

<<心意门之粹>>

图书基本信息

书名：<<心意门之粹>>

13位ISBN编号：9787500939320

10位ISBN编号：7500939329

出版时间：2011-4

出版单位：人民体育

作者：闫无为

页数：216

字数：161000

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>

<<心意门之粹>>

内容概要

本书所介绍的肘法，原为回教内部秘传之回回十八肘，经河南穰东清真寺水观兰阿訇（人称“水四阿訇”）习得心意六合拳后，将心意拳劲融入到十八肘中，巧妙精致的技法，配合心意内劲，更彰显其凶猛特色。

<<心意门之粹>>

书籍目录

第一章 心意六合拳名师传记

- 一、开拳立派姬夫子
- 二、此脉不乏力功大，中州传薪第一家——代宗师马学礼
- 三、心意六合拳三代名师——张志诚
- 四、剑舞春秋传心意，义谱江湖有奇功——心意功臣李祯
- 五、毛拳师初试心意功，老实人一怒成英雄——“心意猛人”陈合龙

第二章 肘法初级训练

- 一、劈肘发力初级训练
- 二、压肘发力初级训练
- 三、沉肘发力初级训练
- 四、正挑肘发力初级训练
- 五、斜挑肘发力初级训练
- 六、前扫肘发力初级训练
- 七、后扫肘发力初级训练
- 八、外摆肘发力初级训练
- 九、顶肘发力初级训练
- 十、后击肘发力初级训练
- 十一、回身肘发力初级训练
- 十二、点击肘发力初级训练
- 十三、单挫肘发力初级训练
- 十四、双挫肘发力初级训练
- 十五、夹肘发力初级训练
- 十六、翻身肘发力初级训练
- 十七、滚身肘发力初级训练
- 十八、磨身肘发力初级训练

第三章 肘法中级训练

- 一、劈肘发力中级训练
- 二、压肘发力中级训练
- 三、沉肘发力中级训练
- 四、正挑肘发力中级训练
- 五、斜挑肘发力中级训练
- 六、前扫肘发力中级训练
- 七、后扫肘发力中级训练
- 八、外摆肘发力中级训练
- 九、顶肘发力中级训练
- 十、后击肘发力中级训练
- 十一、回身肘发力中级训练
- 十二、点击肘发力中级训练
- 十三、单挫肘发力中级训练
- 十四、双挫肘发力中级训练
- 十五、夹肘发力中级训练
- 十六、翻身肘发力中级训练
- 十七、滚身肘发力中级训练
- 十八、磨身肘发力中级训练
- 十九、组合技巧

<<心意门之粹>>

第四章 肘法实战应用

- 一、劈肘应用
- 二、压肘应用
- 三、沉肘应用
- 四、正挑肘应用
- 五、斜挑肘应用
- 六、前扫肘应用
- 七、后扫肘应用
- 八、摆肘应用
- 九、顶肘应用
- 十、后击肘应用
- 十一、回身肘应用
- 十二、点击肘应用
- 十三、单挫肘应用
- 十四、双挫肘应用
- 十五、夹肘应用
- 十六、翻身肘应用
- 十七、滚身肘应用
- 十八、磨身肘应用

<<心意门之粹>>

章节摘录

版权页：插图：第一章心意六合拳名师传记一、开拳立派姬夫子关于心意六合拳的成拳年代以及创始之人，一直众说纷纭，先后有达摩创拳说、岳飞创拳说等观点。

然而确实可信者，为明末山西蒲州人（今山西永济县尊村）姬际可，字龙峰，大约生于明神宗万历二十九年（1602年），卒于清康熙十九年（1680年）。

关于印度僧人达摩以及南宋将领岳飞创立心意（形意）拳之说，皆出自形意拳界。

河南心意拳则无此一说。

达摩创拳说见诸于河北形意拳师李剑秋于民国八年（1919年）所著《形意拳术》一书中。

其自序中说：“形意拳术，传自北魏达摩禅师，至宋岳武穆王得其传，常以枪与拳合立一法，以教将佐，名曰形意，形意之名自此始……”岳飞创拳说，河北形意拳师刘殿琛于民国九年（1920年）所著《形意拳术抉微》一书中提起。

序言中说：“宋岳武穆王精通枪法及为帅时乃脱枪为拳用以教将士，遂自成一派，为后日形意拳术之始……”山西太谷形意拳界也尊岳飞为创拳始祖。

据说，在传统的拜师仪式中挂岳飞像并向其叩头祭拜。

河南心意拳系、山西祁县戴氏心意拳一系、祁县范万明一系（同治、光绪年间河南心意拳师买壮图传艺于范万明）均以姬龙峰为创拳祖师。

称形意者为山西形意、河北形意，均为李洛能所传（注：形意拳之名最早的文字记载出自河北形意拳师孙禄堂民国四年所著《形意拳学》一书。

究竟如何由心意拳称做形意拳，又始自何人均不得而知。

因为没有确切的文字记载）。

李洛能之心意拳是于咸丰年间在河南十家店（今河南社旗县）学自戴龙邦父子的戴氏心意拳（山西形意、心意界多传李洛能学于龙邦之二间。

部分山西心意传人在二十世纪八九十年代传出，李洛能学艺于龙邦妻侄郭维汉；河北形意拳界则传李洛能之心意拳学于戴龙邦）。

戴家心意拳则是戴氏父子在河南十家店时学于伊斯兰教心意拳师李政（真名实为李祯。

“政”为口传字误。

“李政”“李祯”“李珍”“李真”“李政明”“李榛”均为一人，皆口传字误造成）。

李祯学于南阳张志诚，志诚为河南心意开派宗师马学礼之高徒。

今天传播于海内外的心意、形意，无不源自河南心意拳一系。

不知什么原因，姬祖的其他传人没有将心意拳发扬光大并传承下来，传承下来的也只有马学礼一人。

。

<<心意门之粹>>

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>