

<<少林拳术图说>>

图书基本信息

书名：<<少林拳术图说>>

13位ISBN编号：9787537733373

10位ISBN编号：7537733376

出版时间：1970-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：姜侠魂

页数：156

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>

## <<少林拳术图说>>

### 内容概要

《少林拳术图说》影印的目的，旨在供各界武术爱好者鉴赏、研习和参考，以达弘扬国术，保存国粹，俾后学者不失真传而已。

原书大多为中华民国时期的刊本，作者皆为各武术学派的嫡系传人。

他们遵从前人苦心孤诣遗留之术，恐久而湮没，故集数十年习武之心得，公之于世。

从一书内容丰富，树义精当，文字浅显，解释详明，并且附有动作图片，实乃学习者空前之佳本。

原书有一些涂抹之处，并不完全正确，恐为收藏者之笔墨。

因为着墨甚深，不易恢复原状，并且尚有部分参考价值，故暂存其旧。

另有个别字，疑为错误，因存其真，未敢遽改。

我们只对有些显著的错误之处和版面上的墨点等，做了一些修改的工作；对缺少目录和编排不当的部分原版本。

## &lt;&lt;少林拳术图说&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：一法必有一特别之名称，其及遗传习惯之名词，苟不为之详细解释，当有顾名而不知义者，则释名尚焉。

至名词之同异，有为少林之独称者，有为各家所通称者，雅俗各别，称谓殊异，取其寻常通行称谓者，略记之如下。

按江湖卖技者流，拳向上冲，为朝天一炷香；两手上下排列，为狮子大张口；骈指而出，则称为双龙出洞；如是等等，亦难尽述，以其鄙俚，故不杂入。

## 1.地盆。

少林之名称，列于首方，各派之称，附之于下，后即仿此。

通称马步，又称桩步，有八字、川字、一字之别。

## 2.呼吸。

少林名练息法，北派称提气，湘黔称提桶子劲。

## 3.指法。

一指：少林称金刚指，通称金针指。

二指：称金剪指。

三指：三阴指，又称鼎足指。

四指齐出，称金铲指。

## 4.掌法。

五指紧排。

称柳叶掌，又称般禅掌。

出掌时指尖向下（即翻掌），称托叶掌。

五指钩屈，称虎爪掌，又称金豹掌。

足稍平。

丁字式，则用之者少，子午桩法，南北无异也。

（丙）眼法与听功柔术以眼为第一要著，故眼力钝视之人，万勿习此。

眼光不足，易于受制，斯道无他巧妙。

在眼尖、手快、胆稳、步坚、力实五者而已，此虽为浅近之语，然能于此五者无所欠缺，则切实受用不少。

学者可先于此五者加意焉。

各家眼法，常有参差不齐之处，关中派谓与敌遇，宜先用眼光注敌肩窝；洛派则谓先以眼视敌胸膛；

北派则谓注观敌之手尖，或器物之端；川黔湘楚等技家，则谓须以己之眼光。

注视敌之眼光；各有精妙自得之处，不能妄评其优劣。

总以融会诸家之长。

而以锐利为最要。

故少林之法，高出于各家之上者，在平素之内功耳。

内功为何？

即解脱生死，心定神清。

眼力到处，威如猛狮，锐若鹰隼，注射之点，以敌之眼光为标志，指尖物尖，不注自注矣。

听法乃防敌之厄背，或从暗里袭击，能听则仓促有以抵避，不致受制也。

然听法以禅功深者为易。

禅定之人，听及毫毛。

达摩师面壁九年，听阶下群蚁响若牛鸣，斯诚听功之极轨矣。

<<少林拳术图说>>

编辑推荐

《少林拳术图说》：老拳谱辑集丛书.第3辑

<<少林拳术图说>>

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>