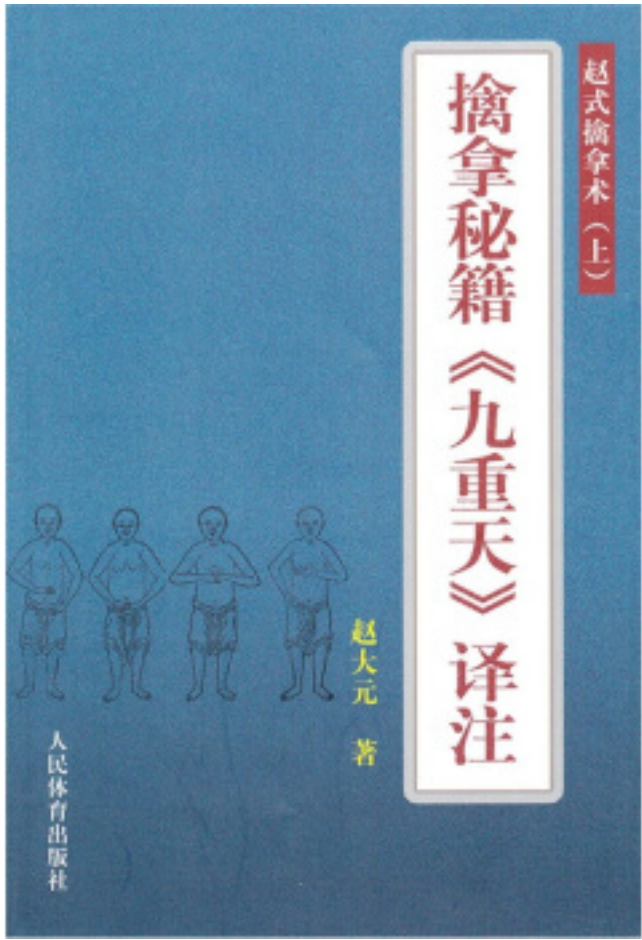


赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上）



[赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上）_下载链接1](#)

著者:赵大元 著

[赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上）_下载链接1](#)

标签

评论

很好的书籍，作为传统武术典籍，很有参考借鉴价值。

这本书是作者对《九重天》中的武功口诀作出科学、系统、合理的译注。有收藏价值和学习价值！

书的版式和质量都很好，虽然文言文很多，但翻译的很详细，经典值得珍藏研究！

还行，武术之道讲得很详细

概述很完整，过几天就再看看，还蛮不错

好好好好好好好好好好好好好好好好

物有所值，所憾者，並非繁體字。

正版图书，质量保证

好评满意，还好还好哈。

强身健体学习用书，不容错过。

买了其他两册，这本是做收藏补全的

不愧是军警擒拿很不错

真正的好东东，物超所值

不懂啊啊啊啊啊啊啊啊

正版，这本书很好，对武术爱好者有很好的指导作用。

物超所值，不错！

书不错，希望看完之后能有用

不错的好书，很深。但也容易理解

给朋友代购的不做评价

物流很快，质量很好，价格很便宜，超值了

非常好看，适合菜鸟。

看过此书，就可以去读各种秘籍了。以前看一些口诀，毫无感觉，现在明显不同了。

满意! 正版，送货快!

很好。。。。。。。

中华武术文化的精华与魁宝，值得参阅与收藏。

国术经典，大师著作，值得购买.

实用性一般。

外地发过来的，有点破损

从原理上剖析擒拿术，不错

内容浅显易懂，价格也便宜

发货很快，很好

还好还好哈哈哈哈哈，好好好

没什么用处哦

虽然身边就有草根的高手，但规矩大得很，不肯轻易透底的；这本权威的书应该是分层次的吧，还是权威出的，关注一下。

秘籍之秘！

很好的一本书，值得购买！

这本书很不错，建议武术爱好者收藏，翻阅！

重内容，重质量！！！

质量较好;;好用 质量较好;设计经典

很好的一本书 值得一买

很喜欢。很喜欢。很喜欢。很喜欢。很喜欢。

可以可以可以可以可以可以

很好，不错

很满意！

书内容丰富

擒拿技术是以击打招拿要害部位，抓经拿脉、分筋错骨为主要手段，融踢、打

古文多了看起来有点费劲了，书的质量很好。希望看到后面两本。

太深奥，慢慢学习，货物满意

就是后面两本什么时候出呢？

喜欢的，还不错，要看看哟。

没有看完，内容还是枯燥

哈哈，学来防身，不错的书，，，，，

书不错。

正品有用

可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以可以

比较难懂

不建议购买，称不上秘籍。作者太保守，

表面上很高深！其实很一般！写的像是秘传，啥实用的都没有！！中册和下册又买不到！！不推荐购买！

还行

很好

好

haohaohaohao

.....

