

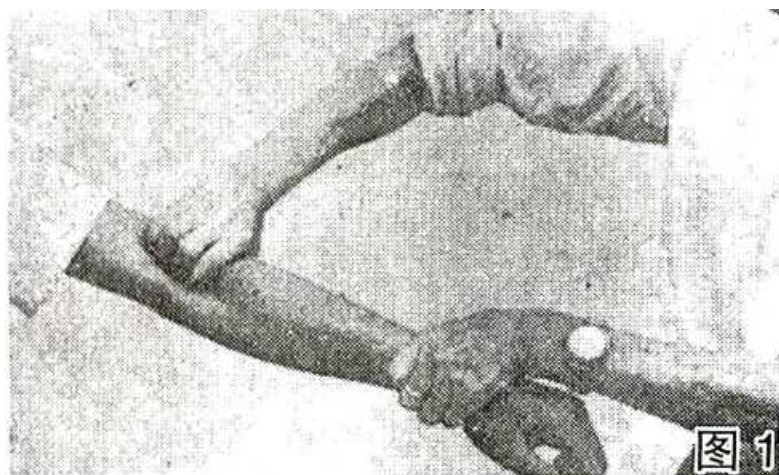
自序

我国拳术，向乏记载，无从考据，至梁代达摩东来，在中岳少室山面壁九年，为僧侣说，教以罗汉拳十八手，使其锻炼身体，是为少林拳术起源，至宋岳武穆，得少林余绪，力御金兵，后以七十二把拿腕手法，更加印点人体三十六要穴之擒法，成一百零八擒拿(即鹰爪连拳之散手)以教士卒，屡创金兵，盖擒拿手法，专擒其穴脉使其疼痛，拿其腕节令其麻痹，以静制胜，以柔克刚，雍容儒雅，行无所事，尽分筋、错骨、点穴，闭气之能事，以应敌制胜，洵技击之冠也。其术全在近身制敌，敌越近越易制胜，运用时尚巧劲，宜迅速、明敌意，知进退，忌笨力。巧妙者，除运自己原有之实力外，更借敌来之力为己用，而藉其力反制敌身之谓，此外对人体之麻筋，关节，及要穴之部位，亦须详加明了，盖麻筋通神经，拿之可使全身或局部麻痹而受制；关节何人肢体之活动，拿之可使肢体失灵而被窘，要穴乃人体要害，拿了非痛则痹，故纯熟此术者，如遇敌时，巧快机警，举手投足之间，随意令人疼痛而伤残，诚我国武术不可随意传授之秘，自卫卫人之至宝也。然得此术者，应本武德至上之旨，出手使敌屈服已足，切忌毒手而获罪咎，此师视世代相传之诫言也。法孟游于斯艺三十余年，足迹历大江南北星粤港澳，以技传人亦不可以数计，晚近以老病隐居长州，闭居无俚，执笔将鹰爪一百零八擒拿术每一法式之主要致用练法动作，邀门人邓剑峰、黄巨、郑增旺、陈勉芝、黄翰芬诸子及小儿刘志良，小女刘莉莉，分别是演式，摄成

图片，由余逐式详细说明，名《鹰爪门一百零八擒拿术》，编印成书，旨在发扬本门武术，使入门者早得捷径，曾学者如遇遗忘时可以检阅温习，所谓“得诀回来好看书”，诸同学研究，可用作课本，此余之深意，非敢云著书立说也，尚希武林名宿，大雅君子，不吝赐教，实厚望焉。

擒拿手法

双手擒拿：此法先用左手阴手四指抓着敌人之左手腕脉穴(图 1)，拇指为辅，中指按其脉穴，此穴为肢体要穴，属晕穴，一被擒住，便觉昏眩，乃再以右手阴手抓其肘拗处，四指拿住其曲池穴，此穴位于肘关节内弯之中央，为肢体要穴，在二十四拿穴中，亦是晕穴，拿着之后，亦是以四指拿着正穴，因左手所擒，与右手所拿皆是晕穴，敌人自然受制矣。



阴阳手擒拿：此式之擒法(图 2)，先用左手阴爪擒其腕脉，敌遂受制，不易活动，自己一占得再发右手，以阴手抓其曲池穴，此穴位于肘关节内弯之中央，即上臂与小臂骨接合之骨缝处，适于拿法，一经拿住，虽不致命，但其晕眩之力甚大，便无法活动矣，且此部位明显易拿，左手即擒其腕脉穴，右手拿之，自然可以信手招来也。

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/>