

莫家拳種

隱
僧
編



香港 航美圖書公司 出版

目錄

莫家拳種概述·····	一
莫家拳種拳譜·····	一四
莫家拳種圖解·····	一八

莫家拳種概述

嶺南武術，門派繁多，而最具名氣的，便是洪、劉、蔡、李、莫這五大家，稱爲「嶺南五大家」。

衆所週知，莫家拳術，是以腿法見稱，莫家腿法的強勁刁鑽，素爲武術人士所稱頌。莫家拳術的祖師，是爲莫清嬌，不過，自莫清嬌以下，所傳的歷代門人，因年代久遠，已無法追查。以近代來說，發揚莫家拳術的人雖不少，但能在港九新界及海外發揚這一拳術的，則要首推鄭錦忠師傅了。

鄭錦忠師傅生長在一個武術之家，其先父鄭亮老師傅，早年在香港武壇以莫家拳術而馳譽，他以一根三尺長的烟斗作爲隨身兵器，但他這根奇門兵器並不作攻擊之用。

原來鄭亮老師傅生前，曾在油蔴地魚欄任「保安」要職，當時是戰後初期，港九各地治安不靖，欄口方面與歹徒動輒引起衝突，毆鬥事件無日無之。打鬥時更隨手執起魚刀、鐵鈎等作爲武器，廝殺的結果，自是非死即傷。不過，鄭亮老師傅的武功雖然高強，但他在魚欄內所負的責任却是「調停止鬥」，事件發生，不能以武

力解決，却又不能不以武技制服歹徒，所以，這個職位絕非平凡之輩可以勝任，而鄭亮老師傅却能憑着一根烟斗穩坐這份要職。

打鬥事件既經常會發生，鄭亮老師傅若身懷武器四出走動，未免大為礙眼，且亦不便。但如赤手空拳在魚欄中出入又有可能吃虧。因此，鄭亮老師傅手備一根長烟斗，專門用以敲打敵人腕肘間的穴道，繳去敵械。這樣，既能使敵鬥停止，復能保持不傷敵人的宗旨。這根烟斗是鄭亮老師傅的隨身慣用兵器。

鄭錦忠對於莫家派的拳技，均能全部學齊，如最負盛名的「腿法」、「蛇纏手」、「七月伴月」以及「大耙」、「關刀」、「棍法」、「匕首」、「紙扇」等長短兵器，鄭錦忠早已練得精純。對於基本功夫，在老父嚴厲督促之下曾下過苦功，使鄭錦忠的武術基礎更為深厚。

當年十七八歲的鄭錦忠已是老父的多年助教，這時候，受到婆羅洲等地華人聘請，前往担任國術教練的職位。這是一個很好的機會，也是一個對於鄭錦忠的武技面臨考驗的時刻。鄭錦忠年紀輕，遠涉重洋，獨自一人闖天下；雖然自問莫家功夫經已學齊，造詣更是不淺，對拆功夫爛熟如泥，但缺乏實際作戰經驗。這些，鄭錦忠難免有所擔心。於是，在啓程之前，鄭錦忠便向老父請教，鄭亮老師傅便把莫家派的拳理、力學、測敵、應敵、運用等等要點，一一向鄭錦忠指點、說明，鄭錦忠

此時茅塞頓開，信心十足；也明白到這十餘年來所下的苦功，並沒有白費。

鄭錦忠到達婆羅洲之後，所在的俱樂部原已有多名國術教練，在教練中鄭錦忠最爲年青，因而未受到重視。

原來，當時婆羅洲當地有些土人，每藉小故便將華僑痛毆至重傷。當地的華僑，不少是商人，自是手無縛雞之力。而一般的體力勞動的工人，雖然氣力不小，却是不懂武術，對於土人的襲擊，無法抗拒。於是他們設法在中國和香港方面，聘請武技高強的人物，前往該處，使當地華僑習武自衛禦敵。

鄭錦忠到婆羅洲任教練不久，適逢當地的兒童節，這是一個令他難以忘懷的日子。當地華僑爲着慶祝這個節日，便邀請各教練和他們的門徒上台表演功夫，以娛觀眾。因爲鄭錦忠初到婆羅洲，對各方面都不熟悉，認爲不便顯露頭角，故此祇站在台邊觀看。

