

<<太极拳理传真>>

图书基本信息

书名：<<太极拳理传真>>

13位ISBN编号：9787500934837

10位ISBN编号：7500934831

出版时间：2009-1

出版时间：人民体育

作者：张义敬,张宏

页数：499

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>

## <<太极拳理传真>>

### 内容概要

太极始于无极，分两仪。  
由两仪分三才，由三才显四像，演变八卦。  
太极拳起源于中国，其动作刚柔相济，既可技击防身，又能增强体质、防治疾病的传统拳术。  
太极拳历史悠久，的服务额时代风格惹是非观儿童流派众多，传播广泛，深受人们的喜爱。  
《太极拳理传真》是作者多年练习太极拳的理论经验，供相关爱好者阅读参考。

## <<太极拳理传真>>

### 作者简介

张义敬 生于1926年4月15日，大专学生，小提琴专业。  
曾在原西南人民艺术剧院任弦乐指导，担任乐队小提琴首席，在重庆教了40年小提琴。

从1954年起，酷好太极拳，先后跟周子能、黄星桥老师学习。  
后经家兄义尚引荐，1967年始列于李雅轩老师门墙，为李之晚年弟子。  
教拳亦近40年，《太极拳理传真》一书，是作者对社会的回报。

张宏 1959年8月出生，重庆市人。  
自幼由父亲教授小提琴，为昆明交响乐团职业音乐家，在国内外演奏中外交响乐作品200余部。

幼承家学，7岁学拳，由伯父张义尚、家父张义敬及黄星桥先生严厉督导，曾得到李雅轩先生的关爱和教导，学习和继承真传杨式太极拳，长期在昆明致力于太极拳的教学和推广普及。

## &lt;&lt;太极拳理传真&gt;&gt;

## 书籍目录

太极拳谱 太极拳论 太极拳谱笺 十三势行功心解 十三势歌 打手歌 太极拳之练习谈拳理传真 雅轩老师书信摘录 家兄义尚谈拳 雅轩老师对拳的创见和贡献 雅轩老师佚事一则初学须知 太极拳的本质 真传一张纸 找明师去 杨式太极拳功夫的次序 内外有别 质量第一拳理探讨 临摹名家拳照 力的矛盾及其他 以沉劲为主,不可着意前推 太极拳的呼吸 神宜内敛 默识揣摩的学问 腰的重要性 对松柔的探讨 [附录]太极拳的理与用 ——兼与王善德先生商榷 还是不“抱球”好 再谈还是不“抱球”好 说静 心静与用意 太极拳的用意 太极拳的练与养 拳架的作用 谈劲 拳味 观师诀 三步功步与五级劲道 “刚柔相济”质疑 完整与细致 丝莫抽断了 “新意”随想 谈太极拳与音乐的关系 再谈内外有别 漫谈“打手安用手” 塌胯三态及其他 太极拳的沉思 三谈内外有别 太极拳的性格太极拳推手 推手漫谈(一) 推手漫谈(二) 推手漫谈(三) 致读者 发劲及其味道 舍己从人 你相信以柔克刚吗 下士闻道大笑之太极拳杂谈 不宜过早学散手 学拳宜从中、小学开始 太极拳用途广泛 中国古文化的明珠 太极拳境界杂谈 “旧袜子哲学” 说成熟 说胜败 莫乱改良杨式太极拳练习指南尾声 大梦谁觉 附一重庆版序 附二重庆版再版序 附三重庆版三版序后记

<<太极拳理传真>>

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>