

五郎棍下路講義
黃漢勛編著及演式
黃子英攝影

www.hfwong-mantis.com

五郎棍下路講義
黃漢勛編著
黃子英攝影
(未經許可不得翻製或載於任何刊物內)

流源

山後楊繼業（令公）一門忠義與勇武，據說連婢僕輩亦解武事，公生七子，除各有名號外並以大郎以至七郎為序。

歷史有名之「沙灘會」公率七子保宋帝會蕭天左於沙灘上，及兵敗公奮力保得帝離開沙灘返國，公亦以闖死於李寧碑下見志，當場死於皇事者有大郎、二郎、三郎等，四郎被俘，五郎出家於五台山為僧，七郎返國班取救兵而被害於潘人美，僅六郎（延昭）生還耳！後六郎為報家報國仇掛帥征伐蕭氏，不幸又再次兵敗，被困五台山下，時五郎身雖出家但心仍繫念故國也。見大宋旗號帥字旗下大書一楊字，五郎（延？（維基百科：延德？）知家族中人又興兵討伐外寇矣，但主帥方被困於山下，五郎身為出家人將於何處覓取武器呢！於是拔去門門之短鐵桿跑下山崗奮力衝破敵陣，時六郎以為本國救兵已到因此精神大振，於是亦自內突出，六郎既出，祇見一和尚持短鐵棒到處追逐勇武絕倫，因此亦拍馬舞槍衝前助戰，蕭氏兵被逼暫時撤退，於是弟兄乃得陣上團叙，六郎勸五郎共返國以圖再次大舉，五郎曰：為兄已出家焉可復還俗，但蕭氏方勢大似未能求必勝，吾弟宜暫時撤兵回國積極訓練兒郎以待他日之用，吾適間所用之棒法頗佳，吾弟何妨模倣之以為訓練士卒之用。六郎卒於戎馬倥傯中習之，後由六郎子宗保三次出兵率將頑敵推毀而雪兩敗之耻名，五郎之棒實著卓勛也，五郎棍之名因此歷千年尤膾炙人口者以此，且亦足證明吾說「棒脫胎槍法之源由」蓋五郎於卒然之間招棍作槍之使用法也，沿用五郎之名者亦至多，不論誰為真傳或嫡傳總是皆以仰慕楊氏對棍法創設之紀念也。水滸中武松亦以用棒馳譽，即今日之「行者棒」是也，棍法雖無悠久歷史惟至今二十世紀年代尤未被科學所淘汰者自有其可用之處，在練棍重點厥為圈、點、劈、軋、挑、（撞？捶？）、撒、殺。注意及之自當有成矣。

第一式 左路劈殺

說明：

循上路之團圓式作起式，兩手不動，先以右腳踢入棍內，如「過渡式甲圖」。因踢起棍而以右手接回棍之下段，右腳自面前踏進，左腳更進一步以成左登山式，右手握棍由後向前劈落，如「定式圖」。

