

一探武學的根源—大槍

文/八極拳協會教練 葉啓立

一、擊刺之術

技擊格鬥少有赤手空拳，大都器械不離手，不僅可傷人，甚至達到殺敵的效果，不論在戰陣應用或私下格鬥，皆是如此。所以歷代官方立下嚴刑峻法，禁止民間私人擁有或練習武藝器械，只有軍隊或官宦之家才有機會接觸及習練。

一般拳師論拳強調：一膽、二力、三功夫，所以空拳而鬥，體格力量先天上的優劣，是決定成敗重要關鍵。在體格上的落差，要靠練習技巧來彌補，常常是事倍功半，甚至是徒勞無功。然使用器械則不然，技巧的提升，可以超越力量的限制，於是「力弱」也可勝「力強」。所以在技巧上下工夫，確是技擊致勝的要件。

再者，所謂「藝高人膽大」，技巧的精進，確可增進膽識，如此互為增益幫襯，雙重突破，才得以成就擊刺之術的最高境界，所以武學家要懂擊刺之術，才算是學藝，而非只通曉拳術而已矣。

所以明朝武將戚繼光於《紀效新書》〈拳經捷要篇〉中：「拳法似無預于大戰之技，然活動手足慣勤肢體，為初學入藝之門。」清朝吳殳在《手臂錄》一書最後補述：「若拳則市井小民之事，無用於兵刑，止以供窮途之赤手。」

二、槍乃兵器之王

自古中國武學家對於器械之好，首重大槍，稱為兵器之王，因此有能力使用大槍，乃成為武學家地位的重要象徵。使用大槍需要高度的技巧，要精練到一定的程度，才可有效發揮槍的功能，所以嚴格要求正確的法度與精準的技巧。因此吳殳在《手臂錄》云：「槍本戰陣之器，自為明師所窮研，遂覺戰陣之法同於嚼臘。」

大槍因戰陣而設，其技藝法度自古有〈古槍訣〉一文相傳。自明代武學家唐順之詳記槍法於《武編》中，而後戚繼光從唐順之學習槍法，依楊家槍法編寫「二十四勢」於《紀效新書》中，明末民間武學家程冲斗也留有少林槍法(夢錄堂槍法)，於《耕餘剩技》書中。至清初吳殳集大成，著有《手臂錄》，針對歷代來傳世的各家槍法，依各家長短槍之別，詳盡論述，可說是歷代以來論槍最經典之作，也是槍法的最佳典範。

明末清初各種武學技藝漸漸由官方大量流轉至民間，民間習武風氣大盛，呈現多樣性，但仍以「拳術」為重心。是以各種有關武學的論述及著作，也多以拳法為主，兵器鮮少觸及，或隱而不言，或以歌訣記述，如《萇氏武技全書》、《拳經拳法備要》、〈陰符槍譜〉。

清末民初許多武學家投入大量精神發展「拳理」架構，如太極拳、形意拳、八卦拳等，拜此之賜，雖拳術理論幾近完全，然而亦有過之者，甚至流為「超俗」(無限制性)，將道家養生、武俠小說、特異功能、氣功等合而混之。

因而近年來學習者無所適從，只會相互追逐，以假亂真，似是而非，而不追求其根本。是以要論述各家武藝（拳法），應回歸「尋根探源」，才能撥雲見日，釐清武學的根源、各種拳理的結構，甚而清晰明確看待「拳法」。

三、武學精髓在槍法—以槍創拳

明代武學家唐順之最早將槍法、棍法融入拳法中，《武編》論拳：「左手如鑽錢，右手如弄琴，前腿如山，後腿如撐，前手如龍變化，後手如虎靠山。左右不離，前後方鉤，入眼不睫，見槍速進，鉤連密莫犯莫敵。點用單手送，如點水蜻蜓，有活動之意，扎用雙手老實送，一扎用稍，一棍用根，根稍互用，步步進前，如陰手棍，陰手蓋，陽手擎，此是少林士真妙訣。扒止左右打，上揭不宜下嗑，恐扒頭重難起也，盤腿裡盤外盤腿。」可為證明。

