

武当秘门技击术

绝技篇



高翔 著
人民体育出版社



武当秘门技击术

绝技篇

高 翔 著

人民体育出版社

(京)新登字 040 号

图书在版编目(CIP)数据

武当秘门技击术——绝技篇/高翔著. —北京: 人民
体育出版社, 2002

ISBN 7-5009-2275-2

I.武… II.高… III.拳术, 武当 IV.G852.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 005495 号

*

人民体育出版社出版发行
中国科学院印刷厂印刷
新华书店经销

*

850 × 1168 32 开本 10.5 印张 75 千字
2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷
印数: 1 ~ 5,100 册

*

ISBN 7 - 5009 - 2275 - 2/G · 2174

定价: 17.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 电挂: 9474

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

自序

中华武术,传统瑰宝,发扬光大,乃为圣事。武当七仙,国拳一脉,自不该守旧藏拙,愿把本门秘学披露当世,诚与同道共研共进。

笔者天性嗜武,因得祖父高金山亲训,起步七仙正轨,得窥此门全貌,虽难追先辈之身手,亦有寸得。即倾尽当年所学,参考古谱,深思慎取,斗胆成书。虽知学疏识浅,然自认乃心血凝聚之真,倘对读者有所微益,则足自慰。

注意,习练者学习本书先要讲武德,技击练习点到为止,最好有老师指导保护,以免受伤。

其间,幸得人民体育出版社赵新华老师多方指导,并由月光银梦摄影社李峰和虞城钟声相馆张永良协助拍照,极其感谢。

高翔谨志

目 录

第一章 打法绝招(1)

第一节 重打术(1)

第二节 快打术(38)

第三节 抓打术(54)

第四节 格打术.....(101)

第五节 闪打术.....(136)

第二章 擒拿绝招.....(181)

第一节 颈颌擒拿术.....(181)

第二节 指腕擒拿术.....(208)

第三节 臂肘擒拿术.....(227)

第四节 肩根擒拿术.....(264)

第五节 腰髋擒拿术.....(283)

第六节 腿膝擒拿术.....(294)

第七节 踝趾擒拿术.....(313)

结束语(327)

第一章 打法绝招

打击法是武术的重要技术，俗称散打，即利用手、脚、肘、膝、头、肩、胯各种劲节，针对脆弱易伤的敌体要害，切合双方搏斗的战势动机，进行准确、快速、强劲的致命攻击。其特性直接明快，精简高效。

打法主要分为两类，一类为主攻术，即重打、抓打、快打等；另一类为反击术，即闪打、格打等。

第一节 重打术

重打指依靠功劲、体力、身材等优势，硬打硬攻，或在其他打法得手的优势下，以重拳(炮捶、圈捶等)、重腿(跺子脚、单飞脚等)，实施重击。一般以后节先出，拗步出形，再打前手(也可先出前手)，这样前后手皆可有大幅蓄势，因而打出巨力，对敌造成重伤害。

一、蹬踩连环腿

1. 双方对峙，各摆门户(图 1-1)。

2. 我见机进步，扑近敌身，同时后腿速出，猛劲蹬击。力在脚掌或脚跟，伤敌膝节、软肋、心窝或阴裆(图 1-2)。



图 1-1



图 1-2

3. 连击不停。另腿即出，顺势跺踢，脚掌平卧，力在脚缘，伤敌诸要(图 1-3)。

蹬腿正身发力，跺腿斜身发力，先正后斜，正好顺劲，借势拧腰转体，动作协调，招法勇猛，力量沉重。



图 1-3

二、蹬扫连环腿

1. 双方对峙，各立门户，准备格斗(图1-4)。

2. 我见机速出后腿，拧腰转体，猛力蹬出，脚掌立起，伤敌要害(图 1-5)。



图 1-4



图 1-5

3. 另腿连出，发大力扫腿，从下向上扫裆或由外向里扫肋等，以求重创敌要。也可扫敌腿膝后，致敌仰跌(图 1-6)。

蹬腿直劲正击，扫腿旋劲侧击，连势一招，相得益彰。



图 1-6

三、蹬踢连环腿

1. 敌我对峙，各立门户，准备格斗(图 1-7)。

2. 我见机速出后腿蹬踢，向敌猛力击去。拧腰转体，发劲甚重(图 1-8)。



图 1-7



图 1-8

3. 遇敌躲避或前击未能重创，另腿连出蹬踢，敌不伤不止。身步配合，夺位增劲。双手提起，佐势暗护(图 1-9)。



图 1-9

四、扫踢连环腿

1. 双方对峙，各立战势(图 1-10)。

2. 我见机速发大力后扫腿，或横扫击肋，或下扫击裆，或低扫摔跌。拧腰转体，全力重击(图 1-11)。



图 1-10

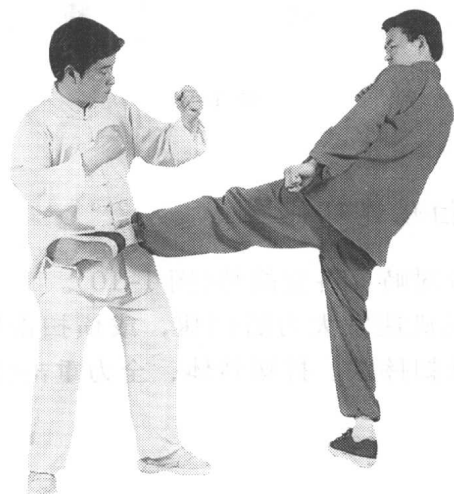


图 1-11

3. 另腿连击，仍出扫腿，强攻不断。或前扫，身形不变；或后扫，转体背身，用脚跟伤敌(图 1-12)。

扫踢连环，纯粹硬劲，大幅重扫，自控要稳，防止出漏。攻击部位、方位，前后要多变，或先低后高，或先上复下等，致其难测难防。



图 1-12

五、扫踢连环腿

1. 双方对峙(图 1-13)。

2. 我见机速出后腿扫击，连脚带腿，合力猛踢(图 1-14)。



图 1-13

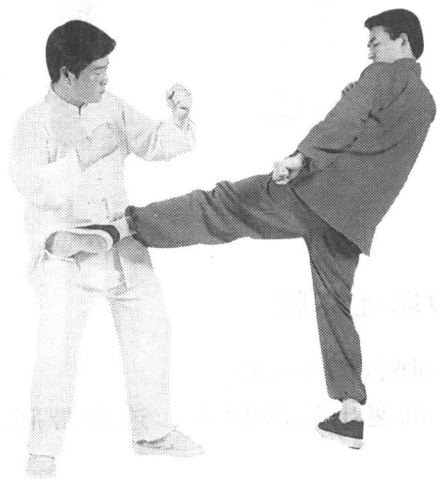


图 1-14

3. 扫腿长击劲重，攻幅很大，再施连踪，极具威胁性(图 1-15)。

遇敌闪躲，则须步法配合。而遇敌截格，战势突变，则必换招，不能连踪，宜出近身短打。



图 1-15

六、蹂蹬连环腿

1. 双方对峙(图 1-16)。

2. 我见机速出后腿蹬子，猛攻而去，拧腰斜身，发出重劲。伤膝关节、伤软肋等等，依形出形，不必拘泥(图 1-17)。



图 1-16



图 1-17