

<<八卦掌>>

图书基本信息

书名：<<八卦掌>>

13位ISBN编号：9787811007787

10位ISBN编号：7811007789

出版时间：2007-7

出版时间：刘敬儒 北京体育大学出版社 (2007-07出版)

作者：刘敬儒 著

页数：352

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>

<<八卦掌>>

前言

北京体育大学出版社即将出版一部武术著作，书名叫《八卦掌》。

此书是由我国著名武术家、中国武术八段、北京武术协会八卦掌研究会的监事长刘敬儒先生，在其前著《八卦掌》及《八卦掌述真图谱》两部著作的基础上，根据个人50年潜心研练和无私授教的心得体会，应社会各界八卦掌爱好者习武练功之需求，本着继承传统，发扬国粹的精神，重新整理，充实、修订而撰写的一部系统阐述八卦掌拳理，全面传授八卦掌技艺的专著。

这部著作，内容丰富，讲史真实，言技详尽，图文并茂。

不仅翔实地介绍了八卦掌源流史实，还无保留地公示了作者本人追随多位嫡传名师亲传亲授所获得的拳艺真谛；不仅用自身的技术图片直观地传授八卦掌技击术的精要，还以传统医学中经络学原理阐述了鲜为人知的八卦掌养生之道；不仅原原本本地记述了前辈讲授的拳经、拳理、功法秘诀，还以个人练功实践的体悟给予通俗的解读、诠释。

这部著作最大限度的收集了流传当代的功法套路，堪称八卦掌功法套路之大全。

此外，还对习武者习拳练功中感到的疑难，给了精确的答疑与解惑。

纵观全书，可以说是现今武术著作中的一部挖掘、整理、继承发展传统武技的好书，是一部承前启后，集理论与技艺于一炉的武学精品之作。

<<八卦掌>>

内容概要

《八卦掌》介绍了八卦掌源流史实，还无保留地公示了作者本人追随多位嫡传名师亲传亲授所获得的拳艺真谛；不仅用自身的技术图片直观地传授八卦掌技击术的精要，还以传统医学中经络学原理阐述了鲜为人知的八卦掌养生之道；不仅原原本本地记述了前辈讲授的拳经、拳理、功法秘诀，还以个人练功实践的体悟给予通俗的解读、诠释。

这部著作最大限度的收集了流传当代的功法套路，堪称八卦掌功法套路之大全。

<<八卦掌>>

作者简介

刘敬儒，生于1936年，祖籍河北省高阳县。

现任北京市八卦掌研究会监事会主任，北京市武术协会委员。

2003年被中国武术协会授予中国武术段位八段。

1957年拜著名武术家骆兴武先生为师，系统学习形意拳、程式八卦掌。

1962年师从张占魁先生的弟子裘稚和先生学习八卦掌和螺旋拳，又师从尹福外孙何忠祺先生(何金魁先生之子)学习尹氏八卦掌，后又拜山东黄县单香陵先生为师学习六合螳螂拳法。

同时，还得到著名武术家程有信先生(程廷华先生之子)、刘谈峰先生、王文奎先生、王荣堂先生、王敷先生等多人指教，深得八卦掌、形意拳、六合螳螂拳的精要。

1963年参加北京市历届武术比赛中最盛大的一次全市武术比赛，获得成年形意拳、八卦掌组的第一名。

1979年参加在广西南宁市举办的全国第一届武术观摩交流大会，荣获八卦掌金牌。

1980年在山西省太原市举办的第二届全国武术观摩交流大会上，再度荣获八卦掌金牌。

1980年在北京市东城体委领导下，与李秉慈等五人组建了文革后全国第一家武术馆——北京东城武术馆，持续任教10余年，培养了大批八卦掌人才，弟子付春梅在1981年第三届全国武术观摩交流大会获得八卦掌金牌。

