

趙序

劉金聲先生昔學技山東，來浙六年，門徒遍浙東西。然不以拳技自傲，有暇輒與同道壁研益進，龍文主浙省警察教育行政，深覺警士日與流氓盜匪奮鬪，非擅技擊，無以稱職，每與先生上下議論，求一速成有效之法，先生則以擒拿之說進。蓋吾國拳技求能傷人，畢生習之不易精，而一發則以武犯禁，此大病也。警士爲和平軍人，烏能傷人，求不傷人而可以制人之術，則擒拿尙焉。詔諸生細心講習，亦頗有成效，苟全國主治安者得一編而研求焉，其爲功社會，當非淺鮮，爰刊先生之書，并序其緣起如右。

烏傷趙龍文 民國二十五年三月

序言

近世言武備者，皆注重陸海空軍之各種兵器，而忽視中國固有之國術。自遜清義和團失敗後，人多目之爲拳匪，惡名所播，國術一道，遂更爲人所不齒。於是間有身懷絕技者，愈不願出其所學以問世，馴至遊俠之風一替，病夫之誚遂來，此吾國數十年來所以見侮於外人者也。

東鄰日本自明治維新以來，數十年間躋於世界第一等強國之列，世人多謂其乃善於效法歐西使然，而不知其收效遠在明治維新以前，相習成風之武士道與大和魂之精神也。考武士道之原流，實濫觴於我國。明時有陳元贊者，東渡將拿捧二種國術，各傳授一部份。彼邦人士，努力鍛鍊，珍若拱璧，而其政府復獎掖發揚，易名柔道，積極宣傳，使之普及全國民衆，遂造成今日勇悍善鬪之民族。是以吾人不言救國則已，欲言救國，則非提倡固有之國術，不足以振刷國民萎靡之精神。年來中央雖依照總理遺訓，提倡國術，於中央及各省市設有國術館，然最風行者，除摔角以外，無非少林武當二派中之一種單人運動而已。其中真幹實打妙用，猶未涉其津涯，以致技擊之妙用毫無，卽練過二三十年之人，一旦遇到西洋之巴克性（Boxing）及東洋之柔道，鮮有不失敗者也。考其致此之由，皆因祇取五花八門形式之美觀，缺乏真幹實幹之方法及精神，以致完全失去古人連發七手之真傳。致外人譏我國之國術，爲劇烈式之跳舞，良有以也。古人所練之各種拳術，對打與單練，自首至尾，完全一致，毫無分別，不出手則已，苟

一出手，則連發六七招數，使敵防不勝防，還不能還。所以明代之名將如戚繼光、俞大猷等，皆提倡實幹，反對虛飾，因此得有光榮之歷史。今世科學昌明，各種學術，皆精益求精，日新月異；惟我國術，非但不能日見進步，反將固有之祕法，因古人祕不輕授，以致失傳，殊爲可惜。聲在幼年，即受外祖方成訓先生祕授古人抄本，照圖鍛鍊三年，但尙不知祕傳抄本爲可貴，後經北方名師王子平先生等二十餘人之指教，鍛鍊各種拳術，積二十餘年之經驗，始知此古抄祕本，實爲國術界僅有之真傳，爰特付刊，以供有志於國術者藉資研究焉。是爲序。

著者劉金聲序於浙江省警官學校

二四，五，一。

凡例

一、是術原名曰分筋術，曰黏拿跌法，曰搓骨術，曰擒拿法。今選定名曰擒拿法，共七十二手，古本謂之地斃手，實爲衛國保身之唯一技術，尤適於軍警兩界鍛鍊之用。

一、此編各法，皆詳細立說，編中文字，只取淺近易明，俾使學者一目了然，以期便於練習。

一、此術純屬實用，不尚虛飾，一人單練，決難領悟其奧妙細密之處，故必須二人互相對敵，實行真幹練習時，須要求其確實，使敵一黏卽覺痛苦。切忌用勁太猛，恐有筋斷骨折之虞；但在應用拚命時，則不然。