明末民間武學家程冲斗也在棍法問答篇第一則：「或問曰：語云槍乃藝中之王，以其各器難敵也，又謂棍為藝中魁首者，此何說乎？余曰：凡武備眾器，非無妙用，但身手足法多不能外乎棍，如槍之中平，拳之四平，即棍之四平勢也。劍之騎馬分鬚，拳之探馬，即棍之跨劍勢也。藤牌之斜行，拳之躍步，即棍之騎馬勢也。拳之右一撒步，長倭刀之看刀，即棍之順步劈山勢也。關刀勒馬登鋒，拳之單邊，即棍之鳳展翅勢也。叉之埋頭獻纂，即棍之潛龍勢也。槍之筈槍，拳之攏拳，長倭刀之刺刀，即棍之單手筈槍勢也。拳之進步橫拳，倭刀之單手撩刀，即棍之旋風跨劍勢也。凡此類難盡述，惟同志引伸觸類，則魁首之說不虛矣！」

程冲斗得意在「少林棍法」，當然以棍取代槍，推崇棍法，但若於槍法，則吳殳評論「去槍存棍，形同牛鬪」，盡失槍法精妙！若如吳殳之師石敬岩，諸器入手皆槍法，石師云：「吾身前三尺槍圈子中，蠅蚊不能入，非團牌而何？」所以《手臂錄》上卷首篇〈槍王說〉中提到：「語云：槍為諸器之王，以諸器遇槍立敗也！」

所以自古武學家皆推槍、棍為其一生成就之重心，尤其能精於大槍，更是其武學成就的精髓。各家拳法創始者也是如此，太極拳一脈若以王宗岳始，王宗岳以「陰符槍」成就，寫下〈十三勢〉、〈太極拳論〉等文。民國二十年代，唐豪著〈王宗岳考〉及徐震著〈太極拳考信錄〉，都證明「太極拳論」出自王宗岳之手。陳家溝太極拳也受到王宗岳的影響，始有較完整的理論結構。

陰符槍譜敘：王宗岳為清朝乾隆年間山西人，治學旁及經史、黃帝、老子之書及兵家書，兼通擊刺之術，尤精於槍法。他悉心於此中數十年，深觀於盈虛消息之機，熟悉於止齊步伐之節，簡練揣摩，自成一家，名曰陰符槍。

陰符槍總訣云：「身有高下，手有陰陽，步則左右，眼則八方。陽進陰退，陰出陽回，粘隨不脫，疾若風雲。以靜觀動，以退敵前，審機識勢，不為物先。下則高之，高則下之，左則右之，右則左之。剛則柔之，柔則剛之，實則虛之，虛則實之。槍不離手，步不離拳，守中禦外，必對三尖。」

首先，槍譜敘中提及王宗岳精通擊刺之術，尤精於槍法，但並未提及拳法；再者，陰符槍總訣中的高下、左右、剛柔、虛實、進退、動靜、陰陽、粘隨，與太極拳論的理論吻合；陰符槍譜甚至與太

極拳論合抄在一起。以上都可證明，當時武學家「重」槍法「輕」拳法，一旦傳授弟子，則以槍創拳。今日陳太極的「纏絲」和楊太極的「圈」，都是沿用槍法的名詞及理論。

形意拳創始者姬際可也「以槍創拳」，留記在形拳的拳譜中。八卦掌的手法字訣：「滾鑽、爭裏」，即槍法的「封、閉」。而八極拳一脈更是槍不離手，歷代有名的八極拳師皆以使用大槍成名，而以「神槍」稱之，近代李公書文更不在話下，本人曾在〈李公書文八極拳之思辨〉一文中有所論述，提及李公八極拳受槍法及棍法影響，而造就其拳法外形的「簡單」。

所以槍法或棍法是歷代武學家學習追求的重心，尤其八極拳一脈的武師皆以能精練大槍為入門的重要指標，而非現代一般人認為的「拳術」。

明末大量武藝開始流入民間，清末民初則發展出以拳術為主的武藝，雖然八極拳一脈仍以槍法為重，但隨後也漸偏頗，而往拳術方面去論述，鮮少提及或練習大槍，因此大槍之法成為今日學習者述說前輩典故中的「神技」。