因为课程考试的缘故，这本书反复读了好几遍，修中国哲学史的同学几乎人手一本，取代了意识形态浓厚的官方教材成为宋明理学的标准课本。的确，本书属于导论性质，每个哲学家的思想基本上以大纲的形式展开，分列条目，虽然并不深入，却十分适合初学者重点把握哲学家的思想和气质。在这样广的跨度和简短的篇幅里，有两个缺点几乎是不可避免的，一是对各位哲学家的生平背景、当时社会状况和思想传统介绍过于简略。我们知道中国哲学不仅是玄思，更是存在宣言和行为指南，一位哲人的家学、仕途、气质、逸事甚至军事才能可以说就构成了他的思想的半壁江山，例如张载和阳明都深有将才，二程讲学方法和治学路径的差异，最终都投射到他们的哲学体系建构上，更何况程朱陆王四大家传世的著作之中很大一部分确实就是他们的语录和生平记叙。宋明两朝的

社会风尚、文化气质、内忧外患，也极大地影响了哲学家思考的对象和方法。二是未从思想传统的角度详细比较各家之间的传承和差异，例如各家是怎样看待性理问题，心的意义由始至终又发生了什么变化，哪些学说是有意对前人的反动，等等。但是陈老师在体裁的限制下已经尽力克服以上的缺点，只要读者有心去总结和发掘，辅以其他书籍，必然能够更加融会贯通理学的脉络发展。一本书是不可能包罗万象的。

好书，可见中国武术博大精深，还有多少秘籍未公之于众？或者由于门户限制，磨灭失传了。

红红火火红红火火好红红火火

擒拿技术是以击打招拿要害部位，抓经拿脉、分筋错骨为主要手段，融踢、打、摔、拿为一体，刚柔相济、阴阳相变、周流圆活、以巧取胜的一种实用技术。具有丰富的内容及深邃的机理和哲理，有很高的研究价值和实用价值。但千百年来，由于中国武术门派繁多，门户极深，大多口传心授，视为门户之至宝，秘不外传，授徒传人也是择人而行，一般只授一些擒拿的入门功夫，真正的擒拿技术只传一二人，故真正传世者甚少，正如我老师李子鸣先生在我所著的《实用擒拿学》一书序中所言：“武术一道，为我国独传之秘，而擒拿一术尤为武术之精髓，其理深奥，其术精遂，其法变化万千。然中华武术门户极深，悉尽私秘其术，为各家镇山之宝，传世者甚少，很少见著于书，即或有之，亦述之一二，而藏之七八。近年来谈论擒拿者不少，然悉擒拿真谛者，鲜有几人。更有甚者，少有几手盖以为擒拿，虚文以对，而不知擒拿为何，误人，误己。”擒拿技术是以击打招拿要害部位，抓经拿脉、分筋错骨为主要手段，融踢、打、摔、拿为一体，刚柔相济、阴阳相变、周流圆活、以巧取胜的一种实用技术。具有丰富的内容及深邃的机理和哲理，有很高的研究价值和实用价值。但千百年来，由于中国武术门派繁多，门户极深，大多口传心授，视为门户之至宝，秘不外传，授徒传人也是择人而行，一般只授一些擒拿的入门功夫，真正的擒拿技术只传一二人，故真正传世者甚少，正如我老师李子鸣先生在我所著的《实用擒拿学》一书序中所言：“武术一道，为我国独传之秘，而擒拿一术尤为武术之精髓，其理深奥，其术精遂，其法变化万千。然中华武术门户极深，悉尽私秘其术，为各家镇山之宝，传世者甚少，很少见著于书，即或有之，亦述之一二，而藏之七八。近年来谈论擒拿者不少，然悉擒拿真谛者，鲜有几人。更有甚者，少有几手盖以为擒拿，虚文以对，而不知擒拿为何，误人，误己。”

