

<<苋氏武技书>>

图书基本信息

书名：<<苋氏武技书>>

13位ISBN编号：9787537727181

10位ISBN编号：753772718X

出版时间：2006-5

出版时间：山西科学技术出版社

作者：徐震

页数：150

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>

## &lt;&lt;苋氏武技书&gt;&gt;

## 内容概要

本书阐述拳理非常细致。

第一篇《中气论》说，&ldquo;中气者&hellip;&hellip;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&rdquo;。

第四篇《入阳扶阴入阴扶阳说》曰：&ldquo;以俯势入阳气，不将阴气扶起，则偏于阳，必有领拉前栽之患。

仰势入阴气，不将阳气扶起，则偏于阴，必有掀推后倒之忧。

&hellip;&hellip;&rdquo;&ldquo;入&rdquo;是目的性的动作，&ldquo;扶&rdquo;是调节性的动作。

第十三篇《得门而入论》曰：&ldquo;&hellip;&hellip;盖拳之催人，必近其身，方能跌出。&hellip;&hellip;&rdquo;这话对练推手和散打的人很有帮助。

第三卷第二篇《合炼中二十四势》曰：&ldquo;炼形合成，炼气归神。

炼神还虚。

形者，手足官骸也。

气者，阴阳周流也。

神者，心之灵妙，触而即发，感而随通也。

虚者，无极也。

阴阳本太极，太极本无极。

至无而含天地之至有，至虚而含天地之至实。

&hellip;&hellip;始不着力，方能引出自然之力，且可便于转换不至发难。

&rdquo;这和太极拳的原理和练法太相似了。

第四篇《炼气诀》曰：&ldquo;凡一身之进退动静，心以为主，以君也，出令者也&hellip;&hellip;以命门为辅，命门气之所从生，乃一身枢纽，宰相也，传君之令也。

&hellip;&hellip;故每一势之操纵收发，心先，命门为次，头又次之，手足则次而又次之。

&rdquo; 第九篇《论用功》最后曰：&ldquo;&hellip;&hellip;故学此道者，先抡大圈，渐抡渐小，迨于成时，则有圈而不见圈，纯以意知，自不道迹。

&rdquo;这和太极拳家说的&ldquo;由大圈而归于小圈，由小圈而归于无圈&hellip;&hellip;&rdquo;简直没有什么两样。

<<苕氏武技书>>

书籍目录

卷一 中气论阴阳入扶论入阳附阴入阴附阳说入阳扶阴入阴扶阳说阴阳并入阴阳并扶说阴阳分入阴阳分扶说阴阳旋入阴阳旋扶说阴阳斜偏十字入扶说阴入阴扶阳入阳扶说阴阳乱点入扶说 卷二 阴阳转结论三尖为气之纲领论三尖照论三尖到论十二节屈伸往来落气内外上下前后论过气论刚柔相济论面部五行论咽肉变色论聚精会神气力渊源论行气论点气论得门而入论头手二手前后手论论头论足论手论拳 卷三 拳法渊源序合炼中二十四势养气论炼气诀纳气中气论外形大小势说论用功借行气夺气三气合为一气承停擎肝起肺落老少相随阴阳转结勇气根源五行能司中气歌头跨手足肘膝平肩仄肩讲出手讲打法讲点气论打论拦论手足捷快用法起纵说打法总诀 卷四 论初学入手法初学条目 卷五 二十四拳谱序二十四字论二十四字图说二十四字偏势 卷六 枪法(四大纲领八大条目十二变通托枪式降手)猿猴棒双剑名目论正气

## <<苕氏武技书>>

### 编辑推荐

《苕氏武技书》是清乾隆时期儒拳师苕乃周(1724—1783)竭其毕生精力写成的武术(以拳术为主)巨著。他的第五代弟子袁宇华(乃周玄孙德普的弟子)于1921年出版了乃周武术著作的旧本，分《培养中气论》及《武备参考》两种，共一百三十一篇。

简编错杂，文字伪谬。

1932年徐哲东先生删除重复，更正文字，写定为六卷共七十四篇，更名《苕氏武技书》，于1936年出版。

1990年10月上海书店出版了此书的影印本，但却没有把徐先生的《校订记》和《校订续记》印入。这次由山西科学技术出版社重新出版此书，根据徐先生的校订更正了很多文字上的错误和少数语句上的缺漏，并且把原书的繁体字改为简体字，两种版本对照印出。

<<苋氏武技书>>

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>