

# 《大成传习录》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年05月01日

开本：大16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787508079844

## 内容简介

### 内容简介

作为大成拳传人，作者长期习悟拳学、研习国学，深切体会到立禅站桩是实证传统文化与拳学真谛的无上妙法，是以身正心、以心印物、以物用心的修炼法门，是拳学的根本和真髓，习武之人可以藉此挖掘生命潜能、唤醒良知良能。本书是作者的弟子们根据其1997~2012年间的拳学、心学、立禅等内容的讲授录音整理而成，全书重在心经传授，认为拳学之道即生命之道、人生之道、自然之道；大成是整体的生生不息、不断不住，其要在革新人类习气之流失，而复其本然之善，全齐性德之真，方是成己成物，尽己之性，尽人之性。

### 作者简介

#### 作者简介

自幼习文学武，诵读经典，拜著名武术家路文瑞为师，习练南极派通臂拳法；拜著名武术家马贤达教授为师，系统学练八极、翻子、劈挂、鞭杆等拳械及武术理论。20世纪80年代，为追溯大成拳学本原，拜在著名拳学家大成拳大师王选杰门下习练大成拳功、技、理、法，全面继承中国武术养生、技击及其理论，王师赐名“鸿坤”，并题“鸿坤弟子，断手第一，大成正宗，衣钵传人”以赠之。后拜在拳学大师常志朗先生门下，继续研习大成拳，并游历各地寻师访友，精研形意、八卦、太极等内家拳法。

几十年来，遍访各界国学、拳学大家近百位，习练传统功法数十种，同时精研典籍经谱，完成以身体体认、印证经典的心得笔记百万余字，对古圣先贤“文武兼备”、“知行合一”、“禅拳不二”精神的体悟日新而深，在此基础上形成了完整的“以身证心、以心印物”的生命之道思想体系和修炼方法，著有作品《大成拳学真谛》、《大成拳》十卷本(前三卷已正式出版)。

《大成传习录》是根据1997~2012年间给弟子、朋友等讲授拳学、心学、立禅等方面的录音内容整理而成，涉及儒释道、内外家拳法等领域，着力于“以身正心，以心印物”的拳学之道、生命之道、人生之道的探索和修炼。

作者于鸿坤（阿龙），大成拳传人、立禅法脉传人，文化行者。

自幼习文学武，诵读经典，拜著名武术家路文瑞为师，习练南极派通臂拳法；拜著名武术家马贤达教授为师，系统学练八极、翻子、劈挂、鞭杆等拳械及武术理论。20世纪80年代，为追溯大成拳学本原，拜在著名拳学家大成拳大师王选杰门下习练大成拳功、技、理、法，全面继承中国武术养生、技击及其理论，王师赐名“鸿坤”，并题“鸿坤弟子，断手第一，大成正宗，衣钵传人”以赠之。后拜在拳学大师常志朗先生门下，

继续研习大成拳，并游历各地寻师访友，精研形意、八卦、太极等内家拳法。

几十年来，遍访各界国学、拳学大家近百位，习练传统功法数十种，同时精研典籍经谱，完成以身体体认、印证经典的心得笔记百万余字，对古圣先贤“文武兼备”、“知行合一”、“禅拳不二”精神的体悟日新而深，在此基础上形成了完整的“以身证心、以心印物”的生命之道思想体系和修炼方法，著有作品《大成拳学真谛》、《大成拳》十卷本(前三卷已正式出版)。

《大成传习录》是根据1997~2012年间给弟子、朋友等讲授拳学、心学、立禅等方面的录音内容整理而成，涉及儒释道、内外家拳法等领域，着力于“以身正心，以心印物”的拳学之道、生命之道、人生之道的探索和修炼。

## 绪论

我自幼学习中国传统文化和拳法，先后追随多位名师，随着年龄及人生阅历增长，渐渐懂得不管何种拳法，其根皆系于国学。由此，几十年来，我重新深入、广泛地学习研练红拳、形意、八卦、太极、大成、劈挂、八极、翻子、搓脚、鹤拳、五祖等多家拳法，兼习长短器械；在这个过程中，更能从形上、劲上、法上、气上、意上、神上、心上体会到拳学即是国学的体证。

立禅是以身正心、以心印物、以物用心的修炼法门。身体有智慧，心里有力量、有感知力觉察力、有洞察事物的能力，不预设，头头是道。立禅站桩即把身心放空，不带任何识见，以经论参证。常无欲以观其妙，常有欲以观其徼，心地非常清晰。对敌时，感知对方之神气，犹如水对船的感知；生活当中也要具备对事物感知的能力，何止于对敌之际。

拳术入门繁杂不一，有的拳以视对方没能力入手，有的拳是以增强自己能力为入手之法；有的从形入，有的从无形入，有的由空入，都只是门径而已，都可体认拳学之道、生命之道、人生之道、自然之道。

立禅的大用在于使人以生生不已之机在日常生活中用万事万物觉悟身心

于鸿坤

[显示全部信息](#)

目录

目录  
拳学之理

大成拳之载道/3  
大成拳之善学/10  
大成拳之与时俱进/15  
太极拳真谛/18  
形意、太极和八卦/21  
套路/26  
招法/31  
功夫之天人合一/36  
功夫之心理/41  
功夫之明理/45  
功夫之技术/48

大成拳之善学

太极拳真谛

套路

功夫之天人合一

功夫之明理

习拳心要

身手

中道

心性

中环

虚实

空

体用

有形与无形

通道

传授

学习之目的

尊师重道

站桩之要领

站桩之放松

站桩之神意

站桩之本质

推手之原则

试意力

摸意劲

技击之原则

拳道拾遗

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)