這樣的「神話化」言論，因為遙不可及，反而在潛意識中漸漸壓抑了學習的意願，表現在行為上，則是無能去面對這日漸消失的技藝，只能大張旗鼓傳授被先輩視為「小技」的拳術。尤有甚者，加入陰陽、五行以及道家養生之術，包裝成「一擊必殺」之「神功」。頂著祖師爺「神槍」的招牌，卻傳授祖師爺不重視的「小技」，以號稱直接傳授或關門弟子，來吸引很多學生慕名學習。

四、槍法傳承難度高

槍法或棍法為何無法有效傳承？原因錯綜複雜，首先，要成就這兩項技藝，名師與高徒缺一不可，而名師決定傾囊相授的前提，除了慎選高徒外，能否長時間投入心血、體力去實踐與體悟，更是關鍵。正如戚繼光所言：「自古無師不通聖，學藝回來好讀書。」

至於如何衡量傳藝之人，先輩們在其武學著作中提出各式警語，以為遵循。《拳經拳法備要》有：「非端人血親，不可說破。」《萇氏武技全書》初學條目中有：「小人不得教。」峨嵋槍法序中最後一句：「苟非其人，千金勿示其珍之哉。」峨嵋槍名家程真如與月空禮師請教普恩禪師槍法，師命他們「樵採山中，經歷二載，師笑曰，二人良苦，庶可進手。」

吳殳當年「每欲覓二、三少年，傳石師之技，使無斷絕，而皆欲速見小，不能下海枯石爛之功，是以無可與語。」吳殳不得高徒，為免石師之技失傳，才立文字寫下《手臂錄》一書，可謂用心良苦，但在自序末又云：「中卷註釋太明，不可公於天下，姑留之篋中云。」說明武學家對其一生學藝的體悟，不可與人言，堅持「不輕洩於人」、「不說破」的保守性。

再者，槍法及棍法難度高，因為是由用而自然成勢，非練勢而後再應用，所以需教者親自傳授，練習時又需有對手不斷嘗試修正，久而久之，才能達到「雖不中，亦不遠矣」的境界。學習者沒有教者不斷校正很難入手，沒有對手不斷互相切磋很難上手，加以又需長期間不斷思考辨正，才可把握其要領。《手臂錄》中卷〈槍法微言〉：「人有慧性者方可教槍，不然止堪叉鏢。」

所以有成就的槍師當然珍惜其所學，按步就班一招一式傳授，學習者可能覺得枯燥無味。吳叟與同儕從石敬岩習槍時，石師說：「君之學武爲意氣名高耳，我有二三捷法，只一月之功可以眩俗。……若爾非千日苦功不辨，須二年練戳革，一年練行着，方到小成，若要大成，必如吾一世習鍊方得。」吳叟深信其言，下移山填海之功，終得真槍精微。

槍法技藝的傳承，繫於師徒之間的因緣際遇及時代的變遷，而今一息尚存。本門幸以「槍法」立基，李公爲精通槍法的武學家，博得「神槍」美名之尊崇，使得八極一脈的大槍技藝再度彰顯與備受推崇。劉師雲樵爲李公晚期關門弟子，我等師兄弟有幸拜在劉師門下學藝十餘年，習得大槍的基本練習法，雖不能得見李公，但也略窺李公槍法之神貌。

近年八極拳協會成立後，師兄弟們有固定練習的地點及時間，得以彼此切磋琢磨，並參閱研讀吳叟《手臂錄》互相校正，因此對於劉師所授李公大槍法，漸能體會其精微奧妙，練習方法也與時俱進。因爲劉師的引領入門，大有助益於日後研讀《手臂錄》一書。《手臂錄》中的論述堪爲我等學習的典範，據此與本門的槍法相互比對，希望有朝一日能探得大槍法之精髓，而得以接棒傳承後人。一息尚存，此志不容稍懈。

