

# 《上善若水》

## 图书基本信息

书名：《上善若水》

13位ISBN编号：9787544341003

出版时间：2014-4

作者：王壮弘 口述,杨云中 蓝晟 整理

页数：413

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《上善若水》

## 内容概要

应机授法，一代太极拳大师传拳实录

口传心授，穷尽一生心力的实修实证

超越江湖门派之争，从哲学、美学、艺术、科学的高度，以实证功夫为基石，梳理归纳太极十三总势放大、缩小、旋转、螺旋、翻动、扶摇、羊角等规律，反复阐述点、线、面、体、超立体、四大皆空、八门五步、驾虚、摩空、乘幽、控寂的进阶途径

主编推荐：

太极拳就是佛学，佛经是最好的拳谱，如来是最好的拳师

明师与高徒的印证与默契：点、线、面、体训练法，太极拳的基本站姿，练太极拳的三大秘诀，四两拨千斤，八门五步的内涵，流体打拳，增一分减一分都是错，出手不见手才是大高手，学会运用地心引力，没有中心的中心，师法自然一通百通.....

读者推荐：

数百年难得一见通达太极拳真谛的著作.....以佛说拳，难得一见。水性太极理念难得一见。揭示太极的地位与至上境界，难得一见。“四维半”训练模式难得一见。太极思维的理念难得一见。对太极现状的尖锐批判难得一见。

——翁心诚

# 《上善若水》

## 作者简介

王壮弘，男，汉族，浙江慈溪人，1931年10月生于上海。书法从许铁丰、沈尹默，擅篆、草。作品多次入选国内外重大展览及在专业报刊发表。精于金石碑刻之学及书画鉴别。1987年4月应新加坡国立大学和香港中文大学之邀作短期讲学，同年8月又赴美国东西学院、加拿大南山寺访问交流书艺。先生除了文化艺术方面的建树外，自幼习武，师从于杨澄甫入室弟子褚桂亭。后精研王宗岳《太极拳论》及相关拳谱多年，渐以佛理入拳理，创王氏太极拳，弟子遍及海内外。

# 《上善若水》

## 书籍目录

# 《上善若水》

## 精彩短评

- 1、是一本非常不错的学习太极拳理论指导的书。书中涵盖三教教义，借以融会太极本具之理论，发前人所未发，敢为太极创先，值的学习。
- 2、学武术的人将儒、释、道有机结合，赋予武术哲学高度，值得细看
- 3、佛经是最高的拳谱，可见太极确实神奇。佛家见佛，儒家见儒
- 4、真正的太极拳授课实录!!!推荐太极拳爱好者人手一本!!!书中涵盖三教教义，借以融会太极本具之理论，发前人所未发，敢为太极创先，值的学习。
- 5、王氏水性太极拳，阐述了上善若水，道法自然的道理，道理讲得透彻，值得一读!
- 6、如果你练内家拳一直没有入，可能这本书您买回去就束之高阁。因为这本书里的东西，你非得练拳已经有了一定的体认你才知道人家说的是什么。王先生功夫很好，从佛经里悟了大乘拳法，难得!!!绝对太极正宗，否则，南怀瑾先生也不会请他去研究会教拳。
- 7、这本书我帮助周围的中老年朋友买了多次，非常受欢迎，很多人好把此书作为礼物送给朋友。喜欢太极或者正在打太极拳的朋友，一定要看这本书，否则，根本无法理解太极的真正魅力。没有看到这本书真是太可惜了
- 8、一本对太极全新思考的书!王壮宏的太极功夫已入化境，可惜了，养生差点，真正的高手
- 9、说理精辟，讲解透彻，确实是太极的高境界，欲成妙手者，当看此书，当达此境界；境界达不到一定高度，怎么练也只是个俗手而已，不能窥太极之全体大用，此书---明者识之，昧者大笑之。。。。
- 10、真正的太极拳授课实录!!!推荐太极拳爱好者人手一本!!!
- 11、一本对太极全新思考的书!王壮宏的太极功夫已入化境，可惜了，养生差点，真正的高手
- 12、作者為一集大成的武術宗師,透過與學生的開悟及實際示範,將太極拳的精髓發揚光大,可惜,太極真諦亦隨斯大而逝!

願王老師的學生能延續及發揚太極精義。

- 13、史无前例，绝无仅有的好书，王壮弘老师晚年力作，倾情打造如是太极，如是如是，本该如此，这就是太极拳的真谛!

# 《上善若水》

## 精彩书评

- 1、王先生功夫很好，从佛经里悟了大乘拳法，难得！！！以水入拳，以水性讲解拳性，其见解独到，可谓另辟蹊径。讲解入情入理，并融入了许多传统文化因素，是人备受启发。说理精辟，讲解透彻，确实是太极的高境界，欲成妙手者，当看此书，当达此境界；境界达不到一定高度，怎么练也只是个俗手而已，不能窥太极之全体大用，此书---明者识之，昧者大笑之。。。。。
- 2、数百年难得一见通达太极拳真谛的著作.....以佛说拳，难得一见。水性太极理念难得一见。揭示太极的地位与至上境界，难得一见。“四维半”训练模式难得一见。太极思维的理念难得一见。对太极现状的尖锐批判难得一见真正的太极拳授课实录！！！推荐太极拳爱好者人手一本！！！！

# 《上善若水》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)