

T425/17

前

言

太极剑是太极门中的短兵器之一，属于内家剑法。内家剑法的特点，是剑走轻灵，崇尚巧妙，以静御动，后发先至，以柔克刚，避实击虚。太极剑套路结构，正是以此为原则，剑法细腻，结构严谨，演练起来轻柔和缓，舒展优美，攻防结合，刚柔兼备，实为剑术套路之精粹，深受广大群众的喜爱。

此套太极剑法，是我国著名太极拳家李雅轩先生所传授。李师是杨氏太极拳宗师杨澄甫先生的得意高足，在太极拳、剑、刀、枪、推手、散手等方面技艺精湛，炉火纯青。在传授太极剑法时，不仅要求动作规整，而且特别讲究剑法用意清晰明白。我从小追随先师学习太极拳术，深得先师太极剑术之真传。

为了继承和发扬我国的传统武术，提高太极剑技艺的水平，本人特将此套剑法著成本书，并配以实练图片，奉献给广大太极拳的爱好者。书中对于剑式的动作、方位、要点、用法等，全是先师之真传技艺，未作些微变更，以免失真。然本人生性弩钝，尤不善撰文，虽竭尽全力，讹误和疏漏之处再所难免，

目 录

杨氏太极剑法精解说明

一、太极剑练法要领·····	4
(一) 太极剑技法的基本要求·····	4
(二) 太极剑对身体各部位的基本要求·····	5
(三) 关于对太极剑剑法使用的基本要求·····	10
二、太极剑的动作名称·····	15
三、太极剑练法图解·····	17
四、太极剑十三字诀·····	74
五、太极剑歌·····	75
六、李雅轩先生论太极剑剑法要领·····	76

——附李雅轩 43 式太极拳

一、李雅轩 43 式太极拳简介·····	79
二、李雅轩 43 式太极拳动作名称·····	82
三、李雅轩 43 式太极拳练习图解·····	83

杨氏太极剑法精解说明

杨氏太极剑法精解说明

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/>