

《古拳论阐释》

图书基本信息

书名：《古拳论阐释》

13位ISBN编号：9787537718653

10位ISBN编号：7537718652

出版时间：2001-1

出版社：山西科学技术出版社

作者：马国兴

页数：275

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

《古拳论阐释》

内容概要

本书主要内容为：易筋经贯气诀、交手法、六合十要序、庄子论手搏之道、九要论、王宗岳太极拳论、越女论剑道、内功真经和唐顺之论拳等。

《古拳论阐释》

作者简介

马国兴，祖籍河北肃宁县，武术家，著有《古拳论阐释》。

《古拳论阐释》

书籍目录

- 一 功贵得传而自珍
- 二 越女论剑道
- 三 庄子论手搏之道
- 四 人间训·心欲小而志欲大
- 五 易筋经·贯气诀
- 六 九要论
- 七 唐顺之论拳
- 八 心意拳诀
- 九 交手法
- 十 六合十大要序
- 十一 “健顺参半”精义解
- 十二 王宗岳《太极拳论》
- 十三 内功真经

章节摘录

指法的屈伸，聚则为拳，散则为掌；手腕的俯仰伸翘，各种动作一有不合之处，便会造 行气不到部位的病拳状态。如平仰掌直出势者，而或行反掌勾手形，则气不能贯指尖；平阴 直出势者，而或行反掌勾手形，则气亦不能贯达指尖。阴手下栽者，掌翘，则阳气不能贯至 之端部；仰手上冲者，掌翘，则阴气不能贯之手之端部。平仰者，侧打者，腕勾则阴气亦不能贯至手之端部。侧手直打者，翘手则气不能到位；侧手沉打者，翘手则气亦不能到位。余可类推。 此段详细论明，手乃臂膊“形、气”之头领，臂膊屈伸往来之变化，气的人与不人，关键在手，故拳术中之“手法”秘诀皆在此段文字中，后人论手法变化之运用和根本法则皆以此论为准。 足三阳经止于足之背，运行于腿之外侧；足三阴经起于足下，运行于腿之内侧。足之三阳、三阴经的部位，乃腿之胯膝足血气往来之道路，又是内劲升降之道路。足尖、足根、足外楞、足前掌和足踝之伸跷、外掰、内扣，一有不合之处，则腿气不能贯到足之部位，同样影响步法、腿法的运用和正常发挥。如仰势踢，此乃指俯仰横身跺脚法，脚尖若伸，则阳气不能入到脚外楞处；俯势栽踢，即俯身内侧跺脚法，脚尖若跷，则阴气不能贯入到脚内楞处；起势直窜者，上势也，脚尖若伸，则气不得上升；落势下坠者，脚尖若跷，则气不得下降。 从本段整体论述得出：头为一身之气的头领，手为一臂之气的头领，脚为一腿之气的头领，而头、手、足(虚足)皆为天才之部位。后人论三节之用时说：“梢节领，中节随，根节催，三节齐到力增加”即源于此。以本文之论述，再参阅后文“三尖照论，三尖到论”，即是后人提出“鼻尖、指尖、足尖”三点一线的拳术法则和“六合说”中外三合的出处。 此论气之人与不人的“气”，结合后面的《中气论》一段文字合看，此气非经络之气，乃“气沉丹田德润身”之“德”，即中气，此“中气”说，后又发展为“内劲”说，则拳术中将经络之气归属于“形”的内容讨论，而内劲归属于“中气”说研究，乃有后来的“健顺参半”的拳论。传统拳术攻防之道的“拳学”一立，宗旨始终未变，直至现在。故现存传统拳术各门派，本皆一家，其理、法、术、功等内容是一致的。 此段文字在拳学发展的历史地位中很重要，习拳者不可忽视。 过气论 落点坚硬，猛勇莫敌，全身之气，尽聚一处者也。然有用之而气不去，气去而牵扯不利者，不知过气之法也。 益人之气。发于命门，气之源也；益之四末，气之注也。而其流行之道路。总要无阻塞无牵扯，方能来去流利，捷便莫测。故上气在下，欲入上莫牵于下；下气在上，欲入下莫滞于上。前气在后，顺其后而前自至；后气在前，理其前而后自去。左气在右，留意于右；右气在左，留意于左。如直撞手，入气于前，若不勒后手，撑后肘，则气不得自背而入。如上冲手，下手不下插，肩不下脱，则气不得自胸而上升。分摆者，胸不开，则气不得入于后；合抱者，背不开，则气不得裹于前。直起者须勾其脚，直落者宜缩其颈。左手气在右脚，右手气在左脚。俯势、栽势、前探势，掀其后脚之根。举势者颠其足，栽磕者莫跷足，恐其上顶也。踢撩者勿伸脚，虑其下扯也。扩而充之，势势皆然。 总之，气之落也，归于一处；气之来也，不自一处。惟疏其源，通其流，则道路滑利，自不至步步为营，有牵扯不利之患矣。 阐释 此段“过气”。又名“运气、行气”。其中有气的“腾挪”之法。气的上下运行为“腾”；气的水平运行为“挪”。此两法又不能截然分开，因“气之来也，不自一处”，故内气或内劲的运用，以“腾挪”说之。此段虽以“过气”论述，实乃阐述气、形合一而用之方法。原则是“形虚气运”。又“阳根于阴。阴根于阳”，气的升降、外发、内收，皆根于形的升降、外发、内收之法中；形的开合升降之运用效果，由气的开合升降之到位与不到位决定。此“阴阳”诸法则，直到现在亦是指导习拳者修炼、运用拳术攻防之道的基本法则，而其法、术、功的基本内涵是水不变换的。这就是“天不变，道亦不变”的天人合一的法则。 本段开头之“落点坚硬”，正是后人“出手软如棉，沾身硬似铁”说法的出处，可见拳学之一脉相承。拳术乃决生死之技，只有落点坚硬，才能体现勇猛异常，才能致对手于死地。所以。能达落点坚硬如石才是功夫，只有全身之气聚于击发点一处时，才能做到落点坚硬，达到攻防的预期效果。然而，有用之不得其法而气不去，气虽去而由于形体牵扯不通利者，因习拳不知“过气”之方法。 盖人之内气，发源于命门，即气海丹田中，此乃内气之源头；盖人体之四肢末梢，皆内气之所能注入之处。由丹田至身体四肢末梢乃内气往来流行的道路，总的要求是无阻塞，无牵扯，即“内清虚而外脱换”，内气方能来去运行流畅，运用招法攻防才能敏捷方便而使人莫测。故上行的内气蓄积在下，气欲上行。莫牵扯于下而不能上3下行人气，蓄气势在上。气欲下行，莫使气滞在上而不能下行。前行之气。其根在后，调顺其后，前行之气自然能至；后行之气。其根在前。调理其前。后行之气自然就会去。左行之气。蓄在右，留心于左，气便左行；右行之气，蓄在左，留心于右，气便右行，这乃是从根本上过气的方法，如直撞手，

