

# 中国传统武术史



[中国传统武术史\\_下载链接1](#)

著者:于志钧 著

[中国传统武术史\\_下载链接1](#)

标签

评论

非常有用的一本书 很不错 值得推荐

-----  
据闻是讲真正的武术的。看了几页，还比较对自己胃口

-----  
有传统知识，要仔细看一下

-----  
此用户未填写评价内容

-----  
用心书写的佳作，值得仔细阅读，了解武术文化的佳作

-----  
买来看看，当工具书用了，留着看

-----  
东西很不错 价格也便宜的

-----  
纸质不错，配图丰富生动，物美价廉，值得购买？

-----  
了解了武术的发展

-----  
很不错的书籍，适合于武术爱好者，了解感悟武学很有好处

-----  
非常棒！很好的书！值得学习和收藏。书的内容很丰富。

-----  
书不错，挺好的，买了很多，不知啥时候能看完！

-----  
非常好，速度很快，京东的服务是一流的，五星好评！

-----  
包装完好 物流满意 尚未细读

-----  
好书，活动价入手，慢慢研读

-----  
买了还木有看买了还木有看

-----  
物流给力.物有所值

-----  
京东速度，值得信赖，购物只选京东。

-----  
勇于否定权威部门的结论，有全新的视角，用事实说话，用个人体悟理解武术，真正体现武术是中国传统文化的重要组成部分。使人耳目一新！

-----  
内容很好、值得细细看，物流也快

-----  
送货速度比较快，还不错

-----  
豆瓣推荐的，希望可以借此了解中国武术

-----

正版书，内容丰富，有参考价值。

-----  
于先生的书，说出了真正武林人之声，有太史公之范，不虚美，不隐恶，文武兼修，亦文亦武，真武林人士也。

-----  
非常好的图书，我很喜欢，实用！

-----  
看了变武林高手

-----  
应该会对我有所帮助

-----  
送货快，书挺齐的，支持

-----  
没事看着玩，增长知识用

-----  
刚收到，京东物流真心快啊！

-----  
还没拆封，有时间了再看

-----  
于志钧先生是有六十多年武龄的现代知识分子，娴中华武术技击，通《易》理。作者撰写本书的目的是还传统武术以本来面目，以区别于所谓的现代武术，力图唤醒人们保护传统武术的意识。

-----  
不错，很满意

-----  
还不错的啦！

-----  
一般，不够细化。。。。。

-----  
者笨书害是部搓的砍了后文子水萍答复提高！

-----  
包装不行

-----  
还没研究

-----  
谈读书的苦乐之境不爱喝咖啡的人，说咖啡苦涩，爱喝咖啡的人，说咖啡香浓。同是一杯咖啡，为什么会有两种体会呢？吾曰：心境不同。  
读书亦是如此。不爱读书的人，如同不会品咖啡的人，读书时，只知其苦，不知其乐。爱读书的人，如同会品咖啡的人，读书时，能够品出书的韵味，能够进入乐之境界。那么，如何才能达到读书的乐之境界呢？  
首先，要忘记苦境。当今的学生，大都说读书苦。固然，考试与升学的压力，扼杀了学生们读书的兴趣，不过，一些学生们不会从读书中找到乐趣和价值，也是一个不争的事实。古人读书，大多摇头晃脑，乐此不疲；今人读书，大多愁眉苦脸，见书生厌。古今之人读书时的心境为何会有如此的差异？不可否认的原因之一，就是当今快节奏的生活让人无法静下心来好好读书，久而久之，看到书就心烦气躁。我认为，这不是出现问题的根本原因，出现问题的根本原因是，我们这批新新人类的心境出了问题。  
心不静，则难成事。不是读书苦，而是我们无法抑制那颗动荡不安的心。当今丰富多彩的生活，早已俘虏了不少同学的心。读书与娱乐相比，读书当然是苦的。此外，读书之悲苦，是因为我们太强调功利性。林语堂先生曾说过：“读书的本旨湮没于求名利之心中，可悲。”读书本是无功利的，带着功利之心读书，读书还会有趣吗？还是林语堂先生说得好：“读书本是一种心灵的活动。”看来，快乐读书的前提，就是安顿好那颗动荡不安的心。  
关于读书，我认为，最重要的是，要用自己的生命去阅读，唯有如此，读书之乐境才会如“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”一样，令人豁然开朗。我以为，读书有两种方式。一种是用自己的眼睛读书，这是低级的阅读；另一种是用生命来读书，这才是真正的读书。只有用生命来读书的人，才是真正会读书的人。此时，读书不是一种负担，而是享受美好的人生。  
只有畅游书海，我们的思想才会视通万里，思接千载，心游万仞，精骛八极。在书中，我们可以与自然对话，可以与社

会对话，可以与大师对话，上至天文，下至地理，古今中外，我们无所不去。在书中，我们可以认识孔子和庄子，可以认识屈原和文天祥。在书中，我们可以了解荷马与巴尔扎克，可以了解雨果与华兹华斯，可以了解卢梭与康德。最重要的是，通过读书，我们的人格得到了完善，我们的思想得到了升华，经过多年努力，我们甚至可以成为大师——没有一个大师不是书滋润出来的。

