

解國中
法拳

秘門螳螂拳入門

松田隆智著

致圖解中國拳法的讀者

拳法乃淵源於我國古代，為保鄉衛民，防禦盜匪的侵凌，所研習出的一套拳法。同時，也是人人必備的強身功夫，由於習之者衆，支派分生，故自立門戶者，不乏其數，如少林拳、形意拳、太極拳、螳螂拳、虎鶴雙形拳等，各派皆有其獨道之處，也發揮了它特有的功效，是深得一般人喜好的拳術。

然而，不知曾幾何時，這種習武的風氣，漫延至國外，廣受人們的重視，日本人更集各派之精華，投下大量的人力、物力、財力，潛心研究、大力推崇，且諸方考證，拜師學藝，並將之撰寫成書，視如珍寶。反視國人暴殄祖先遺產，棄如敝屣，實令人惋惜。禮失而求諸野，誠乃不得已。當今的補救之道，唯有「取人之長，補己之短」，以重振舊風。

淵遠流長的中國拳法，無論在姿勢、動作、呼吸方法上，都有其特定的規範，只要依其方法，循序漸進，是一門人人皆可習得的技擊；同時，藉著屏氣斂息的功夫，可強壯筋骨，去病療疾，使身堅如鐵，重若泰山，輕如飛燕；其深奧高妙之處，頗值得我們研習，並加以發揚光大。

益羣書店本著承續發揚之任，聘請專家學者，將日人習拳精要，譯述成書，並輔以清晰圖片做示範，望在互相交流，融會貫通中，習得更精進的拳法，相信只要我們秉持「強國必先強身」之信念，必能重振大漢聲威。

前 言

秘門螳螂拳是自古以來在中國山東地區，流傳著的實用拳法。本書所要介紹的，就是最重要的基本拳法。

目前，普遍流行的太極拳，除了陳家的正宗拳法以外，都屬於軟功，只當作護身的武術，實用性很小；而崩步螳螂拳則有迅速、果敢的特徵！其動作、技法都很劇烈，是短期可練習純熟、實用性相當高的拳法。

一九七一年二月，筆者到台灣準備再度學習拳法時，幸蒙當時在台灣大學教授拳法的老師——蘇昱彰先生（現接受委內瑞拉政府的邀請，到該國指導拳法）的介紹，拜訪由山東來到台灣，目前在台南鄉下隱居的秘門螳螂拳名師——張德奎老師。從此以後，我就居住在那裏，每天和他的學生一起練習拳法，這是我第一次接觸到秘門螳螂拳。

但是，後來我專心學習的却是小八極拳！而螳螂拳的全套功夫還沒有完全學到時，就追隨劉雲樵老師學習八卦掌、以及從徐紀老師那裏，學到陳家的太極拳，但仍希望將來能夠有機會，再學習螳螂拳。直到一九七四年十二月，意外地遇到曾經跟隨蘇老師學習螳螂拳的一位華裔美國人——韓先生（住在奧克蘭）時，我便每天和他一起練習，總算夙願得償！

近幾年來，我專心研究西藏的瑜伽，以及從前可能經由絲路為交流之東西合璧的格鬥技術，所以，已經很久沒有拜訪過去的老師了！但是，我仍然繼續地研究。儘管我不是專家，更不是獨門高手，但是為了求得本書正確而毫無瑕疵，所以我盡力而為。

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>