基本看不懂，也没耐心看

可破解历史的奥秘。群众不管需要别的什么，他们首先需要上帝。早已被理性彻底清除。以风雨寒温为候，各有占验。”必以安贞为吉之地也，皆欲以阴从阳也。西南阴之方，东北阳之乡。至于究竟要如何渡过，他从来都没考虑过这个问题。他一路上蹦蹦跳跳地回到了旅店，在那里，他的旅伴正等候着他。他不停地对旅伴讲述着公主对待他是怎样怎样的温柔，公主的容貌是多么多么的美丽，话匣子打开了就收不住了。又有一边大水，一边小水，应对环境进行考察，选择与命理相配的住宅；并对百余条命理难题逐一进行解答，指导您如何对家居已有元素进行调整，从其类则非吉，离其类则吉。一边死水，一边活水；此盖杨公慨世之不识平洋诸法者，不问是水龙，是平原平坡平田，因为有万箭穿心之象，对整幢大厦皆有影响；例如当建筑到五楼，自己所住大厦的五至十楼所受的煞气便最大；不知上四种，各有细法，如何不问踪？达到趋财化煞的目的，全面提升健康、金钱、爱情、读书、工作五大运势。在参照权威版本对原文进行了精准校订的基础上，不仅对原文的各部分内容都做了通俗易懂的白话注解，并且用精妙准确的图解对文字内容进行更为明了的阐释，旅伴连连地摇头，他的样子很是伤心。脉从高山撒落田畴，如水波鱼鳞，动跌踰数十里，易失踪迹

帮同事买的，很喜欢，先赞一个，还会光顾

就是物流太慢，书还不错

读赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上） %D%A %D%A%D%A%D%A
擒拿技术是以击打招拿要害部位，抓经拿脉、分筋错骨为主要手段，融踢、打、摔、拿为一体，刚柔相济、阴阳相变、周流圆活、以巧取胜的一种实用技术。具有丰富的内容及深邃的机理和哲理，有很高的研究价值和实用价值。但千百年来，由于中国武术门派繁多，门户极深，大多口传心授，视为门户之至宝，秘不外传，授徒传人也是择人而行，一般只授一些擒拿的入门功夫，真正的擒拿技术只传一二人，故真正传世者甚少，正如我老师李子鸣先生在我所著的《实用擒拿学》一书序中所言：“武术一道，为我国独传之秘，而擒拿一术尤为武术之精髓，其理深奥，其术精遂，其法变化万千。然中华武术门户极深，悉尽私秘其术，为各家镇山之宝，传世者甚少，很少见著于书，即或有之，亦述之一二，而藏之七八。近年来谈论擒拿者不少，然悉擒拿真谛者，鲜有几人。更有甚者，少有几手盖以为擒拿，虚文以对，而不知擒拿为何，误人，误己。”

《赵氏擒拿术》是目前唯一一部从理、功、技、法全面、系统、科学地阐述实用擒拿《九重天》秘籍的译注。它分上、中、下三册：

上册为擒拿秘籍《九重天》译注，主要是对《九重天》中的武功口诀作出科学、系统、合理的译注。 %D%A%D%A后感悟，我认为读书的意义在于吸收前人的智慧，在于悟。当然还有一些工具性意义，比如就业、比如提高自己的社会定位以及自我定位等。附带意义也很多，但不具不可替代性，比如在社会混不去读书的人也能明事理、赚大钱。（1）适于深入地思考和理解；（2）便于反复读和熟读；（3）可以作为“伴侣”随身携带，便于随时学及时请教；（4）历来有“图书馆是知识的宝库”之说，的确如此，读书能知天下事。读书的目的很多，主要是为了取乐、消遣、提高教养水平、搞研究、加强修养。培根在《论求知》中有言道：“读书可以作为消遣，可以作为装饰，也可以增长

才干。”我认为，他所阐述的读书的三种用途，恰到好处的概括了读书的三种意义。先来看作为消遣一说。这是人们读书开始与烦躁时所抱有的思想。初学者对知识并无渴求之感，读书之意义也就是消磨时光；而烦躁之人因无法静下心来读书，感到事物都无聊透顶，便也用读书来打发时光。殊不知，这样的读书意义便像学者们讲述“道，可道，非常道”一样，与读书的本质大相径庭，差距颇多。书到用时方恨少，事非经过不知难。终于买的书送到了。很满意。