一、凡我國人及軍警，皆應手此一冊，照圖摩擬，久而久之，自然得心應手，蓋一旦突遇外侮匪患，在火器不接之時，勢必白手相搏，倘能將此術練習純熟，頗足制勝，幸注意之。

一、此術練習純熟，能隨意令人死活，並且隨時可以試驗，決無危險之虞。

一、此術能制敵人死命，或筋斷骨折，或疼痛昏迷，完全失去知覺及抵抗能力。

一、此術於逮捕人犯時，如有不服逮捕，或抗拒捕等行爲，或因特種關係，恐其聲張，可令其暫死片刻，或拿住其一部份，令其身不由己，自行到目的地，再行令其復活，或鬆手放他；但不可超過二小時。

一、此術雖婦女孺質，能將此術練習純熟，亦能制強有力之勁敵。

一、此術運用時，完全尙勁，決不用笨力，因以羅漢功附刊於後，每日鍛鍊，務使體軟如綿，剛柔並濟，養成一種彈性能而帶剛之身體。

一、練此術者，須兼練點拿、摔打、四種合而爲一，卽爲上乘功夫，卽所稱爲截脈客矣。在必要時，可以點拿、摔打並駕齊驅，卽遇千斤力士，亦可操必勝之權。但非下切實功夫，非官至神行膽大心細不爲功。

一、凡人之本性，在互鬪時，三拳兩腳，輒卽扭爲一團。此法練熟以後，遇此正可發揮其效用。學者幸注意之。

一、此術係技擊術中最細密之手法，久經祕而不傳。已至失傳之機祕妙訣，今特提出公開刊訂成書，貢獻於國人，實爲空前之珍本。

一、此編以國人知我國固有之國術爲點、拿、摔、打、起見，今以拿爲正編，點、摔、打三種正在編集中，特此介紹之。

一、編中共有一百七十三圖，因便於練習起見，於複雜之式內，分一、二、三、四等分解動作以別之，但純熟以後，則要一氣貫成，完全是一個勁力。

一、此編中說明以甲乙二人互相對練，若軍警團體練習時，可以前後行之口令練習之。假如甲卽前行，人當如何，乙卽後行，人當如何，餘可類推。

一、此術一旦遇敵務將素日之苦功練習所養成之膽、勁、功、藝，發揮出來，益以冷疾脆快之勁，方能致勝。總而言之，切不可輸膽，膽量一輸，其餘卽不堪言矣。

目錄

第一章	頭部拿法	一
第一節	前抓髮甲	一
第二節	前抓髮乙	二
第三節	後抓髮	二
第四節	端燈	三
第五節	抓臉	四
第六節	摘盔	五
第七節	捕鼠	七
第八節	按頭斷頸	七
第九節	按天鼓	九
第二章	頸部拿法	一〇

第一節	捏膝	一〇
第二節	前挾膊	一一
第三節	後挾膊	一二
第四節	前鎖喉	一三
第五節	後鎖喉	一三
第六節	別手封喉	一四
第七節	勒頸斷臂	一五
第八節	交頸	一六

