第一图书网, tushu007.com

<<太极内功心法全书（下卷）>>

图书基本信息

书名：<<太极内功心法全书（下卷）>>

13位ISBN编号：9787500934165

10位ISBN编号：7500934165

出版时间：2008-8

出版时间：人民体育

作者：钱惕明

页数：400

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

第一图书网, tushu007.com

<<太极内功心法全书（下卷）>>

内容概要

《太极内功心法全书》(下卷)写作体例从两方面着手创新。
一是在纵的方面，设置哲源篇、心法篇、松静篇、行气篇、内劲篇、套路篇及源流篇等篇章。
一是从横的方面，设章列节横向展开，并对每一拳式进行剖析，分置“ 拳招释义 ”“ 行功口诀 ”“ 动作分解 ”“ 呼吸行气 ”“ 内功心法 ”“ 实用举例 ”等栏目。
这种纵横交错、篇目别致的结构，便于全方位，多角度，多侧面地阐述太极拳内功心法。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

钱惕明，髦耋之年，依然能黏手即发，可见其太极内功之精湛。
英姿勃发，多种体检指标与年轻人一般，令医生咋舌，可见其深谙太极养生之道。
作为近代武林宗师李景林的再传弟子，钱惕明先生一直致力于推广和发展中华武术。
现为国际知名武术家，在西雅图任国际武当武术协会会长，并任武当山武当拳法研究会顾问，在武当丹派列为第十二代传人。
近年来，钱先生领导美国西雅图国际武当武术协会发扬中国武术，收受入室弟子，举办培训班，先后任西雅图BCC大学、华盛顿大学太极拳教授，从学者已逾千人。
钱先生可谓能武能文，先后发表了二十多篇武术论文，颇具影响。
在美国，《太极》杂志特约其撰稿，已发表《太极之魂——阴阳中和之道》《武当剑真谛》等4篇论文，并被推为2005年2月美国《太极》杂志封面人物。
当地媒体对他作了专门报道。
数十年来，钱先生用我国古代的太极哲学观及传统的人文思想，探索太极拳的宏观心法与微观心法，对以往秘不外传的太极拳内功心法有独到的体悟与描述，而且破译《易经》八卦与太极八劲八法相互对应的心法奥秘，明确了修炼太极内气、内劲的途径与具体方法，可谓明珠在握。
钱惕明先生1929年出生，江苏无锡人。
自幼习武，后1952年得缘入室武当丹派近代宗师李景林的衣钵传人杨奎山（林甫）门下，修炼武当剑、武当太极拳、太极阴符棍、八卦掌、形意拳及太极静坐法、易筋经等武艺功法，得师真传，已臻佳境。
曾于1986年获全国武术观摩交流大赛雄狮奖、1991年获武当山首届武术文化节优秀大奖。
从1980年起，钱先生与几位同门在市体委领导下联手组建常州市武术协会，历任副主席、主席等职19年，后又任常州市武术协终身会名誉主席，卓有成效地开展了群众性武术运动。
钱先生1949年5月入苏南新闻专科学校，毕业后从事新闻媒体工作45年。
钱先生的事迹，入编《中国武术名人辞典》，又入传《中华武林著名人物传》，为世人瞩目。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第七篇 拳术套路篇第一章 武当太极拳大架之特点第二章 武当太极拳大架五十六式动作名称第三章 五十六式拳招心法全解及动作图解第四章 太极实用发劲示例第八篇 源流篇第一章 武当丹派的由来第二章 丹派武功的传承第一节 第一代至第八代传承第二节 扩大传授范围第三节 当代传承简况第三章 丹派武功的内容第一节 剑术第二节 拳术第三节 器械第四节 内功及基础功法第五节 个人掌握的武功第四章 武当丹派传承表后记

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

为了全面、求新、详细地写内功心法，也为了便于学术性探索，《太极内功心法全书(下卷)》在写作体例及写作方法上作了革新。

第一图书网, tushu007.com

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