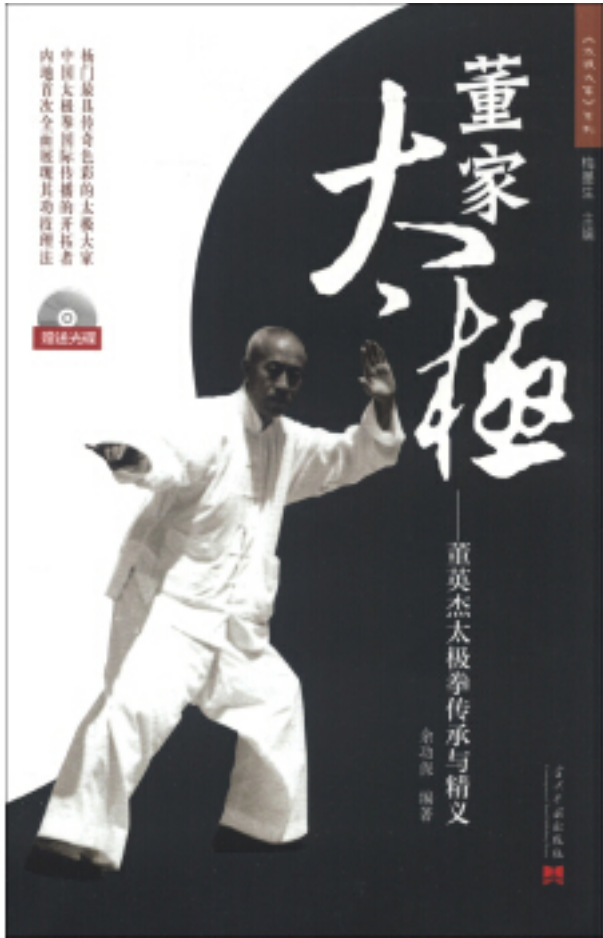


《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义



[《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义_下载链接1](#)

著者:余功保 著，梅墨生 编

[《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义_下载链接1](#)

标签

评论

正版，超速，值得信赖的京东，加油！经典，珍藏

本书集中展示了董家太极的功力技法，以及董家太极核心人物的言行。发展太极拳的心路历程，确实不错值得一读。！！！！

从《太极往事》中知道的董英杰，第一个将太极传到泰国的人。本书以后人回忆为主。
从《太极往事》中知道的董英杰，第一个将太极传到泰国的人。本书以后人回忆为主。
从《太极往事》中知道的董英杰，第一个将太极传到泰国的人。本书以后人回忆为主。
从《太极往事》中知道的董英杰，第一个将太极传到泰国的人。本书以后人回忆为主。

《<太极大家>系列·董家太极：》首次在内地集中展示了董家太极的功技理法，以及董家太极核心人物研习、发展太极拳的心路历程，将董家太极的精华和太极大家的习拳秘要公之于众。相信会给广大的太极拳研习者以深刻启发和重要帮助。

京东的服务一直都是很好的，书的质量不错，以后再慢慢读！

618活动买的，价格非常划算，支持京东！

主要介绍董氏太极拳的历史和一些精华，值得一看

东西很好很喜欢？

太极拳名家的经验心得，很不错

送货速度快送货速度快

图片不错，可以当楷模欣赏。

非常好，内地久未见到的武林绝学，传神的照片。

送人的，印刷的还可以，满意！

不贵呀，最近降温注意身体哦

好书，内容丰富。。。

书还不错，但怀疑故意将损坏的书发出来，脱线严重。

学习用，收集资料，送货速度快。

好好好好好好好好好好好好好好

京东自营送货超级快质量好

还不错的宝贝，物美价廉。

不错不错不错不错

太极拳好啊强身健体啊

杨家太极拳变为董家太极拳，希望能从中发现些独特的味道

董家太极：董英杰太极拳传承与精义 真实好书

董英杰太极拳传承与精义：适合太极爱好者阅读

送给长辈的，很喜欢～

很多视频是给董茉莉的，董英杰和董虎岭的不多。但是值得买。

还没看完～

上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！现在，京东域名正式更换为JD.COM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无

