

大成拳学练 300 问

和振威 主编

北京体育大学出版社

新学社

PDG

作者简介



和振威 1940 年生于北京古玩珠宝世家，自幼习武，曾练过弹腿、少林、通臂、拳击、中国式摔跤等。19 岁师从王选杰先生练习大成拳，坚持练功和研究大成拳养生、技击理法达 48 年之久，曾得到王芗斋、周子炎、姚宗勋、赵道新、张恩桐、魏竞成、李永宗、杨德茂等武林前辈指教。现为国际大成拳联合会会长、中国大成拳研究会名誉主席、法国巴黎中医气功武术学院名誉院长兼武学教授、国际大成拳培训中心拳学导师兼首席顾问等职。

和振威先生遵从王芗斋先生、王选杰先生注重武德、科学养生、强身健体、弘扬中华武术的教诲，多年来致力于大成拳拳学理论、搏击技术、养生功法等方面的研究教学工作，长期在北京劳动人民文化宫体育场教练大成拳。为了使来不及参加体育场组织的定期大成拳武术班与家境困难者有习拳机会，还每年在京举办两期免费义教班，初学班和加强班（有练拳基础者）各 60 人。近 18 年，连续在欧洲（法国、意大利、荷兰、比利时、卢森堡、摩纳哥等国家）讲学和传授大成拳，学生和弟子遍及世界各地，为中国武术在世界传播做出了突出贡献。为更广泛地促进王芗斋拳学在国际间的研究和交流，2001 年 6 月 12 日，与王芗斋之女王玉芳女士、李见宇先生发起并筹建了“王芗斋拳学国际交流联合会”筹委会和欧、美分会。

和振威先生 1974 年曾主持编写《大成拳功法汇编》，在国内外武术技击刊物发表数十篇专业论文。1999 年在法国出版法文版《中国科学拳法——大成拳》，2001 年 8 月在意大利出版意大利文版《大成拳》，这两本专著都受到热爱中国武术的国际搏击专家的好评，影响颇大。2001 年底，由巴黎中医武术学院监制的英、法文版大成拳功法录像带、DVD 等在欧洲正式发行，受到当地武术界的广泛欢迎。自 2003 年至今已先后在国内出版《大成拳学》第一、二、三部，在国内外拳界产生巨大影响，其大部分内容为门人刊、著中从未发表的，得到王芗斋宗师多位在世弟子的赞誉，众多门人的好评，为当今国内最畅销的拳学论著之一。

目 录

知 识 篇

1. 大成拳是如何创立的? (2)
2. 大成拳中“大成”二字的来源和命名初意是什么? (2)
3. 什么是拳? 拳学的真谛又是什么? (3)
4. 大成拳与意拳是同一拳种吗? 为什么会出现两种叫法? (3)
5. 大成拳主要特点是什么? (4)
6. 大成拳功法类型是如何划分的? (4)
7. 学练大成拳应遵从哪些武德? (5)
8. 怎样理解大成拳武德中的“武不善作”? (6)
9. 大成拳在中国乃至世界的发展如何? (6)
10. 如何科学合理地选练功法和安排时间? (7)
11. 为什么练养生功更应当懂功法和功理? (8)
12. 怎样理解大成拳是一个新拳种? (8)
13. 怎样认识、理解大成拳的拳学理论? (9)
14. 为什么大成拳拳学理论的基本原则是恢复人类的自卫搏击本能? (9)
15. 为什么神意训练在大成拳功法练用中起重要作用? (10)
16. 在学练大成拳时怎样进行神意训练? (11)
17. 如何理解“六法归一”原则? (11)
18. 如何理解“松而不懈”与“紧而不僵”的辩证关系? (12)

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/>