

刘 序

意拳系王芗斋先生所创，源于北京，是北京稀有拳种之一，在技击和养生方面都有其重要的意义。姚宗勋同志20岁从师于王芗斋先生，深得王先生妙传，是王先生的得意弟子，被赐名继芗。

姚宗勋同志四十多年如一日，从事意拳的教授与研究，造诣很深，在全面继承王先生拳术的基础上，博采众家之长，把意拳发展到一个新的阶段。

姚宗勋同志生前是北京市武术运动协会顾问，市武协意拳研究会会长，北京市著名的武术家。他所著《意拳》一书，是他一生从事意拳研究与实践的结晶。不少的意拳习练者、爱好者、武术界作家、理论研究家，早就希望有一习练、研究意拳的范本，此书的出版一定会满足这一愿望的，也一定会使意拳的普及、发展、推广发挥它应有的作用。

北京市武术运动协会主席

刘 哲

1988.7.20

彭 序

1928年秋，我在疗养期间，得姚宗勋先生传授，学习意拳，几年来坚持锻炼，受益不浅，深感意拳具有却病延年，强身健体的作用。

另外意拳在技击方面有重要的意义，姚宗勋先生精研武术拳理，综合各家所长，吸收现代拳法优点，在武术界素享盛誉。

这本书是姚先生集一生的心血和实践写成的，对于中华武术的继承和发展，具有一定的价值，此书以现代科学为依据，深入浅出，理趣横生，值得推荐，相信人们会从中得到裨益。

彭光涵

1988年4月8日

〔彭序作者简况〕

彭光涵先生在国内担任侨联领导工作，本人爱好意拳，通过锻炼，使多病的身体恢复了健康，现仍然为四化建设努力工作。

李 序

姚宗勋，浙江杭县人，幼年孤苦，寄居北京，因家焉。

姚君之为人也，淳厚刚毅，重情感，笃仁爱，豁达大度。敬师长若父兄、爱同辈如手足、视学生似己出。古云：“老者安之、朋友信之、少者怀之。”此岂宗勋之谓歟？

1937年秋，宗勋侍苒老杖履，深蒙青睐，尽得所传。每遇比武切磋，其态度之从容，言语之谦和，身手之迅疾，打击力之分寸，常使来者畏威而怀德。四十年代中宗勋已名重四海，苒斋先生曾题诗赠名，许以意拳之衣钵。诗云：“愧我工拙难造极，指顾相究继之成。赐名姚生字继苒，意在拳学种未亡。可怜自幼孤无依，吾且权代做爹娘。吾儿原本一书生，气概不似匠雕虫。胸襟豪放人间少，眼底山川海内空。老夫受授有宗勋，当知吾道不全沦。从此深追和力造，祖国精神未了因。但愿吾儿力有横，拳法能利我苍生。更愿百折志不移，豪气飞空贯白虹。寡言沉默暗自豪，厌看牛鬼混龙蛟。壮心若儿堪降虎，收性谦和须让猫。”

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/>