第三章 肩部拿法 一八

第一節	蹈肩卸臂	一八
第二節	扣肘	一九
第三節	抓肩	二〇
第四節	抱肘	二一

第五節 別翅.....二二

第六節 挾臂脫肩.....二四

第四章 胸肋背部拿法.....一五

第一節 後托肘.....二五

第二節 撥肘.....二六

第三節 轉身斷腕.....二七

第四節 臥蹄.....二八

第五節 摧肘.....二九

第六節 頂腕.....三〇

第七節 接腕.....三〇

第八節 反托肘.....三一

第五章 腰腹部拿法.....三二

第一節 前弼肘.....三三

第二節 後弼肘.....三四

第三節 頂腕.....三五

第四節 端肘.....三六

第五節 拷肘.....三七

第六節 勒腕.....三八

第七節 斷腰.....三九

第八節 挾腰.....四〇

第六章 臂腕部拿法.....四一

第一節 小纏絲.....四一

第二節 雙纏絲.....四二

第三節 大纏絲.....四三

第四節 曲肘斷臂.....四六

第五節 拷籃.....四七

第六節	縛虎	四九
第七節	滾肘	五一
第八節	掣翅	五三
第九節	撕翅	五五
第十節	抗肘	五六
第十一節	捲拳	五七
第十二節	捋腕	五八
第十三節	挾衫	五九
第十四節	扣拳	六〇
第十五節	撐肘斷腕	六一
第十六節	別肘	六二
第十七節	提肘	六三
第十八節	壓肘	六三
第十九節	彌接肘	六四

第二十節 挾肘·····	六五
--------------	----

第二十一節 跨馬·····	六五
---------------	----

第二十二節 分臂·····	六六
---------------	----

第二十三節 勒肘·····	六七
---------------	----

第七章 手指部·····	六八
--------------	----

第一節 挑麻筋·····	六八
--------------	----

第二節 推指·····	七〇
-------------	----

第三節 捲指·····	七一
-------------	----

第四節 牽羊·····	七一
-------------	----

第五節 分指·····	七二
-------------	----

第八章 陰腿脚部·····	七四
---------------	----

第一節 抓陰·····	七四
-------------	----

第二節	斷腿		七五
第三節	坐腿		七五
第四節	蹬腿		七六
第五節	斷足		七七

擒拿法

第一章 頭部拿法

此章因古人皆有頭髮，故有抓髮等節。於今世紀，無髮可抓，似不適用。因古抄祕本，有此數式，故特誌之，幸習者注意焉。

第一節

此勢係敵迎面將頭髮抓住時用此法拿之。

說明

甲（乙）已被乙（甲）用右（左）手迎面將頭髮抓住，卽速以雙手將其抓來之手扣緊，用勁向後拉，身體與頭同時向後仰，務將其胳膊拉直而手腕微灣時，復猛向前一伏，頭與手一齊用勁。

第一章 頭部拿法

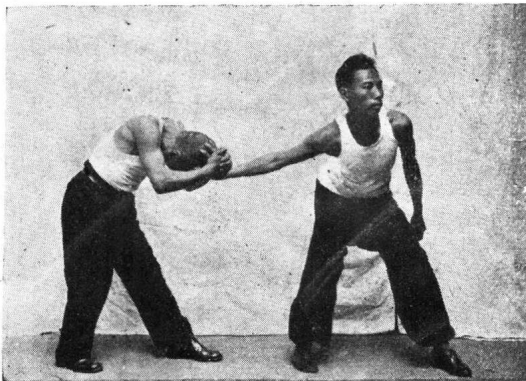


圖 一 第
甲 髮 抓 前

向右（左）後拉，而向下冷切其外腕一寸，則其腕必斷矣。如第一圖。

第二節

此勢係敵與前抓髮甲式同樣抓來，亦可用此勢拿之。

說明

甲（乙）已被乙（甲）如前式將頭髮抓住，即以右（左）手扣住其抓來之手，以中指插其手心內，同時以左（右）手抓住其外腕二三寸，身體與頭向後仰，而帶拉勁。務將其胳膊拉直，手腕微彎時，復向前一合，同時左（右）步向前踏一步。用左（右）肘由上向前向下壓。務以冷疾脆快之勁一發，則其腕必斷矣。如第二圖。

第三節

此勢係敵由身後將頭髮抓住，即用此法拿之。



圖 二 第
乙 髮 抓 前

說明

甲（乙）已被乙（甲）由身後以右（左）手將頭髮抓住，甲（乙）速以右（左）手向後反扣住其抓來之手，用勁向右（左）拉，同時身體隨之向右（左）後轉，以左（右）手由下向上托其肘尖，身體向右（左）傾頭向後仰，左（右）手以冷疾勁向上托，務使其腳躋身挺，只待肘斷為合法。如第三圖。



