第一图书网, tushu007.com

<<大成拳>>

图书基本信息

书名：<<大成拳>>

13位ISBN编号：9787537725828

10位ISBN编号：7537725829

出版时间：2006-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：曾广骅

页数：144

字数：211000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<大成拳>>

内容概要

摆在读者面前的《大成拳——科学站桩功》一书，是美国麻省高等教育学院副院长八十三岁的曾广骅教授所著。
这本书不仅是探索科学站桩功法的保健养生之作，而且还展现出中国传统内家武术和西方科学相互碰撞、交汇的文化底蕴，同时又渗透着中国知识分子半个多世纪以来为民族振兴尽忠报国的历史悲情。
中国的文化传统有两种，其一是人类有史以来母系氏族原始公社在数十万年逐步形成的老传统，其二是夏、商、周三代父权家长制社会兴起以来遗留下的新传统。
显然，母系社会原始宗教的文化传统是道家和墨家文化的渊源，而父权家长制的文化传统则是儒家和法家文化的根基。
母系氏族共产制的原始公社是人类最初的“公民社会”，其中不乏原始的“民主”思想。
周代以来的父权家长制社会，则是一种君权专制的“臣民社会”，其中仅有“民本”思想而无民主思想。
中国的传统文化是在春秋战国时期的“百家争鸣”中形成的，那时已进入了父权家长制的封建社会，因之儒、法二家是为君权设计的“王道”和“霸道”两手统治术，就连道家也是专门对“侯王”说教的帝王之学，三者都是从“民本”思想立论的。
我曾说过，毋论东方和西方，全人类的各种异质文明都是在大约一万年左右从同一个原点起跑的。
四方同源，万世一脉，古圣今圣，西哲东哲，其揆一也。
如此说来，西方文化中古希腊文明的科学、民主、自由思想，古罗马人的法治、人权观念，古希伯莱人的宗教思想，是否可以在中国古代的传统文化中找到痕迹呢？
“德先生”和“赛先生”必须从西方引进吗？
其实，中国文化中的墨家学派，就不乏科学、民主观念和类似加尔文教派的宗教思想，道家学派更是一种自由、平等、博爱（“安、平、太”）的学说。
仅是由于墨家的学说和君权的专制政治发生直接冲突，终于丧失了生存的土壤，被道家学派所吸收，中国传统文化遂成为儒法结合占统治地位，道墨相融被边缘化的格局。
此后君权官僚政治体制在中国延续了数千年，虽然历代开明君主不乏“为民”、“爱民”的承诺，但那充其量仅是孔、孟的“王道”和“民本”思想而与现代“民主”观念判然有别；虽然在政权交替上也可由“世袭”被迫依尧舜古制“禅让”给新君主，但即使选定“接班人”的禅让制也和现代“宪政”体制根本不同。
直到1850年1月31日，马克思和恩格斯在伦敦写的《时评。
1850年1—2月》中，预见到古老的中国正处在社会政治变革的前夜。
“欧洲反动分子逃到万里长城时，将看到城门上面写着：中华共和国。
自由、平等、博爱。
”（《马克思恩格斯全集》第10卷，278页）真正实现了马克思这一政治预见将“自由、平等、博爱”写在城门上的人，是中国革命的先行者孙中山先生。
孙中山先生继承了中国道家和墨家文化的思想精髓，将“德先生”和“赛先生”引进中国，他提出的“三民主义”和“五权宪法”既纠正了西方政治的弊端，又最切合中国国情。
从此，历代帝王奉行的“民本”思想被超越到“民主”政治的水平，《建国大纲》也否定了父权家长制君权政治而展现出由“臣民社会”向“公民社会”转化的现代宪政体制的蓝图。
在近代史上，孙中山先生的地位是无人能取代的，他代表着中华民族迈向现代社会的历史潮流。
可惜那个时代以来的中国政治家终究难以摆脱根深蒂固的帝王思想，中国的政治体制一直徘徊在《建国大纲》的“训政”阶段。

第一图书网, tushu007.com

<<大成拳>>

作者简介

曾广骅先生于1922年生于山西太原（原籍湖北黄岗），那正是中国社会剧烈变革的年代。
他在1941至1944年间就读于重庆国立政治大学，和马鹤凌（台北市长马英九之父）、李元簇等同学，尔后赴美国留学于哥伦比亚大学等校，并获佛蒙特大学经济学硕士学位。
中国的知识分子，即是先秦至清末的士大夫，自古列为四民（士农工商）之首，是中华民族传统文化的载体，决定着国家的政治命运和民族文化的兴衰。
知识分子不属于任何一个特定的经济阶级，但却是一个有着共同社会利益的阶层，他们同时又分别是整个社会所有阶级、阶层和各种利益集团的代言人。
真正的知识分子往往不受社会经济地位的限制，是民族文化演变发展的承担者和社会理想与时代精神的代表者。
孟子讲“无恒产而有恒心者，惟士为能”（《孟子·梁惠王》），就描述了立身正直的知识分子的气节和风骨。
1949年中华人民共和国的成立，对于近百年来一直做着“强国梦”的中国知识分子来说毋宁是拨云见日，于是有杨石先教授等一大批学者拒绝去台湾，留在大陆无怨无悔地为建设新中国服务；于是有钱学森教授等一批科学家回国，为中华民族的复兴作出贡献。

第一图书网, tushu007.com

<<大成拳>>

书籍目录

总介第一章 氧的利用与深呼吸 第一节 增强人体耗氧能力 第二节 大脑入静 第三节 站桩的逆腹式呼吸法 第四节 站桩的各种姿势 第五节 逆腹式及进一步的呼吸训练 第六节 热身功与收功第二章 站桩功的肌肉锻炼 第一节 神经肌肉训练原理 第二节 神经肌肉训练原理（卧式） 第三节 神经肌肉训练法（站式） 第四节 神经肌肉训练法（卧式） 第五节 增强性功能 第六节 五种变式、五禽戏及交叉训练第三章 减肥及体重控制 第一节 解决之方——科学饮食与锻炼 第二节 身体精神灵魂之融合 结论附录 效用篇

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

不仅是探索科学站桩功法的保健养生之作，而且还展现出中国传统内家武术和西方科学相互碰撞、交汇的文化底蕴，同时又渗透着中国知识分子半个多世纪以来为民族振兴尽忠报国的历史悲情。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com