

作者简介



赵大元副教授，八卦掌四代传人，国家武术八段。原中国人民警官大学、公安大学擒敌技术教官，警体系副主任，三级警监。中国体育科学学会武术分会第三届委员会委员，中国武术协会传统武术委员会委员。北京市武协二、三、四、五届委员，第四、五届副秘书长。北京市八卦掌研究会第一、二届秘书长，第三、四届监事会监事。全国各地部分武术馆校、大专

院校武协的名誉主席和顾问。

9岁开始习武，曾习练长拳、罗汉、迷踪、弹腿、太祖等多种拳种，到京后曾从刘铁林习形意拳，从吴图南习太极拳，从张晋学擒拿术，后拜著名武术家李子鸣为师，研习传统武术八卦掌。1979年、1981年代表北京市参加全国传统武术观摩交流大会获银牌，多次在北京市和全国各类比赛中获奖。曾任科教片《八卦掌》编导和武术指导、亚运会大刀团体操副总教练、海南椰子节武警团体操总教练。长年担任各类国际、国内武术比赛和全国及公安系统的散打比赛的仲裁、总裁、副总裁、裁判长等职。多次被评为北京市武术工作先进个人，1985年因教学成绩突出受公安部嘉奖，1984年被评为全国优秀武术辅导员。

长年从事传统武术和军、警实用擒拿格斗技术的教学，曾多次接待各国武术、军警来华团体和外国友人并担任教学工作。多

次赴韩国、德国、意大利、美、英、法等二十余国进行学术交流、讲学和教学。传授实用格斗擒拿技术、缉捕技术、中国传统武术和八卦掌，学生遍及世界各国。

注重传统武术和武术实用技术的学术理论研究，尤其是将传统武术中的实用技术，应用到公安、武警和部队的实用擒拿格斗技术和缉捕技术。参与组织、编审和撰写了公安部、司法部、安全部、武警、部队的警体、擒拿格斗、缉捕技术、查缉战术等统编教材共十册。出版专著《实用擒拿术析解》《中国武术擒拿技巧》《实用格斗术》等十册。并在国外出版了《实用擒拿术析解》英文版，《格斗擒拿术》意大利文版，《云龙技谱》韩文版。发表武术文章五十余篇，论文十余篇。

序 言

武术一道为我国独传之术，而擒拿一术尤为武术之精髓，其理深奥，其术精邃，其法变幻万千。然中华武术门户极深，悉尽私密其术，珍为各家镇山之宝，传世者甚少。很少见著于书，即或有之，亦述之一二，而藏之七八。近年来谈论擒拿者不少，然悉擒拿真谛者，鲜有几人。更有甚者，少有几手盖以为擒拿，虚文以对，而不知擒拿为何，误人，误己。

夫擒拿虽千变万化，亦不过，人身之一动耳。擒于人，其理俱出于人之筋骨、血脉、经络、运动、劲力之妙，当循乎自然，合乎于理。盖理为拳技之本，欲尽擒拿之术，必尽其理。今述之以术而明之以理者，更无见著。

吾已耄耋之年，从武七十余年，尝得窥其一斑，常为此而持叹。今吾徒赵大元从幼习武，又从吾研习八卦掌，尽得吾传。现于中国人民警官大学任教，穷内外两家秘传擒拿之术，集百家之所长，将传统之口诀，融现代之科学，进而阐述擒拿之机理。凡擒拿之千万技，归而统之。纲目相备，理技相合，将秘传之口诀，尽不私藏，图文并勃，毫不饰以虚文，著而示世。使好习者每阅而明其理，习而懂其术；使有志者互为参悟，擒拿之术得以发扬。中华武技后有传人，吾愿足矣。是以为序。

李子鸣

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/>