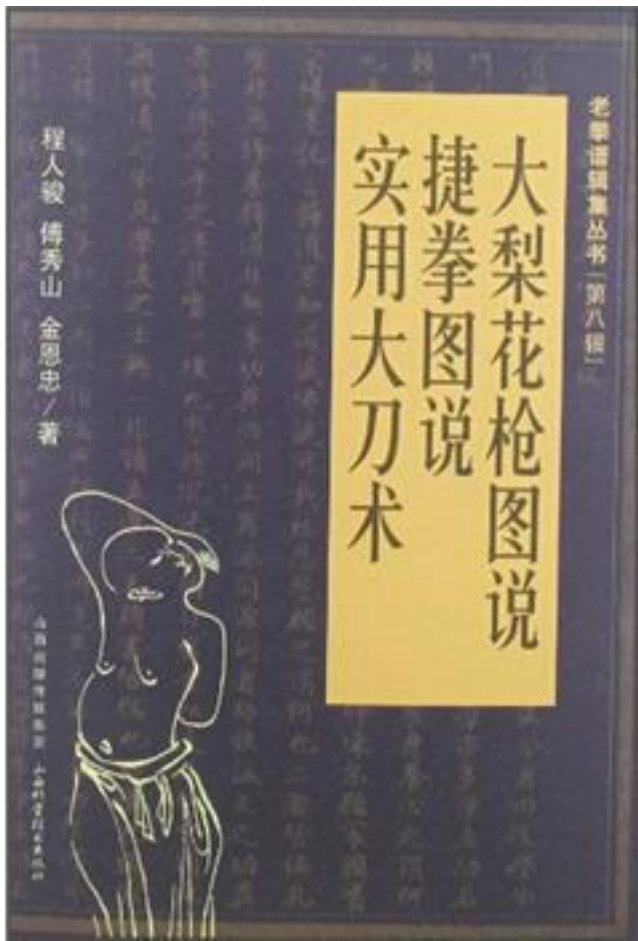


老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术



[老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术_下载链接1](#)

著者:程人骏 等 著

[老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术_下载链接1](#)

标签

评论

不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错

不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~不错不错，比我预想中的更好，很喜欢~~~~~

不错不错不错不错不错不错

这么珍贵的资料一定要速度拿下的，京东也是给力，连这都有

图画画的太一般，看着费劲，其他还行

这本书还是不错的，好好用了

支持，强烈顶起！……

?非常不错！

不错，质量可以，发货速度快！

枪术是花枪不是大枪，大刀术是首见的论述抗战大刀技法的著作

还行，但是配图不够明晰

不错，老拳谱不常见了，值得看看

有参考价值！！！！谢谢！！

只喜欢其中的大刀术，有历史价值

挺实用，不过得先有点基础才好用

挺喜欢这套老拳谱，好好学习呀

内容很好，值得收藏！

建国厚未出版过有价值直

对实用刀法和实用枪术的习练研究可以参考本书，虽然它的真正可行性还值得推敲。

非常不错的

马马虎虎

很好

还行

京东的书不错。便宜，正版，质量好。

书籍是人类进步的阶梯，古今中外的思想家、科学家、文学家，例如：爱迪生、鲁迅、高尔基、华罗庚等人无不是从小酷爱读书，从书籍中吸取丰富的营养，使自己的脑子变得日益聪明起来的。莎士比亚说过：“书籍是全世界的营养品，生活里没有书籍就像没有阳光，智慧里没有书籍就像鸟儿没有翅膀。”伟大的科学家培根说过：“读书使人充实，会谈使人敏捷，写作与笔记使人精确。”这些伟大的名言足以说明读书的重要。一个人从小养成读书的习惯将受益一生。现在，我们也都认识到了读书的重要性，想尽一切办法让学生多读一些书。但是，学生如果对读书没有兴趣，就达不到预期的效果。不但如此，有时还会使学生对学习产生厌烦心理。为此，培养学生的读书兴趣是至关重要的。那么，如何培养学生的读书兴趣呢？

学生的成长很大程度上受到环境的影响。优化阅读环境，让生活弥漫书香气息是我们做教师的追求。因此，我在教学中努力为孩子创造一个优良的阅读环境，带领学生敲响读书之门。首先，着力打造书香班级。在我们班有可供孩子阅读的各方面书籍，并在读书角张贴温馨的阅读暗示：“与书为友，走向优秀！”“读经典的书，做有根的人！”在教室前面彰显着警示牌：“今天，你读书了吗？”还在教室里张贴名言警句，“为中华之崛起而读书”、“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”、“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，“世上无难事，只怕有心人”。“读书破万卷，下笔如有神。”