圖 三 第 後
髮 抓

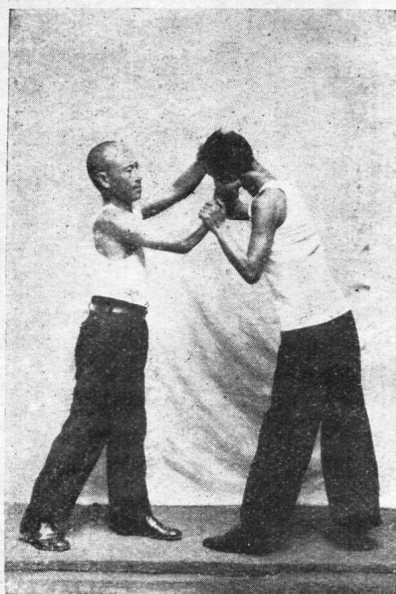
第四節

此勢乘敵在站立坐臥間，皆可就式擒之。

說明

甲（乙）用右（左）手大食兩指抓住乙（甲）之左（右）耳墜，以中指用勁向其腮後耳下高骨以上之麻筋處向裏插而向上挑，同時左（右）手抓住

圖 四 第 端
燈



其頭頂左（右）部太陽穴以上，用勁向左（右）向下按，雙手上一齊用勁。務使其全身之神經麻木因而昏迷爲合法。如第四圖。此勢非經過長久的鍛鍊手指有勁官至神行，難以奏效。

第五節

此勢係敵欲擊或抓我前部，可用此式擒之。

說明

乙（甲）出右（左）手向甲（乙）當胸抓來，甲（乙）速以左（右）手將其抓來之手順勢向懷內一吞。身體微向後微，胸向後縮，將其手扣住，同時以右（左）手向其曲尺穴處用冷勁一撲，使其肘灣，身體接近，突以右（左）手反上，以大拇指搭其鼻樑骨之右（左）。餘四指扣入其左（右）耳下高骨之麻筋處，用勁向裏抓緊。務使其全身麻木不能動轉，手腳想舉不得爲合法。如第五圖。此勢亦非官至神行冷疾脆快不可。



第五圖
抓臉

第六節

此勢係敵以雙手擰我頭時，用此法解而拿之。

說明

甲（乙）以右（左）手抓住乙（甲）頂後之頭髮，同時以左（右）手推其左（右）下頰。以右（左）肘曲貼於其胸部腋下向外頂，手向下向裏拉，左（右）手向外向上推。以身體右（左）部貼緊左（右）部。務將其左（右）手擠於身後，使其不能向前，防其撩陰。如第六圖一式。乘上勢乙（甲）見被甲（乙）用摘盔法拿住，乘其全勁未發之際，速以右（左）手向後返，將其抓髮之手扣住，身體向後縮，向下蹲，以左（右）肩向下沉。以轉環勁由上而下再返上，以肩尖閉住其右（左）肘向上頂，身體隨之向右（左）後轉。則其推下頰之手必鬆，右（左）手隨向右（左）向下猛拉。同時肩尖向上頂，身體隨之向上起。務使其肘斷為合法。如第七圖

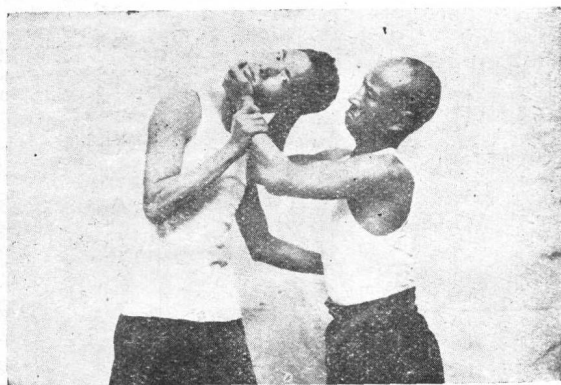


圖 六 第
式 一 盔 摘