

国术丛书「第十一辑」

阴把枪

配光盘

吴秉孝 吴敬贤 著

风格突出
内容充实

动作讲解规范

图文并茂 易学易懂

有益于健身

去掉了原传统套路中

过多的重复姿势动作

集中了传统套路中的

主要结构和技术内容

山西出版集团
山西科学技术出版社

国术丛书「第十一辑」

阴把枪

配光盘

吴秉孝 吴敬贤 著

风格突出
内容充实

动作讲解规范

图文并茂 易学易懂

有益于健身

去掉了原传统套路中

过多的重复拳势动作

集中了传统套路中的

主要结构和技术内容

山西出版集团
山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

阴把枪 / 吴秉孝, 吴敬贤著. —太原: 山西科学技术出版社, 2011.1

(国术丛书. 第12辑)

ISBN 978-7-5377-3501-8

I. ①阴... II. ①吴... III. ①枪术(武术)—基本知识—中国 IV. ①G852.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 151052 号

阴把枪(配盘)

著 者 吴秉孝 吴敬贤

出 版 者 山西出版集团

山西科学技术出版社

地 址 太原建设南路 21 号

邮 编 030012

经 销 各地新华书店

印 刷 太原兴庆印刷有限公司

版 次 2011 年 1 月第 1 版

印 次 2011 年 1 月太原第 1 次印刷

开 本 880×1230 毫米 1/32

印 张 7.375

字 数 170 千字

书 号 ISBN 978-7-5377-3501-8

定 价 25.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

结论，望能在新版中充实和完善。

阴把枪在传世之初，就以实用枪法为其突出之点。为不失这一传统性，本书在基本枪术中，补充了一些历史上所谓“托竿蹲身寂无少动”非常“吃功夫”的内容，并指明其技击含义。在传统的组合练习（如扎九枪）和套路动作中，亦注以技击内涵。在要求动作规范的同时，也使读者在技击意识基础上，惟妙惟肖地去掌握传统阴把枪的实用技艺。

对于该枪术的名称《阴手枪》、《缠枪》、《阴把枪》，亦曾有过研考，前二名是来自历史记载，后者是自绥远省国术馆建馆后，馆员及学员们对它的俗称。过去武术界常称手心向下为“阴手”，手心向上为“阳手”。因该枪术的前手，是手心向下握枪杆的，故称为“阴手枪”。而“缠枪”则主要是因为该枪术突出了以缠绕粘随为其特点（枪谱称：前手为沾，后手为粘。；前手为随，后手为连）。这两种叫法均能概括枪法特点。我们认为叫“阴把”（包括“阳把”）均欠妥。因为枪器中的“枪总”或“枪底”，就是供手握的把柄，被称为“枪把”。一般由有力而灵活的手掌握它，（枪谱称：后手为发枪之主力），右手握称之谓“右把枪”，左手握称之谓“左把枪”。另一手握在枪杆的中部，起支点作用（枪谱称：前手为架机之标尺）。如果将这只手的握法也加上一个“把”字，即“阴把”（或“阳把”），既不能说明枪法特点，又混淆了“把”的概念。道理虽如此，但从思想理念上讲，“阳手”好像意味着光明正大，而“阴手”却似乎有阴暗的含义。故学者们不愿叫“阴手枪”，就将“手”字改成“把”字，长此以往，潜移默化地，将“阴手枪”叫成了“阴把枪”。

《通志稿·国术分馆》中载：“馆内设有国术教练班，以学、商两界为多。副馆长吴桐著有《太极拳浅释》，馆

员云连珍、李映宏合著《连环剑秘诀》，云连珍、陈沛合著《缠枪学要义》等书。”（陈沛是一中的学生、云师的高徒）。我们考研认定这《缠枪学要义》就是云师不轻易脱手的《阴手枪枪谱》。它对该枪术的发展奉献，有极大的里程碑意义。枪谱中有这样一段记述：“枪斜枪不可刮，机前晃搭搦捌枪，不怕他硬来批枪，回揪进擒阳把枪。”反而推知，云师已对“阴把枪”之名是认可的。

