

清·紀鑑

貫虱心傳

昭代叢書



昭代叢書丙集卷三十九

歙縣 張 潮 山來同輯  
漸 進也

吳江 沈楸惠 翠嶺 校

貫虱心傳

錢塘紀 鑑高山著

十要

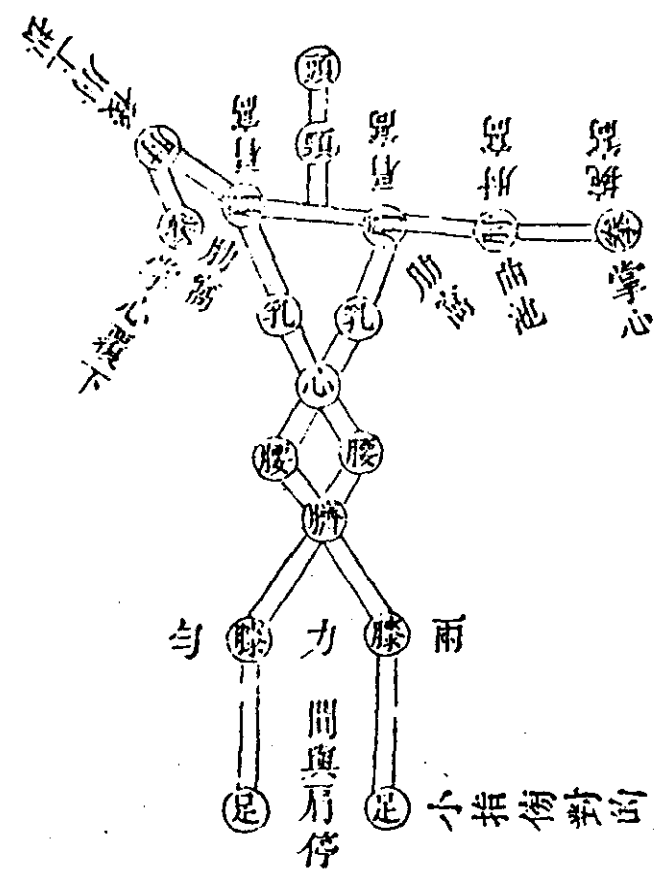
一備法 二振氣 三安和 四定位

五志毅 六審固 七忘形 八力齊

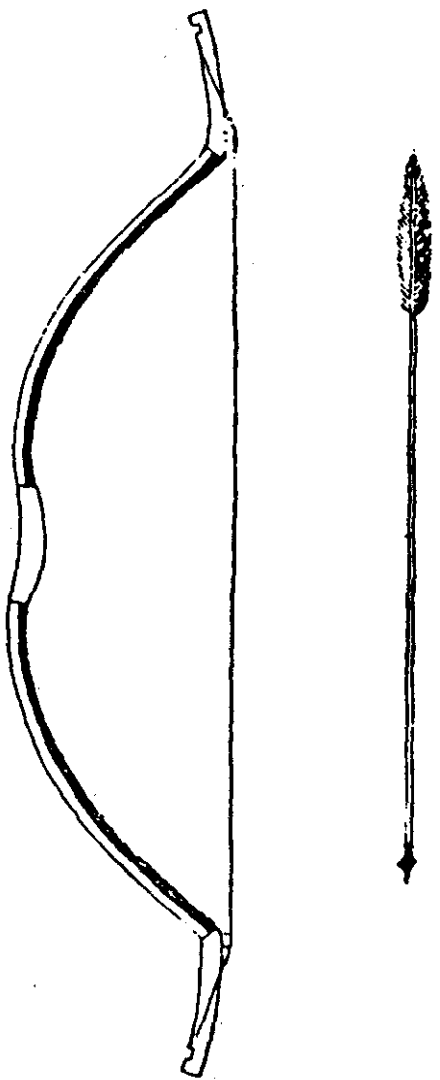
九神往 十洞微

昭代叢書 丙集 貫虱心傳 卷三十九 一 世楷堂 藏板

勁節圖



弓矢圖



昭代叢書

丙集

貫虱心傳  
卷三十九

二

世楷堂  
藏板

弓矢篇

凡射之道弓矢須精弓矢弗調雖羿弗能箭重弓軟  
難以致遠箭弱弓強發矢必狂弦促不發弦慢無力  
太粗則木細則不實我力欺弓勁節無從弓力欺我  
神何以充矢長臂短安能引滿弓短臂長志毅弗遑  
矢稱臂弓稱力臂弓矢既調然後言射