《古拳论阐释》

人气于前手。若不勒后手、撑后肘，则气不能自背而入于前直擅手之中。这就是“前气在后。顺其而后而前自至”的说法，此乃“攻手之根在防手；防手之根在攻手”的攻守互根之理的出处吧！气行于背，有利于左右手攻防之内气运行。要求背部通畅。此乃是当时“背通拳”立意之所在吧！如上冲手，下手不下插，肩不松沉下脱，则内气不得自胸中而上至上冲手之中。此就是“上气在下，欲人上莫牵于下”的一种说法。双手分开外摆，如“裹边炮”拳势，胸不开，则气不能入于后背。这就是“后气在前，理其前而后自去”的说法。……

《古拳论阐释》

媒体关注与评论

序 从来人之为学，文武难得两全。故有武而不文者，绝艺终成绝响；而文不称武者，著述多涉虚玄。况中华武学，理涉古《易》，人之精于武者稀，精于易者亦稀，武易俱精者尤稀，稀逾凤毛麟角。是故世传古拳论读本，多失之艰玄，持之如鸡肋，观之效望梅，徒慰心情，与事何济？马兄国兴者，奇人也！被褐怀玉，大隐于京师，杜门谢客，专工武、易。其武功纯青，其易学精深，其以易释武堪称一绝，当今之世少有比肩者。余有幸识荆，获益良多，每聆高论，辄为后学惋惜：修行不闻道，何异长夜行？心常惻惻。忽一日，马兄以书稿示余，览之大悦，目不能移。是编曰《古拳论阐释》，实集中华古拳论精品之大成，誉为“古拳论观止”不为过也！集古文之成，似不为大难，而难在将千古至文，以中华古文化之经典《易经》一一释之，古论今释。相映成趣，以古人心，读古人文，岂凡夫俗子，可及万一也！学者一卷在手，无异于良师益友相伴；藏者得此古论集成，已远远超出若干凡品之收藏价值。一编在手，古拳论精品尽收眼底；朝夕把玩，不亦乐乎？！执马兄书复读再三，拿得起，放不下。不才何能，竟有此先睹之殊荣？是编之问世，诚武林之大幸，武人之大幸，马兄义举，不亦壮哉！欣闻马兄有意将此书梓行，余闻之雀跃，不能自持。不辞冒昧，莽撞涂鸦，以示欢喜之情。是为序。 李紫剑 敬识

《古拳论阐释》

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