知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

还不错 很详细。。。。。。

很好！正品！！！！！！

老公买的，他说好看，经典。

能从中获取许多经验,好

告诉你什么是太极，如何打太极，玩好了，你就神了

还行.送人,支持中国功夫

还可以吧

好书！

书内容一般，服务速度快

学习中

好书

好

正在加载中，请稍候... 太极圣手，i胜战中外擂台；br
太极正脉，杨门绝世高手；br 太极快拳，稀世武林奇学；br
太极k释义，一代理法宗范。
董英杰（1897~1961），河北邢台任县人，杨m澄甫重要弟子中国20世纪太极拳大家
他功底深厚，拳架气派宏大，在太极功技理法上均有独特建树，m创有英杰快拳作为杨
澄甫识重的弟子和杨式传人中代表性的m人物，杨澄甫的《太极拳使用法》即为其手编
著有《太极拳释义》一书，广受好评。br
董英杰是中国太极n拳走向世界的开拓者20世纪30年代，在香港创立太极拳健身院，广
收港、澳弟子传授拳艺，声名显赫，50年p代，应邀前往泰国、马来西亚、新加坡等地
教拳授艺。长期在香港、新加坡等地授拳、弟子遍布世界各地。其子董虎岭、女s董茉
莉皆为太极拳名家，并分别在、香港等地传q播太极拳多年。董家太极拳目前已有t海外
弟子数t万人，r遍及世界20多个国家和地区，在国际武术界影响巨大br
《太极大家s系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义》首s次在内地集中展示了董家
太极的功技理法，以及董家太极核心人物研习、发展太极v拳的心路历程，将董家太极
的精华和太极大家的习拳秘要公之于众。相信会给广大u的太极拳研习者以深刻启发和
重要帮助v。
余功保（1964-），著名武术文化研究专家、太极文化学者v，毕业于北京大学。曾长期
在国家武术主管部门担任管理、研究工作。大力倡导武术的科学化发展，积极推进中国
武术文化研究，广泛开展中国传统文化的交流。应邀在北x京大学、清华z大学等众
多大专院校、学术机构、科研部门进行中国传统文化讲座。多次在重y要国际交流活
动中担任太y极文化学术主持人z和主讲人。著有《太极拳辞z典》、《中国太极拳大百科
》、《中国太极拳名家对话录》等数十种图书，被译成多国文字广泛发行，在海内外产
生了重要影响。序一 陈琼攀br序二 董继英br序三 D董增辰br前言 余功保brbr董家太极精义br董家太极武学思想与功夫特点&
余功保br董家太极功技体系及拳照 董英杰 董虎岭&a
余功保br太极拳经验谈 董英杰br王宗岳《太极拳论》详解 董英杰br王宗岳E《行功论》详解 董英杰br《行功口诀》详解 董英杰br《打手歌》详解 董虎岭br何为真太极拳 董虎岭
br董家太极真髓G 董茉莉br太极印象：董家太极经典拳照品鉴 余功保br董家太极英杰 余功保br任武飞扬br太极归心br四海拳踪br天下为武
br龙虎气派br香江拳魂br芬芳枝满br开枝散叶br董门J练功J心得br学拳与教拳 董增辰br我的学拳经历 董L增辰bKr向董俊彪学艺心得 孙晖br
只缘身在太极中 钟广田br太极正道 林伯炎br董师门为泰国太极
拳开拓者第一人 M;徐展略br学拳机缘记 叶谋霖br太极奇缘——杨

式太极拳南洋传播逸事 nbsp;卢锦彬br武术、武功和武艺 nbsp;董世祚br太极功架 nbsp;王培昌br太极内悟心要 nbsp;任刚brbr附录br杨式太极拳简史bOr董英杰大事年表br董虎Q岭大事年表br董茉莉大事年表bPr董家太极传人P名P录br鸣谢 nbsp;Q任肖嫦 一羽不能加，蝇虫不能落。br
解：练功既久，感觉灵敏，稍有接触，即有感觉而应之。br
一羽毛之轻，我亦不T驮，蝇虫之小，T亦不能落我身。蝇虫附我身，如着落琉璃瓶，光滑不T能立足，盖我以微妙之化力将蝇虫足S分蹉也，能如此则太极之功成矣。昔班侯老师于夏日行功时，常卧树阴下休息，偶或风吹叶落其身上，随落随脱滑落地，V不能停留。又尝试己功，解襟仰卧榻上，拈金米（即小W米）少许置脐上U，但呼一声，小米犹弹弓射弹丸，飞射屋顶V瓦面，班侯老师之功诚不可及。同X志宜勉之。br
人不知我，我独知人，英X雄所向无敌，盖由此W而致也。br
解：与人对敌，不用固定方式W，如诸葛用兵，或攻或守，敌莫能预测。谚云不知我葫芦卖什么药，此人不知我也。自己能懂劲，则感觉灵敏，敌手稍动，我即知觉，随手凑巧应之，如非近身搭手a，亦可离远审查敌之意图，此我独知人也。兵法云a，知己知彼Z，百战百胜。英雄所向无敌，盖由此而致也。br
斯技旁门甚多，虽势有区别，概不外乎壮欺弱，慢让快耳，有力打无力，手a慢让手快，是皆先天自然之能c，非关学力而有也。br
解：拳术种类甚多，各门姿势不同，注重力人手快以取胜则一。然此只应用天赋d之本能，与所学之技艺无关也。太极之理，则精微c巧妙。非徒恃力大手快取胜，异e于凡技也。察四两能拔千斤，显非力胜。bdr 解：太

很好，很给力!!! 很好，很给力!!!

