

心意六合拳的破势连环攻击

作者：王忠海

中国传统实战功夫——心意六合拳的实战风格特点是“欺根拔节，整体破势，硬打硬进，连环多变”。就是一旦开始动手格斗，便会用快速的步法接近对手，同时施以拉拽或冲撞来破坏对方身体的平衡，使其既无法进行有效的防御，也不能进行有力的反击。在对手处于身体重心不稳的状态下，同时配合以手、肘、肩、膝、头、足等各种技法的连环攻击，将对手击溃。

破势与各种技法的攻击必须要同时进行，二者本为一体，不可严格的区分开，有时破势本身即是攻击，有时攻击也有破坏对方身体平衡的效果。总之，按心意六合拳“交手论”秘诀中所述：攻防一体无常势，起落钻翻皆制敌。

下面将“破势连击”进行具体示范：

一、敌我双方相对站立。对方以后手摆拳向我头部打来，我方前脚快速向前迈进一步，同时用左手由内向外抓捋住对方手臂外侧，并用力向左后方拉拽（图1），使其身体瞬间失去平衡，重心不稳，我方右脚以半圆轨迹向前进步，以身体旋转带动右肘由上向斜下方发力击打对方头颈一侧（图2）。上动不停，左手臂屈肘顺势发力由下向上以肘尖部位挑击对方下颌（图3）。

要点：1、左手抓捋对方手臂要准确、有力，并要在抓住同时向后发力拽拉，使对方身体重心不稳。2、以身体的旋转带动右肘发力。

二、敌我双方相对站立（图4）。对方以前手直拳向我方头部打来，我方迅速用前手由外向内拍捋对方打来之手臂，同时以右脚前脚掌发力踢击对方前腿胫骨（图5）。右脚踢后顺势向前迈进落步，同时以身体带动右手由下向上弧线发力，以掌根部位击打对方下颌（图6）。



要点：1、前手拍捋对方攻击手臂与右脚踢击对方前腿胫骨要同时进行。2、右脚踢击时，要以脚掌摩擦地面发力，脚趾尽力上翘。

三、敌我双方相对站立，对方突然向我扑来，用双手抓住我双肩（图7）。我方迅速用双手由内向外反抓住对方双臂内侧并发力下拉，使其身体前倾，重心不稳。同时进步以头部前额部位发力猛击对方面部（图8）。上动不停，双手向上攀住对方脖颈向下拽拉，同时前腿提膝向上发力顶撞对方面部（图9）。上动不停，前腿顺势向前下方踏进落步，以身体催动双手发力将对方扑放出去（图10）。

要点：1、以头部前额撞击对方面部时，要尽量向上，不要撞到其牙齿，以免碰破头部皮肤。2、双手顺势攀其脖颈，要用力夹紧，双手下拉与提膝顶撞要形成合力。

四、敌我双方相对站立，对方用前手直拳向我头部打来，我方迅速进步并同时用后手由上向下拍压对方攻击之手臂（图11）。上动不停，右手顺势旋臂发力以掌心拍击对方面部（图12），继续向前进步，同时右手顺势抓住对方头发（图13），猛然发力向后下方拽拉，使对方身体向后失去平衡（图14），同时以左手栽拳由上向下发力击打对方头部一侧（图15）。

要点：1、右手抓对方头发动作要快、要准，抓住后迅速发力下拉，不可停顿。2、左手栽拳击打与右抓发下拉同时完成。



五、敌我双方相对站立（图16），对方用前手直拳向我头部打来。我方迅速用左手由内向外发力拍挂对方进攻之手臂，后脚同时向前进一步，右手由下向上穿过对方手臂，以钻拳发力击打对方下颌部位（图17）。右手钻拳攻击后顺势向下发力以掌根击打对方裆部要害。左手依旧抓住对方手臂并用力向下拽拉，使其身体重心前倾（图18）。上动不停，右

手攻击后顺势抄起对方大腿（图 19），向上发力将其掀翻（图 20）。

要点：1、左手拍挂、后脚进步、右手钻拳发力应同时完成。2、右手发力击打对方裆部时，左手同时抓住对方手臂下拉，使对方身体不稳，无法防御。

六、敌我双方相对站立（图 21）。我方用前手向下发力劈砸对方前手臂，将其防守间架打开（图 22）。后脚快速向前进步，直插对方双腿之间，带动身体快速前冲，撞击对方，使其重心不稳，失去平衡（图 23）。上动不停，近身后以左手栽拳由下向上猛击对方头部（图 24），接着以双手发力将对方扑放出去（图 25）。

要点：1、后脚进步要快，近身撞击要突然。2、后手栽拳连击要快，要利用身体重心的前倾来加大力量。

七、敌我双方相对站立（图 26），对方以前手直拳向我头部打来。我方迅速潜身闪躲来拳，同时以后脚蹬地发力催动前脚快速进步，带动身体前冲，同时以右前臂向上发力挑击对方出拳手臂后端（图 27），右手顺势向下抓捋对方右臂，同时以左手栽拳向下发力猛击对方头部一侧（图 28）。继续进步，同时以右臂屈肘发力挑击对方下颌（图 29），右手挑肘击打后，顺势向下发力以掌击打对方面部（图 30）。

要点：1、潜身闪躲、近身冲撞、前臂发力上挑要同时完成，动作要快。2、从开始近身到最后一击，整个过程要始终用快速的步法逼近对方，使其不能脱离我方的攻击。

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/>