

<<少林武术精华>>

图书基本信息

书名：<<少林武术精华>>

13位ISBN编号：9787500920427

10位ISBN编号：7500920423

出版时间：2001-5

出版时间：人民体育出版社

作者：王长青

页数：680

字数：1000000

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>

## <<少林武术精华>>

### 内容概要

得到少林寺火焚（1928年）前全部武术、医学第一手资料的永祥和尚，于1980年11月亲手将这些资料交给德虔大师。

德虔从1981年3月开始，至1995年9月，历经15年的艰辛，整理、编著了《少林武术入门》《少林拳法真传》《少林医秘集锦》《少林点穴法》《少林气功》《少林十八般兵器》《少林七十二艺》《少林武术大全》《少林寺武术百科全书》等69本少林武术专著，总计1400万字，插图21000幅，先后由河南科技出版社、中国旅游出版社、景华出版社、世界图书出版公司、香港国际出版社、北京体育大学出版社、人民体育出版社出版，印数达600万册，发行到全国和世界47个国家和地区，得到国内外武术爱好者的普遍称赞和中外专家教授的高度评价，还被许多专刊和报纸誉为“少林书王”。

德虔大师为弘扬少林武术、促进中外文化交流及增进人类体质健康作出了可贵的贡献。

近几年来，国内外武术爱好者纷纷来函要求德虔法师，把已出版的少林武术专著的重要部分或者说精华浓缩成一本书，既能掌握全部少林功夫精要，又携带方便，利于保存。

德虔大师为满足武林朋友和广大读者的这一要求，特意把已出版的69本少林武术专著，进其精要，浓缩精华，编成《少林武术精华》，献给中外武坛同道。

本书内容包括少林武术基本功、优秀传统拳械套路、点穴、气功、七十二艺、损伤救治秘方等，共14卷，总计100万字，附图2100幅，真可谓“少林正宗”。

本书适于武坛师生、武警、保安、武术科研人员和国内外武术爱好者学研及有关单位珍藏。

由于时间仓促，书中失误难免，敬请同道师生指正。

## &lt;&lt;少林武术精华&gt;&gt;

## 书籍目录

第一卷 少林武术概论 一、少林寺简介 二、少林武术的起源 三、少林武术的发展 四、今日少林武术 五、少林武术的特点 六、少林武术的内容

第二卷 历代著名武师 一、北魏时期著名武僧 二、隋唐时期著名武僧 三、宋金时期著名武僧 四、元代著名武僧 五、明代著名武僧 六、清代著名武僧 七、近代著名武僧 八、少林武术名师

第三卷 少林习武备要 一、武德 (一)十禁 (二)少林戒约 (三)贞绪和尚论“武戒” 二、少林习武新戒约 (一)热爱祖国,忠于人民 (二)尊师重道,扬文举武 (三)高提武德,谦正无私 (四)戒持技作歹、欺行霸市 (五)戒嗜烟醉酒、赌博淫色 (六)戒欺骗奸诈、任性妄为 (七)戒傲戒躁,精益求精 (八)戒邪道诬术,面向科学 (九)团结同道,共扬宗风 (十)戒授技于歹徒,倡资赐于贫困 三、穿着、场地与营养 (一)穿着 (二)散打护具 (三)习武场地 (四)饮食与营养 (五)练功时间和程序

第四卷 少林拳法基础 一、手型和手法 (一)掌 (二)爪 (三)勾手 (四)拳 (五)肘 (六)手法旨要 二、足型和练法 (一)足型 .....

第五卷 拳术实战法 第六卷 少林拳术精典套路

第七卷 少林枪术 第八卷 少林棍术 第九卷 少林剑术 第十卷 少林刀术 第十一卷 少林气功 第十二卷 少林点穴秘技 第十三卷 少林七十二艺 第十四卷 少林寺伤科秘方集锦 附一 少林寺地区优秀武术院校介绍 附二 百徒贺词

<<少林武术精华>>

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>