

<<随曲就伸>>

图书基本信息

书名：<<随曲就伸>>

13位ISBN编号：9787500922704

10位ISBN编号：7500922701

出版时间：2002-3

出版时间：人民体育出版社

作者：余功保

页数：424

字数：313000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<随曲就伸>>

### 内容概要

在2001年召开的一次武术发展战略研讨会上，我在谈到武术的资源时曾讲到，武术最主要的资源是三方面，一是资源，包括它的背景、理论架构等；二是技术资源，包括各类技术要领、锻炼方法等；三是人才资源，包括武术各流派传人、优秀运动员、教练员等。

太极拳起源于中国是一个独特的文化现象，她是中国武术的一个典型缩影。

太极拳所表现的武学境界不能简单以力、技的角度去看待。

习练太极拳时间愈久，功夫愈精纯，对此体会就会越深。

王国维先生曾用三段古词阐述治学三境界，本人曾经套用此形式借四段古诗寓说太极拳四层次。

其一，"初景革绪风，新阳改故阴"。

此为太极拳入门阶段，掌握了基本动作，去浊返清，也初步体会到太极拳的一些感受，把握了一些基本特点。

其二，"乱花渐欲迷人眼，浅草才能没马蹄"。

逐渐掌握了太极拳的要领，体会到一举动处处皆是规矩，是一种"可求"的感受，越学觉得章法越多，是一个理、行对立统一的阶段。

这一阶段可以明显感觉到自己功力的不足，每一次上进都可以感觉到进步。

其三，"星垂平野阔，月涌大江流"为左右鼓荡、内外上下相合之时，化有形为无形，外示安逸，内固精神，阴阳相合，道法自然。

其四，"此中有真意，欲辩已忘言"。

全面掌握太极拳的内在规律，又有了长期的功力基础，一举动周身轻灵，有难以尽说的妙处。

## <<随曲就伸>>

### 作者简介

余功保--1964年生人，毕业于北京大学。  
曾任北大武术协会主席、北大书法社社长、北大科学哲学社副社长。

编著了世界上第一本太极拳辞典。  
先后出版了数十本武术、太极拳著作，不少作品被翻译成英、日、法等多种文字在世界上广泛发行，获得专家学者及广大武术爱好者的高度评价。  
武术论文曾获全国武术优秀论文奖。  
曾在中国国际武术节等大型武术活动中担任学术主讲人。  
在各类武术、体育刊物上发表文章数十万字。  
参与策划、实施了"中华武林百杰"、"世界太极拳健康大会"等多个在国内外具有广泛影响的武术、文化体育大型活动。

先后担任国家武术运动管理中心气功部主任、经营开发部主任。

<<随曲就伸>>

书籍目录

圆中求方 - - 与太极拳名家李德印的对话闲云出岫 - - 与太极拳名家杨振铎的对话寻找和谐的平衡点  
- - 与武式太极拳名家乔松茂的对话高山流水 - - 与太极拳名家门惠丰的对话智以藏住 - - 与杨式太  
极拳名家崔仲三的对话气以直养而无害 - - 与陈式太极拳名家冯志强的对话拳掌之间 - - 与赵堡太  
极拳名家赵僧福的对话舍无可舍 - - 与武式太极拳名家仲振山的对话风云三千里 - - 与著名太极拳专家  
夏柏华的对话武之大者 - - 与孙式太极拳名家孙剑云的对话盈虚有象 - - 与陈式太极拳名家陈正雷的  
对话招势出于八面 - - 与吴式太极拳名家李秉慈的对话附录一：运动与精神 - - 余功保谈太极拳十大  
文化元素附录二：太极拳大事记（新中国成立后）

<<随曲就伸>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>