

蒋江文 著

夺刀八式

——太祖拳徒手制暴术

北京体育大学出版社

蒋江文 著

夺刀八式

——太祖拳徒手制暴术

北京体育大学出版社



策划编辑：秦德斌
责任编辑：秦德斌
审稿编辑：苏丽敏
责任校对：成昱臻
责任印制：陈 莎

图书在版编目（CIP）数据

夺刀八式 / 蒋江文著 -- 北京：北京体育大学出版社，2015.3
ISBN 978 - 7 - 5644 - 1877 - 9

I. ①夺… II. ①蒋… III. 拳术 - 中国 IV. ① G852.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 060958 号

夺刀八式

蒋江文 著

出 版：北京体育大学出版社
地 址：北京市海淀区中关村北大街信息路 48 号
邮 编：100084
发行部：010-62989320
邮购部：北京体育大学读者服务部 010-62989432
印 刷：北京昌联印刷有限公司
开 本：787 × 960 mm 1/16
印 张：8.5
字 数：200 千字
印 数：6000 册
版 次：2015 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
定 价：36.00 元

（本书因装订质量不合格本社发行部负责调换）

践行崇高的可喜成果

——序《夺刀八式》

拜读江文友的《夺刀八式》书稿，不仅欣喜，而且感动。故江文嘱我作序时，虽是外行，也未推辞。

首先，是江文的真情实感感动了我。三年前在国家图书馆学津大讲堂《走进崇高》讲座中认识他时，就给我留下了十分真诚的印象。此后，共同参加了走进崇高先遣团植树绿化、集会、座谈及他组织的太祖拳研究会有关活动，他总是真情待人，实在做事，体现出一个协会负责人善于大处着眼、率先垂范的风度。在2014年3月发生于昆明火车站的暴徒砍杀无辜群众事件之后的一次面晤中，他对暴徒及其暴行愤恨不已，说正准备把太祖拳中空手夺白刃的绝技编撰成书，在社会上推广，以应对突发事件，鼓励见义勇为。当时他还谈到，日本侵略者几万个鬼子兵在南京几天内就屠杀同胞30万人，如果青壮年掌握了徒手制暴的本领，也还是可以痛击这些强盗，至少能抵挡一阵，不至于受到这样大的伤害。应该说就是这种历史的教训和今天的责任，促使他打破了“太祖拳七十二把擒拿本领只传本门入室弟子”的观念，不能不说这是

个崇高的义举，也是他真情实感的结晶。

其次，此书的真招实战令人振奋。书中的“夺刀八式”是太祖拳七十二把擒拿的精华。“夺刀”顾名思义，即赤手空拳从有刀人手中夺下刀来，并制服持刀者，是变不利为有利、变劣势为优势、变被动为主动的过程，当然需要勇、智、力、巧的综合本领。“夺刀八式”就是教授学会、增强和提高勇、智、力、巧综合本领的八种方式，即“迎门三撞”“外掰筋”“顺手牵羊”“大盘肘”“单凤卷臂”“右盘花”“左盘花”和“托枪式”。作者对每种方式都是既有文字详述，又有图像演示，还有一招一式的实施说明，图文并茂，情景交融，好看、好懂、好记、好学，从中也能感受到作者认真负责、诲人不倦、率先垂范的情怀。

第三，作者的真才实学令人钦敬。此书虽然名为《夺刀八式》，但书中融汇了社会学、人体学、心理学和物理学等多学科知识，更有占主体位置的兵书战策之武学，无疑是一部武术技艺专科书。诸如“擒拿是武术功法之一，旨在运用杠杆原理与经络学说，并采取反关节技法，集中力量对敌方薄弱部位加以攻击，使其产生生理上无法抗拒的疼痛，达到拿其一处而擒之的效果”一段，不就闪现多种学科吗？当然，作者更注重把多学科的知识用于滋养崇高精神，培育正能量上。其前言、结语多有阐述，故不赘言。

综上所述的“三真三实”，即真情实感、真招实战和真才实学，愚认为是此书的突出特点，同时体现了作者强烈的忧患意识

和责任感。古人讲：“崇高之位，忧重责深也！”此书的编撰出版，是作者践行崇高的体现，同他前不久率队参加第十届北京国际武术邀请赛夺得 27 个奖项一样，是心血汗水的结晶，是践行崇高的重要成果。此书的问世，将催绽更丰硕的崇高之果。藉此，向江文和他所带领的北京武协太祖拳研究会，表示由衷的祝贺！

是为序。

贺茂之

2014 年 9 月 19 日



作者（左）与走进崇高研究院院长贺茂之将军合影

前 言

武术包括由踢、打、摔、拿等动作组成的徒手攻防格斗技术及由劈、刺、撩、挂等动作组成的器械攻防格斗技术。它具有极其广泛的群众基础，是我国人民在长期的社会实践中，不断积累和丰富起来的一项宝贵的文化遗产。