功用

彼自我左方刺來一械，我以右腳踢動豎地之棍然後進前步半力劈之。

第二式 右路劈殺

說明：

循上式，原步未動，右手先探出外棍端，進右腳成右登山步，左手棍自後向前劈落，如「定圖式」。

功用：

彼退馬求解襖或更以械自我下刺來，我亦緊食其撤退之弱點(?)而再予以劈殺使彼無喘息機會也！

第三式 回棍撩陰

說明：

循上式，左手拉棍往左身傍抽返，右手自上掠出，同時踢出左腳，如「定圖式」。

功用：

彼擬以械自我左腰部橫殺來一着，我先回棍卸之，再乘時出腳威脅其下路焉。

第四式 馬式力劈

說明

循上式，先落下踢起之左腳，再提起右腳作躍前之準備，如「過渡式圖」。

因乘右腳提起之便而全身縱跳而前以成騎馬式，棍自左後方返殺過右前方，如「定式圖」。

功用：

彼為我踢腳威脅而往後再退，我乘勢轉棍迎頭劈之。

第五式 登山鎖喉

說明：

循上式，由騎馬式伸直右腳轉為左登山式，右手棍往前直標而出，使與左手拍貼為止，如「定式圖」。

功用：

彼受我一劈而亟側首欲避，或我已劈去來械乃順勢直取其喉部，斯鎖喉槍法之一種險着也。

第六式 展旗劈殺

說明：

循上式，先將左前登山向後轉為右登山步，左手離棍，右手持棍往右後方撤去，如「過渡式甲圖」。

再進左腳以成左登山式，棍仍由右手單持由前繞過後方，如「過渡式乙圖」。

再原步不變棍由後復向前，左手再接回原握處，由上殺下，如「定圖式」。

功用：

彼以多人多械紛紛自我上路作密集攻擊，因此我乃施用此險着以解此危。

第七式 偷步左抽

說明：

循上式，先將左前腳向左斜方移進，如「過渡式圖」。

再將右腳自後偷過左方以成偷步之勢，左手棍向左肩上拉起，右手棍自後向前上方抽起，如「定式圖」。

功用：

彼為展旗劈殺之勢所懾疾斜走我左方逃避，我亦跟踪走過左方用右手棍自下逆抽之。

第八式 偷步右抽

說明

循上式，先將右腳移開過右方，如「過渡式圖」。

再將左腳自後偷過右方以成偷步式，同時右手向外棍端探出至盡。右手由外而返貼右肩之上，左手棍由後下方抽出前上方，如「定式圖」。

功用：

彼以我跟入左方乃走過右方避我，我亦隨而走過右方再換手換步自下逆抽之。

第九式 登山直抽

說明：

循上式，由偏右方而將左腳往踏正取回直線，左手先向前棍端探出至盡，如「過渡式圖」。

然後由高返於左肩之上。右手棍由後下方直抽出前上方，如「定式圖」。

功用：

與七八兩式大致相同。祇斜正方向略異耳。

第十式 背棍撞鐘

說明：

循上式，先提起右後腳如獨立之狀，右手棍往後一拖，左手棍向前一推，如「過渡式甲圖」。

再落右腳於前方成登山步。右手再由後轉前復歸於腋下，左手亦靠貼腋部，如「過渡式乙圖」。

再放左手用拳直向前衝去，如「定式圖」。

功用：

與上路第四十四式完全相同

第十一式 反手挑槍

說明：

循上式，先拉起前右腳作跨虎狀，左手返回原處握棍，右手舉棍前出，如「過渡式圖」。

右手返回後下方繞半圈形再自下抽出，同時亦將拉起之右腳標前成為騎馬式，如「定式圖」。

功用：
與上路第四十五式同。

第十二式 走馬纏槍

說明：
循上式，先提起左後腳以備作跳前之勢，右手向下沉低，如「過渡式圖」。
再全身向右前方躍進以成騎馬式，棍由右手向下繞右轉左成一圈形而復收於腰部，如「定式圖」。

按：
上路之走馬纏槍是跳後者，此式則反而跳前。上路是棍由前轉後成一圈者，此式則是由後轉前繞成一圈者。完全相反也。

功用：
是用以纏繞對方之槍使彼無法突入者，稍有機會即用撞浪法攻入矣。

第十三式 黃龍撞浪

說明：
循上式，原步向右方盡力標前仍為騎馬式，右手棍向右前方伸盡衝出，如「定式圖」。

功用：
與上路第四十七式同

第十四式 走馬纏槍

說明／功用：
與第十二式同

第十五式 黃龍撞浪

說明／功用：
與第十三式同

第十六式 走馬纏槍

說明／功用：
與第十二式同

第十七式 黃龍撞浪

說明／功用：
與第十三式同

第十八式 展旗劈殺

說明：

循上式，左右腳不變原來位置，祇化為向後之左登山式，右手離棍，左單手持棍**搬**（**撤？**）過左後方，如「過渡式甲圖」。

右腳追前一步，右手仍為掌，左手持棍轉過後方，如「過渡式乙圖」。

成右登山式，右手握回棍之原處，由面前劈落，如「定式圖」。

功用：

與第六式同，祇左右手及方向略異耳

第十九式 左路劈殺

說明：

循上式，先探右手往前棍端盡處，再進左腳成登山式，左手棍由後往前直劈而下，如「定式圖」。

功用：

與第六式略同

第二十式 偷步斜舉

說明：

循上式，先將左腳自前往後偷返以成偷步之勢，棍由面前斜斜舉起，如「定式圖」。

功用：

彼以械偷擊我左方，我趁勢將棍斜舉俾攔消來勢

第二十一式 崩打一棒

說明：

循上式，先循轉身，棍隨而轉過左方，再由轉身之勢變為右仆腿法，左手離開棍，右手用力向前劈落於地，如「定式圖」。

功用：

彼械為遮去後疾再刺來一着，我先仆腿卸退之，再施以猛劈之一着使無能再有反抗之力也。

第二十二式 蹤步卧虎

說明：

循上式，先退右腳，左手握回原處，如「過渡式甲圖」。

原棍不動，拉起左腳以便作小跳，如「過渡式乙圖」。

再往後方跳仆左腿，全棍隨身仆下，如「定式圖」。

Application:

我既崩殺來械，彼漏過我劈殺，且隨而由下疾發一着刺來，因此我乃返身疾走以仆去之。

第二十三式 登山鎖喉

Posture 72: MOUNTAIN-CLIMBING STANCE, THRUST TO THE THROAT

說明：

循上式，由左仆腿化作左登山式，棍自地面起向前直標而去，如「定式圖」。

功用：

與第五式大致相同，祇方向之別耳。

第廿四式 背棍撞鐘

說明：

循上式，先提起右腳，以向面前，右手將棍往後拉，如「過渡式甲圖」。

再原步不變，右手探前，左手收於右腋部，如「過渡式乙圖」。

再落下右腳以成右登山式，右手將棍往後收於背部，左手離棍化拳向前衝出，如「定式圖」。

功用：

與上路第四十八式同

第廿五式 救弟團圓

說明：

循上式，先左腳拍前以成立正之狀，左手握回棍之上段，如「過渡式圖」。

再左手不動，右手向外舉起，如「過渡式乙圖」。

再左手在上，右手在下，棍端着地，如「過渡式丙圖」。

再右手離棍，化掌從下繞上橫架於頭上，如「定式圖」。

功用：

與上路第四十九式同，端（？）亦全棍已完之收式