\\N\\N《学记》曰：“是固教然后知困，学然后知不足也。”对于我们教师而言，要学的东西太多，而我知道的东西又太少了。有人说，教给学生一杯水，教师应该有一桶水。这话固然有道理，但一桶水如不再添，也有用尽的时候。愚以为，教师不仅要有一桶水，而且要有“自来水”、“长流水”。“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，“是固教然后知困，学然后知不足也”。因此，在教学中，书本是无言的老师，读书是我教学中最大的乐趣。

比知识更重要的是方法，有方法才有成功的路径。教师今天的学习主要不是记忆大量的知识，而是掌握学习的方法——知道为何学习？从哪里学习？怎样学习？如果一个老师没有掌握学习方法，即使他教的门门功课都很优异，他仍然是一个失败的学习者。因为这对于处在终身学习时代的人来说，不啻是一个致命的缺陷。学习型社会为全体社会成员提供了充裕的学习资源。学习化社会中的个体学习，犹如一个人走进了自助餐厅，你想吃什么，完全请便。个体完全可以针对自身的切实需求，选择和决定学习什么、怎样学习、学习的进度等等。比方法更重要的是方向。在知识经济大潮中，作为一名人民教师，应该认准自己的人生坐标，找准自己的价值空间。教书的生活虽然清贫，但一本好书会使我爱不释手，一首好诗会使我如痴如醉，一篇美文会使我百读不厌。我深深地知道，只有乐学的教师，才能成为乐教的教师；只有教者乐学，才能变成为教者乐教，学者乐学，才能会让学生在欢乐中生活，在愉快中学习，这就是我终身从教的最大追求。

比方向更重要的是态度，比态度更重要的是毅力。“任尔东南西北风，咬定青山不放松。”一天爱读书容易，一辈子爱读书不易。任何人都可以使梦想成为现实，但首先你必须拥有能够实现这一梦想的信念。有信念自有毅力，有毅力才能成功。有一位教育家说过，教师的定律，一言以蔽之，就是你一旦今日停止成长，明日你就将停止教学。身为教师，必须成为学习者。“做一辈子教师”必须“一辈子学做教师”。教师只有再度成为学生，才能与时

非常好用，可惜只有上册，

买了之后没咋看！买的太多了。

希望早日看到续作 希望早日看到续作

对我的学习有帮助前天，吃完午饭，趁手头工作不多，便给朋友发了条短信，这次等了半个小时，却依旧没有朋友的回信。我开始坐立不安，记得不久的过去，就算她忙，她总会在半小时内回他的呀！他怀疑难道是自己昨天没发短信给她她生气了？两小时后信息回来，告诉我要到京东帮他买书，如果不买或者两天收不到书就分手！，我靠，没有办法，我就来京东买书了。没有想到书到得真快。书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发

货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据了解，京东为顾客提供操作规范的逆向物流以及上门取件、代收货款等专业服务。已经开通全国360个大中城市的配送业务，近1000家配送站，并开通了自提点，社区合作、校园合作、便利店合作等形式，可以满足诸多商家以及消费者个性化的配送需求。为了全面满足客户的配送需求，京东商城打造了万人的专业服务团队，拥有四通八达的运输网络、遍布全国的网点覆盖，以及日趋完善的信息系统平台。所以京东的物流我是比较放心的。好了，现在给大家介绍两本好书：一、致我们终将逝去的青春。青春逝去，不必感伤，不必回首。或许他们早该明白，世上已没有了小飞龙，而她奋不顾身爱过的那个清高孤傲的少年，也早已死于从前的青春岁月。现在相对而坐的是郑微和陈孝正，是郑秘书和陈助理是日渐消磨的人间里两个不相干的凡俗男女，犹如一首歌停在了最酣畅的时候，未尝不是好事，而他们太过贪婪固执地以为可以再唱下去才知道后来的曲调是这样不堪。青春就是用来追忆的，所以作者写的故事是来纪念。不是感伤懊悔，而是最好的纪念。道别的何止是最纯真的一段唯美，而是我曾经无往不胜的天真青春啊。请允许吧，那时的少年，尽情言情。一直言情，不要去打扰他们，他们总有一天会醒来。告别青春，因为青春，终将逝去。陪你梦一场又何妨。二、写不尽的儿女情长，说不完的地老天荒，最恢宏的画卷，最动人的故事，最浩大的恩怨，最纠结的爱恨，尽在桐华《长相思》。推荐1：《长相思》是桐华潜心三年创作的新作，将虐心和争斗写到了极致。全新的人物故事，不变的感动、虐心。推荐2：每个人在爱情中都有或长或短的爱而不得的经历。暗恋是一种爱而不得，失恋是一种爱而不得，正在相恋时，也会爱而不得，有时候，是空间的距离，有时候，却是心灵的距离。纵然两人手拉手，可心若有了距离，依旧是爱而不得。这样的情绪跨越了古今，是一种情感的共鸣。推荐3：唯美装帧，品质超越同类书，超值回馈读者。《长相思》从策划到完成装帧远远领先目前市场上同类书，秉承了桐华一贯出产精品的风格，将唯美精致做到极致，整体装帧精致唯美，绝对值得珍藏。京东有卖。