不料，正當台上的表演興高采烈，台下觀眾沉醉在歡樂氣氛的時候，突然有一大羣土人，人人手執利器，呼嘯而至，一擁上台，見人便打。一時之間，秩序大亂，台下的觀眾自是狼狽逃命，而台上的武術教練及門徒，則奮勇應戰，局面非常混亂。由於事起突然，各人慌忙應戰，於全無準備的情況下，徒弟被擊倒多人。各教練雖然全力以赴，但因土人人多勢衆，因而處於下風。

鄭錦忠眼見形勢危急，再戰下去，華僑必然傷亡慘重；義憤之心，悠然而起。他於是一躍登台，施展出空手入白刃的功夫，首先制服兩名土人，奪得兩把匕首。這時但見鄭錦忠身手靈活，在土人羣中橫衝直撲，轉瞬之間，連續刺傷土人多名，挽回頹勢。土人見勢不妙，呼嘯而退。

土人被擊退之後，俱樂部無論上下人等，均大讚鄭錦忠的功夫厲害，對於這位年青教頭，刮目相看，再也不敢輕視他。但鄭錦忠這一鳴驚人的事，却引來一場比武風波。

原來在婆羅洲有一位姓李的教頭，他在當地武壇上，輩份甚高，頗具名望，故此，凡是由香港或中國到來婆羅洲的拳師，必定先要拜訪他，以示尊敬。但是鄭錦忠却認為自己既非受他聘請，復與他門派有別，更因自己向來不慣這套繁文褥節，因此並未登門拜訪。他這一舉動，早已引起李教頭的不滿，而今更因鄭錦忠一舉痛挫土人，其功夫被華僑們推崇備至，這樣一來，李教頭便妒火中燒。

一晚，李教頭設下酒筵，邀請鄭錦忠赴宴。此次的宴會，表面上是以讚揚鄭錦忠協助擊退土人為名。實際上，李教頭却是暗懷鬼胎，欲在衆目睽睽之下將鄭錦忠打倒，令其丟臉，一挫其威風，從而使自己於武林之地位更為鞏固。

當晚，鄭錦忠在新收的門徒梁康帶引下，依約來到李館，但見館內早已是人山

人海，熱鬧非常，而人客之中，更有不少是當地的華僑領袖、富商以及武術界中人，鄭錦忠既是嘉賓身份，自是被肅於上座。與主人家李教頭寒喧數語後，李教頭便單刀直入，當衆讚揚鄭錦忠之功績，繼而邀請鄭錦忠出場表演一套拳術。

與會人士不少雖聞鄭錦忠之名，却未覩其人，而今有此機會能一見其身手，自是求之不得，故此亦紛紛熱烈鼓掌，起座相邀。鄭錦忠因盛情難却，便起座步入廳中，向四週賓客行過禮後，就在廳中演出一套莫家拳術。鄭錦忠當時年紀不大，却能有身手靈活、腰馬沉雄的演出，與會者都大讚其拳法，鼓掌及喝采之聲不絕於耳。

鄭錦忠表演剛畢，忽有一女子排衆而出，稱讚鄭錦忠之武技高強，並要求與他一較高下。但鄭錦忠因本門之規矩，是禁傷女、老、僧、道等人，於是表明態度，婉言相拒。原來此女子是李教頭的長女，見鄭錦忠不肯答應交手，惟有返回座中。

不料，就在此時，另有一位青年出場，亦是要求較技。原來此青年乃李教頭的兒子。鄭錦忠在此形勢之下，若再拒絕，則必然面目無光，且今後難以立足，故而毅然答應，決意一顯自己的功夫。兩陣對圓之下，李子毫不客氣，立刻進馬揮拳，向鄭錦忠猛攻過去，鄭錦忠不慌不忙、不招不架，身形一動、步法一移，李子的攻勢，便落了空。當李子正欲再發動攻勢之際，李教頭却高呼停手，不讓鬥下去。

