

练打暗器秘訣

金倜庵 著

沈理然 整理

北京体育学院出版社



练打暗毬

金倜庵 著
沈理然 整理

北京体育学院出版社

练打暗器秘诀

金倜庵 著

沈理然 整理

北京体育学院出版社出版发行
(北京西郊圆明园东路)

新华书店总店北京发行所经销
密云双井印刷厂印刷

开本:787×1092毫米1/32 印张:3.5 定价:1.90元 (压膜装)

1989年12月第1版 1989年12月第1次印刷 印数1—31000

ISBN7—81003—303—4/G·218

(凡购买本版图书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

序 言

技击之术，本为我国古代所创始，亦惟我国特有长技，练之非但可以防身卸侮，小而言之，亦足以锻炼体魄，强身益寿。惟自重文轻武风开，而技击之道，逐之日益凌替，其间不绝者亦仅如缕。昔日我武维扬之堂堂强国，寝至而沦为文弱之邦，言之实可痛心。降至近代，欧化东渐，新学盛行，事事模仿欧人，学校中逐有体操一科之设，亦以锻炼体魄，强国必先强种为号召。然考其法，虽亦可藉以舒畅筋络，流动血脉，仅为卫生上之辅助，若谓习此即可以变孱弱为强壮，则我未见其可也。而考其提创体操，而置中国固有之技击于脑后之故，则不外乎喜新厌故之心理所造成，故我尝得中国武术之不振。前则误于重文轻武，后则误于模仿西人，实为最大之原因，殊可叹也。近数年来，国人既惊悟于重文轻武之非，又知模仿他人之误，有志之士对于中国固有之武术，加以提倡，奔走呼号，不遗余力，又经当局者奖掖，各地国术馆之设也，各种武化之宣传也，蓬勃涌现，不绝如缕之武术。至地始呈中兴气象，如久病垂绝之人，忽遇良医，而生机渐转，实足令人欣喜欲狂，而拍手相庆也。惟以武术渐兴之故，关于此道之书藉，亦应运而生，如雨后春笋，触目皆是，其间切于实用者固多，而借武术之美名，欺人渔利者，亦属不少。予虽不武，然自幼转辗北方各处，所见甚多，得有抄本即转录之，闻人转迹，即笔录之，故前曾出抄本易筋经八段锦等付印，以供初学者之用。后又以各种软硬功夫之练习法，加以编次，而有练软硬功之刊行，以为

练功者自习之指道。虽不敢自夸为书善书美，顾浅显明白，不费解索，而所列各种法则，完全可以实习成功，较诸彼纸上空谈，不能练习者，犹稍胜一筹也。惟学拳者必须练功，而旁及杂技，即北谚所谓打拳不练功，到老一场空者也。至于杂技，即各种暗器之法，盖亦学武者必备之技，练功之术，既就所知者录之，刊行于世。而暗器既与有相等之价值亦曷可以无书，故就予所知者记之，使爱好武事者，可以按书自习，而成武术之全才。或曰射远杀人，今之手枪，不较利取。攻城克敌，今之快炮，不较猛耶，予犹屑屑于暗器，而见不及此，抑何顽钝腐旧耶，编此书实多事矣。斯言也，未始无理，然不能忍完全合理。何则，善于枪大炮为一物，各种暗器为又一物，不能以既有手枪大炮即不准有各种暗器，亦犹人食米饭果腹，即不准再食豆麦等物果腹也，天下有是理乎，且保存古代遗法，亦我人分内之事，各种暗器，在武术史上，亦有相当之价值，又未尝不可用之于今日，在此提倡武术之时，谓不宜记述，不宜练习耶？况一枪之值，须数十金，不如暗器之价廉，一炮之重，重数百斤，亦非一夫之力所能举，实不及暗器之便利，若以手枪亦列入杂技中则可，若因有手枪之后，即废各种暗器则不可也。至于学武之人，拳法功夫练成之后，似亦足以应敌，而必旁及暗器者何也。盖天下之事，往往不能逆料，如与人为敌，我技不逮彼，危急存亡，在于眉睫，若能暗器，即可藉以制敌，而转危为安，非然者必不能生。又若敌众我寡，围攻周匝，急欲脱身而不得，若以暗器伤数人，围亦可解。此等事固人所难免，而不能预防者也，且无论何人，多一种技术即多占一分便宜，宁学而不用，却不能不学。拳法功夫之外，而必旁及

