

دفاع شخصی

www.ketab.irr

محمد حسن ذاکری

پدیدآورنده: ذاکری، محمدحسن، ۱۳۷۴ -
عنوان: دفاع شخصی
تکرار نام پدیدآورنده: محمد حسن ذاکری
مشخصات نشر: قم: ظهور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری: ۵۰ ص: مصور (رنگی)
بهاء: ۲۵۰۰۰ ریال: ۹ - ۵۴ - ۷۵۹ - ۹۶۴ - ۹۷۸ - ISBN
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: دفاع از خود
موضوع: ورزش‌های رزمی
موضوع: هنرهای رزمی
رده بندی کنگره: ۱۳۹۲ - ۲۵۷ / ۱۱۱۱ GV
رده بندی دیویی: ۷۹۶ / ۸۱۵۳
شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۱۲۴۳۹

[شناسنامه]

نام کتاب: دفاع شخصی

مؤلف: محمد حسن ذاکری

ناشر: انتشارات ظهور

نوبت چاپ: اول / زمستان ۱۳۹۲

قطع و تعداد صفحات: رقعی / ۵۰ صفحه

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

شابک: ۹ - ۵۴ - ۷۵۹ - ۹۶۴ - ۹۷۸

مرکز پخش:

قم - میدان معلم - کوچه ۲۲ پلاک ۲۲/۳

تلفن: ۰۲۵ - ۳۷۸۴۱۲۴۹ - ۰۲۵ - تلفکس: ۳۲۹۱۶۵۱۹ - ۰۲۵

همراه: ۰۹۱۲۱۵۲۰۰۱۷ / ۰۹۳۷۱۲۹۴۱۸۱

Wijaya School

SENSI
MOHAMMAD HASSAN
ZAKERI

tel:09179716780

male:zakeri_mh@yahoo.com



در کف مردانگی شمشیر می باید گرفت حق خود را از دهان شیر می باید گرفت

همه ی ما باید کارهایی انجام دهیم تا مورد توجه خدای عظیم قرار گیریم .

ما باید در مقابل دشمن یا حریف جدی و سنگین باشیم، تاهیچوقت خود را برنده و ما راضیع فرض نکند ، در مقابل دوست ، یار مهربان و راحت باشیم، تا همیشه اشکالاتمان را بر ایمان اعلام کند .

همان خود باشیم، به خود و خدای خود فکر و تکیه کنیم و هر کاری میکنیم برای وجدان و رضای خدا باشد، امید است همه دست دوستی به هم داده و در یک شرایط اجتماعی پر مهر و محبت جمع شده باشیم.

دفاع شخصی برگرفته از فنون :نینجوتسو، کاراته، کونگ فو، بوکس، جودو، وووشو، جوجیتسو، کشتی و... است.

دفاع شخصی یعنی همان دفاع از خود، حال به هر نحو یا هر وسیله ای که ممکن باشد.

لازم به ذکر است هر تاکتیک با دید کافی ، چرخش کمر (شوک و قدرت ستون فقرات)، و با قرار گرفتن نحوه ی درست دست و پا و چرخش گردن کامل و صحیح می باشد.

کتاب برگرفته از چکیده ترین تکنیک های مبارزات خیابان یست و با امید به اینکه توانسته باشم باعث پیشرفت و شکوفا شدن قدرت خلاقیت و ابتکار هموطنان گرامی در تمام زمینه ها بیش از پیش شده باشم.

نکاتی به زبان ژاپنی (کاراته -نینجوتسو)، برای کاراته کاران عزیز و همزمانه خودم نیز ذکر شده است.

برای درک و فهم بیشتر کلمات (ژاپنی) میتوانید به آخر کتاب مراجعه فرمایید.

(آنگاه که از یادگیری باز ماندیم، در حقیقت به رشد خود پایان داده ایم)

شاید اگر اصرار دوستانم نبود هرگز مصمم نمیشدم تا داشته های خود در این زمینه را به تحریر درآورم اینجانب محمد حسن ذاکری متولد ۱۳۷۴ در رشته مهندسی معماری مشغول به تحصیل میباشم. از سن ۴ سالگی با شوق و علاقه ای که به هنرهای رزمی داشتیم و با تشویق والدینم با رشته ی پر قدرت کاراته آشنا و شروع به کار کردم، و در طی مدت کوتاهی توانستم با علم و فنون این سبک آشنا و تا مراحل پیشرفته آن پیش بروم.

در سن ۱۱ سالگی مجذوب رشته ی دفاع شخصی و تاکتیک های زیبای آن شده و پس از طی مراحل مقدماتی در سه ماه خودم را در دایره ی این رشته نمودم، بعد از گذر زمان متوجه گفتم تکنیک ها شده و در پی حاکمیت و تکمیل آنها شدم، به مدت چند سال با مطالعه و تهیه ی کتب و با شوقی که درون خود داشتم توانستم به ریش با تاکتیک های این رشته آشنا و به خاطر علاقه فراوان به دفاع شخصی، دو سال گشتی، یک سال جودو و جو جیتسو اموختم و بالاخره با منسج اصلی دفاع شخصی بعد از سبکس با سبک زیبا و پر قدرت و جذاب نینجوتسو آشنا و قرص محکم شروع به تمرین سبک کردم که خدا را شکر الان توانسته ام به سبک و نماینده سبکه نینجوتسو در شهرستان شوم که تا مراحل پیشرفته ی آن پیش رفته و این کتاب هر چند کوتاه را که ساده ترین ولی مؤثرترین تکنیک های مبارزانه خیابانی با کمک دوستانم آقایان: مهدی غلامی و با زحمت بی دریغ عکاس آقای محسن علوی تکمیل و به پایان برسانم.

ارتباط با مؤلف: ۰۹۳۷۱۲۹۴۱۸۱-۰۹۱۷۹۷۱۶۷۸۰

آدرس پسته الکترونی: ZAKERI_MH@YAHOO.COM

وبسایت رسمی: www.NINJADEYLAM.ir منتظر نظرات و پیشنهاداتتان هستیم.

محمد حسن ذاکری

پاییز ۱۳۹۲