鄭錦忠斯時，向四週觀眾拱手爲禮之後，便含笑回座，與座上之賓客談笑如故。

但李子却是忿忿不平，認爲自己之攻勢既盛，若再進攻，則大有可能將鄭錦忠擊倒，但何以父親竟高呼停手，心中實在大爲不滿，也大惑不解。

事後，梁康詢及此事，鄭錦忠笑而不答，梁康大感奇怪；婆羅洲之武壇，更以此事作爲茶餘飯後的談資。梁康於是輾轉偵查個中真相，其後，卒之在李館的門徒口中，方知道，李教頭不愧是武林之前輩，經驗豐富；而鄭錦忠則是待人忠厚，宅心仁慈之士。原來當日李教頭之所以高呼停手者，祇是因爲李子求勝心切，搶攻棄守，以致破綻大露，身上要害地方門戶大開，但鄭錦忠祇以手輕輕一拂而不着實打擊，接着把身形移至李子背後，仍是不作反擊。而李教頭目光銳利，經已看出鄭錦忠的手法和心意，知道他爲着免生枝節，更不欲當場挫敗對手而致挫他人的聲望，顯自己的威風，於是便將李子放過。李教頭久歷江湖，知鄭錦忠心存厚道，遂將其子喝回，以免當場出醜。

正所謂識英雄重英雄，經此一役，李教頭對於鄭錦忠的看法大變，另眼相看。自後憑着他在婆羅洲的聲譽和地位，給予鄭錦忠的助力不少，使莫家拳技能在彼邦順利地發揚光大起來。

鄭錦忠在婆羅洲教技，除拳套之外，自然也教兵器，而兵器之中，棍是不可缺少的，但當他以棍法傳授門徒時，却引起另一位教頭的注意。這位教頭的棍法精湛，

在婆羅洲早有「棍王」的稱譽。他是姓袁的，修養甚佳；雖然對鄭錦忠有所注意，但也沒有表示什麼，任由他授徒。

由於當地的華僑，對於鄭錦忠的武技發生很大興趣，並希望知道鄭錦忠的棍法造詣究竟有多深。故此便由當地的知名人仕作出安排，使他們二人舉行一次友誼性的較量。

鄭錦忠考慮他們的意見後，自知對棍法方面曾下過一番苦功，造詣不俗。同時，更想到自己身在異地，雖然大家都是中國人，但「文無第一、武無第二」，祇能以技服人，而不能空口說白話，故此便毅然答應下來。

數天之後，有一位中年男子在幾位僑領的引領下，到訪鄭錦忠。但見此人身材高大，神氣不凡，熊腰虎膀，雙目有神，一望而知是武林中的高手。這便是有「棍王」之稱的袁師傅。不過，這位袁師傅却是一名溫文有禮、態度和藹、樣貌可親的人。寒暄之下，更覺袁師傅談吐得體，對於武術之道，應對如流。鄭錦忠對於袁師傅的作風，大為欽佩，雖未交手，却已有惺惺相惜的感覺。

寒暄既畢，話入正題，二人便取棍在手，相偕至門外的空地上，作友誼性的較量。二人行禮之後，首先是由袁師傅發招，一式「白蛇吐信」，棍尖直取鄭錦忠的咽喉。鄭錦忠身形一閃，側身避過一招，連隨以「殺棍」一法，攻取袁師傅的前鋒

手，繼而棍法一變，直取袁師傅的胃部。連續兩招，快如閃電，祇是這次聲明是友誼性較量，點到即止；袁師傅雖未及閃避，却是仍無損傷。正所謂「拳無三下手，棍響定輸贏」，鄭錦忠第一招殺棍，兩棍相交，便是一響，隨即第二招已取得勝利了。

袁師傅自從經過這次比武較藝後，對於鄭錦忠的棍法，大為欣賞；而且兩人亦由這次較技開始，成了一對好朋友。

說到「空手入白刃」和「匕首」的手法，鄭錦忠練得很精，他到婆羅洲的第一仗，便是以這套功夫揚名的。莫家的這套短刀法，一開始便直取敵人的胃部、咽喉、頸部、肩井等部位。同時，每一個動作都配合着敏捷、輕靈的步法，使刀鋒能迅速地直達敵人穴道或人體較為軟弱的部位。故此，這套短刀法的殺傷力很強。無論自衛或攻敵都很好使用，有很高的實用價值。

