

中华传统武术经典丛书

子母绵掌

全书

郭富强 著

中山大学出版社

中华专充式之经典丛书

子母绵孝

全书

郭富强

中山大学出版社

· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

子母绵掌全书/郭富强著. —广州: 中山大学出版社, 2011. 7
(中华传统武术经典丛书/郝心莲主编)
ISBN 978 - 7 - 306 - 03935 - 4

I. 子… II. 郭… III. ①形意拳—套路 (武术)—基本知识
IV. G852. 14

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 129896 号

出版人: 祁 军

策划编辑: 丁 俭

责任编辑: 丁 俭

封面设计: 贾 萌

责任校对: 丁 俭

责任技编: 何雅涛

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020 - 84111996, 84111997, 84113349, 84110779

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传 真: 020 - 84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn>

E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 广州中大印刷有限公司

规 格: 880mm × 1230mm 1/32 7.5 印张 200 千字

版次印次: 2011 年 7 月第 1 版 2011 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 1~5000 册 定 价: 28.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

賀郭富強先生大作

子女常蒙面在

武術源於中國
屬於世界

徐才
二〇二二年五月

徐才，国家体委原副主任，中国武术研究院院长，亚洲武术联合会主席，中国武术协会主席

敬賀郭富強先生



子母綿掌出版

富國富民民為根本

情繫文武

強身強心心領神會

不忘拳掌

昌滄東京華武界

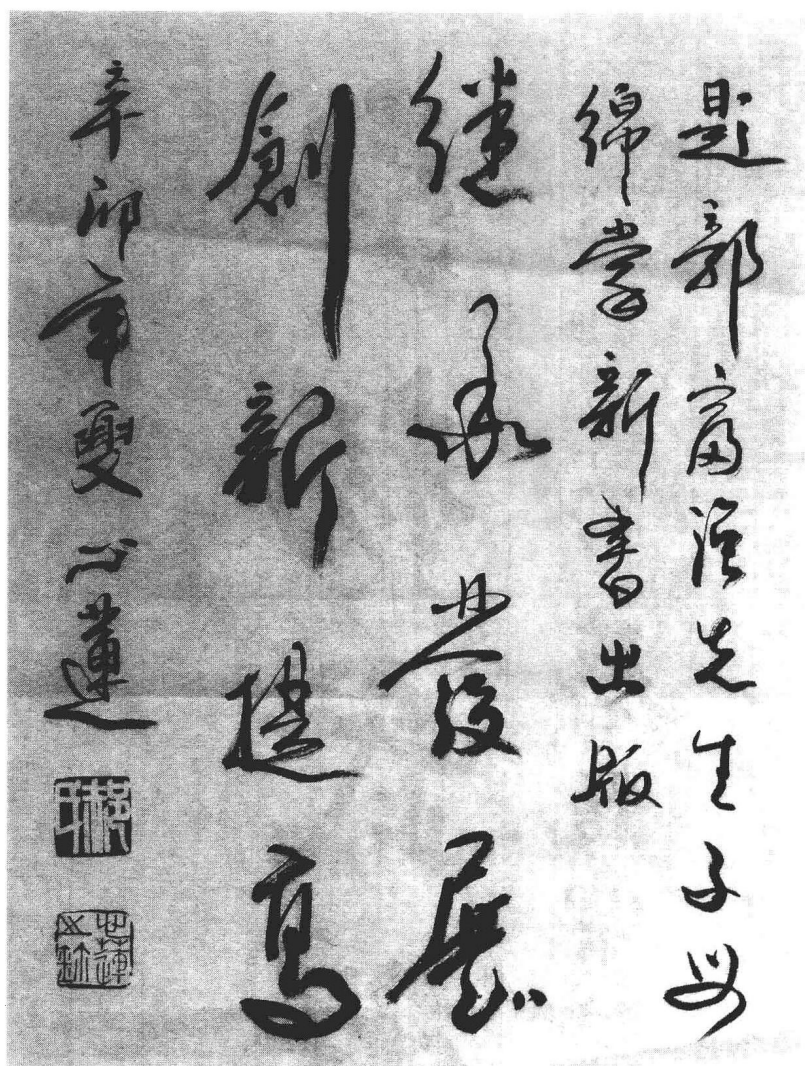


昌滄，《中华武术》第一任主编、编审

弘揚
武術

蔡龍雲





郝心莲，博士、研究员，中国武术九段，世界华人艺术联合会主席，国防武术联盟总会副会长，中国书画学会副主席，甘肃省武术协会主席

盤
新官強是子母綿李一云出版

中華功夫 文化明珠

古今傳承 益盡全球

丙子年二〇二二年



古灵武术家——李起雨



李起雨与郭富强



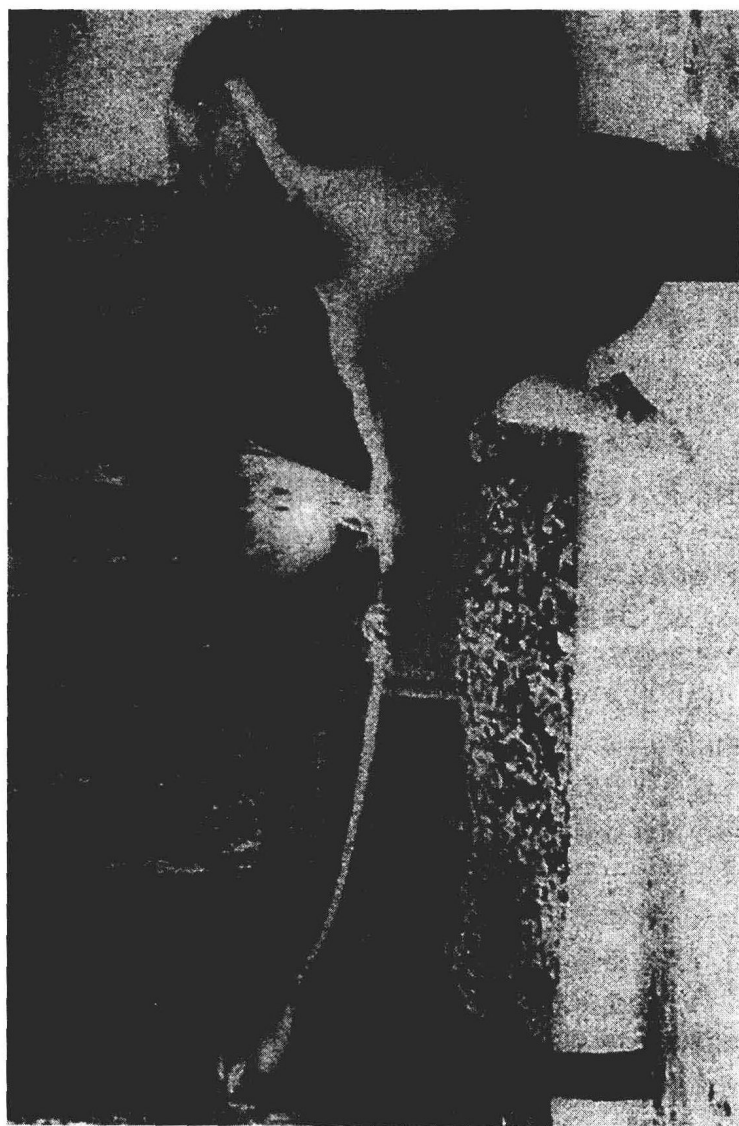