这些醒目的标志，使学生迈进班级的那一刻就会想到读书。其次，将书香气息带给家庭。说句心里话，我们班孩子的家长多数是农民，他们对于读书的意识并不高，尽管如此，我仍坚信：只要肯努力、只要肯坚持，让孩子在无意中就能端起书本来阅读，这样，长此以往，相信家长们会有所动容，从而为孩子能够读更多的好书拓宽‘道路’。虽然让家长读书的起步工作难做，但我仍通过校信通、开家长会等利用一切与家长接触的机会，将书香信息传递给家长。开展书香家庭评比，推动家庭阅读正常化，持久化，为学生阅读习惯的养成提供优越的外部环境。这里提到的‘书香家庭评比’，我并没有给家长们出难题，而是根据每个家庭的实际情况而定，我抓住孩子对新事物的好奇心，及孩子那纯真的天性，让每个孩子做为自己家庭的组长，父母是组员，先由孩子感染父母、督促父母，和父母同读一本书并交流读后之感，这样一段时间下来，我发现孩子们课余聊的话题由原来的“我昨天吃什么好吃的了”、“我妈给我买什么新衣服了”、“我爸带我去公园玩了”这些，被现在的“昨天我们全家坐在一起聊《红岩》，爷爷还给我讲了好多英雄人物的故事”、“周末我们家要举行讲故事比赛呢”所取代，从班级门前走过，每每听到这些，我的心里真是比吃了蜜还要甜。

中华民族文化遗产宝典。

真的是很好的一本书！

一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。上周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。我的人生充满坎坷：十岁时家道中落，十二岁便背井离乡，来到一个陌生的、生活条件异常艰苦的藏区当文艺兵。十五岁的花季，爱上一个军官，没有接触的机会，便通过各种暗号和

接头地点传递情书，像做地下工作似的，结果得到一个意外收获：“从写情书中发现了自己的文学潜能”。但那个年代早恋是不可饶恕的大错，当我们的恋情被发现时，对方却退缩和背叛了我。一次次当众检查，一次次冷遇羞辱，使我的心灵受到重创，一度产生自杀的念头。二十岁，她弃舞从文，主动请缨，二十九岁进入鲁迅文学院作家班，与莫言、余华、刘震云等一起，登上文学的殿堂。现在，京东域名正式更换为JDCOM。

其中的“JD”是京东汉语拼音（JING DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

真的是很好的一本书！

\\N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。星期天在家没事，突然想去附近的超市逛逛。信步走进去看看，来到服装柜台，看见一款上衣，颜色面料都不错，于是心动了，想买，由于这是自选商场，我便去取下来试穿，在镜子前刚穿上，一女服务员走了过来，面无表情的说道：知道穿多大号吗？就自己拿着试开了。要买就去收银台交钱，也不看价钱！”本来打算买的，一看这个服务员，只好无奈的摇摇头将衣服放回原位，悻悻的走开了。心想我还是到网上来算了，于是回家上网挑选衣服了，看见了这本书就买了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|现在，域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是汉语拼音（JING

\\N\\NDON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问，实现轻松购物。名为“JOY”的吉祥物我很喜欢，TA承载着对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显

得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的BOSS在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀——莎士比亚

\\N\\N老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术这本书不错，跟书店里的一样，22.40这个价也不算很贵。%D%A %D%A%D%A%D%A
梨花枪法，有六合二十四势，明戚继光《纪效新书·长枪总论》中详言之。戚氏论习枪之秘要，谓“必心能忘手，手能忘枪，心静手熟，然后能圆转自如，变化莫测”，其言虽简，而义甚精，非深于兹事者，不能道也。自时厥后，人皆知长枪为兵中之王，而精其艺以成名者卒鲜。%D%A%D%A出版时间2012-05-01共263出版社是山西出版传媒集团作者程人骏读后推荐

\\N\\N愚读后特推荐大家阅读。书给我们带来了遐想和乐趣，书给我们带来了智慧的源泉和精神的力量。读书能增长知识，开阔眼界；读书能明白事理，增强能力；读书能陶冶性情，德润人心沿着书籍构成的阶梯，学做人，学做事，攀上一个又一个科学的高峰。争取不断超越，走向卓越。

\\N\\N“开卷有益，读书好处多”这是自古以来人们的共识.每一个人要想在知识的山峰上,登得越高,眼前展现的景色越壮阔,就要拥有渊博的知识.知识是人类通向进步文明和发展的唯一途径.书是前人劳动与智慧的结晶.它是我们获取知识的源泉.我们

一提到“瑜伽”，大部分人会立即联想到一些放松和扭曲身体的动作。事实上，这只是瑜伽知识非常小的一部分，是最近才发展出来的。瑜伽体位法或哈达瑜伽的初始设计目的是为了真正的瑜伽练习能更省力，也就是练习对心灵的认识与控制。所以，瑜伽真正的意思是“心的知识”。大家都希望多认识心灵——它如何运作？我们如何与它一起工作？因为这个领域与我们最密切。了解如何修车、煮饭或原子如何分裂，也许会比较有趣又有用，但有思想的人对当下的领悟与觉知会更有兴趣——那就是他们的心。什么是心？它是否决定我们的行为和经历，或者我们是否创造或维持它的活动？什么是意识？我们是否可以转向内心来学习和了解，甚至控制我们的心？这就是古代拉加瑜伽学问要讨论的主旨。就传统而言，瑜伽这个词是根据拉加瑜伽（Raja Yoga）而来的，意为心灵上的知识。目前，随着对意识及心灵知识兴趣的潮流发展，我们自然而然地转向了古代的拉加瑜伽学问。

