

国内统一连续出版物号: CN41-1156/G8

国际标准连续出版物号: ISSN1003-5176

# 少林与太极

天下功夫数少林 刚柔相济活太极



二零一六年全国武术太极拳公开赛总决赛暨传统武术精英赛选手比赛中

漫谈武术与戏曲艺术

禅宗之极轨

太极毛笔

武家医道总论



ISSN 1003-5176



万方数据

2017年1月 总第387期

# 少林与太极

shaolinyutaiji

## 总顾问

张文深

## 顾问委员会

彭德胜 张振河

社 长 马延春

总 编 赵国华

编辑部主任 刘 强

编 辑 刘 强 任娟丽

高 翔 许光辉

美术编辑 徐有强

责任校对 李南生

## 风云篇

4 漫谈 漫谈武术与戏曲艺术 /杨家兴

7 文话 少林寺与少林武功的历史真相(三)  
/洪振快

11 启示 安东尼之败:世界终极格斗给中国武术  
的启迪 /李建炜

## 少林篇

14 短打 少林联手短打(中) /大 侠

20 禅功 少林禅宗与少林功夫  
/马琳璋 马天巧

22 指法 指技点戳法 /武 兵

26 拳法 甘凤池真传少林拳法——闯少林  
/祁美娟

31 禅宗 禅宗之极轨 /尊我斋主人

## 太极篇

32 要论 如何练出陈式太极拳的缠丝劲 /张绍义

# 目 录

## MULU

34 体悟 太极拳的“气功态”

/王荣泽 邵敏杰

35 文话 浅谈“互联网+”与太极拳 /刘俊华

39 器械 太极毛笔(一) /马建超 祝万顺

43 注解 论太极拳的劲法 /吴宗周

### 集粹篇

45 要论 擒敌技术“八字”要求 /邓许庚

47 防身 以色列防身术  
——针对正面卡掐脖颈的防御与反击  
/张 海

52 教练 论武术馆校教练应具有素质能力  
/周真生

53 武医 武家医道总论(上) /周至諲

### 养生篇

56 养生 冬季养肝须做好六点 /张小六

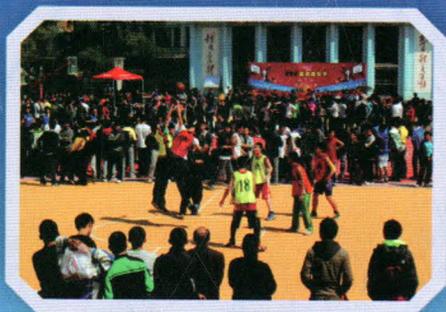
主 管/河南省体育局  
主 办/郑州大学体育学院  
出版编辑/少林与太极杂志社  
地 址/河南省郑州市银环路2号  
邮 编/450044  
电 话/(0371)63632831(编辑部、广告部)  
63632832(邮购部)

广告专线/18339839069  
印 刷/中共河南省委机关文印中心  
发 行/郑州市邮局  
订 阅/全国各地邮局(所)  
邮发代号/36-98  
出版日期/每月5日  
定 价/8.00元  
稿件投稿邮箱/slytj@126.com  
广告投稿邮箱/sltj@163.com  
网址: <http://slytj.peczu.edu.cn>

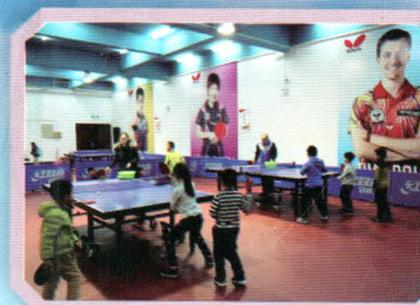
国外总发行/中国国际图书贸易公司  
(北京 399 信箱)  
国外代号/M1199  
国内统一连续出版物号/CN41-1156/G8  
国际标准连续出版物号/ISSN1003-5176  
广告经营许可证/4100004000024  
支持单位/河南省体育场

河南省体育彩票管理中心  
河南省体育中心  
河南蓝翔通用航空公司

# 河南省体育场



微信公众号二维码



地址：河南省郑州市健康路99号

联系电话/传真：0371-63813950

官网地址：<http://tyc.henantiyu.com>