

<<太極拳原理與練法、定式太極拳>>

图书基本信息

书名：<<太極拳原理與練法、定式太極拳、簡式太極拳、意氣功>>

13位ISBN编号：9789574688777

10位ISBN编号：9574688771

出版时间：大展

作者：徐震 著

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>

<<太極拳原理與練法、定式太極拳>>

內容概要

導讀 《太極拳原理與練法》是《太極拳原理》與《練法綱要》兩篇長文的合編。徐先生本想把書名定為《太極拳新論》，後因恐與一九四三年的舊作同名，所以改成現在的書名。《太極拳原理》於一九六〇年六月寫成，《練法綱要》似乎有意未盡，所以沒有寫明完稿日期，估計是一九六〇年六月以後寫的。

兩文都是用白話寫的，讀者精讀後，有助於學習徐先生新中國成立前用文言寫的太極拳著作。

徐先生的文章的特點是實事求是，與時俱進。

正因為徐先生治學的態度是實事求是的，所以他能夠與時俱進。

此書引用了巴甫洛夫的條件反射學說，而這學說至今仍為許多運動生理學家所引用，足見它沒有過時。

此書還引用了《矛盾論》的論述，使人對太極拳打手的理論與實踐有明確的認識。

讀者細讀此書，定會體會到它是徐先生練拳幾十年的心血結晶，能使人得到實實在在的好處。

林子清 二〇〇五年六月於上海目錄太極拳原理與練法 導讀 太極拳原理 一、強身醫療的原理 二、技擊攻守的原理 練法綱要 一、論姿勢 二、論動作 三、論進程 幾點補充定式太極拳 前言 第一章 緒論 第一節 編選定式太極拳的目的 第二節 定式太極拳的特點 第三節 定式太極拳的取材和結構 第二章 練法 第一節 姿勢和操作要點 第二節 練習的進程 第三節 動作與呼吸配合的問題 第三章 定式太極拳動作說明 第四章 鍛鍊要領和注意事項簡式太極拳意氣功 前言 導讀 練功姿勢圖 來歷 優點 修改與補充說明 練法 意氣功的線路與經穴功效說附圖附錄

<<太極拳原理與練法、定式太極拳>>

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>