

# 《陈式太极剑修炼》

## 书籍信息

版次：2

页数：

字数：

印刷时间：2011年07月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533150327

## 内容简介

太极拳源远流长，博大精深，影响深广，社会普及。陈式太极拳的所有基本功亦是陈式太极剑的基础，在吸收传统的击刺之法基础上演变而来。

《陈式太极剑修炼》是作者理论与实践的积累和心血的结晶，其修炼要点为：

1. 先拳后剑，拳为基础
2. 合乎规矩，循序渐进
3. 意气主导，形意合一
4. 图文并重，勤学苦练

即陈式太极剑的修习强调先拳后剑，拳为基础，循序渐进。由这本极具指导意义的拳剑图文并茂的图书，广大太极拳和太极剑爱好者可以较快地了解本拳剑系的始末和概貌、技法和诀窍；习练它式之读者，可以深化对太极拳剑共性和基本法则的认识，还可借此找出陈式太极剑与其他式太极拳剑理念和套路的异同点。本书为我国武术太极拳理论的发展与实践的有机结合作出了一份贡献。

## 目录

### 第一章 太极剑概述

#### 第一节 剑与剑文化

- 一、剑器的产生
- 二、剑术的发展
- 三、剑的文化内涵

#### 第二节 陈式太极剑

- 一、太极拳溯源
- 二、陈式太极剑的兴起

#### 第三节 陈式太极剑的特点与作用

- 一、陈式太极剑的特点
- 二、陈式太极剑的作用

#### 第四节 陈式太极剑的修习要点

- 一、先拳后剑拳为基础
- 二、合乎规矩循序渐进

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)