

作者简介



王志远先生，浙江省宁波市人，毕业于浙江大学，现任高级工程师。

志远先生早年习武，师承傅钟文、沈寿、赵安洲等宗师。他生而颖悟，体格清健，且又性情怡和，沉静稳重，追随诸恩师左右，殚精竭虑，认真研习太极等内家拳术，数十载

如一日，故深得恩师的厚爱器重，亲授真传，成为嫡传杨式太极拳之衣钵传人。

他为弘扬发展太极拳事业，几十年来未敢懈怠，在傅钟文老师和沈寿老师倡导下，于1983年创立了宁波永年太极拳社，为该社的主要创始人之一。随之又倡导了香港永年太极拳社，现担任宁波永年太极拳社社长及香港永年太极拳社永远名誉会长之职。

志远先生敏思勤学，博采众长。他注重理论的学习，在勤修太极拳术之同时，博览拳论、拳史、拳

谱，做了大量的拳学理论研究，遍阅名家著论，详加考评，勘误释疑，心勤笔健，发表的论文难计其数。《杨式太极宝典丛书》是一部较为系统的杨式太极拳著作，系先生积几十年心血之力作，丛书之三《杨式太极刀》已经由人民体育出版社出版。现在奉献给行家读者的是丛书之二《杨式太极拳诠释——练习篇》，详尽地论述了杨式太极拳的拳论、拳理和拳术。丛书之四《杨式太极剑》、丛书之五《杨式太极杆（枪）和戟》、丛书之六《太极推手》及《太极拳谱校注诠释》，都将陆续出版，以飨读者。

序 言

我的拳艺生涯里，曾有过很多领我进门的老师，其中主要有沈寿、赵安洲、傅钟文等。有的已仙逝，有的已隐居，有的已住进了百岁院。每当我想起他们严格的、有时甚至是严酷的教育训练，而又如父兄般待我，崇敬与感激之情油然而生，常常为之而热泪盈眶。我今天的点滴太极拳知识和功夫，无不是他们辛勤教育的结果。

他们常常教诲我，坚持勤、恒、礼、诚，故我能耐得寂寞、耐得淡泊、耐得辛苦，几十年如一日，风雨无阻，晨昏无间，坚持每日工余苦练四个小时以上的太极拳，赢得了“拳痴”和“绵王”的称号。

他们又告诫我，不要早为师，不要早出书，不要早成名，以免误人误己。但由于当时太极拳不及如今之普及，师资力量缺乏，加上老师年事渐高及健康等原因，我早已为“人之患”（“人之患，在患为人师”），代师授艺了，学生遍及世界各地。出书则在老师“你也应该写一些体会了”及把“杨家传世太极拳整理出来”的嘱托下，在人民体育出版社的鼓励下，以及广大拳友的支持下，才酝酿撰写《杨式太极宝典

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>