

<<苋氏武技全书（上卷）>>

图书基本信息

书名：<<苋氏武技全书（上卷）>>

13位ISBN编号：9787537734967

10位ISBN编号：7537734968

出版时间：1970-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：刘义明

页数：404

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>

## <<苕氏武技全书（上卷）>>

### 前言

当今热爱中华武术、习武之风已吹遍世界各地。

1旦古至今，我国武术源远流长已经数千年历史，诸家拳派如同百花争妍各具特色，传统内家拳派中形意、八卦、太极也深得国人之喜爱，在这武术的百花丛中，清代崛起的苕氏武技为中原大地的又一著名拳派。

苕氏武技简称苕家拳，为河南汜水苕乃周所创，它以其精辟的理论学说、正大深厚的功法、奇幻莫测的实战技法、内容丰富的各个套路而自成体系，独树一帜，并以其独特魅力，深受武林名家所推崇。最为显著的特点是，苕氏每套拳谱、每式拳名皆有诗词注解，最多者炮拳达一百首之多，真乃文武并举，武林界颂他为儒拳师苕乐臣之雅号。

苕氏拳论著颇多，理法精微，《中气论》、《武备择要》两部武学较为完整、系统地阐述了人体内与外、气与形、阴与阳。

## <<苕氏武技全书（上卷）>>

### 内容概要

影印的目的，旨在供各界武术爱好者鉴赏、研习和参考，以达弘扬国术，保存国粹，俾后学者不失真传而已。

原书大多为中华民国时期的刊本，作者皆为各武术学派的嫡系传人。

他们遵从前人苦心孤诣遗留之术，恐久而湮没，故集数十年习武之心得，公之于世。

从一书内容丰富，树义精当，文字浅显，解释详明，并且附有动作图片，实乃学习者空前之佳本。

原书有一些涂抹之处，并不完全正确，恐为收藏者之笔墨。

因为着墨甚深，不易恢复原状，并且尚有部分参考价值，故暂存其旧。

另有个别字，疑为错误，因存其真，未敢遽改。

我们只对有些显著的错误之处和版面上的墨点等，做了一些修改的工作；对缺少目录和编排不当的部分原版本。

## &lt;&lt;苕氏武技全书（上卷）&gt;&gt;

## 书籍目录

第一集中气论卷一 总论篇一、论中气二、论头三、论足四、论手五、论拳六、三尖为气之纲领论七、中气说（肝起肺落）（中气歌）八、刚柔相济论九、面部五行论十、聚精会神气力渊源论卷二 阴阳篇一、阴阳转结论（歌诀）二、阴阳入扶论三、入阳附阴入阴附阳说四、入阳扶阴入阴扶阳说五、阴阳并入阴阳并扶说六、阴阳分入阴阳分扶说七、阴阳旋入阴阳旋扶说八、阴阳斜偏十字入扶说九、阴入阴扶阳入阳扶说十、阴阳乱点入扶说卷三 运气篇一、养气论二、练气诀三、讲正气（勇气根源）四、借行气五、纳气说六、过气论七、行气论八、讲夺气九、点气论十、三专合一气卷四 用功篇歌诀承停擎内外合一、合炼二十四势二、咽肉变色论三、二十四字论四、得门而入论五、十二节落气论六、头手二手前后手论七、三尖照论八、三尖到论九、论外形十、论用功（大小势说）第二集 武备择要卷一 入门篇一、论初学入手法二、初学条目卷二 技击篇一、打法总诀二、讲打法三、讲出手四、疾快用法五、起纵各部用法歌诀卷三 拳谱篇一、二十四字偏势二、猿猴拳三、白虎拳四、小罗汉拳第三集 古拳械图谱密笈一、二十四字拳谱二、大罗汉拳谱三、青龙出海拳谱四、炮拳谱五、猿猴二十四棒图谱六、图谱七、双剑对枪图谱八、猿猴对棒图谱九、三十六枪图谱十、猿猴拳图谱附录

<<苕氏武技全书（上卷）>>

章节摘录

插图：第一集中气论卷一总论篇论中气中气者，即仙经所谓元阳，医者所谓元气，以其居人一身之正中，故武备名曰中气。

此气即先天真乙之气，文炼之则为内丹，武炼之则为外丹。

然，内丹未有不借外丹而成者也。

盖动静互根，温养合法，自有结胎还元之妙。

俗学者不谙中气根源，唯务足蹈手舞之患，欲入元窍，必不能也。

凡人自有生以来，禀先天之神以化气，积气以化精。

当父母媾精，初凝于虚危穴内。

虚危。

<<苕氏武技全书（上卷）>>

编辑推荐

《苕氏武技全书(上卷)》：老拳谱辑集丛书.第4辑

<<苋氏武技全书（上卷）>>

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>