

<<少林寺拳谱>>

图书基本信息

书名：<<少林寺拳谱>>

13位ISBN编号：9787215063778

10位ISBN编号：7215063771

出版时间：2008-3

出版时间：河南人民出版社

作者：释永信 编

页数：59

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<少林寺拳谱>>

前言

少林寺武术文化博大精深，是世界文化遗产。

少林功夫拳械套路繁多，但都流传有序。

目前存在少林功夫套路练习不统一的问题，给训练和竞赛都造成了一定的困难。

这不排除以讹传讹的过错。

挖掘、整理、统一、规范少林功夫拳械套路是少林寺义不容辞的责任。

我寺组织人员，首先是对僧俗弟子及社会上的老拳师调查访问，对少林寺遗留下来的拳械套路进行挖掘整理。

2002年我寺又组织专业人员成立了少林武术工作室，对少林功夫套路进行专业的整理、统一、规范，为今后的少林功夫教学打下了良好的基础。

这些套路是一千多年来我寺僧人世代演习的套路。

所谓套路就是人们在长期的演习中，逐渐择其确切实用的招势编为定式，以便人们更好地练习。

套路之重要可见一斑。

《少林寺拳谱》将陆续出版少林寺流传下来的传统套路，这些套路是少林寺的真传，可以作为习少林功夫者的标准教材，为今后少林功夫套路竞赛及竞赛规则的制订打下了基础。

新书出版，我祈祷少林功夫造福于人们，人人都有一个强健的体魄。

阿弥陀佛！

<<少林寺拳谱>>

内容概要

少林寺武术文化博大精深，是世界文化遗产。

少林功夫拳械套路繁多，但都流传有序。

《少林寺拳谱》将陆续出版少林寺流传下来的传统套路，这些套路是少林寺的真传，可以作为习少林功夫者的标准教材，为今后少林功夫套路竞赛及竞赛规则的制订打下了基础。

本书介绍的是梅花拳，梅花拳是少林武术中的优秀套路之一。

拳路短小精悍，动作简朴、刚劲、有力，特别适合青少年演练。

据少林寺武僧释德根老师说，梅花拳以往只限于寺院中教授、演练，是秘不外传的。

新中国成立后，释老师担任登封少林武术教练时，始将此技授徒，公诸于世，为继承和发展少林武术作出了应有的贡献。

<<少林寺拳谱>>

章节摘录

Having hopped first leftward on his left leg and then leftward on his right leg, he again hops leftward on his left leg. The instant his feet land, he squats down on his left leg and fully stretches his right leg rightward, with its foot resting on the ground. While doing these moves, he takes his right fist to his waist and, having changed his left fist into a palm, directs it to travel successively down-ward, leftward, upward.

<<少林寺拳谱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>