不過，這套「匕首法」並非每個人都可以學到的，而鄭錦忠除了用以自衛之外，並沒有公開表演過。他的高足，也是最近兩三年來才能學到。因為這套匕首法的每一個動作，都是以攻擊敵人的要害為目標，是一種很具危險性的功夫。同時，匕首是一種易學難精的兵器，使用匕首的人，要用這柄短小的兵器準確地攻擊敵人，這樣當然要在身形、步法、手法上下過一段長時期的苦功才能成就，假如使用的人技

非精純，則往往被敵人所乘。故此，鄭錦忠對於這套匕首法，向來都是擇人而教，不肯濫傳。

鄭錦忠回港後，他的武館是設在元朗石湖塘，稱爲「偉強玄功總會」。

有一次，鄭錦忠的一位門徒，帶來一位來自美國的朋友A君。他們來到元朗石湖塘的偉強玄功總會，寒喧數語，話入正題，既然談到功夫，A君便提出要求：大家各自表演武術，共同觀摩。而他本人亦非常大方，首先走出練武場，玩了一套螳螂拳，他的手法倒也是中規中矩。跟着A君又表演空手道的功夫，更打起洪家的獅鼓。凡此種種，都可以看得出A君對於中國功夫確實下過一段苦功的。A君表演完畢，跟着便由偉強玄功總會的學員相繼表演莫家的拳技。

最後，A君更提出希望能夠一見鄭錦忠的棍法，尤其是棍勁方面的功夫。鄭錦忠對於他這一個要求，亦一笑而答應下來。

於是，A君和鄭錦忠各自取了一根木料最好的長棍，再來演武場。就在A君一提棍的剎那間，鄭錦忠以一式「殺棍」法，「拍」一聲，殺在A君的長棍上，長棍應聲斷成兩截——這一動作，充份表現出鄭錦忠的棍勁和速度。

這次的友誼性比試，使A君佩服得五體投地，更欲追隨鄭錦忠深造拳棍之術，祇因留港的時間太短，而且棍法的深造功夫，非一朝一夕所能領悟和練成的，這樣

只好作罷。

莫家的拳技、拳法方面計有：拳種、游龍掌、蛇纏手和七星伴月等功夫。「拳種」是莫家拳術的基本功夫，主要是鍛鍊學者的腰馬步法和橋手。要知道，假如腰馬不穩健，對於將來練習腿法時便會失去重心，不踢而自倒；橋手不堅，自然難以發揮威力，無論在攻守方面，都要吃虧。「游龍掌」是腰法、步法和掌法揉合而成的一套掌法，特點是較為柔和的內勁功夫。「蛇纏手」的主力是在手指，專以指法和指勁取勝。至於「七星伴月」便是以腿法為主的一套功夫，完全充滿着莫家的特色。

莫家的兵器方面，則有大耙、關刀、雙夾單棍等長兵器，另有匕首、紙扇、雙鐵扇、雙刀（尺二刀）、單刀、藤碟等短兵器。此外尚有一件鄭錦亮老師傳生前最愛用的兵器即長烟斗，其打法是脫胎自雙夾單的棍法，而鄭錦忠因不吸烟，所以把烟斗的功夫改爲手杖，稱作「土的槍」。這是一種輕便實用的功夫，如學得這套功夫，雖無手杖在手，却可隨意拿起短棍、掃帚柄等物，予以變化運用，這是一套自衛的妙法。

練習莫家拳技，除了要練習棍樁之外，還要練習一種名叫「三星樁」的樁法，它是用三根竹竿成「品」字形插在地上，再在竹竿上面放上沙包，而竹竿內則放有

銅錢，練椿的時候，擊着竹竿，便會發出清脆悅耳的聲響，很具奇特。練三星椿的目的，是要求練到身法自然，步法靈活。

莫家的拳術，是以莫家的腿法為主，再加上洪家的橋手功夫，所以，也有稱作「洪莫派」的。至於莫家的拳理，主要是蛇形鼠步的功夫。蛇，一般人都認為牠是一種很惡毒的動物，不過，莫家的拳理，却不是取其惡毒的一面，而是採取牠的靈活、輕盈、敏捷刁鑽的一面。鼠，是人人皆知牠的動作是如何的迅速和敏捷。莫家拳既有蛇的形態，更應配合鼠的步法，才能達到它的要求。