暗器者，即此意也。或又曰，学武技者，只许明枪交战，而不许暗箭伤人，暗器虽足以制敌，终为阴险败德之物，又何必学乎。此亦未能免俗之论也。无论何种杀人之利器，要在用得其正，同一刀也，盗用之则为杀人劫货之具，兵用之则为戡乱除暴之物，暗器一物，亦何外此。况乎此物皆在不得已时而始用之，或途逢积寇，必欲擒之，或已遇强敌，不能脱险，或与人追逐，远距难及，始借暗器之力而制胜，非滥用，以临敌也，阴险败德云乎哉。揆诸多学一技，多占一分便宜之例，暗器正不可不学也。良以刀剑枪棍等物，相距稍远，即不能及，若暗器者，百步之内，一丈之外，皆信可手发出，力量亦甚不弱，其功效诚非刀剑枪棍等物所能及也。予之编此书者，一则提倡中国故有之武术，一则使爱好此道者，不必寻师问友，而多学几种技术，以备不时之需，若谓欺世盗名，惑人渔利，则非所敢知。所记之法，共三十有六，皆苍头归甘寿门斗徐贵，及其友周详生所口述。兹数人者，皆精于武事，予之得窥武术门径者，三人之力为多，后居历下，从先师陈凤山游，所得尤多，非仅口述，且曾涉猎，南归廿载，以人事倥偬，不复能求深造。回忆往昔，与归徐等谈论武事，通宵不倦时，不觉感慨系之矣。偶检败篋，则昔日所记之鳞爪，犹有存者，因慨夫打暗器之法，世无专书，可供自习，及理其关于此道者，略加编次，付之梓人，以公同好，并记数语，序于卷首。

中华民国二十一年初夏清和月中旬虎邨

金调庵自序

整理者的话

极为偶然的的机会得到《明清暗器》的残稿，经整理后，认为可以出版，故与北京体育学院出版社协商，在该出版社鼎力相助下，《练打暗器秘诀》出版了。

暗器在中国武术的器械中，可谓种类繁多。那么，这样的残本，虽说有不俗之械，但难免鱼龙混杂。再则，过于残的地方，笔者则以己之见作了补充，目前并不在使之成完璧，只求能因此使人们得以诱发，补真去疵，求全为璧。

中国历史上明清两代人们认为是中国武术鼎盛与封固之集合，但笔者认为，明清两代或许离我们很近，我们很容易产生一些论断。这都不足以为怪。任何研究均是多种观点和争论碰撞，我想总是会有结果的。

在此，谨对协助出版的各位智仁，表示谢意。

沈理然

1989年9月16日于北太平庄

练打暗器秘诀总目

一、绳镖	(1)
二、脱手镖	(4)
三、单筒袖箭	(8)
四、梅花袖箭	(11)
五、流星锤	(15)
六、柳飞刀	(19)
七、飞蝗石	(24)
八、飞爪	(26)
九、飞叉	(31)
十、飞铙	(35)
十一、掷箭	(40)
十二、飞刺	(44)
十三、狼牙锤	(47)
十四、铁螯螯	(51)
十五、金钱镖	(54)
十六、铁橄榄	(57)
十七、龙须钩	(60)
十八、雷公钻	(63)
十九、如意珠	(66)
二十、吹箭	(69)
二十一、鹅卵石	(71)
二十二、弹弓	(74)
二十三、喷筒	(76)

