

<<中国功夫>>

图书基本信息

书名：<<中国功夫>>

13位ISBN编号：9787508513164

10位ISBN编号：7508513169

出版时间：2009-1

出版时间：五洲传播出版社

作者：王广西

页数：149

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>

<<中国功夫>>

内容概要

中国武术是一种特殊的文化形态，它以攻防搏击为表现形式，以丰富的套路、招式、功法为具体内容，在激烈的身体对抗中体现出中华民族敢于胜利并善于胜利的性格特征。

中国武术是千百年来民族智慧的结晶，是民族传统文化在武技一道的体现，也是民族心理个性在健身自卫领域的合理反映。

中国武术的哲学核心是儒家的中和养气之说，同时又融汇了道家的守静致柔、释家的禅定参悟等诸多理论，呈现出三教合一的文化风貌，深蕴着天人合一的东方韵趣，从而构成了一个博大精深的武学体系，成为世界上独一无二的“武文化”。

中国武术不仅仅是搏击术，更不是单纯的拳脚运动，也不是力气与技法的简单结合，它饱含着哲理，深蕴着先哲们对生命和宇宙的参悟，以一种近乎完美的运动形式诠释着某种古老的哲学思想，追求那种完美而和谐的人生境界。

<<中国功夫>>

作者简介

王广西（1941-2008），笔名陆草，河南西峡人。

河南大学中文系毕业，生前曾任河南省社会科学院文学研究所研究员、河南省文史研究馆馆员、中国近代文学研究会常务理事、郑州大学体育学院中原武术文化研究中心副主任。

长期从事近代文学和武林文化研究，著有《佛学与中国近代诗坛》《左宗棠》《中国武术与武林气质》《中国武术》《功夫——中国武术文化》《中原文化大典•武术卷》等。

<<中国功夫>>

书籍目录

壹/武术渊源贰/武学之道叁/武术流派 少林拳系 武当拳系 峨眉拳系 南拳拳系 太极拳系 形意拳系 八卦拳系肆/兵器 短兵器 长兵器 暗器伍/习武三阶段陆/武术特点 (一)系统性 (二)有序性 (三)渐进性 (四)本德性 (五)观赏性柒/武林与江湖 江湖琐谈 走镖 护院 江湖拳师捌/武术与养生 武术的健身功能 练武不等于长寿 顺应自然乃长寿之本玖/谈谈气功 历史上的四次大发展 挑战生理极限拾/武术与文学影视 从《游侠列传》到《宝剑金钗》 新派武侠小说 武打影视拾壹/历史与未来历史上的两次大挑战已经开始的第三次大挑战发展趋势拾贰/练武注意事项附 中国武术重要流派简表后记

<<中国功夫>>

章节摘录

插图：壹/武术渊源中国武术，古称“拳勇”“技击”，民国时期又称“国术”，外国人则称之为“功夫”。

武术起源于远古人类与野兽的搏斗和部落之间的战争。

早在春秋时期（前770-前476），《诗经》中就已经出现了“无拳无勇，职为乱阶”的说法。

《礼记》记载：“凡士执技论功，适四卫，强股肱，质射御。

”表明当时已经出现了技击性质的比赛。

后来又出现了定期的比武大会，即“春秋角试以练，精锐为右（上）”。

《庄子》中记载了赵王养剑士三千余人，“日夜相击于前，死伤者岁百余人，好之不厌”。

到了汉代（前206-公元220），武术有了长足的发展。

河南出土的汉画像石中，有不少描绘武术动作的图画，像“击剑图”“舞剑图”“空手夺枪图”“剑戟对刺图”等，反映出当时已经出现了单练套路和对练拳路。

另外，从春秋时期起，道家行气术就已初具雏形。

老子提倡“致虚极，守静笃”，“营魄抱一，专气致柔”；庄子（约前369-前286）提出“吹噓呼吸，吐故纳新”。

战国（前475-前221）初期的《行气玉佩铭》，已经完整地记录了行气的方法。

老庄的养气理论与阴阳五行学说相结合，后来成为中国武术内功训练的基础。

老子所揭示的某些哲理，诸如以静制动、以柔克刚、大巧若拙等，后来被中国武术的各种拳派普遍吸收，更被各内家拳派奉为技击原则。

内外兼修、形神合一是中国武术的基本特征。

在漫长的历史发展过程中，武术与行气逐渐互相融合，武术家通过系统的行气训练以充分调动体内的潜在能量，达到“以意领气，以气催力”的技击目的。

<<中国功夫>>

编辑推荐

《中国功夫》由五洲传播出版社出版。

<<中国功夫>>

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>