法曰弓矢不調雖羿不能以必中弓須六材良三  
合稱六材良者木角筋膠絲漆俱美也三合稱者  
木角筋三勻也又須胎直筋舒角正整膠乾透乃

張而調之勿敲斜走滾弣弣齊來者爲良其短長  
強弱稱己臂力用之宜焙張得法弛置整平凡弦  
太長則慢而無力短則不發箭粗則木而不靈細  
則弱而不久絲爲上鹿皮弦次之牛皮則不堪用  
矣凡矢幹以人之臂定短長法以箭扣平心窩橫  
伸直臂使食指尖與幹齊無過不及爲宜若過短  
鏃已上指而弓未入殼過長弓已入殼而鏃不及  
上指幹毋頭大尾小此輕彼重其扣不緊蕩其翎  
必整固輕重須以弓相稱亦須安置得宜毋使其

昭代叢書

丙集

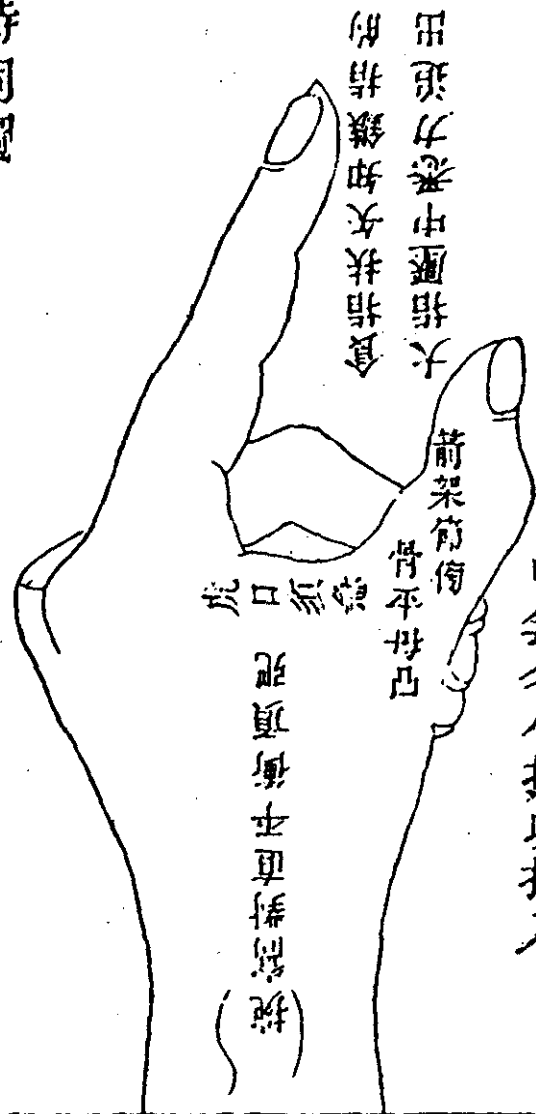
貫虱心傳  
卷三十九

三

世楷堂  
藏板

曲也

中無名小握卵捺入



持固圖

昭代叢書

丙集

貫虱心傳 卷三十九

四

世楷堂 藏板

持固篇

持弓之訣虎口須急平衡頂弭挽窩對直中無名小  
 握卵捺入大指壓中悉力追出箭架節傍骨平母凸  
 食指扶矢知鏃指的

持弓之手須虎口衝急頂弭平對挽窩正直勿偏  
 其小指無名指中指一如握卵狀并力捺入大指  
 壓中指上悉力追出三指入而大指出則虎口自  
 急矣將箭架大指節傍上節骨平則無掃翎之病  
 以食指伸出點鏃指的此謂知鏃上指蓋目神凝