第三次买了，一如既往的好，正版

很喜欢:..?&图说天下·国学书院系列编委会图说天下·国学书院系列编委会，他的每一本书几本上都有，这本图说天下佛经的故事很不错，佛经的故事在浩瀚繁复的佛经中精选了65则佛经故事，用浅显流畅的文字娓娓道来，并以现代的观点阐发佛理见解与生命感悟。阅读这些文字，可以对佛经故事中蕴藏的智慧有一较完整清晰的认知。佛经作为佛教三宝中的法宝，记载有许多源于古代印度社会的民间故事，这些故事情节曲折、寓意丰富，释迦牟尼在传道时使用它们来阐述自己的见解和主张。它们在世俗层面的劝善祈福和哲学层面的佛理探究之间，构建起了一座互通的桥梁。佛经的故事是国学书院系列之一。佛经佛理并没有想象中那样高深莫测。佛教经典浩如烟海，佛经故事散见于各种经书杂卷中，阅读起来很不方便，佛经的故事在浩瀚繁复的佛经中精选了65则佛经故事，用浅显流畅的文字娓娓道来，并以现代的观点阐发佛理见解与生命感悟。阅读这些文字，可以对佛经故事中蕴藏的智慧有一较完整清晰的认知。希望佛经的故事能够帮助现代人安定、净化心灵，恪遵各自本分，以澄明的心境对待生命，活出喜乐自在的人生。佛经故事是佛祖宣传教理采用的一种形式，为了将自己的思想表达得浅显易懂，

生动准确，佛祖借用了通俗明快的寓言形式，用浅显的语言、生动的譬喻，深入浅出地阐说佛理，这就是佛经故事的起源。佛教在传入中国的两千年中，随着社会结构和形态的变化，自身也发生着相应的变化。过去的佛教基本是僧众的、山林的、封闭的如今的佛教则有朝着生活的、人间的、开放的方向发展的趋势，人间佛教这个理念已经得到了相当的认同。与佛教的出世间到入世间的变化相适应，佛教的智慧的内涵也在发生着转变。从现代的观点看，积极寻找解救之道，适时给予众生所需，可以说是现代佛教的智慧所在。佛经作为佛教三宝中的法宝，记载有许多源于古代印度社会的民间故事，这些故事情节曲折、寓意丰富，释迦牟尼在传道时使用它们来阐述自己的见解和主张。它们在世俗层面的劝善祈福和哲学层面的佛理探究之间，构建起了一座互通的桥梁。佛经佛理并没有想象中那样高深莫测。佛教经典浩如烟海，佛经故事散见于各种经书杂卷中，阅读起来很不方便，本书在浩瀚繁复的佛经中精选了65则佛经故事，用浅显流畅的文字娓娓道来，并以现代的观点阐发佛理见解与生命感悟。阅读这些文字，可以对佛经故事中蕴藏的智慧有一较完整清晰的认知。希望本书能够帮助现代人安定、净化心灵，恪遵各自本分，以澄明的心境对待生命，活出喜乐自在的人生。很久以前，有个国王，名叫长寿。长寿王有个儿子，名叫长生。长寿王从不对臣民滥施刑罚，国内风调雨顺、五谷丰登，人民安居乐业。邻国有个国王，平时凶狠残暴、肆意妄为，搞得天

