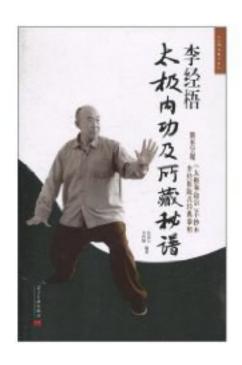
李经梧太级内功及所藏秘谱



李经梧太级内功及所藏秘谱 下载链接1

著者:梅墨生//李树峻

出版者:当代中国

出版时间:2010-11

装帧:

isbn:9787801709332

《李经梧太级内功及所藏秘谱》内容简介:李经梧(1912~1997)为中国20世纪一代武术大师。他在武术上融吴式、陈式、杨式、孙式等四家太极功夫于一体,臻于化境。《李经梧太级内功及所藏秘谱》为《大道显隐——李经梧太极人生》的姊妹篇,由李经梧的弟子梅墨生和李经梧次子李树峻编著。书中集中展示了李经梧的武术文献和太极功夫,收录李经梧传太极内功、手抄《太极拳秘宗》及笺注、李经梧陈式太极拳经典拳照,为太极拳的修练者提供了难得的参考和借鉴。

作者介绍:

李树峻,生于1942年,李经梧先生次子,幼承庭训。现为北京吴式太极拳研究会常务

副会长,中国武术七段。1958年和1962年曾两次获得北京市武术比赛太极拳冠军。退休前为618厂下属101厂厂长。

梅墨生,生于1960年,李经梧先生入室弟子,胡海牙先生弟子。为北京吴式太极拳研究会副会长,中国太极文化研究会常务副会长兼秘书长,武当山武当拳法研究会顾问,中国武术七段。著名书画家,国家一级美术师。供职于中国国家画院。

目录: 序言 武为心画 写在前面 第一编李经梧传太极内功 李经梧自述 《太极内功》李经梧原序 一、关于太极内功 二、太极内功与命门 三、太极内功的功法结构 四、太极内功通督与周天功 五、太极内功的查功方法 六、练内功应注意的事项 七、太极内功指导原则 八、站式练功方法介绍 九、持功练拳与内功心法运用 十、练功入静层次及其方法 ├一、功态反应及纠偏 十二、太极内功在临床上的应用 十三、太极内功与针灸结合 附运用太极内功治疗及与针灸结合治疗病例 第二编 李经梧习武心得及陈式太极拳照 太极拳的要领、要求、特点和体会 对太极拳缠丝劲等问题的体会 李经梧陈式太极拳照 第三编 李经梧珍藏《太极拳秘宗》及笺注 《太极拳秘宗》之来源 《术极拳秘宗》笺注 附录《太极拳秘宗》

李经梧太级内功及所藏秘谱_下载链接1_

· · · · (收起)

标签

太极拳

术街

李经梧

太极
国术
文化
修行
taichi
评论
写实的好书。启发是:太极内功修炼是有次第的,首先要从腰腿练起,把心安定下来。个人理解,我们的意念应该是可以激活我们身体的植物神经体系及其潜在功能,但整体平衡应该是基础。
 有东西。
 唉~
李经梧太级内功及所藏秘谱_下载链接1_
书评

李经梧太级内功及所藏秘谱_下载链接1_