二十四、锦套索·····	(79)
二十五、弩箭·····	(81)
二十六、紧背花装弩·····	(83)
二十七、踏弩·····	(85)
二十八、镖枪·····	(87)
二十九、袖炮·····	(88)
三十、软鞭·····	(90)
三十一、梅花针·····	(90)
三十二、乾坤圈·····	(91)
三十三、铁鸳鸯·····	(92)
三十四、铁莲花·····	(93)
三十五、飞剑·····	(略)
三十六、鸟嘴铳·····	(略)

一、绳镖

绳镖之构造

绳镖之形式，不止一种，有三棱形者，有圆筒形者，有五棱七棱形者，皆随练习者之意而定。但无论其属于何种形式，功用固完全相同，无关于形式。兹特就最普通之三棱镖言之，镖纯钢铸成，长五寸至七寸，重约九两，镖身为三棱形，头尖尾广，尾端正圆，有一铁环扣其端，以绵软之坚绳系其环，绳长约二丈至三丈，另备一竹管，穿于绳上，竹管粗约盈握，长约四寸，绳镖之全部，其形如此。平时将镖绳拗折为四，竹管镖相衔接，即将四折之绳缠腰间，用活结扣之，（切不可用死结）绳之末端靠左腰，镖头与竹管，则悬诸右腰下，以便仓猝应变时，可以俯拾即是，便于出手，盖只须抽开活结，左手握住绳之末端，右手握住竹管，镖即可以应手而出矣。

绳镖之练法

绳镖之练法，与别种暗器不同，因有绳之牵掣，故即利用绳之摔劲，发镖使出。而其取准也，亦至不易，练习时先于墙上画一对径尺许之粉圈，以为目的。的高与练习者之肩相平，练者对的立，相距约一丈五尺，先将绳之末端，绕于左腕之上，或于绳末端，先挽一小圈，套于左腕，如鞭锤等之套腕千斤索，然后更以左手握住绳之上部，即近镖头处，

相距约三尺，右手握住竹管，两手各置左右腰上半尺处，运右臂之力，提镖使垂直于右腰外侧，乃从下即变活把，使绳随镖出，以取标的。取准之外，则完全在于右手所握之竹管，欲其高时，则将竹管前端上昂，欲其低时，则将竹管之前端下抑，欲左欲右，法亦如之。惟竹管上昂一寸，镖所着处，高度必超过一尺以上，故手中相差毫厘，即不能命中。惟在摔镖成圈时，须用足右臂之全力，若不然，发镖迟缓而力不足，即中的亦无所用。在左手变活把时，亦宜略带蓄劲，不可完全脱手，若完全脱手，在后面之绳较长，必致荡动，前面即不易取准。一镖发出后，无论其中的与否，务宜急速收回，不宜迟缓。其收镖之法，即将左手猛力向后再一抽，同时右手握竹管，仍如发镖时之摔成圆圈，盖不摔圈，镖头感受一抽之力，必折而反向自己，或致自伤也。初练之时，纵其目标如斗大，亦万难应手而中，必练三、四月之后，始能镖镖打入圈中，然犹不能必中其中心，然后将目标收小一圈，再下功夫练去。如此逐渐收小，直至的如银元大小，亦能应手而中，则对于打固定之物，已可百不失一。惟打活动之物，则犹未必尽能如意耳，于是更须练打活靶。先用铜片若干，每片对径，自五寸至半寸不等，错杂悬于细软之树枝上，盖微风过处，树枝动摇，则铜片亦随之宕动，即于此时用镖打之。若人立二丈外，而能欲打何片，即中何片者，技固神绝。若更能射断其悬片之细线，则臻化境矣。有于练活靶之前，先练刘海洒金钱者，即将若干大小不等之钱，横嵌于木板上，用镖射去之。初仅以射去为目的，其后务求镖头必中钱孔，最后则将竖嵌木板上，用镖射钱之边缘，练过此一步后更练活靶，亦甚饶有兴趣。此项绳镖，练习成功，至多