首先，我是一个很爱读书的人，基本上每1-3天读完一本。所以也是经常买书的读者。其次，这本书的纸张质量很好，没有异味，不粗糙。一看就是正版，也是新书，塑封的。

再次，送货员的速度很快，态度也非常好，还帮忙送上楼，一句怨言都没有。非常感动！还有，京东的价格一直挺给力，服务也好。我会继续保持一直光顾。

最后，关于书籍内容方面，总体来说是一本好书，读完受益匪浅，很有作用。收藏了，有空或者书荒时会随时抽空看看。以下心得内容给各位参考参考：

泰戈尔曾说：“爱是亘古长明的灯塔，它定睛望着风暴却兀不为动，爱就是充实了的生命，正如盛满了酒的酒杯。”《爱的教育》是80年代出版的刊物，可以说它和我差不多年纪，今天我捧在手里细细品味的时候，被书中无数个故事深深的打动了。

之前看过的一本书，写了个长篇心得，觉得对这本书，也同样适用。

这是一部小书，这是一部巨著。意大利的文学在中华的译介。《爱的教育》其实包含了两个部分，即《爱的教育》和《续爱的教育》。前者是丐尊先生据日译本翻译，后者是亚米契斯的朋友所著，也是据三浦关造的译本来的，对前者是一个合适的补充。

夏先生说：“我在四年前始得此书的日译本，记得曾流了泪三日夜读毕，就是后来在翻译或随便阅读时，还深深地感到刺激，不觉眼睛润湿。”

在看《爱的教育》时，每每被书中的那些平凡人物的平凡事迹感动，《扫烟囱的孩子》、《班长》、《穷人》、《虚荣心》、《感恩》、《嫉妒》、《争吵》、《告别》等等和孩子有关的故事中，歌颂了儿童应该具备的纯真感情，同时书中也表露了从家庭、学校到整个社会，都在营造一种良好的环境，潜移默化地培养塑造着儿童爱祖国、爱人民的感情。

在我们的中小学教育中，“爱的教育”这四个字，说来容易，做起来又何其难！在教育整体认识上，作为一个完整教育过程的学校教育，它永远不是也不可能是以儿童为目的的，它首先考虑的是现实社会中各种矛盾的存在和社会本身的发展，是一代代的儿童将成长为什么样的人的问题。在这一点上，教育不仅仅是自由的，也是强制的。集体教学的形式一经奠定，所谓“因材施教”只能是一个需要不断努力的目标。

爱就像空气，充斥在生活的周围，充满了人的内心，它的意义已经融入了生命。爱之所以伟大，是因为它不仅仅对个人而言，更是以整个民族为荣的尊严与情绪。《爱的教育》一书中描写了一群充满活力，积极要求上进，如阳光般灿烂的少年。他们的境况不一

，有的家庭贫困，有的身有残疾，也有一些是沐浴在幸福中的。他们每个人从出身到性格都有迥异之外，但他们身上却都有着一种共同的东西——对自己的祖国意大利的深深的爱，对亲友的真挚之情。这里面不能忽视的是每个月老师读给那群少年听的“精神讲话”——这一个个小故事，不仅使书中的人物受到熏陶，同样我也被其中所体现出的强烈的情感所震撼，不由想到班主任的教育工作，其实，我们也可以挤出一个固定的时间让孩子们多听听这些“爱的故事”，感受和体验爱，学习付出爱。我想，面对我们的教育，爱应该是教育力量的源泉，是教育成功的基础。夏丏尊先生在翻译《爱的教育》时说过这样一段话：“教育之没有情感，没有爱，如同池塘没有水一样。没有水，就不成其池塘，没有爱就没有教育。”

爱是一次没有尽头的旅行，一路上边走边看，就会很轻松，每天也会有因对新东西的感悟，学习而充实起来，于是，就想继续走下去，甚至投入热情，不在乎它将持续多久。这时，这种情怀已升华为一种爱，一种对于生活的爱。读《爱的教育》，我走入恩里科的生活，目睹了他们是怎样学习、生活，怎样去爱，在感动中，我发现爱中包含着对于生活的追求。

爱是一种感受，是一种信仰，是一种追求，是……无法用准确的文字形容爱的定义，但是我知道，拥有爱的人，付出爱的心，人生必定是充实而无憾的。

《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义
太极一直都是博大精深的武术，这本书使其中的翘楚

买了好多书，还没有看……

不错哦，没有推荐错！

包装很漂亮，书只看了一点点

董英杰是太极大家，本书详细介绍了董家太极体系，还有董英杰的太极拳论注解，非常不错！

[《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义_下载链接1](#)

书评

[《太极大家》系列·董家太极：董英杰太极拳传承与精义 下载链接1](#)