

混元一气走天涯 八卦真理是我家

招招不离脚变化 站住即为

落地花 八卦走圈

太极求圆 道家练返还

搭手变十字 迈步必循圈

一处一太极 无处不是圆

行走如龙 换式如鹰 动转若猴 八卦掌 走为先

收即放 去即还 变化虚实步中参

张全亮 著 人民体育出版社

八卦掌精要



G852.16

357812

17

八卦掌精要

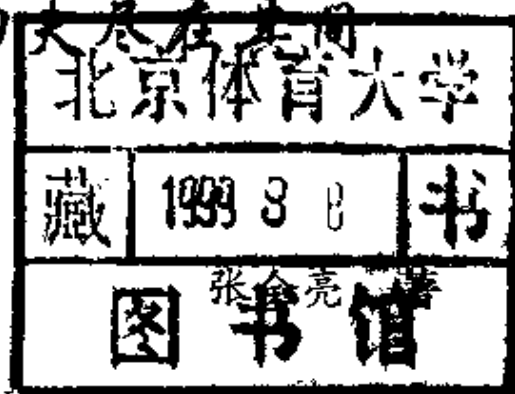
Ty22/20

八卦奥秘经典

技法效用非凡

精心揣摩提炼

功夫尽在其中



人民体育出版社



北体大 B00094595

内 容 提 要

《八卦掌精要》一书，是著名八卦掌大师李子鸣先生和著名太极拳大师王培生先生的得意门生张全亮继《八卦三合功》一书之后又一部专门论述八卦掌奥秘的经典之作，也是他集数十年练功经验的结晶，其中充满了哲理、医理、易理、道(家)理，揭示了八卦掌之精要所在。本书的独特之处在于，作者在学习、借鉴前辈经验的基础上加以充分揣摩、高度提炼，把师传和自身体悟、一家之言和众家之长融为一体，对八卦掌的练法、用法，以及从治病强身、技术和挖掘人体潜能等诸多方面的显著作用，从理论到实践作了全面系统、深入浅出的论述、讲解。为方便读者学习，还配以大量由作者本人演练的动作图片，使人一目了然。本书对初学八卦掌者来说，是一本很好的入门教材，对研究提高者更是一位不可多得的导师。

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/>