五、本門槍法

(一) 槍制

吳叟在《手臂錄》中提到，槍法不雜棍者，有石家槍、沙家槍、楊家槍。

1. 石家槍(峨嵋槍)：木槍，長九尺七寸。
2. 沙家槍(長槍)：竹竿子，長丈八至二丈四。
3. 楊家槍：木槍，長丈四至丈八。
4. 本門槍：木槍，長度一丈至丈二，依個人身材而變，練重用輕，類楊家槍，近短槍(石家槍)。其制：「根大盈把，尖徑寸半，腰勁如鐵。」

「楊家槍從短而變，加長四尺，其法亦兼取短槍、杆子之法，以自成一家的學耳。」所以本門類楊家槍，若重短槍「封閉」，雙腕陰陽互轉之功，加以長槍之身足，退進方便，更易取勝。但若不精熟，則又易淪爲大封大劈，失槍之精華。

(二) 手法

吳叟云：「短槍之用在兩腕，臂以助腕，身以助臂，足以助身，乃合而爲一。」

吳叟云：「槍之元神只有一圈，用圈盡善者峨嵋，盡美者沙家、楊家，三家本一法也。」

本門持槍手法：陰手平腕稱「黑鷄」，陽手平腕稱「白鷄」，握槍前手如鷄形，平腕故不「死腕」，後手「半把」握槍亦是「活腕」，所以腕之陰陽互轉，靈活迅速。如此則前手「如鑽錢」、「如龍變化」。後手「如弄琴」、「如虎靠山」。如吳叟云：「兩腕封閉，陰陽互轉，百法藏於其中，神妙莫測，爲槍之元神也。臂以助腕者，以臂之高下伸縮助腕之陰陽互換也；身以助臂者，以身之蹲立前後助臂之高下伸縮也。足以助身者，前後左右，稍稍移動，以脫彼槍尖，非剪步十字步也。」

(三) 身法(步法)

石敬岩云：「身法宜側而忌平，平則闊立側長，所備者多。側則狹，蹲則短，所備者少也。」又云：「蹲坐以助閉手之力，開圈外猛槍在身後者也。」又云：「能蹲坐而進退如風，無往不勝，步法、身

法盡於此。」

程真如云：「身法乃藝之門，進退盤旋，皆由身法。」

吳旻云：「身勢有真有假，交槍之後，因用而成者，真者也，無形可圖。」

本門槍法亦不言勢，因用而自然可勢，若練身法、步法，則有「車輪」。攪槍及纏槍對練，「輪槍」練習時，蹲坐而行如「鴨行」，稱之為「鴨踏步」。對練時，粘隨來槍，不丟不頂，如此身法、步法並手法，乃可合而為一。

「纏槍」又曰「纏槍坐膝」，其前後進退，要求與輪槍同，行槍以輕虛緊小為貴，兩槍粘隨互換，皆是練步法、身法、手法合一的要訣。

(四) 扎法

吳旻云：「鍊時用十二分力，發十二分滿，三、四發力盡，少止再作，日必戳五百槍，工滿三月足，五萬戳一發透壁，則小成而可習封閉矣！」「戳有五德：一長、二重、三速、四準、五留，前四猶可，留非十年手不離杆不能也，下文戳法皆以此為根本，而析其一枝一體入用耳，臨陣彼無虛槍，發必盡力，無一發不勝，遊場多虛不可全用，用八分可矣！」

本門扎法首重單殺手即青龍獻爪勢，各種扎法皆不離此法。練時用重槍，才能守革；不善扎法，則不能傷人致勝。

留為各扎法之祕，為「可逆」，在各種扎法變化精髓，可逆性隨對手變化而成，用槍脫化，守則見肉分槍，攻則貼杆深入，變而能「閃賺顛提」，如是則「他法行隨法行」之最高境界。

古槍訣言：「去如箭，回如線」，槍之特性，李公書文成就在此，此扎法必合身法、步法，才能如是。出手「擁挫」難革，必能殺敵。但回手時「帶環」，如吳旻論石敬岩、程真如的槍：「戳中有革，革中有戳，力之直也能兼橫，力之橫也能兼直，其用槍尖如有鉤者，然能於彼掌中挖而去之，技藝至此，驚猶鬼神矣！」