“七·七”事变，日寇入侵归绥，省国术馆关闭。新中国成立后，随着经济文化事业的蓬勃发展，武术也飞快地开展起来，“阴把枪”之名亦随着强劲的东风飞扬四海，逐步深入人心，愿这一珍贵的文化遗产永留人间。

书中与作者合拍双人练习照的，是学生刘起、田奕崴、文建生，在此一并表示谢意。

目 录

第一章 阴把枪的传承史	1
历史记载	2
赵老同与宋景诗	5
认祖归宗	8
阴把枪起源探索	11
第二章 阴把枪基础	15
第一节 阴把枪的特点	15
第二节 枪器的结构和握法	16
第三节 阴把枪的枪法、步法和基本功法	22
第三章 阴把枪主要枪术及练法	37
第四章 阴把枪套路	79
第五章 阴把枪应用枪术	153

第六章 阴把枪枪谱 193

附 录

摘抄《绥远通志稿》有关阴把枪的记载 207

百年武术传承的回顾 209

第 1 章

阴把枪的传承史

翻开整部武术史，关于枪的记述随处可见。如果说枪是中国长兵的代表并不为过，宋代《武备悉》中即说：“阵所适用者，莫枪若也。”自古以来，使枪名将就居多，即便是近代，各派拳家也均是“大杆子”不离手。在中国的武文化中，枪的天矫英勇早已被深深铭刻其中。如西楚霸王项羽使枪，宋朝岳飞使枪，林冲使枪，三国中的赵云、马超使枪，这是我们耳熟能详的。

枪在中国古代军事教育中的地位也十分重要。自宋代以来，各朝代武科考试中，枪都是必试之内容。直至民国时期的第一次全国国术考试，个人表演和双人对抗赛，枪乃是重要的内容。

同拳术一样，枪术也是在不断地进化、升华之中。虽说历代枪家守秘，加之枪术难成，识其精髓者如凤毛麟角。但难能可贵的是他们仍然潜心孤诣地不断“深研”之。清代赵老同一改自古以来前手握枪法，颠倒其阴阳，使“枪之圆神只有一圈”的论断更能精确地发挥，故名之曰“缠枪”。缠圈与枪法相结合，也更能使枪技表现得淋漓尽致，使枪威显示得如虎添翼，究其因，阴手握枪

可使臂部各关节从死角中解脱出来，获得最大的自由。

历史记载

阴把枪的历史，除师传外尚有史料记载：《绥远通志稿》（下称《通志稿》）这样记载：“赵老同，山东人，清咸同间游塞外，久居萨拉齐。精武术，尤擅阴手枪法，一名缠枪，彼时国内称为独传。绥人得受此枪法，实自老同始。其弟子著名者有尤四喇嘛、霍茂、关兴保三人。而尤四喇嘛功力最深……世谓尤善大竿、霍善刀法、关善花枪，盖各极一艺之精也。尤用大竿独步一时，刺人皮肉筋骨，深浅轻重，惟意所向，不差毫发，钉纸百张于壁上，运竿点之，口呼取几张，皆应声如数著竿而下。其准确如此。”尤四喇嘛，萨拉齐人，以屠宰为业，并非喇嘛，叫喇嘛意在长寿。《通志稿》载：“尤延赵居其家，优礼备至。赵则使尤专练功架，托竿蹲身寂无少动。数月请益，曰：‘未也。’年余复请益。曰：‘吾姑试汝。’及骈二指击竿梢，竿即脱手。尤自是益奋发。朝夕苦练，如是者又二年。赵知其功熟。喜曰：‘此可以授枪法矣。’既而老同病不起，及于枕上以箸试势，为之讲解奥秘，遂尽其传焉。”赵老同收徒弟规矩很严，有三个条件必须遵守。第一，不准把武艺传给官家子弟。第二，不准充当官兵营伍的教官。第三，不准为官吏富豪做看家护院的保镖。赵去世后，三徒弟霍茂被营伍请去当教官，定时为官兵表演刀法。关兴保得息后，同师兄尤四喇嘛前去制止，他们在围观者外隐身注视，在霍表演至精彩处，关突然跳入场内，脚起处，霍的单刀飞向空中。霍见关踢他的场子，愤怒地在兵械架子上抓起兵器，试图与关一拼，尤在场外说：“三弟，别给咱弟兄丢脸了，有话回去再说。”霍茂乖乖地跟他们走了。也许是因为受了挫折，或许是没有中意的人选，霍

