

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 图书基本信息

书名：《中华武术-中国文化知识读本》

13位ISBN编号：9787547208854

10位ISBN编号：7547208851

出版时间：2012-1

出版社：李玉、金开诚 吉林文史出版社 (2012-01出版)

页数：135

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)

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 前言

文化是一种社会现象，是人类物质文明和精神文明有机融合的产物；同时又是一种历史现象，是社会的历史沉积。当今世界，随着经济全球化进程的加快，人们也越来越重视本民族的文化。我们只有加强对本民族文化的继承和创新，才能更好地弘扬民族精神，增强民族凝聚力。历史经验告诉我们，任何一个民族要想屹立于世界民族之林，必须具有自尊、自信、自强的民族意识。文化是维系一个民族生存和发展的强大动力。一个民族的存在依赖文化，文化的解体就是一个民族的消亡。随着我国综合国力的日益强大，广大民众对重塑民族自尊心和自豪感的愿望日益迫切。作为民族大家庭中的一员，将源远流长、博大精深的中国文化继承并传播给广大群众，特别是青年一代，是我们出版人义不容辞的责任。本套丛书是由吉林文史出版社组织国内知名专家学者编写的一套旨在传播中华五千年优秀传统文化，提高全民文化修养的大型知识读本。该书在深入挖掘和整理中华优秀传统文化成果的同时，结合社会发展，注入了时代精神。书中优美生动的文字、简明通俗的语言、图文并茂的形式，把中国文化中的物态文化、制度文化、行为文化、精神文化等知识要点全面展示给读者。点点滴滴的文化知识仿佛颗颗繁星，组成了灿烂辉煌的中国文化的天穹。希望本书能为弘扬中华五千年优秀传统文化、增强各民族团结、构建社会主义和谐社会尽一份绵薄之力，也坚信我们的中华民族一定能够早日实现伟大复兴！

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 内容概要

《中华武术》在深入挖掘和整理中华优秀传统文化成果的同时，结合社会发展，注入了时代精神。书中优美生动的文字、简明通俗的语言、图文并茂的形式，把中国文化中的物态文化、制度文化、行为文化、精神文化等知识要点全面展示给读者。点点滴滴的文化知识仿佛颗颗繁星，组成了灿烂辉煌的中国文化的天穹。