后又应聘为北京武术队八卦掌教练，弟子戈春燕曾连续5次在全国武术比赛中获得八卦掌金牌，张红梅、壮晖、商钰等亦先后获全国武术比赛八卦掌金牌，韩燕武、韩燕明、贾永安、胡耀武、任寿然、孔诚、刘辉、项峥等，均在北京市武术比赛中获得过优异成绩，为八卦掌的发扬和光大起到了一定的推动作用。

近年来致力于八卦掌在世界各地的传播，先后多次去法国、希腊、意大利、比利时、美国、澳大利亚、日本等国家讲学授拳，学生和弟子遍及世界各地。

2006年河南郑州国际武术节上，法国学生叶荷玛获得了男子成年组八卦掌和八卦子午鸳鸯钺金牌。

曾先后在意大利、希腊、法国等国出版《八卦掌》及教学VCD，为八卦掌走向世界做出了突出贡献。

<<八卦掌>>

书籍目录

序第一章 我的从武之路第二章 八卦掌概论 第一节 八卦掌源流与发展 第二节 八卦掌功理功法 第三节 八卦掌技击特点 第四节 八卦掌养生之道 第五节 八卦掌学练步骤 第六节 八卦掌学练问答第三章 八卦掌套路学练 第一节 八卦趟泥步 第二节 基础八掌 第三节 八大掌与六十四掌 第四节 八八六十四手 第五节 八卦游身连环掌 第六节 八卦九宫掌 第七节 操手 第八节 八卦养生功

<<八卦掌>>

章节摘录

1936年，我出生在河北省高阳县。

高阳县与蠡县、任邱、白洋淀毗邻，著名的“高蠡暴动”、“平原游击队”、“新儿女英雄传”、“红旗谱”等故事都发生在这里，是著名的抗日根据地，也是河北省著名的武术之乡，是绵拳、翻子拳的发祥地。

每年春节，四面八方的少林会、小车会、狮子会、高跷会都来大街上表演献艺，五虎棍、劈叉蝎子爬，特别是高跷队里打头的头陀和拿着大糖葫芦的小丑能在腿上绑着高跷飞跃两层多高的板凳，令我惊叹、佩服不已，至今仍记忆犹新。

1946年全家到了保定，住在东街的县学胡同。

我记得胡同口对面有一家报社，一所学校，旁边还有一所武馆。

有一位武术老师，姓什么不知道，只记得有四十来岁，瘦高的个子，每天放学后，教一些孩子练武术。

由于我刚从农村来，胆子小，也怯场，虽然喜爱也不敢跟人家练，只是在旁边看着，经常一直看到家里大人找来吃晚饭。

但这件事却给我留下了深深的印象，在我幼小的心灵中埋下了学武的种子。

插图：插图：

<<八卦掌>>

后记

“八卦”一词最早见于《周易》：“两仪生四象，四象生八卦。”

八卦掌是一种以掌法变换和行步走转为主的传统拳术，它将武术搏击与导引养生融为一体，内外兼修。

不仅有强身健体之功用，而且能够锻炼攻防搏击的技能。

作为我国著名的三大内家拳之一，八卦掌在世界各地广为流传，受到广大武术爱好者的喜爱。

八卦掌是河北省文安县人董海川先生所创，董海川先生生于清嘉庆十八年（公元1812年），逝于光绪九年（公元1882年）。

董海川先生门下弟子众多，尤以尹福、程廷华、马维祺、史计栋、宋长荣、樊志涌、梁振圃、刘凤春等最为驰名。

尹福先生的弟子主要有马贵、官宝田、何金魁、尹玉璋、门宝珍、金毓慧（曾增启）、曹钟升等。

程廷华先生的弟子主要有冯俊义、李文彪、孙禄堂、郭守德、郭同德、程有功、程有龙、程有信、杨明山、刘斌等。

董海川先生的弟子及再传弟子们为继承和发展八卦掌做出了卓越的贡献。

<<八卦掌>>

编辑推荐

《八卦掌》还对习武者习拳练功中感到的疑难，给了精确的答疑与解惑。是一部承前启后，集理论与技艺于一炉的武学精品之作。

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>