

<<太极拳师门对话录>>

图书基本信息

书名：<<太极拳师门对话录>>

13位ISBN编号：9787509134443

10位ISBN编号：7509134447

出版时间：2010-6

出版单位：人民军医出版社

作者：蒋家骏

页数：227

字数：233000

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>

## <<太极拳师门对话录>>

### 前言

1983年初。

于洪师济南菜市新村寓所首次与师弟蒋家骏君会晤，相谈甚欢。

他敦厚豪爽的谈吐和英俊伟岸的相貌给我留下深刻的印象。

1986年春，老师80寿辰，北京陈豫侠师姑和雷慕尼师叔到济南为洪师祝寿。

雷师叔住在洪师处，豫侠师姑住在许贵成师弟家。

我与家骏君常一起向师姑、师叔请教拳艺剑术，有时一起到师兄家走访，从此结下笃厚的兄弟之谊。

他坚实的拳架功底和娴熟精妙的剑法令我倾倒。

起先，他曾师从照丕师伯习练陈式太极，后又到济南习洪师拳架，深得陈式拳真谛。

他天资聪颖，悟性极强，勤奋刻苦，勇于实践，又得冯志强、陈金鳌诸人指点，是以功夫与日俱增。

自20世纪70年代末，即于徐州、淮阴一带传授陈式太极拳实用拳法，旋至上海、南京、广州等地传拳，评价甚高。

他恪遵师训，对学生要求极严，先讲明理法，每一动作反复示范，然后把手试验，教学颇具师风，是以学者日众。

家骏君心胸宽广，义结武林，从无门户之见，足迹遍及大江南北，黄河上下，广涉百家，博采众长，将其精华融贯于打手实用之中，技艺渐臻上乘，其功夫为洪师门下佼佼者之一，并在海内外传播陈式实用拳法贡献突出。

庄子曰：“风之积也不厚，则其负大翼也无力。”

家骏君厚积薄发，日练拳数十遍，至今不辍，且从严从难，求细求精；教拳诲而不倦，一丝不苟。现身说法，循循善诱。

长年累月积累了丰富的学拳与教拳经验；更难得者，其用心既细且苦，凡听老师讲述拳之理法、示范之技巧，无不一一默记于心，写成札记；再者，所去之处，凡遇名家名师，皆诚心求教，广搜秘笈，认真研究，故收藏武术资料甚多，这为他继承发展陈式太极拳，撰写太极拳著作奠定了深厚基础。

## <<太极拳师门对话录>>

### 内容概要

本书详尽地介绍了陈式太极拳宗师陈发科、洪均生及再传弟子蒋家骏三代人对陈式太极拳研习、继承和发扬光大的感人故事。

作者通过谈话和笔录的形式，真实地再现了陈、洪拳师的精湛拳艺和对拳法、理法的精辟论述，表现了崇高的武德，也是作者追随先师学习研究太极拳的真实写照。

《太极拳师门对话录:太极宗师洪均生言传身教原始记录》首次公开了陈、洪练拳习武的珍贵图片，为广大太极拳爱好者提供了珍贵的史料。

全书语言生动、通俗易懂，是太极拳爱好者难得的参考书。

## <<太极拳师门对话录>>

### 作者简介

蒋家骏，中国当代著名武学家、实战家太极拳名家、中央电视台《武林大会》太极拳总指导；徐州市陈式太极拳研究会名誉会长。

蒋家骏先生生于1942年，曾受教于陈昭丕先生、陈金整先生、洪均生先生、陈豫侠先生四位名师。

全面系统地罕习了陈式拳法，集陈式拳老架、小架，新架于一身。

自1983年至2008年间多次参赛并获奖后又受邀讲学、担任裁判。

其间在2007年10月，受中央电视台《武林大会》邀请，作为太极拳专家顾问，之后又受中央电视台之邀担任“武林大会陈式太极拳训练营”的总教练和技术指导。

2008年初，在中央电视台“武林大会陈式太极拳擂台赛”上，又担任“陈式太极拳专家评委”、“说武论技”和“专家点评”等多项职位。

蒋家骏先生著有《陈式太极单刀图说》，《陈式太极拳技艺法门》，《陈式洪架太极拳法传真》、《太极拳师门对话录》、《六十年学拳讲习录》、《洪均生陈式太极拳》、《蒋家骏太极拳文集》等。

在《武林》杂志、《中国功夫》等杂志连续发表有关太极拳械理论文章约四十余万字，其中代表作有《拳经总歌臆解》、《王宗岳答问》、《太极拳武术属性研究》、《陈式太极拳行功走架打手要求》、《陈式大枪释密》、《陈式粘剑技艺法门》等。

