

四路奔打拳

黃漢勛編著



香港 蕪美圖書公司 出版

序

螳螂拳術乃剛柔相等，長短互甲之完備拳術；有誤解爲絕剛及擅長擊之拳宗者，膚淺之見耳！試觀崩步拳之「竄跳」、「疊肘」乃忽起忽落之跌盪，梅花拳之「獻桃」、「滾膀」是長短剛柔之倏忽變化也。梅花落拳與大番車之番車手與鞭鞭捶則爲開合封閉之最佳表現，至於「左右獻桃」、「引針腰斬」等又何等柔活耶！一般內外行者均認定螳螂拳乃快速靈敏之拳術，斯即誤盡不少練習此派拳術學者之最大因素，人人祇顧向着快速之途進取，卒至步法含糊，手法不清，姿式渾亂，至此則欲改進亦爲時太晚矣。

其實螳螂拳雖以快速見稱於世，惟初練時必須先踏實脚跟，從小處着眼，然後始漸漸加速，則其拳必快而不浮，快中沉穩矣。

四路奔打一拳是最講求姿式者，而且用腿最多最廣，吾人對螳螂拳既有興趣又何妨多練此以達成更高成就。學無止境，惟勤乃成功之不易法門也。

黃漢助於螳螂樓

四路奔打拳譜

十三	十二	十一	十	九	八	七	六	五	四	三	二	一
馬式右劈軋	掛掌右撐腿	左影右踢脚	封式右統捶	馬式偷心勢	連環雙飛腿	登山右封手	引針右腰斬	登山左疊肘	右影左踢腿	跟步左上刁	跨虎開門式	四平雙蓄勢
二六	二五	二四	二三	二二	二一	二十	十九	十八	十七	十六	十五	十四
撲腿打虎捶	登山右上劈	旋轉左上刁	開門左軋腿	左影右踢腿	馬式右劈軋	底抽左偷心	馬式右劈軋	縱跳小旋風	右影左踢腿	左影右踢脚	雙封手插掌	提腿雙刁手
三九	三八	三七	三六	三五	三四	三三	三二	三一	三十	二九	二八	二七
掌刁跨虎勢	登山右腰斬	登山右劈捶	馬式右劈軋	十字掛撐腿	統捶軋腿式	登山封統捶	登山掛統捶	轉身右擺蓮	旋轉右低劈	扭步反抽捶	底抽冲天炮	雙封手插掌

五二	五一	五十	四九	四八	四七	四六	四五	四四	四三	四二	四一	四十
刁手連環腿	馬式右劈捶	登山左劈捶	登山右劈捶	翻身右撐腿	封手右撐腿	底抽左偷心	旋圈右劈式	左掛右統捶	跨虎左抽捶	掌刁跨虎式	登山右屯掌	踢腿大轉身

五九	五八	五七	五六	五五	五四	五三
跨虎挑統捶	登山封統捶	馬式右劈軋	縱跳掛撐腿	馬式右劈軋	封手右軋腿	馬式左偷心

第一式 四平雙蓄勢

說明

假定我拳是以東方作起式，則先站於東方，背東，面西，左南，右北；雙手握拳，自下抽上至乳旁爲止，拳鋒勿超出身體以外，目向前注視，以俟拳式之展開，如「定式」。

功用

拳式尚未展開，當無用途可言，惟兩拳抽上則可使胸張而勢蓄，對未來拳勢之發出當有裨益也。

式 一 第

勢 蓄 雙 平 四



(式 定)

第二式 跨虎開門式

說明

循上式，左脚開前成左跨虎步，兩手自腰部開前，左上，右下成交叉狀，雙拳皆拳心向下，如「過渡式」，再由交叉狀向頭上直起，過腦後再收回腰部，身步俱如過渡式不變，如「定式」。

功用

彼以「牛角捶」向我左右太陽穴同時擊來，我即以雙手於彼雙捶中穿上，而向左右分撥，使彼手無法近我，且我之跨虎步是可隨時踢起者，使其下路有受襲之虞矣。

第二式 跨虎開門式



(過渡式)

第三式 跟步左上刁

說明

循上式，後右腳拍前以成立正式，右拳似收腰部不動，左手自面前伸出，轉上復拘返，以成如「定式」之勢。

功用

我既以開門式消去牛角捶後，彼即撤退一步，再以上門手攻向我左方，我乃跟前一步以求與彼接近，復用刁手制之，使彼欲動不能矣。

式 三 第

刁上左步跟



(式 定)

第四式 右影左踢腿

說明

循上式，左刁手仍然不變，不過略拖過後方耳！右掌與左腳則同時而出，手脚俱直，且用掌拍落腳背之上，盡力拍至「劈拍」有聲爲合，如「定式」。

（註：余拍照時本欲使掌腿相貼者，惟因難擺定式，故祇得以此爲例耳。）

功用

我已刁得來手，焉有輕易放過之理？於是乃先以右掌礙其視線，再用腿擊其下路，使其上下難於兼顧也。

式 四 第

腿 踢 左 影 右



(式 定)

第五式 登山左疊肘

說明

循上式，先將踢起之腳就勢踏落地上，以成左登山步，左上之刁手化拳曲肘，向前右方撞去，將至定點時以右掌迎之，當肘掌相碰時發出「劈拍」之聲，如「定式」。

功用

彼退步卸去我影腿，再自中路猛衝我一拳，我先以右手搭其來勢，復以左手曲肘自後壓疊彼肘之上，此勢雄猛異常，輕易不能架拒也。

式 五 第

肘 疊 左 山 登



(式 定)

第六式 引針右腰斬

說明

循上式，仍是背東面西之方向。右後腳化直爲曲，左前腳化曲成直，趾尖朝上，彎內以成七星步，左肘伸直往左後方一拖，左拳與左肩看齊，右掌斜斜伸前並向左方殺去，如「定式」。

功用

因我上式傾過右方之故，彼必經由我左方攻入，於是我乃以左手牽開來手，前腳化七星步鉤入彼前鋒馬，再伸右掌橫撇其腰部，使彼上下，左右受襲；手法雖然柔和，但常能傾跌對方也。

式 六 第

斬 腰 右 針 引



(式 定)

第七式 登山右封手

說明

循上式，仍向西方演進。先將左前脚移前數寸踏下以成左登山步，再將右掌化拳收歸右後方，復衝前至腹部，左拳化掌由左方轉至右方，以與右拳相觸，愈大力愈佳，目注視前方。如「定式」。

功用

彼自我腹部擊進一拳，我先以左手由下封上以制其腕部，再以右手拗之。此種封手與普通封手不同，實寓有擒拿法在內也。