

<<吴式太极剑>>

图书基本信息

书名：<<吴式太极剑>>

13位ISBN编号：9787537724074

10位ISBN编号：7537724075

出版时间：2005-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：李立群

页数：196

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>

<<吴式太极剑>>

内容概要

《吴式太极瑰宝丛书：吴式太极剑》共有4大特点：一、《吴式太极瑰宝丛书：吴式太极剑》内述相关太极剑的理论诀要，并以图片及文字说明解释各趟套路。

书后附有马岳梁老师讲课笔记和扎杆、对杆练习。

二、动作照片多从“面南背北”取影；如有变化，必附文字及坐标说明。

三、动作文字说明则按内家拳规格，先述身体内部变化，再写肢体运动。

四、全书内文互相指涉，务请参考有关诠释；而整套丛书亦交叉解说，请查阅相关部分。

<<吴式太极剑>>

作者简介

李立群先生，1925年生于上海，大专文化程度，原为上海市徐汇区工人体育场负责人，长达30余年，曾获上海市总工会、上海市体委和全国总工会国家体委体育开拓荣誉奖及证书，兼任上海市第一届气功师协会会长、美国吴式太极拳协会名誉会长、澳大利亚太极气功学院名誉院长、中国陈家沟（温县）国际太极拳年会副秘书长、中国邯郸国际太极拳联谊会特邀顾问等职务。

也曾任上海鉴泉太极拳社首届秘书长，长达20多年，辅助马岳梁、吴英华两位社长开展社务。

李立群先生已先后23次获邀出访美国、香港、澳大利亚和日本等国家及地区，传授吴式太极拳与气功，他是吴式太极拳的第四代传人。

无论在国内或国外，他不断地在各种重要国际太极拳会议和国际、国内医疗气功学术会议上发表论文和表演。

相关报道文章（中、英、日文）多达200余篇，其中包括《人民日报》（海外版）、《中国日报》、美国《太极》杂志、《美国功夫》杂志、《日本朝日新闻》、《澳大利亚星岛日报》、《新报》、香港《夺标》杂志、英国《太极》杂志等。

在个人的气功事业上，于国内举办气功总门诊时，李立群已以气功医师身份参与，治疗的病员多达数万；还与美国太平洋医学研究中心合作，作“外气杀伤癌细胞”专题测试，还写了六篇论文；《倒步气功治疗慢性病300例》、《倒步气功配合治疗癌病32例分析》，在医疗会议上宣读。

1981年李立群先生创编了《中国倒步返回功》，先后刊行了四个版本。

此功法已被列入国家体委主编的《中华体育健身法》，推荐给全国保健气功爱好者。

李立群先生还荣幸被多本专辑录：如入选日本出版的《现代中国气功》名人录、中国人民日报出版社出版的《中国专家人才库》、中国人民画报社出版的《共和国专家》大型画册等。

<<吴式太极剑>>

书籍目录

一、太极剑术概况二、吴式太极剑剑诀浅解三、吴式太极剑主要动作规格四、剑与神合奥妙无穷——兼论“七星剑”、“乾坤剑”两者异同五、吴式太极乾坤剑套路名目六、吴式太极乾坤剑套路动作解说七、吴式太极七星剑套路名目八、吴式太极七星剑套路动作解说附录一、八门五步--马岳梁老师讲课笔记之二、杆法练习--扎杆、对杆

<<吴式太极剑>>

章节摘录

“少林拳勇，武当尚剑”。

剑的历史悠久，可以追溯到公元前22世纪至公元前17世纪，它的来源： 1.人与人互相搏击； 2.对飞禽走兽的模仿； 3.有利于吐纳导引的修炼； 4.古代哲学思想的指导。

庄子（公元前369-286年），战国人，他的剑术水平高，论述精辟，理论水平也高，《庄子·说剑》曰：“夫为剑者，示之以虚，关之以利，后至以发，光之以至。

”中国武术史上传奇人物，武当丹士张三丰祖师有诗曰：“幽冀重来感慨志，乌纱改作道人装，明朝佩剑携琴去，却上西山望太行。

”张三丰祖师的剑术，就是今天太极剑法的源流。

吴式太极剑分“乾坤剑”、“七星剑”二路。

“乾坤剑”，“内实精神，外示安逸，颈路贯串，变化多端。

”全套剑路包含了“劈、刺、截、崩、托、点、撩、扫、拨、拦、划、云、挂”等十三种基本剑法和辅助剑法。

如左右“横扫千军”，含扫、抽、抹等剑法；如“云摩三舞剑”，含云、格、撩、切、拨等剑法；又如“风飘落叶”，含拨、抹等剑法，自高而下，如秋风扫落叶，挥剑边拨边云飘然盘旋而下，综合了灵活的身法、眼神和步法，美不胜收。

“七星剑”，劲路灵活，用法奥妙，更具特点，平衡姿势较多，难度因之也大。

它除了像乾坤剑的劈、刺等十三种主要剑法外，独立步动作较多，很多是单脚支撑，姿势优美，用法独特。

如“藏身剑”，剑面横贴前胸，斜身独立握剑待射；如“一指朝阳”，右脚独立，俯身前刺，身体与左右手及后跷起的右脚成一字平行，这高难度平衡造型，犹如仙鹤展翅，追逐鹤群。

如“探海式”，在左脚独立的“魁星提斗”的雄姿下，俯身弯腰的剑下刺，犹似展翅飞鹰突然下啄猎物，惊险之景突现眼前。

全套剑法劲路贯串，有阴有阳，立身中正，松静自然。

练剑“其根在脚，发于腿，主宰于腰，形于手指”。

又必须“虚实宜分清楚，一处自有一处虚实，处处总此一虚实，周身节节贯串，无令丝毫间断身”。无疑须遵古人剑说“剑气如虹，剑行如龙，剑神合一，玄妙无穷”。

仅此浅识，抛砖引玉，以供同好与学者探讨。

.....

<<吴式太极剑>>

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>