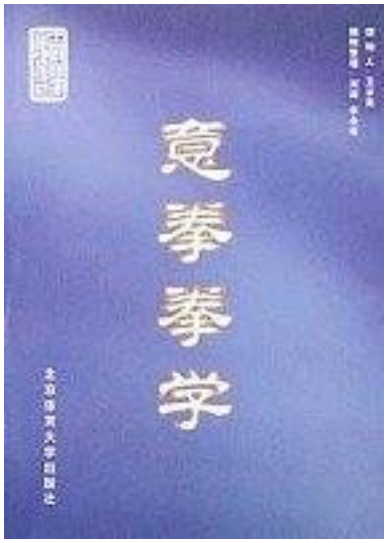
意拳拳学



意拳拳学_下载链接1_

著者:王芗斋

出版者:电子工业出版社

出版时间:2002-1-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787810517041

本书从技击与养生两个方面来阐述，主要收集了王芗斋先生遗著及王玉芳女士的著作，它概括了意拳练功与断手之法则、养生与站桩之渊源、养生的方法与实效等，是对王芗斋先生意拳拳学的继承与发展，具有很高的研究价值。本书内容丰富，易学易懂，是技击与健身的有效指导工具书。

作者介绍:

目录: 王芗斋生平大事记
一、纪念先父王芗斋
二、怀念先师王芗斋
三、意拳要述
四、意拳拳谱与八法训练之法则

五、站桩漫谈
六、谈谈试力试声
七、站桩功要点
八、意拳论一一桩功与四形
九、意拳断手述要与意拳实用之方法
十、习拳一得
十一、意拳拾粹
十二、意拳正轨
十三、拳学新编
……
后记
・・・・・・(收起)

意拳拳学_下载链接1_

标签

武术

王芗斋

大成拳

养生

武

人物

中国

评论

好書 ~值得一看再看

拳如其名，大成通途

意拳拳学_下载链接1_

书评

1、
大成拳是博而约之拳术，直指本质核心，不迷信套路、招法、权威。那些外在的东西并非千古不易，恰恰会因时、事、地、人等而改变，而内在的才是根本。提出但求神意足，不求形骸似的武学名言，得拳法之妙旨。 2、 凸显桩法之武学核心地位，给...

意拳拳学_下载链接1_