

# 《形意拳述真》

## 图书基本信息

书名：《形意拳述真》

13位ISBN编号：9787537723060

10位ISBN编号：7537723060

出版时间：2004-10

出版社：山西科学技术出版社

作者：杨遵利

页数：554

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](http://www.tushu000.com)

# 《形意拳述真》

## 内容概要

一、本书为济南形意拳研究会会长、中国国家一级武术裁判、中国武当武术联合会副会长、研究员、世界教科文卫组织专家成员杨遵利先生编著，由《山西科技出版社》出版发行。书中记载五行、十二形拳、形意拳单练套路、对练套路、器械、拳谱经诀及高医俗先生获国家雄狮奖部分资料述形意拳、点穴秘法等。二、杨遵利先生此系属形意拳八大弟子之一李镜斋老先生所传。李镜斋先生传李应勋先生；李应勋先生传高医俗、李静轩、罗本祺、朱蕴山诸先生；杨先生师承高医俗、李静轩先生，得罗本祺、朱蕴山诸先生指点，为李镜斋先生嫡系再传弟子。三、李镜斋先生，直隶新安县人，以孝廉历任教授，是当时的学者。性好拳术，年六十三岁时拜李洛能先生为师。与形意拳巨匠郭云深先生相处最久最善，研究拳术追索至老，颇得拳术之奥理，动作轻灵仍如当年，成为李洛能先生门下八大弟子。李镜斋先生根据形意拳拳理和实际练功所得，体悟出拳术与儒学之道理并行不悖，合而为一者也。充分体现了形意拳以中国古典哲学阴阳五行生克制化为基础，融贯儒学之道理，内为养身之术，形为运动之道，生克变化为攻防之法，神形并重，道、体、用、艺兼备，拳理、道理、医理相互贯通，达到精、气、神与形体高度结合运用。通过意识修养和动作修炼结合，使人身与天地之理相合，变化人之气质。终之，使思想得到升华，技能得以悟化，身心得以长寿。李镜斋先生作为文人，极精拳术，对继承和整理李能然先生拳宗要义，起到了不可估量的作用。所传六合形意拳古谱，是研究形意拳的宝贵资料。四、本书于1985年形成初稿，在近20余年的练习、研究中，不断揣摩完善，于2004年11月出版。书中形意拳传统拳法套路细致古朴，特别是形意拳器械部分，在当今武术领域里实为凤毛麟角，不可多得，也是目前见到形意拳书籍中器械比较齐全详尽的教科书。书中所整理录入高医俗先生获国家雄狮奖部分资料述形意拳、点穴秘法等以供大家参考。五、本书作者，长期致力于传承和弘扬中华民族武术文化事业，从精英前辈的教诲中领悟形意拳的精义和真谛，为中华武术的发展兢兢业业、不懈努力，对武术的宣传、推广和发展做出了积极贡献。为更好地弘扬中华民族文化，作者认识到首要的工作是挖掘整理武术典籍，把武术广泛推广并发扬光大。六、作为形意拳八大弟子李镜斋老先生直脉所传，目前尚未见其他传系。杨遵利先生的《形意拳述真》一书，是研究和学习李氏拳法和风格的宝贵资料。它的出版，定能使广大形意拳爱好者受益，使武术文化宝库中再添新色。

# 《形意拳述真》

## 作者简介

杨遵利先生，山东邹平人，1962年生，汉族，大学文化，工程师，现任职于山东省直机关单位。系中国国家一级武术裁判、国家一级武术推手裁判，中国武当武术联合会副会长、研究员，中国武当武术十佳武术名家，世界文化艺术研究中心研究员，世界教科文卫组织专家成员，济南形意拳研究会会长。

