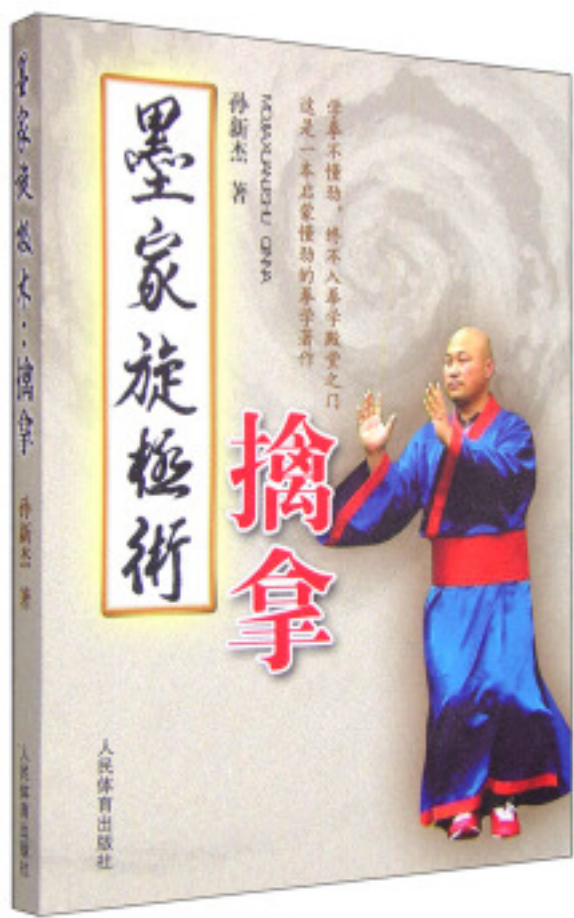


墨家旋极术：擒拿



[墨家旋极术：擒拿_下载链接1](#)

著者:孙新杰 著

[墨家旋极术：擒拿_下载链接1](#)

标签

评论

正版图书，质量保证

好书好好好好好好好好好好

商品收到了，书的质量很好。正版。

正版书籍，第一次遇见就喜欢此种本领，有点像太极，值得学习。

看看还不错，可能就是静不下心来！

参考参考。武术总将走向融合，淹没各自特色

昨晚下单上午就到了快递给力啊

书质量不错，比在书店买便宜

从没看到过的，学习了再说。

挺好，应该多出点这样的书。

很通俗易懂的书，在家和孩子玩

很实战的一本书

通俗易懂

简单

不错

很好

ok

好

o o o o o o o o o o

介绍很详细

有点像太极

还不错，就是没有视频不太看得懂。

还可以

不知道是介绍拳法还是数学，有点失望

好书，值得拥有

宝贝很好物流很快支持正版，内容很丰富受益匪浅

没想象的好，感觉没啥特别独门的东西，很泛泛。

[illegible]

正版,印制得不错.

挺好

书的质量很好，送货速度也很快，不错！

武术魂宝，印刷质量好价格合理。

可以拉

岐伯对曰：八风发邪以为经风，触五脏，邪气发病。所谓得四时之胜者，春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春，所谓四时之胜也。东风生于春，病在肝，俞在颈项；南风生于夏，病在心，俞在胸胁；西风生于秋，病在

肺，俞在肩背；北风生于冬，病在肾，俞在腰股；中央为土，病在脾，俞在脊。

【译文】黄帝问道：什么是天有八风，经有五风？

岐伯说：自然界的八方之风会产生八种不同的风邪，中伤经脉，形成经脉的风病，风邪还会继续随着经脉而侵犯五脏，使五脏发病。四季的气候是相互克制的，即春季属木，克制长夏；长夏属土，克制冬水；冬季属水，克制夏火；夏季属火，克制秋金，秋季属金，克制春木，这就是四时气候的相克相胜。

东风在春季产生，通常引发肝的病变，病邪从颈部侵入。南风在夏季产生，常常引发心的病变，病邪从胸胁侵入。西风在秋季产生，常常引发肺部的病变，病邪从肩背侵入。北风在冬季产生，多引发肾的病变，病邪从腰股侵入。长夏属土，土位于中央，病变多发生在脾，病邪常从背脊侵入。

【原文】故春气者，病在头；夏气者，病在脏；秋气者，病在肩背；冬气者，病在四肢。故春善病鼽衄，仲夏善病胸胁，长夏善病洞泄寒中，秋善病风疟，冬善痹厥。故冬不按蹠，春不鼽衄；春不病颈项，仲夏不病胸胁；长夏不病洞泄寒中，秋不病风疟，冬不病痹厥，飧泄而汗出也。夫精者，身之本也。故藏于精者，春不病温。夏暑汗不出者，秋成风疟，此平人脉法也。【译文】

因此春季邪气伤人，病多发生在头部；夏季邪气伤人，病多发生在心脏；秋季邪气伤人，病多发生在肩背；冬季邪气伤人，病多发生在四肢。

所以，春天多出现鼽衄之病，夏天多出现胸胁方面的疾病，长夏多出现直泄无度的洞泄等里寒病，秋天多出现风疟，冬天多出现痹厥之症。因此冬天不要扰动筋骨，力求藏阴潜阳，这样第二年春天就不会出现鼽衄和颈部疾病，夏天就不会出现胸胁病变，长夏季节就不会出现洞泄等里寒病，秋天就不会患风疟病，冬天也不会患痹厥、飧泄、出汗过多等病。

