶。合濶若背手文。角環濶。牛筋黃濶。麋筋斥。螻濶。文反。

此論漆之所宜也。大和九和之弓也。筋在背。角在裏。其相合之處若手背文。質麻子也。斥屈螻蟲也。皆漆文之象也。

和弓轂摩。轂音吉。

轂拂也。將用弓先調和之。拂之而手摩之。

覆之而角至。謂之句弓。覆之而幹至。謂之侯弓。覆之而筋至。謂之深弓。句音鉤。

此申明角幹筋三材以結之。以三材尤重也。覆察之。但角力之見於外者至。則句曲無力之弓也。角至而幹力又至。則可以射侯矣。角幹至而筋力亦至。則可以射深矣。言三者之宜全也。

矢人爲矢。鏃矢參分。莛矢鄭注。據司弓矢。莛當爲殺。參分一在前。二在後。兵矢田矢五分二在前。三在後。殺矢。據司弓矢。殺當爲。

爲。七分三在前。四在後。

此論各矢前後輕重之宜也。鏃矢殺矢近射者。前鏃鐵重。兵矢田矢鏃鐵稍輕。可以射遠。莛矢射飛鳥。鐵又短小。

參分其長而綱其一五分其長而羽其一以其筈厚爲之羽深水之以辨其陰陽夾其陰陽以設其比夾其比以設其羽參分其羽以設其刃則雖有疾風亦弗之能憚矣刃長寸圍寸銚十之重三垓音同完音

此論設羽比刃於筈之法也筈矢幹也殺其前之一者令趣鏃也以筈厚爲羽深者羽之寬也如幹之寬陰沈陽浮比括也參分其羽以設其刃如羽六寸則刃二寸也而謂刃長寸者鏃卽長二寸有奇刃祇一寸也圍寸者周得一寸也矢足入幹曰銚十銚則三垓重也風憚者風不能驚憚矢

前弱則俛後弱則翔中弱則紆中強則揚羽豐則遲羽殺則趨是故夾而搖之以眡其豐殺之節也橈之以眡其鴻殺之稱也操音

承上言幹羽之病以及察之之法也鄭註曰翔迴顧也紆曲也揚飛也趨旁掉也夾而搖之今人以指夾矢儼衛是也儼衛搖矢聲也橈橈其幹則知幹之或鴻而強或殺而弱也

凡相筈欲生而搏同搏欲重同重節欲疏同疏欲栗同栗言相擇幹質之道以結之鄭註曰生無瑕蠹也搏圍也賈疏曰栗如栗之堅實也