太祖拳是中国武术重要拳种之一，历史悠久，传承清晰。它源于宋太祖训练士卒的遗法真传，并综合士卒在战场上真拼实杀的格斗经验编制而成，在我国北方广为流传。拳法由四路母拳构成，分别为：飞龙拳、飞虎拳、观音拳及太祖拳。太祖拳法讲究实战，攻防格斗，起如风，击如电，前手领，后手追，两手互换一气摧。特点为套路严谨，动作舒展，招式鲜明，步法灵活，刚柔相济，虚实并兼，行拳过步，长打短靠，爆发力强，囚身似猫，抖身如虎，行似游龙，动如闪电。

商士芝，著名武术家，北少林正宗传人，太祖拳传承至清代中晚期的代表性人物。拜河北蓟县盘山北少林景礼禅师为师，尽学其技，精悟少林拳术之奥妙，著有《同备拳谱》《乌龙枪谱》《青

云刀谱》《弹炮腿各十二路》。

李青，商士芝弟子，清宫四品带刀护卫，守神武门，精通太祖拳法，尤其擅长六合枪、穿梭枪。李青一生不遗余力，广收门徒，传播太祖拳。抗日战争期间，其弟子近百人与日寇浴血奋战，保家卫国。

节振国，为李青大弟子，学习太祖拳、一百零八手、传统商派七十二把擒拿、刀枪鞭棍等，是冀东著名的抗日民族英雄。抗日战争期间，他凭借自身过人的武艺奋勇杀敌，彰显太祖拳神威。

刘胜英，1956年拜李青为师，成为关门弟子，学习太祖拳和商派少林武术，尽得李青真传。曾任中国人民解放军第38集团军武术教官、省港搏击冠军张向宏的私人教练，是当今北少林武术的代表性人物。刘胜英在北京传授太祖拳，弟子众多，为传承和弘扬我国传统武术做出了巨大贡献，堪称太祖拳一代宗师。

笔者十四岁拜太祖拳名师刘胜英先生为师，成为首位入室弟子。四十年如一日，练拳不辍，尽得真传，被刘胜英先生指定为太祖拳传承人。多年来，致力于武术的教学和推广，教授的学生已遍及世界各地。

太祖拳历史悠久，传承清晰，并因其系统的理论、独特的招法和精湛的技艺，在我国武术中占有一席之地。太祖拳宗师刘胜英先生曾言，老招古朴，原汁原味。在本书的编写过程中，笔者也尽量保持了招式的完整性与统一性。

空手夺刀，民间又称空手入白刃，是我国传统武术搏击中的一种重要技法，也是自卫防身、应对突发事件的有效手段。在武术中，空手夺刀的本质是擒拿，具有灵活多变、以巧制敌的特点。然而与擒拿相比，空手夺刀的情形是敌方持有凶器，更具有危险性。因此，在实战中我方首先要有足够的勇气和胆识，面对敌方持刀进攻毫不畏惧，果断格挡；其次是施以巧妙的擒拿功法，最终将敌方制服，达到其刀具脱手、束手就擒、危险解除的效果。因此，空手夺刀是一门综合的技能，需要练习者对每招每式进行反复演习，达到本能反应的程度，才能真正学以致用。

七十二把擒拿作为太祖拳中最重要的功法，特点为实战性强，且招法灵活多变，出手便能迅速制服敌人。本书中所介绍的八种夺刀技法，精选自太祖拳七十二把擒拿中的有关招式，实战性强，制敌效果显著，充分体现了我国传统武术的魅力。这八种夺刀技法，各自包含不同的动作和技术要领，互相之间可以灵活切换、配合补充。兵法中强调“伤其十指，不如断其一指”，擒拿中同样运用这一道理，利用人体反关节原理，集中力量攻击敌方薄弱之处，达到擒敌的最佳效果。

笔者精选本门武术中具有代表性的招式，并加以配图，力图详尽介绍每一招式的使用方法及动作要领，以便初学者理解与学习，使其在突发时刻来临时能够灵活有效运用，保证自身安全。

以前，太祖拳七十二把擒拿仅传授于本门入室弟子。然而，

当前社会中突发事件偶有发生，人们的防范意识和应急能力相对薄弱，特别是 2014 年初发生的昆明恶性持刀伤人等事件，众多无辜群众受到伤害，对笔者触动很大。因此应社会各界的要求和期盼，在此将密不外传的七十二把擒拿中相关招式总结成书，供大家研究学习，为社会的稳定与和谐贡献绵薄之力。

本书在编写过程中得到了北京走进崇高研究院院长贺茂之将军的关心和指导，北京走进崇高研究院副院长、北京市政协委员、2014 年度“北京榜样”十大人物廖理纯教授的大力推动，以及社会各界人士的鼓励，谨此表示衷心的感谢。



左起：廖理纯、刘胜英、蒋江文

目 录

- 一、概述 / 1
- 二、迎门三撞 / 9
- 三、外掰筋 / 25
- 四、顺手牵羊 / 39
- 五、大盘肘 / 53
- 六、单凤卷臂 / 67
- 七、右盘花 / 81
- 八、左盘花 / 91
- 九、托枪式 / 101
- 结 语 / 121
- 太祖拳研究会简介 / 124
- 参考文献 / 126

