第一图书网, tushu007.com

<<杨氏太极拳真传>>

图书基本信息

书名：<<杨氏太极拳真传>>

13位ISBN编号：9787810515344

10位ISBN编号：7810515349

出版时间：2011-8

出版时间：北京体育大学出版社

作者：赵斌

页数：209

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

内容概要

杨氏太极拳，经三代研习而定型，今已遍及世界。
本书所述内容，坚持以下三条原则：1、所述拳势，皆依杨澄埔先师晚年定型之架势为唯一标准，决不做任何更改。
2、所述杨氏源流轶事，皆以杨氏原著及赵斌、傅钟文老师所忆杨氏家传或亲身经历为依据。
3、有关内容，若涉及其他作者，意在澄清史实或作学术商榷。
读者可按“百家争鸣，百花齐放”的方针对待，笔者决不强加于人。

全书由八章组成，书前附杨澄甫宗师太极拳图照。
书后并附有杨式太极拳源流及亲族传人表、杨氏太极拳动作路线图和杨澄甫先生太极拳照。

<<杨氏太极拳真传>>

书籍目录

第一章 杨澄甫先师重要论述
第二章 杨氏太极拳动作图解、用法及歌诀
第三章 杨氏太极推手
第四章 太极拳问答100条
第五章 杨氏太极拳源流轶事
第六章 太极拳经原貌考证
第七章 太极拳经拳论汇集
第八章 杨氏太极拳精简37式
附录一 杨式太极拳源流及亲族传人表
附录二 杨氏太极拳动作路线图
附录三 杨澄甫先生太极拳照

章节摘录

第一章　杨澄甫先师重要论述　太极拳之练习谈杨澄甫口述张鸿逵录中国之拳术，虽派别繁多，要知皆寓有哲理之技术。
历来古人穷毕生之精力，而不能尽其玄妙者，比比皆是。
学者若费一日之功力，即得有一日之成效，日积月累，水到渠成。
太极拳，乃柔中寓刚，绵里藏针之艺术，于技术上、生理上、力学上，有相当之哲理存焉。
故研究此道者，须经过一定之程序与相当之时日。
虽然良师之指导，好友之切磋，固不可少，而最要紧者，是在逐日自身之锻炼。
否则，谈论终日，思慕经年，一朝交手，空洞无物，依然是门外汉者，未有逐日功夫。
古人所谓，终思无益，不如学也。
若能晨昏无间，寒暑不易，一经动念，即举摹练，无论老幼男女，及其成功则一也。
　　近来研究太极拳者，由北而南，同志日增，不禁为武术前途喜。
然同志中，专心苦练，诚心向学，将来不可限量者，固不乏人。
但普通不免入于两途：一则天才既具，年力又强，举一反三，颖悟出群。
惜乎稍有小成，便是满足，遽迩中辍，未能大受；其次急求速效，忽略而成，未经一载，拳、剑、刀、枪皆已学全。
虽然依样葫芦，而实际未得此中三昧，一经考究，其方向动作，上下内外，皆未合度。
如欲改正，则式式皆须修改，且朝经改正，而夕已忘却。
故常闻人曰：“习拳容易改拳难。
”此语之来，皆由速成而致此。
如此辈者，以误传误，必致自误误人，最为技术前途忧者曲。

第一图书网, tushu007.com

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