

中国武术与气功丛书

六合棍

陈若萍 编著



中国书店出版社

目 录

第一章	概述	(1)
第二章	六合棍三十八技法浅释	(4)
第三章	六合棍动作名称	(7)
第四章	六合棍动作说明	(13)

第一章 概 述

在我国传统的武术器械中，以棍的历史最为悠久。棍术传播最为普遍，也最有实用价值。明代抗倭名将戚继光说：

“若能棍，则诸利器之法，从此得矣。”明俞大猷的棍法，被戚继光誉为“千古奇秘”。俞大猷所著《剑经》，是集棍法之大成的著作。棍术以明代为最盛，除俞大猷棍法外，还有少林棍、青田棍等。少林寺原以棍法著名，但在俞大猷访少林寺时，慨叹寺僧演棍已经“失古人真意”，遂把“临阵实用”的棍法传授给寺僧，后来又把《剑经》传给寺僧。据传，在沿海平倭战斗中，被征募的四十名少林僧兵，“各持铁棍重三十斤，抡棍进破，敌遇者即仆”。从此，少林寺拳棒之术更加为世人重视，学习的人也为之增多，声誉日上。

万历年间，新都（四川，一说是今日的安徽休宁）人程冲斗往来少林寺，前后十余年，三次拜少林寺著名棍僧为师，精心研习，深得少林寺棍法的奥妙。程冲斗根据寺僧所传及个人心得写成《少林棍法阐宗》一书，流传于世。少林棍流传于世的还有很多，本篇所述的六合棍，也是少林棍法中的一种。

近代，六合棍大多流行于山东烟台、莱阳、青岛一带的螳螂拳家手中。受螳螂拳攻势凌厉，迅疾多变风格的影响，又经过螳螂拳家们不断的研习提高，因此，六合棍结构严谨，劲力充实，动作质朴，强悍迅疾，技击性强，风格独特，更加突出了少林棍法连枪带棍的特点。

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/>