与关均未授徒，遗憾地未将绝技留给后人。尤四喇嘛将阴手枪授予同邑人郭玉宏，因他行三，人称郭三。

《通志稿》对郭玉宏有如下的记载：“郭三，萨拉齐人，天性英迈，状貌魁梧，慷爽好义，遇事敢为。精技击，尤长阴手枪法。同年间本邑富商刘定邦与三友善，

工作，为发展全省的武术事业作出了贡献。在此期间，他又拜云连生为师，学习阴手枪和倒手剑法。因他有太极拳推手及家传枪术的底功，所以对缠枪劲力听得准，对枪法领悟快。有几次，他轻易地破解了云师的突发进枪。云惊奇地问：“何以知晓？”他用太极拳理论解释，深受赞许。他与云师相处近十年，亲若父子，直至1937年“七·七”事变闭馆时，将云师送回故乡。

阴把枪是实用性很强的一种枪术，其内容只有单式的应用枪术和对缠对扎等。因所处时代的不同，前辈先师们所执著追求的是运用枪术，虽经几代相传，均采取择徒传艺或单传独授之法，至云连生先生，虽扩大了传授范围，但因其保守的教法，使多数学员不能得其实。因吴桐与云师关系特殊（云是吴门弟子；馆长与教练），更主要的是他有接受该枪术的底功，故而被云选为接班人。吴桐在学习该枪术之后，也许是由于他的职业本能（体育教师和国术馆馆长）之故，在总结先师们的传授方法后，便开始思考如何才能将这一优秀的民族文化遗产长久而全面地流传下去的问题。在冷兵器过逝的现代，要想传承这一枪术文化，就必须将单式的应用枪术整合在一起，存放在“套路”的武库中，在传承中不会丢失。顺着这一思路，他自然想到家传杨家四十枪，并常独自用阴手握枪法演练着这一套路，在演练中逐步将缠枪内容和用法融合其中。但这一研究因“七·七”事变而被迫搁置下来。之后，他奉命做抗日地下工作和政务工作，直至抗战胜利后的1949年国术馆复馆，他又重抄旧业，继续研究这一课题，终于创编了“阴手缠枪”套路，并在全国性武术运动会上表演，受到武术界的重视，从而填补了该枪术无套路的空白。此期，他将家传的“靠身捶”编写成册（1960年由人民体育出版社出版）。

赵老同与宋景诗

《绥远通志稿》是 1930 年开始采编的，在采访中采编人员及主编荣祥先生，对赵老同的身世有所猜测，认

诗。”

吴先生的这一结论，加之当时电影《宋景诗》中主人翁英雄形象的展现，宋景诗便轻而易举地在部分阴把枪门人的传承系统表中，捷足登上了祖师的宝座，而取代了在位百年的赵老同。尽管在稍后（1957）出版的《宋景诗历史调查记》（后称《调查记》）主编陈白尘先生，在分析了诸多资料之后，用“这依然仅止是一个可能，因为在这两人之间，还缺少一个可以联系的证据”加以否定。但赵宋合一的见解难以消除。于是围绕“赵老同是否宋景诗”的争论，从此拉开了序幕。除该枪术的门人外，一些史学家亦加入了探讨的行列，历时近五十年仍未取得统一认识。直至2000年仍有长篇文章在论述赵就是宋的化名。

笔者正是在这个争论之初，跟先父吴桐先生学习该枪术的，并曾特别注意地听他讲过传承故事，此后也一直在关注、搜集和查寻有关资料。经多年研究，对该枪术的历史有一些粗浅的认识，仅将搜集的有据资料及研究分析结果分述于下，以明阴把枪传承的真实历史。