精是人体的根本，所以阴精内藏而不外泄，春天就不会罹患温热病。夏天气候炎热，阳气旺盛，假如不能排汗散发热量，秋天就会患风疟病。这是一般为人诊察四季病变的普遍规律。【原文】

故曰：阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也；合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。故人亦应之。【译文】

阴和阳又各有阴阳之分。白天属阳，清晨到中午时段，是阳中之阳；中午到傍晚，是阳中之阴。夜晚属阴，傍晚到半夜，是阴中之阴；半夜到天明，是阴中之阳。自然界的阴阳之气是这样，人的阴阳之气也是这样。【原文】

夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴。言人身之阴阳，则背为阳，腹为阴。言人身之脏腑中阴阳，则脏者为阴，腑者为阳。肝、心、脾、肺、肾，五脏皆为阴，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦，六腑皆为阳。

所以欲知阴中之阴，阳中之阳者，何也？为冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，皆视其所在，为施针石也。【译文】

就人体而言，外属阳，内属阴。单就人的躯干而言，背部为阳，腹部为阴。就脏腑而言，脏属阴，腑属阳。即肝、心、脾、肺、肾五脏都属阴，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六腑都属阳。

为什么要知道阴阳中又各有阴阳的道理呢？这是因为只有据此来诊断四时疾病的阴阳属性，才能进行治疗，比如冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，要依据疾病各自所在部位的阴阳属性来选择相应的针刺疗法和砭石疗法。

【原文】故背为阳，阳中之阳，心也；背为阳，阳中之阴，肺也；腹为阴，阴中之阴，肾也；腹为阴，阴中之阳，肝也；腹为阴，阴中之至阴，脾也。此皆阴阳表里，内外雌雄，相输应也。故以应天之阴阳也。【译文】

背部为阳，心是阳中之阳，肺是阳中之阴。腹部为阴，肾是阴中之阴，肝是阴中之阳，脾是阴中之至阴。

以上所说。都是人体阴阳、表里、内外、雌雄相互联系又相互对应的例子，它们与自然界的阴阳变化是相互对应的。

【原文】帝曰：五脏应四时，各有收受乎？岐伯曰：有。东方青色，入通于肝，开窍于目，藏精于肝。其病发惊骇，其味酸，其类草木，其畜鸡，其谷麦，其应四时，上为岁星，是以春气在头也。其音角，其数八，是以知病之在筋也，其臭臊。南方赤色，入通于心，开窍于舌，故病在心。其味苦，其类火，其畜羊，其谷黍，其应四时，上为荧惑星。是以知病之在脉也。其音徵，其数七，其臭焦。中央黄色，入通于脾，开窍于口

，藏精于脾，故病在舌本。其味甘，其类土，其畜牛，其谷稷，其应四时，上为镇星。是以知病之在肉也。其音宫，其数五，其臭香。

正在学习

11111

作为了解吧

墨家旋极术：擒拿；本书内容丰富，实用值得推广，学习！

已收到，不错。

值得收藏的一本书，我顶。

感觉还不错 就是看不懂 太高深

墨家旋极术确实从未听说过,出于好奇心作怪买来研究一下吧~

非常好，很实用，印刷不错

《墨家旋极术：擒拿》内容包括墨家旋极术的起源、传承、发展与推广，墨家旋极术理论篇，墨家旋极术十字功练法，墨家旋极术十级擒拿四个部分。系统地说明了墨家旋极术是墨家弟子由非攻剑（墨家剑）化拳而形成的武术流派，古代叫“合一守”或“旋极

守”，也叫墨家拳。随着后世的发展完善和传承，以研究“旋、耕、斜、回、帮、围、割、抛、靠、折”十字功的生克变化为主，分“十字功解释、十字功单练、十字功对练、十字功转化的十级擒拿技术，擒拿着重介绍了劲力的转化和培养、劲力的应用和训练、招式战术和力学分析等”，都是研究墨家守城的推演术和墨家力学原理与人体的巧妙结合运用。为了解武术文化的演变，我们还在滕州汉画像石馆的汉画像石上找到同墨家旋极术十字功动作相似的图片，悟出了“十字功汉画像石图拳谱”，目的在于更好地认识旋极术与墨家的关系，做到古为今用，以便多角度地研究墨家旋极术，体会它形成功、柔、稳、灵四种风格拳法的演变过程。

好书好书，内容丰富，实用。

本书是内家选集擒拿术的作品，很有自己的东西哦这些出新意用，实际上没有任何意义，对于初学乍到之人可有些许作用，本人已学近二十年，所以意义不大，其中的图片大部分摘自民国是出版物，村催为出书而出的书，大成拳一世奇珍，没兴趣。现代备案好功夫 2015-09

[墨家旋极术：擒拿_下载链接1](#)

书评

[墨家旋极术：擒拿_下载链接1](#)