

# 太极内功秘境：太极拳内功养生心法（附光盘）



[太极内功秘境：太极拳内功养生心法（附光盘）](#) [下载链接1](#)

著者:庄金聪 著

[太极内功秘境：太极拳内功养生心法（附光盘）](#) [下载链接1](#)

标签

评论

里咯哦哦OK了咯哦OK啦

别具一格有很强的可操作性。

还可以吧，作用不大

光盘内容不够好，动作示范没有语音说明，只有视频，很难按视频做。

值！

迟子建的小说主要作品有：长篇小说《伪满洲国》《越过云层的晴朗》《额尔古纳河右岸》《白雪乌鸦》，小说集《北极村童话》《白雪的墓园》《向着白夜旅行》《逝川》《清水洗尘》《雾月牛栏》《踏着月光的行板》《世界上所有的夜晚》，散文随笔集《伤怀之美》《我的世界下雪了》等。出版有《迟子建长篇小说系列》六卷、《迟子建文集》四卷、《迟子建中篇小说集》五卷、《迟子建短篇小说集》四卷以及三卷本的《迟子建作品精华》。曾获得第一、第二、第四届鲁迅文学奖，第七届茅盾文学奖，澳大利亚“悬念句子文学奖”等文学奖。作品有英、法、日、意、韩等海外译本。从1986年在《人民文学》发表第一部中篇《北极村童话》开始，到2012年《收获》刊登《别雅山谷的父子》，近三十年间，我发表了五十部中篇小说。此次以编年形式出版其中的四十部中篇，使我有机会回望和打量自己走过的文学之路。我发现这条路不管多么曲折，都有一个清晰的指向，那就是我的故乡，那就是我的心灵。

那一条条生命之河，就是盈满我笔管的墨水。它流出哀愁，也流出欢欣；它流出长夜，也流出黎明！一个被冷风吹打了近半个世纪的人，一个在写作中孤独前行了三十年的人，深知这世界的寒流有多刺骨，也深知这世界的温暖有多辽阔！值得阅读，有一定价值的，不错

[太极内功秘境：太极拳内功养生心法（附光盘）](#) [下载链接1](#)

书评

[太极内功秘境：太极拳内功养生心法（附光盘）](#) [下载链接1](#)