於幹而著於的無暇視鏃故以指知鏃乃不亂神  
法曰鏃不上指必無中理指不知鏃同於無目

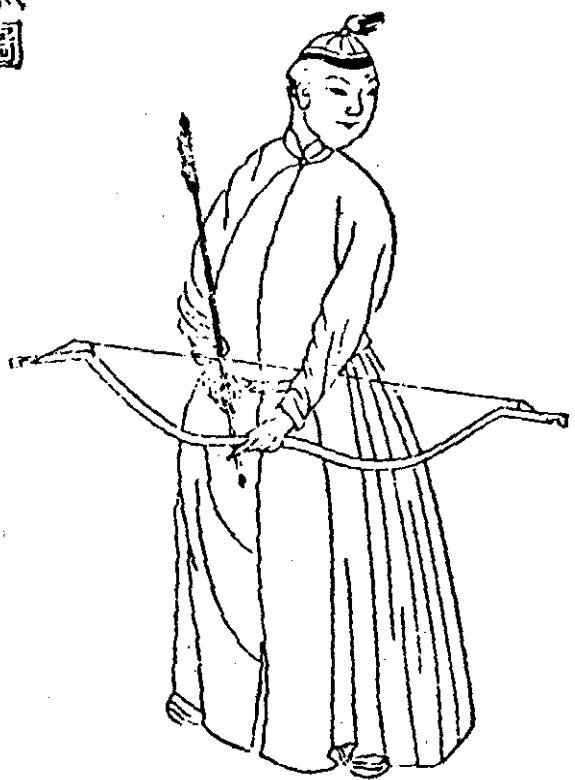
昭代叢書

丙集

貫虱心傳  
卷三十九

五

世楷堂  
藏板



正己養氣圖

正己養氣篇

立身之法狀似蹲鷹勿挺勿曲雙膝力勻不丁不八  
兩足整平間尺有咫務與肩停前小指傍對的中心  
隨方正已養氣凝神

立身須不丁不八均齊平整以前脚小指傍對的  
後脚依前而立少退落半足中相間與肩潤等之  
約尺有咫兩膝勿挺勿曲力勻如一而氣貫勿弛  
則無凸醫之病昂然直立側目注的狀如蹲鷹左  
顧則無傷引之疵須養其氣而凝其神內志正而

昭代叢書

丙集

貫風心傳  
卷三十九

六

世楷堂  
藏板

外體直也

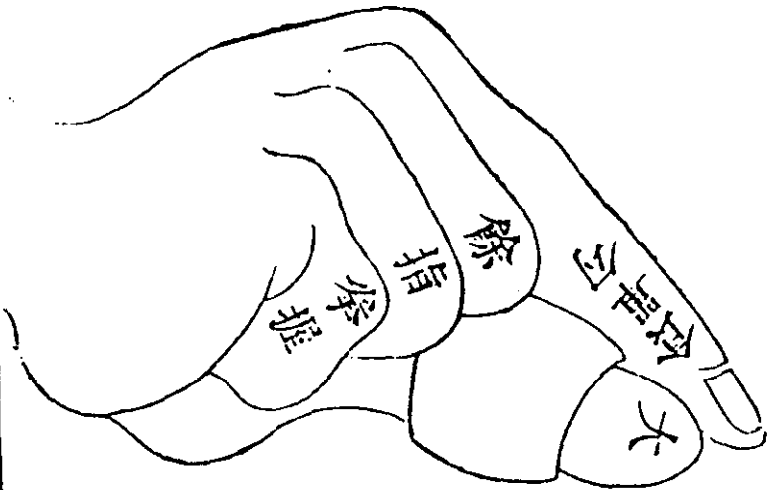
內省措宜篇

搭矢之方橫弓少腹右手縷箭三寸近鏃交納于左  
食指銜屬舒弓抽矢隨矢而復雙合扣之扣急勿胸  
大食單勾餘指拳握豎挽扭絃展弓向鵠內省措宜  
專心注目

左手持弓橫按小腹間右手縷箭近鏃三寸許交  
納於左手大指節傍左手食指銜住臂伸而復屈  
合右手入扣以意度其平衡勿以眼看扣扣急以

大指指機控弦附中指傍將食指搭大指上須一  
 直傷矢不可太過則箭出不搖尾矣將中指無名  
 指小指緊拳指掌心豎挽令平掌心覆下高提肘  
 而挽之此名單勾發機最靈之法也