<<太极拳师门对话录>>

书籍目录

师门对话录附录A 太极拳争鸣与探讨附录B 功深面壁不求闻达——永忆恩师洪均生先生附录C 陈式洪架太极拳法传承表后记跋

## <<太极拳师门对话录>>

### 章节摘录

插图：1983年10月10日早上，我和洪师到黑虎泉练拳。

我先练了一路和二路拳，洪师在一旁指点，每发现问题，洪师就让我停下来，手把手地校正，不厌其烦，就这样，连续有一个多钟头。

我担心洪师劳累，就劝他休息一下，刚好徐州的王贯来到，洪师就停下来招呼来人。

接着又抽了一袋烟。

济南王世仁师兄的孩子，很喜欢这个拳，请求拍摄我和洪师推手的照片，洪师欣然答应。

对于推手的八法，边拍摄，洪师边讲解，大约有数十张（可惜这些珍贵的照片，我至今未能看到，不知流落何处）。

下午一直和王世仁师兄研究拳法，又一起参观了北极庙，游览了大明湖。

晚上在王师兄家吃了晚饭，兄弟俩谈拳论艺。

相见恨晚。

晚饭后他送我到洪师家，一起听洪师讲拳。

洪师针对太极拳的实战技击作了精辟论述。其中有“攻防实用法”的三十六字，这曾经是武术家的不传之秘，洪师对这三十六字，逐字讲解，我记录整理如下：1.观指用眼睛观察。

远视谓之“观”，近视谓之“临”。

实战中要求做到“眼观六路，耳听八方”，即从不同的方位、角度观察对方的动作，判断对方是进是退，是虚是实？

尤其要注意观察对方神情的变化，因为对方下一步的行动往往会不自觉地流露出神态来。

2.察一指审时度势；二指观察。

《易系辞》中说：“仰以观于文，俯以察于地。

”晋王弼注：“分别别析也”。

分析对方之动静，察其行动之意图，权衡双方之形势，是对敌搏击中不可忽视的战术问题。

王宗岳在《太极拳论》中引用“知彼知己，百战不殆”之意，就是要求做到充分了解对手，知道他的长短优劣之处，从而避长就短。

3.窥意指暗中观察、窥探、窥测、窥伺。

在实战临阵之时，暗中观察对方的动静，等待进攻的时机，是对搏开始前双方的一种心理活动。

## <<太极拳师门对话录>>

### 后记

多年以来，有许多爱护我的长辈、关心我的朋友以及无数爱好太极拳的拳友，曾多次约我出书，也有数家音像公司约我出光盘，均被我婉言谢绝。

绝非是本人自命清高，实则自以为水平所限，本着“献丑不如藏拙”之理，深恐以讹传讹。

贻误他人，而酿成终生之憾！

近十余年来，抱憾于失去恩师的沉痛，愈加怀念跟随洪师学艺的时光，因此发奋学习。每有疑问，必观看随身珍藏洪师84岁时摄下的录像，再追忆先师生前所授，亦每有所得。

迄今，吾年已近古稀，为了让洪师真传不灭，也为了验证我一生所学，遂著书立稿，将洪师拳法公之于众。

在此，我特别提出，要感谢我的师兄何淑淦，在炎炎的夏日，他耐心地读完了我的手稿，提出了中肯的建议。而且冒着酷暑为我写序。

我从中感受到了真诚的同门之谊，兄弟之情！

还要感谢我的小妹田芸，虽为女流，聪慧过人，才思敏捷，毅力坚强，对太极拳理法之领悟超乎常人，为可造之才。

自从我写书以来，一直帮我整理打印文稿，拍摄、编辑图片；我每一次易稿，她都是夜以继日、认真负责的重新校对。

付出了很多的心血，令我甚为感动！

我最要感谢的是曾经呵护我教导我的先辈们；感谢那些历年来鼓励我支持我的兄弟、朋友；感谢那些时常惦记着我向我发起过挑战的对手们。

是他们成就了今天的我，不仅让我粗略地掌握了太极拳的技术，更让我从极富哲学理念的太极拳中体悟到做人的道理。

此外。

我还要感谢本书的主编刘观涛先生，自从他约我出书，我们曾有过多次交流，我从中获得了很多的鼓舞和动力，因而了解到刘先生也是武道中人，对太极拳有着同样的热情和爱好，这也是我选择人民军医出版社出书的意义。

继《洪均生陈式太极拳——陈式洪架太极拳法传真》之后，我又整理出当年跟随洪师学拳时记录的“学拳日记”（遗憾的是自1975-1985年之间，近10年的日记遗失。

## <<太极拳师门对话录>>

### 编辑推荐

《太极拳师门对话录:太极宗师洪均生言传身教原始记录》：太极拳大学蒋家骏回忆与其恩师陈式太极拳宗师陈发科、洪均生研习太极拳的感人故事。



<<太极拳师门对话录>>

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>