如何鍊？吳旻云：「以身法言，……獻爪實用在進，伏機在退。」如是才有「回如線」，才可「帶鉤」，對大多數人而言，鍊出槍「如箭」易，但非至十分精巧使用大槍，則回手能如線則難矣！所以此扎應留意在「回」，如此可能有伏機可言。

(五) 革法

本門的槍訣留在革法，有「封、閉、提、擄、拿、捲、攔、鉤、剔、研」十字訣。

1. 封

革圈內中平槍，持中四平槍，前手由「白鷄」往前一覆呈「黑鷄」，後手由「黑鷄」右旋為「白鷄」，槍項(前三分之一處)於其前手外六寸(後三分之一處)直封下。吳旻曰：「封下槍身纔直，不可向右，亦不可用力。」

2. 閉

革圈外中平槍，持中四平槍，前手由「黑鷄」往後外(左)旋呈「白鷄」，後手「白鷄」向內(左)旋，雙臂後抽，槍項於彼槍前手外六寸，閉下。

吳叟云：「閉時大須用力，又蹲坐以助其力，彼槍死於地抽不去，方是鍊法，閉滿時，槍尖開於身後三尺也。」若封閉圓熟，則「百巧皆從此出」，且「扎法亦帶封、閉，則直力中有橫力」，「諸法說破即能用」。「初學時欲重實作卵形，漸鍊漸收作圓形，至精至熟圈大如錢，則能用迎槍，槍技終矣！」所以吳叟認為革法只要守著封、閉，百法皆有基礎，因鍊時要從此下積丘山之工，方能辨槍、用槍。本門封閉與上同，在鍊單殺手扎法，其過程皆含有封閉二法，所以工最正。

3. 提

「即閉之前手低，後手高者也，用於圈裡扎下部槍。在彼前手外半尺開其槍於右也，即可還扎下部，革法槍跟忘高而提之槍跟直過頭。」

4. 擄

「用提法於下部槍，自圈外來者也，比提多腰腿向前一擺，亦死其槍於右，身在槍左，雖死槍亦不容其在槍左，恐有變也，擄後敲起發扎，即白蛇登樹也。」

5. 拿

「即封之用於高來槍者也。」加以身法、步法向前者，如是又可次分爲封拿及攔拿等。

6. 捲

「鍊閉工足，用於圈裡來槍，即是大捲，出其意外，其槍飛去至橫大敗矣！鍊時封下，即於左邊向上圈起，閉下即於右邊向上圈起，作望月形，使手法圓熟，日後破槍百倍得力……。」所以大封加以「開步蹲坐而拿直至彼手削扎」稱「捲」，而大閉稱「反捲」。

7. 攔

槍離桿則左右攔之可開，使來槍離子午線，再加以封閉或提擄。吳叟云：「攔即閉之用於圈外低來槍者也。」

8. 鉤

高槍在子午線上，甚難革，太疾(早)來槍亦變，太遲則不及，所以用鉤法，順其力而回，其槍深入易老，再突然改變其方向，才能勝之。尤其高來槍太早，來槍易變劈槍，太淺易滑，不能開槍，唯用鉤能開來槍，所以鉤法用於回槍。

9. 剔

高槍在子午線上輕探虛扎，防其變化，用剔前後逆之。左右不離，可守著子午線爲磨旗槍法。吳叟云：「拿攔不轉腕，謂之死手，以從此入頭者，日後必無月兒騰蛇等妙處也，然轉腕者一發不收必敗，不轉腕者乃可輕可緩，不受敵侮。敬岩、真如絕技在此，世人但貴轉腕拿攔，而深入壺奧，則知不轉腕者，有更勝者焉。」

10. 研

吳叟云：「槍之離我杆來擊打可開，貼我杆者擊打不能致力，非封閉不開，至於豁裡透、子午槍，非封閉加蹲坐，以研之尚不能開也。」直行加下壓如挫，爲研，可溶入諸槍中，如拿研、閉研、封研、直中含挫。

附記：本文首刊載於「台灣武林（24期）」；經作者同意收錄於本論文集