《中华武术》能为弘扬中华五千年优秀传统文化、增强各民族团结、构建社会主义和谐社会尽一份绵薄之力，也坚信我们的中华民族一定能够早日实现伟大复兴！本书由于元编著。

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 书籍目录

一、词源解释二、中华武术魂——武术的历史沿革三、尚武崇德健身心——武术的特点四、健体魄供审美——武术的作用五、武术之魂满中华六、备受青睐的文化瑰宝

## 章节摘录

武术在我国有着悠久的历史，它产生于我国远古时期人们的生产劳动。人们在狩猎的生产活动中，逐渐积累了劈、砍的技能。这些技能虽然是低级的，却是武术形成的基础。武术作为独立的社会文化现象，是与中华民族文明一同产生的。在原始社会，野兽居多，人类为少，人们常常受到野兽的袭击，自然条件很恶劣。在“物竞天择，适者生存”的自然规律下，人们要想生存，必须要学会自卫，同自然作斗争，于是，逐渐产生了拳打脚踢、指抓掌击、跳跃翻滚这样的初级攻防手段。后来随着社会的进步，又逐渐学会了以石制或木制的工具作为武器，使用器械去搏斗捕杀，至此，武术的萌芽开始显现。我们已经看到，在旧石器时代，人类已经学会了使用工具。那时，就出现了尖状石器、石球、石手斧、骨角加工的矛。而到了新石器时代的末期，又出现了大量的石斧、石铲、石刀和骨制的鱼叉、弓箭，甚至还有铜斧等。这些原始生产工具和武器，后来大部分都成了武术器械的前身。武术的萌芽在原始社会时期渐渐出现。智慧的人们又不断从部落战争双方的决斗中总结经验，逐渐获得了攻防技能和经验，并且加以练习，代代相传。这样，一代一代地，打击、刺杀、行拳、踢腿，不断模仿着、传授着、习练着，便产生了武术。武术真正成形于奴隶社会时期。夏朝建立时，经过了连绵不断的战火，武术为了适应实际战争，需要进一步向实用化、规范化发展。夏朝时期的武术活动主要从以下两个方面发展：一是军队的武术活动，二是以武术为主的学校教育。进入阶级社会，随着生产力的发展、兵器的改进，武术又进入一个新的发展阶段。商周时期，由于青铜业的发展，出现了矛、戈、戟、斧、刀、剑等精良的兵器，人们也学会了运用这些器械的方法，如劈、扎、刺、砍等，还有了比拼武艺高低的赛事。当时的武技多称为“手搏”“手格”“股肱”等。据《史记》记载，夏王桀、殷王武乙和纣王都是徒手生擒猛兽的技术能手。同时，还出现了武术训练的重要手段——田猎。周代设“序”等学校，并把习武列为教育内容之一。相传在周时期出现了一部中国武术史上重要的著作《周易》，也被称作《易经》。“一阴一阳谓之道”。《易经》这本书有着含义极其丰富的哲学思想，对我国养生学、保健学的发展影响极为深远，其中由“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦”之句产生了太极学说，从此奠定了中国武术体系的基础。加之殷周时代的奴隶战争及春秋时诸侯战争的史实，我们可以推断出武术是战争所需要的。武术文化在这个时候才有了它的文化内涵，从原始时期的简单打斗中拥有武术文化的灵魂。后来，武术开始从古代军事活动中慢慢地独立出来，出现了使用上述剑术理论并依附于贵族阶层的侠士。《庄子·说剑篇》对此有比较详细的记载，文中记载：“昔赵文王喜剑，剑士夹门而客三千余人，日夜相击于前，死伤者岁百余人，好之不厌。”这件事说明当时出现了相当规模的依附于贵族的侠士，这是一些在某种观念支配下，凭借自己的剑术为人效命，或者以武技谋生的人。因此，侠士应该是此时传统武术的主要载体。此外，从《庄子·说剑篇》我们还可以看出，斗剑活动在当时的民间社会非常盛行，这表明武术基本运动形式中的器械格斗基本形成。可见，此时的传统武术开始从军事武艺中独立出来，形成了一个包含斗剑、剑术、武德以及以侠士为载体的基本结构。但是，此时的传统武术与军事武艺仍然保持着紧密的联系，有时甚至不分彼此。在春秋战国时代，军营中主要用角力和武舞来提高士兵的战斗力。角力在周代春秋时期，是军事训练的重要内容。《礼记》记载：“孟冬之月，天子乃命将帅讲武、习射、御、角力。”到了战国时期，先秦出现的角力更名为角抵。《汉书·刑法志》记载：“春秋之后，灭弱吞小，并为战国，稍增讲武之礼，以为戏乐，用相夸视，而秦更名角抵。”这一时期，角抵从形式上看是一种徒手竞技，主要是摔法和体力的较量，此外，它还具有军中娱乐的作用。而对于武舞也是一样。所谓武舞，就是手持兵器的舞蹈。据史料记载，先秦时期武舞主要有两三种，一是《左传》中记载的万舞；一种是《诗经》中记载的象舞，即小孩子长大后所练的模仿军事技击之术；再就是西周时期的大武舞，是周武王为庆祝胜利而作。这三种武舞中，很明显象舞对军事武艺持肯定态度，鼓励推动军事武艺的发展。P11-17

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 编辑推荐

武术在我国有悠久的历史，它的产生，缘起于我国远古祖先的生产劳动。人们在狩猎的生产活动中，逐渐积累了劈、砍、刺的技能。这些原始形态的攻防技能是低级的，还没有脱离生产技能的范畴，却是武术技术形成的基础。到了氏族公社时代，经常发生部落战争，因此在战场上搏斗的经验也不断得到总结，比较成功的一击、一刺、一拳、一腿，被模仿、传授、习练着，武术逐渐形成。《中华武术》在深入挖掘和整理中华优秀传统文化成果的同时，结合社会发展，注入了时代精神。本书由于元编著。

# 《中华武术-中国文化知识读本》

## 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)