莫家的腿法，多數是喜用「低椿」腿法，比如：「磨盤」、「掃堂」等腿法，都是差不多在地面上發出的腿法。這因為使用低椿腿法時，對手較難發覺而且破壞力較強，所以，莫家的拳種，腰馬都是很低的。

莫家練習腿法，本來有很多「椿法」輔助進行的，因目前在香港這個寸金尺土的地方，又怎能容納這許多練武的設備。所以，以前有很多練腿的方法在今時今日已是不能適用。至於目前一般所能做到的，便是把三支長達二英尺的鐵枝，插在地上來練。不過，這是去蕪存精的椿法，非常實際和有效，能苦練這椿法，成就也可算差不多了。

莫家的蛇形手法，是這門拳技的特色之一。蛇形手最重要的是指法，因為蛇的本身，最具殺傷力的，便是牠的頭部；故此，如用蛇形手來攻擊敵人，則他的指法是必須極具威力才行。但是，練至指法能具威力，並非易事，因為人的手指，是十分脆弱的部位，而練習指法的初步要求，當然是要使到手指堅硬，務求練到以手指擊沙包或其他物體都不覺痛楚，才算合格。

當手指的堅硬程度有相當之後，便要戴上一對重達十多斤的石鎖來練習力度，力度練成之後，更要練習指勁，指勁練成之後，仍未達化境，還必須要練至指勁能透出指外，以增加指勁的殺傷力。

不過，據鄭錦忠師傅表示，他是不喜歡教他的門徒練這種重手的功夫，這並不是他個人要自秘其技，更不是要收取更高的學費才肯相傳，而是因為一旦練成這樣的重手功夫，無論怎樣小心，也會在無意之間傷及他人。而且，最重要的便是在練習這重手功夫時，也必然會傷及自己，因為在練習的時候，往往不能順其自然地去練習，因而還要加上藥物來幫助。要練成有指勁，最少也得練上五年的時間。如要練至勁透指外的境界，非但需時十年八年的功夫，同時更要練習氣功以作輔助。而在練習氣功時，若有偏差，身體內部便會受創。試問要冒着身體受傷的危險，又要

花上十年八年的光景去苦練一種未必能成功的指法，是不是值得？況且，指法練成之後却不能隨便地使用，那又何異於得物無所用？

鄭錦忠師傅便是基於這個原因，不肯隨便把練指勁的方法傳給門徒，除非是對這個門徒的人品和行爲非常了解，否則無法得到他的傳授。

有關莫家的拳術，基本的拳術便是「莫家拳種」，這套拳法，包括着莫家的基本手法、身法、腳法。凡初入門的弟子，首先便要學這一套拳術，故此，在這裏徵得鄭錦忠師傅的同意，特把它公開介紹出來。同時，更由鄭錦忠師傅的長公子鄭雄城君示範演式。鄭雄城君自少追隨父親習技，家學淵源，深得個中奧秘。

莫家拳種拳譜

1 開式

2 下插花

3 上插花

4 收拳

5 童子拜觀音

6 二龍爭珠

7 孔雀開屏

8 金較剪

9 陽標

10 陰標

11 金較剪

12 左穿槌

13 右穿槌

14 平馬收拳

15 左陰陽剪

16 右陰陽剪

17 左邊掛槌

18 右邊掛槌

19 左單溪手

20 左勾手

21 左拋槌

- | | | | | | | | | |
|----------|---------|----------|--------|---------|------------|------------|------------|----------|
| 22 左美人照鏡 | 25 右單溪手 | 28 右美人照鏡 | 31 雙攔手 | 34 貓兒洗面 | 37 側身穿攔（左） | 40 側身標指（左） | 43 側身吸掌（右） | 46 穿彈標指 |
| 23 左單攔 | 26 右勾手 | 29 右單攔 | 32 正托手 | 35 反手 | 38 側身照鏡（左） | 41 側身穿攔（右） | 44 側身標指（右） | 47 上馬衝槌 |
| 24 左穿槌 | 27 右拋槌 | 30 右穿槌 | 33 雙印掌 | 36 雙掛槌 | 39 側身吸掌（左） | 42 側身照鏡（右） | 45 霸王開弓 | 48 左單邊蝴蝶 |