豎挽扭弦圖







志毅圖

昭代叢書

丙集

貫虱心傳  
卷三十九

八

世楷堂  
藏板

志毅篇

開弓之要敬爾威儀心平體正表裏咸宜膝勻腋矧  
腹鼓臍垂如鵬展翼將翔未飛自下雙分後肘上提  
肩臂緩轉四窩對之志毅審固知鏃爲期

開弓要氣固丹田收矧腋膀從容不迫雙手齊分  
從懷中推出後肘高提如拔虎尾前肩臂緩轉而  
四窩骨節環鎖相對身勢腹鼓而臍垂翩翩然如  
鳥之將翔未飛盛射必心平體正心平者謂心氣  
和平而無動容作色也體正者謂四體周正上下

左右前後端好也

昭代叢書

丙集

貫風心傳  
卷三十九

九

世楷堂  
藏板



從容中道圖

從容中道篇

發矢之巧機節在肋肋轉臂隨前擎後孽孽機內扭  
擎節外決以神主之五心齊力背緊胃開乳垂頸直  
肘高臂挺外內合一自然而然而母過不及從容中道  
是能破的

引弓已入彀食指已知鏃箭母礙於項弦母礙於  
腹乃更凝神審固箭在弓右視在弓左箭在於手  
視在於的審箭與的神情相接乃從而擎孽孽者  
挺前肋臂肘挽至虎口勁向外握也孽者拔後肘

昭代叢書

丙集

貫虱心傳  
卷三十九

十

世楷堂  
藏板

挽至掌指勁向內扭也其法全體相應不分先後  
自足而膝而腹而腰而肋而胃而肩而臂而肘而  
挽而虎口拳指一齊進力到的則自然胃骨開頭  
頸直雙乳垂後肘高而五心齊力五心齊力者謂  
心與左右手足心一齊進力也如一有不合則不  
中道矣

勿怠篇

初學之際輕弓虛張習其容止四體周方漸以重弓  
引滿日長久久勿怠臂力自強

法曰莫患弓軟服當自遠莫患力羸引之自脛凡  
初學時用軟弓張而調之以習容止容止者心平  
體正也待臂力穩四體安漸以勁弓加引之引既  
久臂力強然後稱已力而製弓矢

反求篇

射不命中必有所以學不專心諸病自起節傷掃翎  
指骨弗平窩對打袖轉臂失候箭發搖出食指太逼  
箭虛不實是未擊準外不合內四窩不對用巧不著  
四窩不合弓開不定乃心不靜箭出匆忙乃心徬徨

昭代叢書

丙集

貫虱心傳  
卷三十九

二

世楷堂  
藏板

曲腰凸髻膝力不勻仰面垂頰頭頸不直頭頸不直  
胃腔不出胃腔不出腰臍無力聳肩縮頤氣不固臍  
雙分不來弓弗懷開六失其五擊不垂乳垂乳無節  
是才挺肋十失其九擊不扭手扭手肘低後肋不提  
射不入鐵五心不一改之如斯就驗如彼其有不合  
反求諸已得心應手久而成矣貫虱穿楊不出乎此  
射也者正已而後發也發而不中反求諸已欲得  
命中先須去病必審其病在何處即當改過去其  
不善而盡其善則未發得中而發得和矣即位育

之道也如弓箭在手慎毋苟發務使其弓箭與身  
勢手足心眼氣力精神歸於一貫久久純熟自然  
心手相忘但以己之力神破的而并不知有弓箭  
也如此則隨心所欲而不踰矩矣