不过二年，若练习悟者性稍佳，更勤勤练习，一年即可成就。惟发镖之力，须初练者之膂力而定，不可以一概而论，力足者，即坚厚之衣，亦可洞穿，否则仅能使人伤皮毛耳。

绳镖之源流

考绳镖一物，由来甚久，盖在有脱手飞镖之前，而脱胎于棉绳套索者也。闽小志云：“武艺十八，终以白打。”而白打之次，即棉绳套索也。此套长九尺，两端有圆球为坠，翻腾飞舞，利用其缠绕之力而制敌。后有智者，仿其制而创为绳镖，列入杂技，为防身之暗器。虽发明者为何人？发明于何时？皆无从考其详，以予度之，当在宋代以前，李唐之世。盖其时武术界人才辈出剑侠之记在载籍者，亦斑斑可考。当此武术兴盛之世，人才既多，其间智者，自能依其平日之所学，变化而阐发之，或自成一家之拳法，或自创一种武器，别开生面，独立门户也，今之所谓某家刀、某家枪者，亦此也，至予之所以断定绳镖之创始于宋代以前者，要亦非无稽之谈。盖脱手之飞镖，实自宋代之余氏，绳镖既发明于脱手镖之先，故推定其在宋代以前也。在发明之初，此绳镖亦未始非一种利器，既能及远，又可收回，便利异常，然自脱手镖等暗器发明以后，则又相形见拙。流传至今，虽未完全失传，然硕果仅存，人且视为至拙之器，学者亦渐少，恒见江湖卖解者流，用此物为打围圈之具耳。然其间亦未始无绝精其技者，特百什中或可得其一二。以予所见，曾有一董姓北人，绳镖之技，非常精惊，应手中的，百不失一，诚足惊人也。董为江湖镖客，来往南北，辄向商肆索钱自活。盖自海道通行，北方镖局，失其依恃，相继收歇，局中镖客，

亦绝其衣食之门。武技高者，则到处设厂授徒，籍博微资艺之卑者，遂不得不挟其一镖一帜，糊其口于四方，沿门索资，形同流丐矣。董某者，自言为河南卫辉人，昔日曾为某镖局夥，迨镖局收歇，即流落江湖，询其技，则曰拳脚平常，无可胜人，惟绳镖一技，自信犹可博人一笑耳。好事者遂出一金，命试之，时适昏暮，室中燃一白磁罩之煤油灯，董出一钱，既小且薄，倚嵌于白磁罩之外，笑谓众曰：“予亦二文外，以镖射之，可使钱落而罩无恙，若微损者，当偿所值且设酒为诸君寿。”言次即遥立，出绳镖一摔，嗤然而出，众觉眼前一闪，微声起处，钱已应手堕矣，白磁之灯罩，固完好无恙也。董自言生平止此一技，故未能在江湖上立足，不免流落，以予观之，绳镖臻此境地，亦已神化莫测，足以惊人，而犹不能恃此立足，江湖上身怀绝技者之多，可想见而知矣。

二、脱手镖

脱手镖之构造

脱手镖，亦简称飞镖，盖即不用棉绳竹管之镖也。形式与绳镖相同，亦有三棱五棱圆筒等式，随学者之意而定，惟较绳镖短小而轻。最通行者，镖长三寸七分，重六两至七两。约可分为三种：一、“带衣镖”，即于镖之末端，扎红绿绸二寸许，用以鼓风乘势，如箭之有羽，红绿绸名为镖衣；二“光杆镖”即不带镖衣之镖；三、“毒药镖”，即将各种毒药，配合一处，或与镖同煮，或将各药煮熬成膏，涂于镖头之上，使镖入人体之后，血融其药而受毒也。此种毒药镖，