李起雨与弟子郭富强



作者与名师交流



作者习武



作者习武

中华传统武术经典丛书总序

中华武术历史悠久、源远流长、内容丰富、博大精深，是华夏传统文化中的一颗璀璨明珠。在历史的长河中，武术以其顽强的生命力茁壮成长，发挥着应有的作用，深深地扎根于人民群众之中。经过不断的传播、完善，它已发展成具有多种功能的体育运动项目，受到我国人民和世界人民的喜爱。

随着时代的进步，特别是经过改革开放的洗礼，中华武术正以崭新的面貌和独有风采盛行于神州大地，并以神秘而又坦荡、雄健而又优美的英姿健步走向世界，造福于人类，成为世界文化不可缺少的组成部分。

为适应中华武术蓬勃发展的新形势，对传统武术进行全方位深层次的继承、消化、研究、创新、发展、提高，使这一古老的文化遗产免遭湮没和失传，是当前摆在武林广大有识之士面前的历史使命。广州中山大学出版社的领导和同仁高瞻远瞩，独具慧眼，充分认识到这一问题的重要性、迫切性，决心出版发行一套反映中华传统武术的系列丛书。他们辗转找到我，介绍了他们的想法，并邀请我出任主编一职，共同策划完成这套丛书的出版发行任务。作为一名多年来从事武术研究、教学、训练的专业工作者，我的第一反应就是：这是一件非常有意义的事，是一项功德无量、利在当代、功在千秋的善举，岂有不接受之理。于是，我欣然接受主编一职，并愿尽最大努力完成这一使命。

该系列丛书定名为“中华传统武术经典丛书”，旨在将流传于社会和民间的古老、稀有、罕见、濒临失传的优秀拳种，以及拳械套路、拳谱资料、理论研究等挖掘整理成册，系统地出版发行，使之完整地传播开来，发扬光大，以促进传统武术的健康发展。

然而，这是一项浩瀚的系统工程，要完成它并非易事，需要广大的武术工作者、武术爱好者、民间拳师、武术家的关注、支持和参与。我作为该书的主编，在这里衷心地欢迎各位同仁献计献策、齐心协力，共同完成这一十分有意义的使命。

是为序。

郝心莲

2011年5月于鹏城荷月斋

序 言

欣闻郭富强同志《子母绵掌全书》即将付梓，这是一件好事，值得高兴的事。

源远流长、博大精深的中华武术近年得到蓬勃发展，愈来愈受到国内外民众的喜爱，已深深地根植于世界人民心中，并以顽强的生命力茁壮成长，发挥着应有的作用。

子母绵掌是我国优秀的传统武术套路之一，历史悠久。明代戚继光在《纪效新书·拳经捷要篇》中记载：“吕红八下虽刚，未及绵张短打。”戚氏所讲的绵张短打，是否就是子母绵掌，尚无可靠的佐证，但足以证明，在明代该拳就已形成并颇具影响力。子母绵掌又称三胜拳。何谓三胜？即头门不动、二门不行、三门取胜是也。该拳在技击上讲究就势借力、以防带攻、攻防结合、以典求伸、以柔克刚，是一个技击性很强的传统武术套路。郭富强先生自幼习武，勤学苦练，善于钻研，功夫精湛，终于在继承前辈经验的基础上将平生所学辑成《子母绵掌全书》出版。我相信，该书的发行定会在武术界产生积极的影响，对传统武术的继承与发展起到推动作用。

张山^①

2011年5月于京华

^① 张山，中国武术院原副院长，中国政协副主席，中国武术九段。