



王維慎著

武當松溪派內家拳

版權所有 翻印必究
ISBN 962-238-118-9
HF-98-P

目 錄

書 名：武當松溪派內家拳
作 者：王維慎
編 輯：續 瑜
封面設計：梁玉珊
出 版：海峰出版社有限公司
 香港中環德輔道中 71 號
 永安集團大廈 1502 室
印 刷：友利印刷有限公司
 九龍土瓜灣木廠街 36 號
 聯明興工業大廈四樓 B1 座
版 次：一九八九年三月第一版
 一九九九年三月第二版

前言	1
第一章 松溪派拳術的本源、沿革及其主要拳理	
第一節：松溪派拳術的本源及沿革	3
第二節：松溪派拳術的主要拳理	5
第二章 藥	
第一節：生活保健	9
第二節：練功保健	10
第三節：傷折保健	12
第四節：松溪派藥物綜述	13
第三章 技	
第一節：練技的基礎法	17
①車輪手	17
②空心錘	19
③轉膀	20
④搖腿	22
⑤鏟膀	23
第二節：練勁的基礎法	26
①伏地通臂	26
②扭槓子	28
③翻袋	35
第三節：內外翻錘	36
第四節：四平八法	37
第五節：交替八法	41
第六節：近身擒拿跌打的部分動作分解	45
①翻撻跌	45
②餓虎撲食	46
③降龍跌	47
④順勢牽掛	48
⑤曲池跌	49
⑥上四平	51

前 言

我國武術歷史悠久，內容極為豐富，但長期以來，由於種種原因，口傳心授者多，形諸文字者少，形諸文字而公開印行者更少。有的因為年代久遠而湮沒失傳，這是令人十分痛心的事。因此，挖掘和繼承我國武術遺產是刻不容緩的當務之急。

武當松溪派引用宋代思想家張載的“為天地立心（即誠的意思），為生民立命，為往聖繼絕學，為萬世開太平”作為教義，意思是要真誠，要為百姓修養鍛煉，要繼承古代聖人的學說，要為後代開創和平局面，當然隨着時代的不同，含意也會隨着不同。今天在楊亞山、平原等先生的鼓勵、支持和敦促下，我勉力整理出這本《武當松溪派內家拳》一書，雖然竭盡全力，求其準確無誤，以無愧於前輩授技傳德之恩，也無愧於本門後代繼承之意。惜我技薄德淺，實難如願，不足之處甚至錯誤在所難免，尚祈武林前輩和同輩給以指正，使松溪派拳術得以廣為流傳，並且更加發展，則私願就得償了。

王維慎謹識

⑦牽掛跌	52
⑧滑背曲池跌	53
⑨碰肘	54
⑩滑曲跌	54
⑪揚鞭套肘	56
⑫朝陽跌	57
⑬鷄子穿林	58
⑭大反關	59
第七節：身手步法的部分圖例	60
①掌拳形	60
②含機步	61
③叩關拿法	61
④四平變手	64
⑤六步散手	65
第八節：六合	68
第九節：力與勁的辨識	71
第四章 氣	
第一節：含機樁	72
第二節：引氣歸元	74
第三節：落地三盤功法	77
第四節：松溪派的內壯靜功	92
第五節：外壯披手功包的製法和披打方法	93
第六節：關於披鐵砂手的點滴體會	97
第五章 拿法述要	
第一節：拿法述要	98
第二節：拿穴述要	98
第三節：治傷藥方	99
第四節：穴位歌	103

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/>