

<<合气道>>

图书基本信息

书名：<<合气道>>

13位ISBN编号：9787533531485

10位ISBN编号：7533531485

出版时间：2008-4

出版时间：福建科技出版社

作者：陈琳健

页数：142

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>

<<合气道>>

内容概要

台气道原是一项徒手或器械之间对抗的日本武术。

在它近百年的演化后，到今天已经由原始的搏击武术，演化成以修身养性为主要目的、具备现代体育特点的“最酷的健身运动新项目”——在彬彬有礼中出奇制胜，健身防身。

它没有攻击的动作，这体现了它的独特的哲学和道德原则。

它没有比赛是目为它认为比赛争胜负会引起人的好勇斗狠之心。

它讲究以巧制胜，以柔克刚，并不要求练习者拥有很大的力量，故而不管是男女老幼都适合练习，都能得到身心的锻炼，都能学得一身自卫本领。

合气道又是怎么产生的?创始人是谁?他经过实战检验吗?希望本书的第一章能给各位读者一个比较满意的答复。

合气道的技法源于日本古柔术，在武田惣先先生手中发展成为大东流合气柔术，再经创始人植芝盛平的磨练始成体系。

看到这里，如果您对合气道产生了兴趣，想进一步了解台气道文化，那么本书的第二、三章节将分别从合气道概念、宗旨、功效及训练体系、礼法等几个方面，综合体现合气道“崇尚人与自然和谐”的文化理念。

本书的最后两章图文并茂地介绍了合气道的一些基本架势、步法、身法及其基础技法，至此您可以开始练习合气道了!

<<合气道>>

书籍目录

第一章 合气道起源、流派与发展 第一节 大东流合气柔术与武田忽角 第二节 合气道与植芝盛平
第三节 合气道主要流派 一、合气会与植芝家族 二、养神馆合气道与盐田刚三 三、昭道馆合
气道与富木谦治 四、心身统一合气道与藤平光一 五、养正馆合气道与望月稔 六、岩间流合气
道与斋藤守弘 第四节 合气道在全世界的传播与发展第一章 合气道概念、宗旨与功效 第一节 合
气道概念 一、气的概念 二、合气的概念 三、合气道的概念 第二节 合气道宗旨 第三节 合气道
功效第三章 合气道训练准备 第一节 合气道训练体系 一、身体训练 三、精神训练 第二节 合
气道礼法 一、行礼方法 二、习练礼节 第三节 合气道道场 第四节 合气道服饰及器械 第五节
合气道级别第四章 合气道训练基础 第一节 热身运动 一、背伸运动 二、手首柔软体操 第二
节 倒地练习法 一、前倒地练习法 二、后倒地练习法 三、侧硬摔练习法 第三节 合气道基本架
势、步法、身法 一、合气道基本架势 二、合气道基本步法 三、合气道基本身法 第四节 呼吸力
量养成法 一、坐式呼吸力量养成法 二、立式呼吸力量养成法第五章 合气道基本技术 第一节
投技 第二节 固技后记

章节摘录

插图：第一章 合气道起源、流派与发展合气道是植芝盛平以大东流合气柔术为基础，融合了他所学的日本其他古流武术，而创建出的一门新型武道。

植芝盛平去世后，他的学生们根据自己对合气道的不同理解发展出各种风格的合气道。

如今，合气道已成为了深受各国人民喜爱的一项有益身心的运动。

第一节 大东流合气柔术与武田惣角大东流合气柔术，传说最早由11世纪的新罗三郎源义光所创立。

他由观察蜘蛛织网捕虫而得到启发，领悟到弱小可以战胜强大对手的原理，他进而通过解剖人体发现人体中的薄弱环节，而发明了该技法。

随后，源义光次子源义清定居于甲斐，改姓为武田，因此该技法又融合了当地的武术，而作为武田家族的一种秘技代代相传下来。

因为是在皇族内秘传的，所以也称为“御式内”或者“御敷屋内”。

以上仅为传说，并无确切证据支持。

而大东流合气柔术对外公开始于明治维新时期，即19世纪末由武田惣角传到民间。

武田惣角（1895—1943）出生于日本会津藩（现福岛市），幼年时正值日本战乱及社会激烈动荡年代。

其父为日本末代武士阶层，是剑术和枪术的高手，并获得过相扑的等级，拥有自己的武道训练场。

可以说武田惣角最早的武术教师就是他的父亲，从他那学到了枪法、剑法、相扑及大东流小具足柔术。

随后武田惣角离开家乡，寻师访友，先后向会津坡下小野派一刀流的涉谷东马、大阪的镜新明智流的桃井春藏、幕府末代著名剑术家直心影流神原键吉学习。

但最重要的是武田惣角向精通大东流小具足柔术、御式内柔术及日本阴阻道学问的保科近真（原会津藩首席家老——西乡赖母）学习历代会津藩主所继承的御式内梁术。

随后他不断游历日本各地与各流派的武术家进行比武，并获得了“会津小天狗”的名号。

天狗在日本是山中一种长着人一样的大鼻子的生物，据说拥有很强的法术和魔力。

明治维新后日本政府宣布取消武士阶层，并禁止使用刀剑，武田惣角决定注重空手格斗，将大东流小具足柔术和御式内柔术及他所获得的其他技巧相结合，创造出一种新的武术，并命名为大东流柔术（后来称为大东流合气柔术）。

武田惣角过着巡游的生活，到日本各地传授武艺，所收的学生大多是政府官员、军官、警官等有较高社会地位的人，甚至包括海陆军大臣——西乡从道。

他留下了记载向其学习武术的弟子的名册——《英名录》。

1943年武田惣角在北国青森县逝世。

武田惣角的著名弟子包括植芝盛平、武田时宗、久琢磨、堀川幸道、佐川幸义，以及幸田幸太郎、山本角义、井上槛昭、松阳敏美等。

<<合气道>>

编辑推荐

《合气道》由福建科技出版社出版。

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>