他自幼好武，先后师从高医俗、李静轩等武术家修习内家拳，擅长形意拳、太极拳等。多年来广泛参加武术活动，积极挖掘和整理内家拳术资料，为弘扬武术文化事业做出了贡献。

参加国际、全国形意拳比赛，任济南代表队领队、教练，并任大会裁判员、裁判长等：1991年3月带队参加济南市武术比赛获团体总分第四名；1991年10月在首届北京全国形意拳交流观摩大会上任评议员，所执导的集体拳获三等奖；1991年10月27日带队参加了济南世界旅游日武术表演大会；1992年在山西全国形意拳邀请赛任济南代表队领队、教练，并任大会裁判员；1993年参加“济南国际武术旅游演武观光大会”获优秀奖；1995年率队参加首届中国深州国际形意拳交流大会，任济南代表队领队兼教练，团体获大会锦旗及队员获第一名等好成绩；2000年5月参加在山东济南举行的千年元春“齐鲁杯”形意拳、八卦掌强省精英邀请赛任大会裁判长；2001年8月率队参加山西平遥国际形意拳邀请赛，任济南代表队领队，并被聘为大会裁判员，队员获银牌2枚、铜牌1枚及第四名、第五名等好成绩；2002年10月率队参加中国齐鲁首届形意、太极、八卦精英赛，获团体总分第二名，并任大会裁判长；2003年10月率队参加北京全国形意拳邀请赛，任济南代表队领队、教练，并被聘为大会裁判员，学生获金牌、银牌、铜牌数枚及一等奖等好成绩，团体获大会锦旗。

加强国际文化交流：1986年在山东省体育馆同澳大利亚武术代表团进行交流；1988年在济南同日本武术代表团进行武术交流；2003年被世界教科文卫组织聘请为专家成员；2005年被世界文化艺术研究中心聘请为研究员。

报刊、网上：1999年入编《武当》杂志第6期武当武术人物谱；2002年成为中国武术优秀期刊《武魂》杂志第11期封面人物；山东省级刊物《社团之友》2003年第1期，以“著名形意拳家杨遵利先生”为标题，专页刊登为封底人物；济南市《社科论坛》杂志2003年第2期，以“励精磨砺，筑中华武术魂”为标题，高度赞扬其追求武术真谛的精神。2004年7月2日《人民日报》市场报，以武术与生活为专题，记载了其追求武学的精神。“中国武术网”“博武国际武术网”“御天龙中国传统文化网”“易道国际网”“山东省体育总会网”等，以“记著名武术家杨遵利先生”或“著名形意拳家杨遵利先生”为专题，进行长期报道。

武术成就：1995年参加首届中国深州国际形意拳交流大会获优秀论文奖；2001年被邀请参加中国深州形意拳擂台赛研讨会获优秀论文奖，被聘为中国深州李老能形意拳研究会副会长；2001年8月，国际武术联合会康戈武教授来济南考察时，高度评价其所做的贡献；2002年获首届中国武术家武术成就奖；2004年入编《世界教科文卫组织专家年鉴》；2005年被评为中国武当武术十佳武术名家。他长期致力于弘扬中国武术文化事业，培养了来自全国各地的一大批学生，部分学生参加全国形意拳比赛获金牌、一等奖等；他注重学术研究，积极推动武术文化的传播和宣传，著作有《形意拳述真》一书，为使武术文化造福于社会，做出了较大贡献。他经常在报刊杂志发表武学论文，业务论文数次获国家行评一等奖等。他的事迹被编入复旦大学成教院刊物，传略入编《世界优秀人才大典》、《中国当代武术家辞典》、《世界名人录》等十几部大典。

# 《形意拳述真》

## 书籍目录

第一章 形意拳概述 第一节 形意拳概述 第二节 菜意拳源流及发展 第三节 形意拳基本动作要求及运动特点第二章 形意拳人物第三章 形意拳经学第四章 形意拳基本功法 第一节 三体式桩功 第二节 浑圆桩 第三节 开合轮睛第五章 五行拳 第一节 劈拳 第二节 崩拳 第三节 钻拳 第四节 炮拳 第五节 横拳第六章 十二形拳 第一节 龙形 第二节 虎形 第三节 猴形 第四节 马形 第五节 (鸟+台)形 第六节 蛇形 第七节 鼉形 第八节 鸡形 第九节 鹤形 第十节 燕形 第十一节 鹰形 第十二节 熊形第七章 形意拳单练套路 第一节 五行连环拳 第二节 八式拳 第三节 龙形四把 .....第八章 形意拳对练套路第九章 器械单练套路第十章 器械对练套路第十一章 形意拳名家论第十二章 高医俗先生述形意拳及点穴秘法附录后记跋

# 《形意拳述真》

## 精彩短评

- 1、还是主要部分都是套路讲了一些功法和内功的部分但是很不详细感觉不过套路部分倒是还行我觉得综合评价只能说一般吧
- 2、图文详实

# 《形意拳述真》

## 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](http://www.tushu000.com)