当然，对于我们来说，读书不是一件轻松的事情。因为我们太怕考试的分数低，太怕输，太怕老师和父母失望的眼神，太怕孤独。

如果书是帆，良好的心境是风，那么，读书之乐便是那探险的远航之船了。

棒棒哒

很满意

有重影的书，服了！

和逝去的武林差的远了去了

好

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用这段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上，我绝对不会偷懒到复制粘贴评价，我绝对会用心的差评，这样其他消费者在购买的时候会作为参考，会影响该商品销量，而商家也会因此改进商品质量。

以前，读书前会很想读一本书，但实际读书时，经常是“想读完书”，而不是“想读书”。这种想法经常会让我的生活变得很痛苦，当你做一件事想着快点做完时，你的心思其实已经不在这件事上了。

这个问题在我大学时困扰了我很久。我没有意识到这本身其实是一个价值观问题，以至于我常在一些时间管理的书中寻找答案。那些书都只能让你更高效地“做完事”，却不能让你在做的过程中更投入一分。

如果您觉得我们的文章不错，能够受益，请您一定关注我们的认证空间（[请点击这里](#)）

直到后来离开学校，了解了一小部分禅宗思想，我开始豁然开朗。禅宗讲求摒除心中的杂质，全部精神专注于当下，摒弃过去摒弃未来，任何的多余的念头都可能使你正在做的事情不纯粹。禅宗上，这叫“正念”，我非常非常欣赏。

想想看，你去旅行，那你是为了旅行和生活本身呢，还是为了旅行回来能增加一点谈资、写一篇游记呢？答案是显然的。

人生也是一样，如果你一心只等着功成名就家财万贯衣食无忧的那一天，就好像你旅游时只等着回去写游记和炫耀一样，旅行本身就失去了意义。

生活就像这样的旅行，我们今天读的每一本书，写的每一个字，迈的每一个步，做的每一件事，就是这趟旅行的一部分。如果我们不能专注于它本身并享受这种过程，那整个生活就会变成急不可耐的煎熬。

回到读书上来，现在我觉得对书的“量”的追求是完全无意义的。如果我在读一本书时专注于其中，不仅可以获得远比匆匆翻过更深入的东西，而且还能为人生增加不曾虚度的有趣有意义的几天或几小时。

对了，在很多领域都有一个词叫“flow”，描述人们沉浸在某事中获得的愉悦状态，根据我粗浅通俗的理解，禅宗正念的目标，就是把这种状态扩展延伸到你生命的每一秒。

以前，读书前会很想读一本书，但实际读书时，经常是“想读完书”，而不是“想读书”。这种想法经常会让我的生活变得很痛苦，当你做一件事想着快点做完时，你的心思其实已经不在这件事上了。

这个问题在我大学时困扰了我很久。我没有意识到这本身其实是一个价值观问题，以至于我常在一些时间管理的书中寻找答案。那些书都只能让你更高效地“做完事”，却不能让你在做的过程中更投入一分。

如果您觉得我们的文章不错，能够受益，请您一定关注我们的认证空间（[请点击这里](#)）

直到后来离开学校，了解了一小部分禅宗思想，我开始豁然开朗。禅宗讲求摒除心中的杂质，全部精神专注于当下，摒弃过去摒弃未来，任何的多余的念头都可能使你正在做的事情不纯粹。禅宗上，这叫“正念”，我非常非常欣赏。

想想看，你去旅行，那你是为了旅行和生活本身呢，还是为了旅行回来能增加一点谈资、写一篇游记呢？答案是显然的。

人生也是一样，如果你一心只等着功成名就家财万贯衣食无忧的那一天，就好像你旅游时只等着回去写游记和炫耀一样，旅行本身就失去了意义。

生活就像这样的旅行，我们今天读的每一本书，写的每一个字，迈的每一个步，做的每一件事，就是这趟旅行的一部分。如果我们不能专注于它本身并享受这种过程，那整个生活就会变成急不可耐的煎熬。

回到读书上来，现在我觉得对书的“量”的追求是完全无意义的。如果我在读一本书时专注于其中，不仅可以获得远比匆匆翻过更深入的东西，而且还能为人生增加不曾虚度的有趣有意义的几天或几小时。

对了，在很多领域都有一个词叫“flow”，描述人们沉浸在某事中获得的愉悦状态，根据我粗浅通俗的理解，禅宗正念的目标，就是把这种状态扩展延伸到你生命的每一秒。

-----  
书好用，介绍的太极历史全面。

-----  
非常满意，五星

-----  
给武术入门的父亲买的。

-----  
在使用中。。。。。。感觉还不错

-----  
还没看 留着备查 送货快

-----  
书还没来得及看，但物流这次很给力，速度很快

-----  
精装的书很不错，内容很容易理解

-----  
如果对比一下所谓体育界权威出版的武术史，就会发现谁比较真实，谁比较贴近生活。

-----  
好书 内容也好 学习学习

-----  
[中国传统武术史\\_下载链接1](#)

## 书评

[中国传统武术史\\_下载链接1](#)