1. 1983—1984年，我和师弟吴敬贤参加呼市及内蒙古二级体委组织的全国性武术挖掘整理工作，曾两次去萨拉齐走访老拳师及知情者。围绕赵与宋的问题，确也听到了多种说法，有些说他们祖先的阴把枪是由赵老同亲传的，并在传授过程中，说他就是宋景诗。此后在1997年我受托撰写《内蒙武术志》时，体委供我的参考资料中，亦看到过同样的资料。有的传说更离奇，因无文字资料，我不便记述。使我不得其解的是，为什么20世纪30年代初，《通志稿》的采编者，就没有听到如此多的传说呢？

2. 1986年，刘恩绶先生编著的《阴把枪》中，根据传说整理的“内蒙古地区阴把枪来历”有如下的描述：

“……其后赵师傅辞世。赵师傅临终时，嘱咐游四喇嘛将他的遗体送回原籍山东（具体地点我忘记了）游四喇嘛尊师之嘱，将其遗体送回山东，见到了师嫂、师侄，料理丧事毕后，小住几日便要返回。师侄要和他比武，双方过了过手，结果得知赵师傅只教了游四喇嘛骑枪，而未教他托枪（阴把枪有七十二骑枪，三十六托枪），师侄又用半年时间，教会了他托枪，至此他才完全掌握了阴把枪的枪法。游四喇嘛在山东学艺期间，他师嫂谈及



4. 1997年，在内蒙古大学学报，人文社会科学版，第二、五期王先生发表过《宋景诗隐身绥西考索》及《宋景诗潜入“归化”时间考证》两篇论文，第一篇是用宋景诗能使左把枪论证他就是赵老同。文章指出：“阴把枪和阳把枪主要区别在左手上，左手虎口向内握枪则为阴把，也即左把枪。相反左右手虎口皆向外握枪则为阳把枪，而无所谓左把和右把。”另外说：赵老同所传的枪术有上盘、中盘、下盘三路，共108枪，此数正符合宋景诗的枪法“外号一百趟”的说法。在第二篇文章中，论述了宋景诗来归化的时间：即同治六年（1867），甘肃宁夏回民起义东进，萨拉齐厅大规模筑城练丁，严守关隘，起义军侦知绕道而行。审其时并度其情，宋潜入归化更大的可能是在同治五年或六年，最早是在四年底。此外尚有两篇论文，也是载至同一刊物的1998年第三期和2000年第二期，即：《宋景诗塞上活动考证》与《宋景诗与刘定邦》。大意是说宋化名赵老同在塞外授徒的情况。论文的结论是：“传说多有历史的影子，结合历史与传说，综合分析比较，可以判定，赵老同即是宋景诗。”

认祖归宗

50年在历史的长河中，只是弹指一挥间，但却能使人的黑发熬成白头。历史的发展有其自身的规律，人只能在认识的基础上去顺应它，而绝不能按自己的意愿去改变它，否则所写出的历史就不能真实地展现给后人。

1. 赵老同与宋景诗根本就不是同辈分之人氏

《通志稿》对赵老同三个徒弟的拳艺成就，均有精妙的描述。其中对二徒弟关兴保的记载是：“关兴保为满泰之祖姑夫，泰弱冠时，曾往亲省视。关曰：闻孙学艺大进，未审人言确否，今日可一试也。关年近八十，泰



怜其老，欲微战以慰之，不意一交手，而枪已被缠，力抽不能出，急撒手跃避，而手口已点伤，血涔涔矣。老辈造诣精深，有非后学所可想象矣。泰每为僚友言之。”满泰与主编《通志稿》的荣祥先生是多年之僚友，可谓这一记载的真实性。这里说泰弱冠（古代男子 20 岁行冠礼）时，关年近八十。祖孙二人年差 57~58 岁，而满泰生于 1883 年（1934 年病逝）。那么，关兴保则应生于 1826—1825 年间，从而可估计出关的师兄尤四喇嘛生年