又可分为三种，一曰“臭烂一生镖”，伤者臭烂流水，永不生肌，不可药治；二曰“七死一生镖”，中者其痛澈心，七日必死，非内服参苏，饮鲜鲤鱼汤，外敷八宝拔毒散，贴无福化毒膏不治；三曰“见血夺命镖”，见血封喉，亦不易救，北斗长寿丹在初中时服之，或可有效。此种炼毒镖之药，类皆溃烂灭血等至毒之剂，武术家相戒不传其方，盖亦积阴功也，炼此毒药镖之人，皆心狠嗜杀之流，寻常人不愿为也，江湖上规矩，用暗器伤人，已失之光明正大，何况借药物之力以杀人耶。脱手镖以十二枝或九枝为一槽，每一槽之中，必有一枝绝手镖，此镖较他镖长大而重，非必不得已时，不轻用也。脱手镖亦有长过四寸以上，重逾七两以上者，则其人之腕力，必倍常人也。

脱手镖之练法

脱手镖练法，其画靶定位，固与绳镖无异，而发镖之劲与取准之法，则完全不同，盖绳镖籍绳之牵引，而以旋摔之力发之，此则完全用腕力直摔而发之。绳镖以竹管为取准之具，此则以中指为取准之具也。练者宜立木于地，长六尺，阔七寸，厚四寸，顶上画一圆圈，对径六寸，圈中更画一寸半对径之红心，下面距离半尺处，更画一对径五寸之圆圈，红心亦减小三分，如此每相距半尺画一圈与红心，依次收小由上而下，直至最末一个，圈之对径一寸，红心之对径三分为止。练习之人，初立离的六尺处，以后逐渐移远，至能于四十步外，取的准确，则其技精矣。学脱手镖约可分为五步，第一即练习执镖之法。镖分三棱，亦有三面，棱锐相同，惟面则两面较狭，一面较广。执镖时宜将较阔之一面，紧贴中指上，而以食指无名指拢住其他较狭之两面，使三指成为槽

形，而大拇指则按住其背，镖根则抵住手心，小指则紧靠无名指以为辅佐，则一转腕间，即可发出矣。第二即练阳手打靶，打靶之次序，固属由大而小，不必细述，至所谓阳手镖者，即射平面或上面之物，发镖时手掌向上，运足腕力，将镖向正面或内侧发出也。欲射较高之物，则须从下泛起冲出，不可平摔矣。练阳手镖能取标杆上最小之物，百无一失时，则可进而学阴手矣。第三即练阴手镖，此镖专射平面以下之物，发镖时手掌向下，射正下或外侧皆可，惟俱用反腕之劲。第四练回手镖，此镖乃向后面反射之法，或自肩上发出，或自腰胁间发出，（如右手放镖宜从左肩左胁处发出）此法专用于战败之后，敌人穷追，发镖制之，或佯败诱敌追赶，然后以此法取之也。发镖时皆用阳手，不能用阴手，可依上法练习，亦并不难。第五练接镖，能放镖者，必须能接，始为上乘，若能放而不能接，则但足伤人，不能自卫也。练习接镖，须二人对习，始克收效。对手一镖射来时，必须让其过门，然后从后面抢接之，若迎头冲接，偶一不慎，即易伤手，即不受伤，还手时，亦必须将镖头倒转，始可放出，多费时间，予敌人以可乘之机，不若从后抢接，既易着手，又无危险，还镖时更来得便利也。练得接镖之后，其技已神，至若一子连三丢，连珠镖等，学习亦易成就，惟在学者之肯下功夫与否也。

脱手镖之源流

考脱手镖之创始，实在北宋，有老僧性圆者，少尝游于西域，得异人传授，精各种武术，顾其所学，皆与世通行之法不同，归隐于西蜀忠州之某寺，悉心研究，费时越十余载始臻化境，融会变化，神奇莫测。时值权臣秉政，朝事日非

