

《原传戴氏心意六合拳》

图书基本信息

书名：《原传戴氏心意六合拳》

13位ISBN编号：9787537733434

10位ISBN编号：7537733430

出版时间：2011-1

出版社：山西科技

作者：陈振家

页数：390

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《原传戴氏心意六合拳》

内容概要

《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。

《原传戴氏心意六合拳》

作者简介

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。

《原传戴氏心意六合拳》

书籍目录

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 纲要 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 十趟闸势 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 恒磨练第十一章 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

《原传戴氏心意六合拳》

章节摘录

第一种：二六连环锁的“二”指阴阳，“六”指十二时辰（时钟）的六阴时、六阳时。连环锁：十二点钟真气循环的小周天，小周天循环有上下两处断层，道家将子时窍位稍后的尾闾穴下鹊桥的断层称玉锁或下锁，午时窍位泥丸宫的上鹊桥的断层称金关或上锁。第二种：二六连环锁的“二”在本拳指任督二脉，“六”在此处指任脉统领的六阴经和督脉统领的六阳经。连环锁：此意指任督二脉在上下交汇处各有一个断层，下部的断层在督脉的尾闾穴处和任脉的会阴穴处有九分之隔，为一断层，上部的断层在督脉的龈交穴和任脉的承浆穴有一分之隔为一断层。这下部断层任脉之气不能进督脉的尾闾穴，上部断层督脉之气不能降任脉的承浆穴，这上下二断层犹如两把锁，一上一下锁住任督二脉的交汇处，导致此二脉的真气不能媾通，所以称为连环锁。第三种：二六连环锁的“二六”，从本拳原传的拳谱和口传的含义讲，借鉴了《易经》中乾坤二卦是众卦之母的义理，和乾卦统六阳爻，坤卦统六阴爻，按天干地支十二时辰成圈之法，应天地的六六之节，人身六六经脉，像日月一升一降，循环往复，长生长消。在道教养生文献中记载了明末道士程羽文的《二六功课》一法，该书称：“今二六时中，随方作课，使真气流行，身无奇疾，以一天十二时辰中，各行摄养之法，其法不繁，务实却用等。撤开二六连环锁也称气冲三关通丹道。束身下蹲真气上升，道家称进火，为火烧开玉锁，为纯阳，此为开上锁。展身上起浊气下降，称退符，为水冲破金关，为纯阴，此为开下锁。一点灵光吊在眉：一点，指范围不大，凝聚集中。灵光：道家指阳光、神光，白色、红色、黄色、金色毫光。吊在眉：丹田结丹后两眉中间出现的白色、红色或金黄色毫光。谱有“灵光不散，自觉常明。”此谓任督二脉通畅后，会阴穴之气，沿督脉上升于脑，与目视鼎之目光聚会片刻，会同口液，以意送降下丹田，存守一会儿，元气一现，真气循环，心肾相交，一呼真气入丹田，一吸真气入脑海，此时任脉统六阴脉之气，督脉统六阳脉之气，循环成圈，乾坤交媾，元神之光悬于山根之上的天目之处，即谓“一点灵光吊在眉”，也是神气相通的显现。歌诀 四象会射玄体就，五行全处紫金明。脱胎入化身通圣，无限龙神尽失惊。元阳不走炼真气，均凭丹田立根基。丹田养就长命宝，灵光吊眉显其神。……

《原传戴氏心意六合拳》

精彩短评

- 1、没练过，我只收藏用，印象不错！
 - 2、不错，对练习和研究心意拳的人有帮助。
 - 3、还是算可以的
 - 4、内容空洞，可见作者未得真传。浪费钱，练武还是大成拳好，修身静坐好
 - 5、看看可以了解心意拳的一点内容
 - 6、好！书写的很细，透了不少以前见不到的东西。
 - 7、的的确确做到了原传，非常了不起。
 - 8、好书，值得购买和收藏，很不错的一本书
 - 9、练习者功架不整。拳谱部分可以看看。
 - 10、应该是不错的呢一本书
 - 11、很好 很不错，还有朋友要，再买几本啊
 - 12、这本书就是讲的一些基本功的练习而已
 - 13、功法深厚，内容优秀，理论扎实，是本难得一读的好书。
 - 14、新书,但封面严重折皱!此外,包装太简单,就一个塑料袋,投递过程图书易损坏!
 - 15、如果看此书学拳 肯定不可能。该书的用意在于较全面的公开了戴家的老谱。对初学没啥意义 习练多年的会由所收获吧
 - 16、很好的一本心意拳著作，但是还是有些保守，有些东西没有写出来！
 - 17、把拳写的太理论 还没写应用
 - 18、王老先生一脉的心意，据说这本书有不少干货。
 - 19、丹田功很详细。后面的形意拳基本行功秘法排版不好，希望按古法排
 - 20、内容丰富，有助于了解戴氏心意拳
 - 21、速度很快，感觉很不错，绝对正品无疑了
 - 22、里面干货很多，作者很难得。
 - 23、详解心得，练法，缺少实用
 - 24、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。
- 25、山西有些真东西传承的不错。值得不时体会
 - 26、同类书中翘楚。
 - 27、书中配的光盘不是戴氏心意六合拳，而是发了卢氏心意六合拳的光盘。
 - 28、没有见到书！不知道好不好了。但是第一次下单，理由是没有联系到我，所以没见到实体书。这是第二次下单，反正郁闷中...回头再写书评！
 - 29、一些理论性的东西不够深入、科学，比较杂乱无章，对一些技法的细节讲解的不是很详细。
 - 30、现在还没来得急看呢，看了一下光盘，感觉有点失望，与书无关，与内容有关
 - 31、原传戴氏心意六合拳的意思，就是没有走样的心意六合拳，很好
 - 32、尚未细读，价格便宜。可以了解如何投帖拜师
 - 33、这本书说原传心意拳，其实完全不是这么回事。作者本人的构思一点没有，好多内容是东拼八凑的，水平太低了。价格太贵了，真不值！评3分只是为了能写评论给大家，应该评1分的，但1分没权限评论呀！
 - 34、这本不比我花一千元买的中国心意拳行功秘法差

《原传戴氏心意六合拳》

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:www.tushu000.com