一、概 述

（一）常见刀具的分类与攻击方式

刀具，在生活中随处可见，如水果刀、菜刀等，给人们的生活带来了极大的方便。然而，当它被不法分子利用时，就变身为凶器，给周围群众的生命财产安全带来严重的威胁。下面我们将本书夺刀招式中所涉及的刀具种类，以及攻防方式，进行简要的介绍。

本书所涉及的刀具主要包括短刀、匕首、短斧和菜刀等四种，短刀为单面长刃的刀具（图 1.1）；匕首是指带有刀柄、刀格和血槽，刀尖角度小于 60 度的双刃或多刃刀具（图 1.2）；短斧一般为金属砍削类工具，攻击力度强、范围大（图 1.3）；菜刀属于短柄、单刃的刀具（图 1.4）。



图1.1



图1.2



图1.3



图1.4

握刀方式主要有两种：一是正握，手持刀柄，刀尖沿虎口方向伸出（图 1.5），一般用于平刺、劈砍等进攻方式；二是反握，手持刀柄，刀尖位于小臂下方（图 1.6），一般用于斜向劈刺等进攻方式。



图1.5 正握刀

（一般用于平刺、劈砍等进攻方式）



图1.6 反握刀

（一般用于斜向劈刺等进攻方式）

持刀进攻方式有很多种，下面以右手持刀为例，简要介绍其截击格挡方式。

平 刺：采用正握刀方式，可以为短刀或匕首。敌方持刀进攻时上右步，同时向前平刺，刀尖指向我方腹部。这种进攻方法适用于进攻腹部及以下部位，易于发力。我方防守时，一般采用双手搭腕交叉或单手截击格挡敌方持刀手腕关节处，将刀挡在身体外侧（图 1.7、图 1.8）。



图1.7 平刺及截击格挡方法

（截击格挡平刺的方法是我方斜向下阻格敌方手腕关节，将刀挡在身体外侧）



图1.8 平刺及截击格挡局部图

劈 刺：采用反握刀方式，可以为短刀或匕首。敌方持刀进攻时上右步，挥臂从上向下发力，刀尖指向进攻部位。这种进攻方法适用于进攻胸部及以上部位，如肩部、颈部甚至头部等要害部位。我方防守时，一般采用双手搭腕交叉或单手向上截击格挡敌方持刀手腕关节处，将刀挡在身体外侧（图 1.9、图 1.10）。

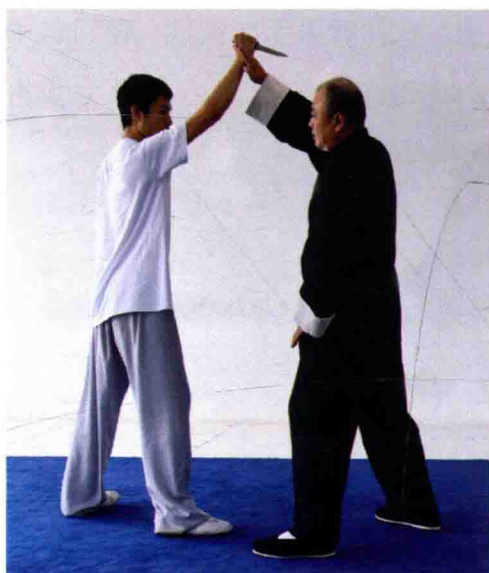


图1.9 劈刺及截击格挡方法

（截击格挡劈刺的方法是我方向上阻格敌方手腕关节处，将刀挡在身体外侧）



图1.10 劈刺及截击格挡局部图

立劈：采用正握刀方式，一般为短斧或菜刀。敌方持刀进攻时上右步，挥臂从上向下劈，一般采取刀刃向下的方式进行攻击。这种进攻方法适用于进攻胸部及以上部位，如肩部、颈部甚至头部等要害部位。我方防守时，一般采用双手搭腕交叉或单手向上截击格挡敌方持刀手腕关节处，将刀挡在身体外侧（图 1.11、图 1.12）。



图1.11 立劈及截击格挡方法

（截击格挡立劈的方法是我方向上阻格敌方手腕关节处，将短斧挡在身体外侧）



图1.12 立劈及截击格挡局部图

横向劈斩：采用正握刀方式，一般为短斧或菜刀。敌方持刀进攻时上右步，挥臂从身体右侧向左劈斩。这种进攻方法适用于进攻胸部及以上部位，如胸部、颈部甚至头部等要害部位。横向劈斩时，敌方可通过伸直手臂使进攻范围大大增加。我方防守时一般采用上步侧身，并用双手截击格挡敌方持刀手腕关节与肘关节处，将刀挡在身体外侧（图 1.13、图 1.14）。



图1.13 横向劈斩及截击格挡方法

（截击格挡横向劈斩的方法是我方上步侧身，并用双手阻格敌方手腕关节与肘关节，将刀挡在身体外侧）



图1.14 横向劈斩及截击格挡局部图