在西方，有许多人研究及控制心灵，每一个贡献都有不同的理念和技巧。但是，相较之下，古代的瑜伽知识还是伟大的祖宗。数千年来，瑜伽行者一直在研究心灵与意识的神秘堂奥，我们可能发现他们的研究和我们的研究一样适用。

《巴坦加里的瑜伽经》共一百九十六条经文。从传统上的意义而言，分成了四个部分。

第一部分是“三摩地篇”（Samadhi Pada），提及瑜伽理论和三摩地的最高境界，巴坦加里可能希望一开始就提供学生一些启示后，再练习瑜伽。第二个部分为“练习篇”（Sadhana Pada），其内容也有瑜伽哲理，但是比较着重于实际的练习。传统的拉加瑜伽八个阶段里的前五个阶段在此篇都有详细的说明，如练习的好处、可能遇到的障碍以及克服障碍的方法等。第三个部分为“成就篇”（Vibhuti Pada），讨论拉加瑜伽八个阶段里的后三个内在的阶段，以及对一个热忱的练习者来说可能增加的能量及成就。最后一个部分为“解脱篇”（Kaivalya Pada），从大宇宙、深入的哲学观点来探讨瑜伽。一提到“瑜伽”，大部分人会立即联想到一些放松和扭曲身体的动作。事实上，这只是瑜伽知识非常小的一部分，是最近才发展出来的。瑜伽体位法或哈达瑜伽的初始设计目的是为了真正的瑜伽练习能更省力，也就是练习对心灵的认识与控制。所以，瑜伽真正的意思是“心的知识”。大家都希望多认识心灵——它如何运作？我们如何与它一起工作？因为这个领域与我们最密切。了解如何修车、煮饭或原子如何分裂，也许会比较有趣又有用，但有思想的人对当下

的领悟与觉知会更有兴趣——那就是他们的心。什么是心？它是否决定我们的行为和经历，或者我们是否创造或维持它的活动？什么是意识？我们是否可以转向内心来学习和了解，甚至控制我们的心？这就是古代拉加瑜伽学问要讨论的主旨。就传统而言，瑜伽这个词是根据拉加瑜伽（Raja Yoga）而来的，意为心灵上的知识。目前，随着对意识及心灵知识兴趣的潮流发展，我们自然而然地转向了古代的拉加瑜伽学问。

在西方，有许多人研究及控制心灵，每一个贡献都有不同的理念和技巧。但是，相较之下，古代的瑜伽知识还是伟大的祖宗。数千年来，瑜伽行者一直在研究心灵与意识的神秘堂奥，我们可能发现他们的研究和我们的研究一样适用。

《巴坦加里的瑜伽经》共一百九十六条经文。从传统上的意义而言，分成了四个部分。第一部分是“三摩地篇”（Samadhi Pada），提及瑜伽理论和三摩地的最高境界，巴坦加里可能希望一开始就提供学生一些启示后，再练习瑜伽。第二个部分为“练习篇”（Sadhana Pada），其内容也有瑜伽哲理，但是比较着重于实际的练习。传统的拉加瑜伽八个阶段里的前五个阶段在此篇都有详细的说明，如练习的好处、可能遇到的障碍以及克服障碍的方法等。第三个部分为“成就篇”（Vibhuti Pada），讨论拉加瑜伽八个阶段里的后三个内在的阶段，以及对一个热忱的练习者来说可能增加的能量及成就。最后一个部分为“解脱篇”（Kaivalya Pada），从大宇宙、深入的哲学观点来探讨瑜伽。一提到“瑜伽”，大部分人会立即联想到一些放松和扭曲身体的动作。事实上，这只是瑜伽知识非常小的一部分，是最近才发展出来的。瑜伽体位法或哈达瑜伽的初始设计目的是为了真正的瑜伽练习能更省力，也就是练习对心灵的认识与控制。所以，瑜伽真正的意思是“心的知识”。大家都希望多认识心灵——它如何运作？我们如何与它一起工作？因为这个领域与我们最密切。了解如何修车、煮饭或原子如何分裂，也许会比较有趣又有用，但有思想的人对当下的领悟与觉知会更有兴趣——那就是他们的心。什么是心？它是否决定我们的行为和经历，或者我们是否创造或维持它的活动？什么是意识？我们是否可以转向内心来学习和了解，甚至控制我们的心？这就是古代拉加瑜伽学问要讨论的主旨。就传统而

山西科技出的老拳谱，真是功德甚大，老树新花。这几本书汇在一起，推想用意是当时以国术救国的思路吧。可惜就所录而言，战阵怕是难以用上。枪法与枪诀相去有距离，游场之目，大约难免。所谓实用大刀术，与当时的劈刺，也有距离。

[老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术_下载链接1](#)

书评

[老拳谱辑集丛书（第8辑）：大梨花枪图说·捷拳图说·实用大刀术_下载链接1](#)