第一图书网, tushu007.com

<<武功薪传>>

图书基本信息

书名：<<武功薪传>>

13位ISBN编号：9787509730072

10位ISBN编号：7509730074

出版时间：2012-2

出版时间：社科文献

作者：张义尚

页数：354

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

中国武术包括拳术、气功和各种器械。
拳术是人类在原始蒙昧时期就用以御侮自卫的斗争技术。
在长期生活实践中，人们深知体弱力薄，难以征服自然，赤手空拳，难以战胜强敌，因而逐渐积累了锻炼体力和利用器械的经验，这就是武术的起源。

中国拳术是随着人类文明不断进步而发展起来的。
它源远流长，门派复杂，功深莫测，各有千秋，在历史上名扬四海，功绩卓著。
今日来谈拳术，从御侮方面讲已经过时，但从健身方面讲仍不无价值。
这里将我练拳六十年的经历和感受作一概略记述，敬请有关行家批评指教。

我幼年时体弱多病，受业师启发，向往拳术和气功，当时苦于无处问津，深感遗憾。
十四岁那年，我进入县立高小读书，访知本县南岸王场(现属石柱土家族自治县)拳师王鲁瑶，并拜其为师，开始练拳。
师擅长字门拳，主张练拳多不如专，贵在精炼实用，在教授套路方面，只是一个正桩十六手；在教授裁手(亦称散手)方面，也只有五六个动作。
我练了半年，兼习少林深呼吸法，竟使我那病弱的身体强健了起来，这真是一个奇迹。

作者简介

张义尚

1910年5月6日生于重庆忠县，1937年毕业于上海复旦大学经济系，2000年12月5日辞世，享年91岁，生前为忠县政协委员，县中医院中医师。

张义尚多才多艺，于丹道、武功、中医、佛密四门绝学皆有过人之处。

主要著作有《丹道薪传》、《武功薪传》、《中医薪传》和《禅密薪传》。

第一图书网, tushu007.com

<<武功薪传>>

书籍目录

序 言
回忆练拳六十年(代序)
第一编 金家功夫述略
引言
金家功夫系统
《金家功夫原谱》回忆录
金家功夫之气功
头之锻炼及运用
肩(膀子)之锻炼及运用
肘之锻炼及运用
手之锻炼及运用
臀之锻炼及运用
膝之锻炼及运用
足之锻炼及运用
鸡形步与清身步
四把捶略释
金家功夫运用变化示例
金家功夫原谱
金家功夫入门锻炼次第
金家功夫之评价
附：遣兴三首
尾跋
第二编 武术阐微
一 蜀东稀有拳种形意拳支派
——金家功夫
二 内家功夫中的一支奇葩
——金家功夫
三　金家功夫的灵魂
——开合秘授
四　金家功夫的实战练法
五 “ *(万) ” 字与习武练功
六　蜀东金家功夫第五代传人
——高英老师小传
第三编 太极拳漫谈
一 《杨式太极拳练法详解》整录后记
二　杨式太极拳传真
三　与弟义敬谈拳
四 把杨式太极拳传到美国去的人
——我所知道的郑曼青先生
五　杨氏首徒武汇川及其门生
六　百岁诞辰忆恩师
七　观师诀
第四编 武术杂谈
一　论金家功夫
二　论太极拳与八卦掌

三　形意略论兼及八卦和太极拳
整录后记
第五编　真传易筋经
《真传易筋经》介绍
——兼论修道从何下手
……
第六编　气功七论
第七编　峨眉宗气功摘录
第八编　心气秘旨修习口诀
第九编　师资回忆录
后序

章节摘录

余18岁时，学此功于梁平石安周之德先生。
据师云：金家功夫，原名姬家功夫，源出山东姬姓。
（尚按：《形意拳谱》明言山西姬隆丰所传出，师言山东，当系误记或误传耳）又云：姬家秘不传人，金一望先师与马龙、马虎兄弟结为弟兄，每夜轮流往姬家屋顶窃窥，如是等三年，而金先师所得特多，所悟更深，较技自胜，因与马氏弟兄不睦。
三人原俱少林福荫寺学徒，原福荫寺老僧授马氏弟兄以五雷火法（邪术），欲伤先师，先师因遁，辗转至梁平，迷路于袁家沟。
适袁二老爷携其幼子一才（庶出，另有长子一培、次子一发为嫡出，均年已及冠）散步田间，先师见一才气色，有杀身之祸（一培等欲除之故），因异而问之，触动袁老心事，并求解救。
先师念其良善热忱，因留其家，教其子以功法。
后共传八徒，由李少侯传麻贵廷，麻传万玉成，万再传之周师云云。
考《形意拳谱》载姬丰传李洛能、马学礼、戴龙邦三人，李传郭云深、刘奇兰，郭传李魁元、李存义、张占魁等。
《金家原谱》有“艺在青山传三友”之语，而马学礼、戴龙邦即马龙、马虎之来由。
又就二谱观之，金家有内五劲外五劲、内五行外五行、内六合外六合、四把捶、十二形，以至头肩肘手臀膝足等打法着法，皆与形意大同小异，余故敢断定二家功夫同出一源，而分支不同耳。
金在梁传八徒（即袁家三弟兄、李少侯、李丹翼、丘六老爷、张占宽父子等，其中以李丹翼为大成就者），唯少侯有传人（传麻贵廷、杜伯长、刘子连三人），但已各有所擅（麻头风、杜膀子、刘拿法），三传而至万玉成太先师（麻为正师，亦参刘杜二人）。
万生平授徒，着重专门，纯以单式练法为主。
刘传文焕章，文徒袁树滋等，余曾遇之，功之名目虽18，其练法着法已大异，其剪桩四把捶尚有歌诀（剪桩四把一名虎翻身，歌日：虎路三把洞内藏，神仙指路最难防。
猛虎伏身隐卧地，翻身一起虎撵狼。
……

编辑推荐

《武功薪传》收录了张义尚先生武术方面的著作，包括金家功夫述略、武术杂谈、武术阐微、太极漫谈、真传易筋经、气功七论、峨眉宗气功摘录、心气秘旨修习口诀等部分。
本书为张义尚先生亲传弟子、中国社会科学院哲学研究所胡孚琛研究员整理。

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