

序

武术，是以套路运动、攻防格斗、养生医体等内容所组成的民族体育项目。三者是有机联系的统一体。其中富有技击特点的攻防格斗内容，在久远而漫长的发展进程中，各个历史时期所出现的形式各有不同。自古至今，把这一部分内容称作为“技击”。同时，又视技击为武术内涵的主体。

当前，武术技击主要表现形式之一的散打，或称散手、手搏，是徒手相搏、相击之技术。武术散打，相传久远。早在春秋战国时期就有了散打的基本形式。在汉代便出现了“散手”的技术术语。近期出土的居延汉简第1304号简有“相错畜，相散手”六个字。经考证，这六个字中的“错畜”即摔，“散手”谓打。1304号简即是史籍上最早出现“散手”术语的文字记载。长期以来，技击散打一直是武术的重要内容之一。套路只是武术的一部分，绝非是武术的全部。有不少传统的拳种原本就没有套路。如二十式通臂就只有趟子而无套路。只是由于热兵器（即枪炮）的广泛应用，才使得武术大量向套路演化。其作用主要归结于便于记载，便于传授。我们并不主张在今天把技击抬到不适当的高度，但是，也绝不能用套路来总揽武术，致使套路成为武术的唯一标志。技击（散打），应当成为武术中一个重要组成部分。

近年来，中国散打运动逐渐开展起来。由于起步时间不长（从1952年天津擂台赛到1982年恢复散打项目，其间整整停顿了30年），自然难免有不完备的地方。有些同志批评我们当前的散打水平不高，缺乏中国武术的特色和风格，往往是“拳击加吧”，或“拳击加跤”，这是有一定道理的。但，这种现象只是一过程。这种过程只要我们因势利导，是会很快改变的。国外的搏击项目，比较注意实战，也积累了不少经验。然而，武术散打应当高于拳击，高于其它搏击。因为中国武术的内容太丰富了，其散手精粹之多是其它任何搏击项目所难以比拟的。从这个意义上讲，中国武术散打在总体上确实具有优势。只要我们真正把武术的技击性东西挖掘出来，并注重对抗性的实战训练，中国武术在搏击性的运动中就能够技高一筹，在世界体坛确立自己的地位，中华武术走向世界的日子也就指日可待了。

孙豹隐同志编著的《武术散打精粹》一书，正是着眼于挖掘、研究、总结、提炼武术中技击性的东西，并基于实用的观点，为弘扬中国武术散打技法，提高我国的散打水平，作了一件甚有意义的工作。

综观《武术散打精粹》，我觉得全书具有以下五个特点：

其一，作者较准确地把握住了博大精深的中国武术技击的主动脉，实事求是而又重点突出地介绍了各门各派中武术散打技法的内容。既主干鲜明，又不失片面。

其二，全书注重实用性，无论是传统招法还是中西合璧的“一百招”，无不是从实战手法中总结提炼出来的实用招法。

其三，《武术散打精粹》一书闪烁着科学性的火花。作者

在介绍传统技法时，坚决摒弃任何神秘、虚玄、迷信的色彩。一招一式，均从科学的角度进行客观的透视。同时，对国外搏击项目的长处，则大胆予以“引进”。这种引进并不是生吞活剥地照搬，而是采用科学的态度，将他人之技法融溶于武术的技法之中。

其四，《武术散打精粹》一书折射出理论的色彩，不仅仅是卷首第一章第一节“论武术散打”具有一定的理论深度，而且全书理论与实践多有结合。武术需要理论，理论研究指导散打实践。在当前武术散打尚缺乏理论研究的情况下，结合实践进行散打理论研讨是十分有益的。

其五，《武术散打精粹》的适应面广。各个方面的人士都可以在其中获取自己所需要的东西。热心于散打运动的人需要它，最广大的一般读者也能够从中撷取到增强自己正当防卫能力的圭臬。

豹隐同志在30年的业余武术活动中，比较注重实战练习和理论研究，写过许多有影响的文章，带过几届陕西省散打集训队，具有一定的实战经验和理论素养。《武术散打精粹》中的不少章节，过去曾在《体育科学》、《中华武术》、《武林》、《精武》、《搏击》、《体育世界》以及新加坡国家级武术刊物《武坛》上发表过，受到了读者的注意和欢迎。今天，《武术散打精粹》的成书出版，无疑将更会得到广大读者的青睐。

马贤达

1988年10月于西安

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>