僧知世运之将变，乃挟技遍游中原，欲得英材而教育之，备国家后日之用。至中州而遇周同，见其人谦恭有礼，好学不倦，可为人师，即传以枪法，同尽其技。至皖省识赵崱，见其人勇武绝伦，豪爽率直，可以大用，乃传以刀法。至江识余全，见其人精灵活泼，手眼异人，即传以镖法。凡所传之枪、刀、镖各法，皆非世人所能识，盖皆性圆得自西域之绝技也。后周同传岳飞，赵传其子璧方，余传其子化龙而化龙之枪法，又授自周同者，惟以少年盛气，未能尽其技。同与余全相处久，故亦能镖，此有脱手镖之始也。自此暗器发明以后，群以其便利，学者渐众。元明以还，代有闻人，至清初而鼎盛。北路健儿，于正项武艺之外，视镖为一种专门技能，人人必学，即火器盛行以后，此风犹不稍杀。此可见脱手镖之功效，不亚于火器也。有镖师名邹永宽者，固河朔健儿，擅绵拳十三手。与人对敌，但遥立举两手作势，攻者即不能入，若稍近即颠出数丈外，且莫明其致跌之由也。相传邹此技实得于赣州，挟技走江湖，数十年无与敌者，然人但知其擅绵攀，而不知其镖技亦精绝也。某岁游通州，小驻某寺，旁其名于门。通州固武术极盛之地，名家辈出，尤以镖技著闻于世。好事者知其名，乃怂恿通之名家与一较高下，皆不能胜。有黄须郭泰者，武技绝精，为通第一流，能一手连续发三镖，百步内取人，发无不中，盖即俗所谓一子连三丢者是也。郭见众不能胜，乃挺身而出，与邹角。二十余合不能胜，复出镖乘隙射之，三发不中，且皆为邹所接。知不敌，向之谢罪，并请师之。邹笑曰：“我闻通州能人众，至镖师保镖过其境，噤口不敢喝镖令，今一见技亦犹人耳。予固不擅此者，既君辈有此兴致，请一试之。”寺前固有一榆

树，榆钱正累累，邹乃命郭自择榆钱三串，标以记号，已立百步外，举手发镖，三发皆中，验榆钱，记号固赫然在，而其发镖之手法，盖亦一子连三丢也。邹笑顾郭曰：“薄技犹不辱没金镖否？”郭愧谢。后邹应京中某镖局之聘，偶过通州，狂喝镖令不止，所以破通州之沿例，而为江湖吐气也。所谓镖令者，即镖局中暗号耳。

三，单筒袖箭

单筒袖箭之构造

袖箭一物，并不靠手劲而发出，完全靠机括之力量，亦可分为单筒、三星、梅花、七煞等数种。兹先述单筒之一种。所谓单筒者，即每次止能发一箭之箭筒也。筒之外廓为铜铁所铸，长八寸，圆周对径约八分，筒顶有盖，（此盖连接于筒身不能启闭），盖之中央，有一小孔，即装箭之处，筒盖旁一寸处，有活落之蝴蝶翅一片，亦钢制，如弩上之牙，用以司启闭，插箭筒中，关住蝴蝶翅即将箭轧住，但一启之，箭立射出，其内部则为纯钢丝盘就之弹簧，长与筒相等，对径较筒略小，顶上连一圆铁板，与筒之内缘吻合，末端亦为一盖，较筒身略大，与筒之末端，内外各有螺旋，可以衔接，至其弹簧之每一迴旋处，二钢丝相距约一分，故有伸缩之力，箭筒制法，大略如此。其箭杆则用竹制长七寸，（中间不可有节）粗如最细之箸，上面装一锐利之铁箭头，长约一寸，成梭子形，箭干上部，宜有微陷，备蝴蝶翅关锁之用。此外，另须备一箭插，每插共箭十二枝，以备应用。用时先插箭于筒，将弹簧极力压下，用蝴蝶翅将箭关住。若将外面