

少林秘技

——七十二点穴擒拿术

刘玉增 编著

阎夫立 绘图

河南科学技术出版社

PDG

前 言

少林秘技——72点穴、擒拿术，是正宗的少林功夫，属秘技绝招。

点穴、擒拿以点戳击打穴位、要害为主，以擒拿反关节、挫筋卸骨为辅，旨在迅速制服来犯者。以脑为元帅，眼为先锋，头、肩、肘、手、胯、膝、足随之而行，点穴、擒拿因势而发，能去、能就、能刚、能柔、能打、能走。不动如山岳，难知阴阳；无穷如太仓，不可称量；浩渺如四海，无边无缘；炫耀如三光，无隙可乘。审察对手来势之机宜，揣摸敌人进退之短长，该攻则攻，鼓其气勇往直前，该退则退，领其气合身而回。在实战搏斗中，利用人体经脉穴位和要害部位的生理特点，遵循人体力学，身体重心转移法则，根据对手虚实、招术之变化，运用点穴、擒拿招势捉拿对手。起横落顺，滚出滚入，声东击西，指上打下，招势迅捷，以智胜蛮。每招每势非点即擒，佯攻而实退，视退而实进。防中有绝打，打中又寓防，进退成一线，拳打卧牛地。

本书由浅入深，循序渐进，文字简明扼要，图解清晰易懂，招势手法切实好用。为了进一步推动中国功夫的普及，使练功者掌握这门防暴抗邪，祛病延年之技术，现将我近年来在报刊上发表过的点穴、擒拿招术加以汇编，并增补了一些不传之秘招，奉献给武术爱好者和广大群众。

本书在编写过程中，承蒙少林寺第三十世首坐僧素喜老师、名誉方丈德禅大师给予关注和支持，以及诸位同好与弟

目 录

第一章 概述	(1)
一、点穴、擒拿术的沿革.....	(1)
二、身体各部分名称及功用.....	(2)
三、练功者应注意事项.....	(5)
第二章 点穴、擒拿基础知识	(8)
一、经脉穴位.....	(8)
二、关节要害	(41)
三、手足法与架势	(45)
四、点擒十二法	(51)
第三章 点穴、擒拿 72 手	(57)
一、斜劈华山	(57)
二、金刚穿针	(59)
三、十字揣盘	(62)
四、金鸡出笼	(64)
五、上下交攻	(67)
六、拨云见日	(69)
七、扭身断玉	(71)
八、金鸡上架	(74)
九、美女穿梭	(76)
十、乌龙探爪	(78)
十一、张飞拖枪	(80)
十二、老猿洗脸	(83)

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/>