

# 《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

## 图书基本信息

书名：《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

13位ISBN编号：9789866699047

10位ISBN编号：9866699048

出版时间：2007

出版社：台湾逸文武术文化有限公司

作者：林泉宝

页数：374

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

## 内容概要

武当赵堡侯氏太极拳，为当今赵堡太极拳三大门派之一。林泉宝老师是侯春秀老师入室弟子，数十年努力研炼武当赵堡太极拳，并总结一生的经验著述了《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》一书。目前在上海教拳。网站：[www.taijilin.com](http://www.taijilin.com)

# 《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

## 作者简介

林泉宝老师生于上海，七十年代因为支内调去陕西工作。林老师年轻时曾学习八卦掌，形意拳，陈式太极拳，自认为功夫不错。在陕西工作后，林老师偶尔与人切磋武艺，遇到赵堡太极的高手，方知自己武艺未精，以往所学多为花架，经不起实战考验。1973年恰巧侯春秀先生在陕西教拳，于是林泉宝老师拜入侯先生门下，开始学习赵堡太极。

侯春秀先生擅长擒拿术、跌法、摔法和散手。推手功夫丰富多彩，尤其乱环手法堪称一绝，更有上、中、下三盘功夫及四十八秘法等技。这些武当绝技与秘法，深深地震撼、吸引着林泉宝老师，林泉宝老师勤学苦练，经过十多年的学习，深得侯氏真传，成为在咸阳侯门师兄弟中的佼佼者。

八十年代林泉宝老师回到上海，在气功事业上从事研究、教学、治病等工作，所以很少有机会开展赵堡太极拳的发扬和宣传活动。九十年代初期林老师只是少量收几个弟子。1999年末则在上海中医药大学、气功研究所做了大量的太极拳传授工作。

林泉宝真正开始推广武当赵堡太极拳始于2000年，林老师虽然与赵堡太极拳同门的交流甚少，但是对拳技的研究从未中断。2000年的10月，林老师在武当山参加武当拳法研究会时，面会许多未曾谋面的同门师兄弟，尤其与原宝山师兄进行了多次交流。原宝山先生鼓励林老师编撰一本关于赵堡太极拳的书籍。之后，林老师退休在家，就更有时间总结行功心得。自2001年开始动笔，林老师于2002年完成《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》一书。由于原宝山先生于2003年溘然长辞，此书的出版也搁置了下来，林泉宝老师遂将其中部分章节投给几个杂志，得以发表。

林老师的《太极行功实修》一书也正在撰写中，林老师表示自己别无他求，只要能把老师的东西传下去，可以不计酬劳。令林老师感到欣慰的是最近又有一些新鲜的血液充实了赵堡太极的队伍，学生努力好学，对赵堡太极非常关注，有的还在努力研读拳经和中医书籍，目的就是想更好更深的研究太极拳。他们那股认真和执著劲，令林老师钦佩不已，林泉宝老师被这些同道好友的真心诚意，渴望上进的青年人所打动，将继续努力发扬光大赵堡太极。

# 《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

## 书籍目录

上篇 太極拳行功心悟 第一章 太極拳入門 第二章 太極拳之內功修煉 第三章 太極拳行功心悟 第四章 太極拳身法的技術要求 第五章 太極拳的技擊、養生與發展 第六章 太極拳技擊十要 第七章 趙堡太極拳之重大特點 第八章 延年益壽話太極

下篇 趙堡侯氏太極拳侯氏成架 第九章 武當趙堡太極拳 第十章 太極拳的技與道德 第十一章 趙堡太極拳侯春秀技法歌訣 第十二章 趙堡太極拳之身、手、步、眼法 第十三章 趙堡太極拳成架套路 第十四章 武當趙堡太極拳之技法與推手 第十五章 太極論壇 第十六章 侯氏咸陽傳秘技 第十七章 河南溫縣趙堡太極拳歷代主要傳遞系統表 第十八章 武當趙堡太極拳歷代宗師拳論

# 《武当赵堡侯氏太极拳与行功心悟》

## 版权说明

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)