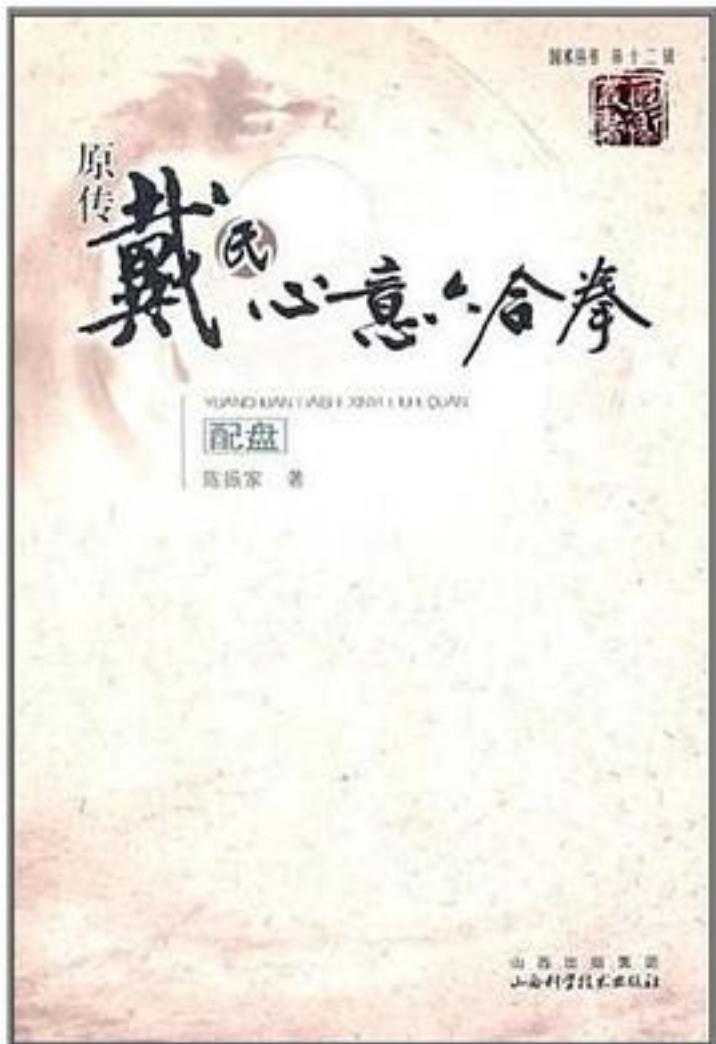


原传戴氏心意六合拳



[原传戴氏心意六合拳 下载链接1](#)

著者:陈振家

出版者:山西科技

出版时间:2011-1

装帧:

isbn:9787537733434

《原传戴式心意六合拳》主要内容：心意拳属内家拳，其拳理与太极，八卦两拳种对阴阳五行的引用大体相同，具体到手、眼、身、法、步却差异很大。六合为规寸步？寸拳、寸劲及束展斜正是该拳区别于其他拳种的显著特点。心意拳动作简约短捷，架势低沉，肢随体动，体随丹动，肢体伸缩开合幅度小，关节旋转开合角度大，对体力要求不高，以贴身靠打见长，角度刁，取位毒，力道集中，自我配合精巧，常胜彼于意料之外，不过初练时无论桩功走架均锱铢必较。

作者介绍：

陈振家，1949年生，山西省祁县洛阳村人。师承第五代传人王映海为师，成为戴氏心意拳第六代入门弟子。在师父言传身教下，刻苦习练，于拳术上有了很大的提高，在太原省级，洪同全国，太谷、香港国际武术比赛中各得金牌一枚；在平遥、灵石、北京等地的武术套路和擂台搏击赛中均得过银牌、铜牌及前五名优异成绩；在山西永济市全国武术邀请赛上荣获优秀裁判员奖；并协助中央电视台“走遍中国”栏目成功塑造了形意拳代表人物李洛能。

在习武过程中，广泛搜集拳谱、秘籍和手抄本，积累了大量的资料，在师父的指导下，逐步理解了其中的奥秘。在王理生、王占伟先生的建议下，在师父的指导和朋友的帮助下，克服各种困难，几易书稿，将秘不示外门的拳经拳谱和盘托出，终于成铅。他说这是他干得最有意义的一件事。本书共390页。

目录:第一章 沿革 戴隆邦 戴文良 戴文熊 李络能 郭威汉 戴良栋 戴魁 王映海 第二章 阐要
第一节 要语 第二节 心意手足法谚语 第三节 释眼耳手足法 第四节 短打身法 第五节
传意篇 第六节 动静 第七节 周身秘诀十二项 第八节 心意问答歌诀十三款 第九节
形形论(原文) 第十节 九歌 第十一节 内功外用 第十二节 游艺引盘根 第十三节 名命
第十四节 拳法总论 第三章 功法 第一节 身法 第二节 步法 第三节 手法 第四节
膀法 第四章 内功 第一节 丹田 第二节 五音与雷声 第三节 六合 第四节 猴势三要 第五节
三动 第六节 十三劲 第七节 十三拳 第八节 十六本 第九节 十六劲 第十节 九子连环扣
第十一节 八十一式拳法 第十二节 十字法 第十三节 黑点点穴歌诀 第十四节
注意事项 第五章 套路 第一节 阴阳五行五行拳论 第二节 五行拳 第三节 十大形练用法
第四节 七小形 第五节 四把 第六节 三拳 第七节 十趟闹势 第八节 云龙九宫八阵图
第九节 心意拳大调手 第六章 对拳单练 第一节 走锤 第二节 咬扣 第七章
手抄本要语录 第八章 戴隆邦拳序(六合拳序) 第九章 广盛镖局诚言 第一节
心意拳自己重不可滥传用 第二节 广盛镖局广告四民均宜习武艺 第三节
缓则工农急则士商 第四节 习艺二勤 第十章 名人论拳 第一节 训诲 第二节 拳术学 第三节
心形说 第四节 总结赞 第五节 勿滥传 第六节 恒磨炼 第十一章 家事 第一节
入门拜师帖与步骤(亦称顶帖) 第二节 排辈序 第三节 戴氏心意门排辈四十字 第四节 传承
第五节 点春语及走镖 第六节 念不通愁破头(旧格式) 第七节 非常用字注解附录
高降衡编著《形意拳基本行功秘法》全文编后语
· · · · · (收起)

[原传戴氏心意六合拳 下载链接1](#)

标签

武术

评论

山西有些真东西传承的不错。值得不时体会

知识点超密集的！！

真材实料多，值得一看。

戴氏心意拳以蹲猴桩为核心功法。拳术理论相当完备，犹如江水一泄如注。
拳术重点在功法而不是招数。很少有书会详细讲功法，多数只模糊几句带过而大谈招式
，此书功法理论讲解非常深入，远远超越大多数拳书，使人知其然更知其所以然。

同类书中翘楚。

这是我看过知识点最密集的书了，基本上看一遍两遍不行，连半本也吃不下。从内容上
看，实在是诚意之作。不过难度太高的书，注定没法广为流传吧，有点遗憾。不过还是
感谢作者把这些东西写出来，让我们知道！

[原传戴氏心意六合拳 下载链接1](#)

书评

[原传戴氏心意六合拳 下载链接1](#)