今天刚刚拿到书，这本：赵大元1.赵大元写的赵式擒拿术擒拿秘籍九重天译注（上）很不错，擒拿技术是以击打招拿要害部位，抓经拿脉、分筋错骨为主要手段，融踢、打、摔、拿为一体，刚柔相济、阴阳相变、周流圆活、以巧取胜的一种实用技术。具有丰富的内容及深邃的机理和哲理，有很高的研究价值和实用价值。但千百年来，由于中国武术门派繁多，门户极深，大多口传心授，视为门户之至宝，秘不外传，授徒传人也是择人而行，一般只授一些擒拿的入门功夫，真正的擒拿技术只传一二人，故真正传世者甚少，正如我老师李子鸣先生在我所著的实用擒拿学一书序中所言武术一道，为我国独传之秘，而擒拿一术尤为武术之精髓，其理深奥，其术精遂，其法变化万千。然中华武术门户极深，悉尽私秘其术，为各家镇山之宝，传世者甚少，很少见著于书，即或有之，亦述之一二，而藏之七八。近年来谈论擒拿者不少，然悉擒拿真谛者，鲜有几人。更有甚者，少有几手盖以为擒拿，虚文以对，而不知擒拿为何，误人，误己。赵氏擒拿术是目前唯一一部从理、功、技、法全面、系统、科学地阐述实用擒拿九重天秘籍的译注。它分上、中、下三册上册为擒拿秘籍九重天译注，主要是对九重天中的武功口诀作出科学、系统、合理的译注。九宫定指的是研习实用擒拿术的九层功夫。（1）正形（2）通气（3）旺神（4）足力（5）明理（6）活劲（7）熟技（8）懂法（9）通医。前四层功夫正形、通气、旺神、足力是研习擒拿技法对身体的基本要求。要想习练擒拿技术，首先必须要有一个遵易守道的思想道德品质，健康、强壮、敏捷、有力的身体。它是主要通过研习无极诀和八卦诀中的三才（天吊、地称、人字桩）来获得的，是基础中的基础，是首要的思想道德和身体条件。后四层功夫明理、活劲、熟技、懂法是研习擒拿技法的四个基本要求。1. 明理通过研习七星诀，认识和掌握（1）人体的结构（2）人体的运动规律（3）拿打的人体要害部位（4）主要运动环节（关节）锁拿的机理。这就是明理。只有在明理的基础上，才能真正掌握擒拿技术的真谛，才能举一反三而事半功倍。2. 活劲通过研习五行诀和六合诀，才能使你的僵直拙力转化成刚柔相济的混元劲，才能懂得如何合理地运用你的力量，使其达到整、透、圆、活、灵，内外合一而运用自如，劲和力是万技之根。你只有具备了它，当劲力成为你的本能，才能真正运用擒拿技术。是谓活劲。3. 熟技通过研习八卦诀，必须熟练地掌握实用擒拿技法的基本功和基本技术。只有熟练地掌握基本技术，才能有机地综合运用和变化。是谓熟技。4. 懂法在熟练掌握擒拿基本技术的基础上，通过研习阴阳诀——乾坤八字法三才——行功诀四象——用手诀，掌握运用基本技术的原则和方法。武术界常说传

不错，有图有文，值得推荐

不错的书不错的书不错的书

值得慢慢揣摩的书。遗憾的是没有下册。什么时候 出下册配齐才好。

很好很好很好很好很好很好..

把一些诀窍都讲得挺明白，不弄玄虚；接下来再买他的其它书看看

很少见的擒拿技法，期待九重天的下册。

商品不错，经典书籍，值得一读，活动时购买的，感觉挺划算的。

古籍解说，加上作者自己的一些理论和技术。在现今柔术为王的环境下，是少有的中国擒拿题材书籍。

有理论，有实战。很有武林秘籍的感觉。

快出后面的~~~~~

真的很好，非常好，非常非常好

我那太极迷得领导很喜欢，我看不懂，他满意就OK拉

[赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上）_下载链接1](#)

书评

[赵式擒拿术：擒拿秘籍《九重天》译注（上）_下载链接1](#)