

万人太极拳表演(VCD)



[万人太极拳表演\(VCD\)_下载链接1](#)

著者:

出版者:北京中体音像出版中心

出版时间:1900-01-01

装帧:

isbn:9787880331035

太极拳作为拳术之一，早期曾称为“长拳”、“绵拳”、“十三势”、“软手”。至清朝乾隆年间（公元1736～1795年），山西武术家王宗岳著《太极拳论》，才确定了太极拳的名称。“太极”一词源出《周易·系辞》，含有至高、至极、绝对、唯一的意思。

天地之间，世界之上，万物与机缘，无时无刻不在变化。树木花草，山岳楼台，看似静止，无不在渐渐老化。俗语说，只有“变”是不变的。太极拳就是要把种种变化，在拳演练出来。动静开合，刚柔快慢，上下左右，顺逆缠绕，忽隐忽现，虚虚实实，绵绵不断，周身一家，一动无有不动，显时气势充沛，隐时烟消云散，以意带力，到点融化于全身，做到劲断意不断，然后再轻轻启动，挥洒自如。一意一念，一举一动，随心所欲，都在自我控制之中，以达到养生、防身的效果，这就是太极拳。

作者介绍:

目录:

[万人太极拳表演\(VCD\)_下载链接1](#)

标签

评论

[万人太极拳表演\(VCD\)_下载链接1](#)

书评

[万人太极拳表演\(VCD\)_下载链接1](#)