

太极的力量

柳海林 王娟
编著

——王西安和他的弟子们

中原出版传媒集团
大地传媒

河南科学技术出版社



太极的力量

——王西安和他的弟子们

柳海林 玉娟

编著

河南科学技术出版社

· 郑州 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

太极的力量: 王西安和他的弟子们 / 柳海林, 王娟编著. —郑州:
河南科学技术出版社, 2015. 5
ISBN 978-7-5349-6488-6

I. ①太… II. ①柳… ②王… III. ①王西安-生平事迹
IV. ①K825. 47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 174600 号

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028 65788633

网址: www.hnstp.cn

策划编辑: 韩雅楠

责任编辑: 朱江涛

责任校对: 张景琴 马晓灿 王晓红

封面设计: 朱 婧

责任印制: 张艳芳

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 200 mm×240 mm **印张:** 32 **字数:** 700 千字

版 次: 2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 168.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系调换。

现在，打太极拳成了马云的主要健身方式。

他经常是边走路边做着动作，而且太极中的哲学思想也让马云有了更深刻的感悟，比如说“中庸”。“中庸”一词有各种解释，马云认为“中”是动词，“打中”；“庸”是“恰如其分的一点”，“中庸”就是“打在恰到好处的那一点上”。

马云认为太极拳是以拳术来表达太极思想的，每一招式都既可攻又可守，并且任何招式都有解，也就是说“没有绝望的境地，只有对境地绝望的人”。

马云正致力于太极文化的推广，请注意，这不是一套拳法、一种武术的推广，而是一种哲学思想和生活方式的推广。

40岁再练太极

马云在2008年的最后一天给我一项任务——找最好的太极师傅！

马云小时候跟杭州一位陈老太太学过很多年太极。陈老太太练的是“杨式太极拳”，她功夫了得，在70岁时对付两三个小伙子都没有问题。马云说：“陈老太太很早起床，在打太极前总要闭上眼睛在公园里静静站一会儿，我问她这是干什么，她说她在听花开的声音。”

2009年2月4日，我陪马云去上海开会，晚上我独自去参观了之前网上查到的一个太极馆。虽然从来没有接触过太极，但两小时下来，总觉得跟我想中的太极思想不太吻合，尤其是“凌空劲”（指不通过身体接触就能把对方打倒）的表演。我是个唯物主义者，学的

也是理科，所以我认为：其一，不存在“凌空劲”，如果有，全世界的科学家早就震惊了；其二，没有大家想象中的轻功，如果你能跳过 2.46 米，去奥运会上破了世界纪录比怎样苦心推广都要有效 10 万倍；其三，人在水里不能憋气两小时，因为吉尼斯纪录不到 20 分钟，否则早就能“为国争光”了。

于是我决定去一趟太极发源地——河南陈家沟。

2 月中旬，马云在北京忙完一系列工作后去了日本，同一天我飞往河南。去之前我就告诉河南的朋友：“找最好的太极师傅。”

我原先以为太极拳是张三丰创的，就像以为包公斩过陈世美一样。而其实这两件事情都……

“王西安拳法研究会”设在温县的“太极武术馆”内，我们午饭后前往拜访陈式太极拳第 19 代传人王西安。“太极武术馆”略显陈旧，武术馆前有一个小广场，当天，天气很好，有很多小孩在习练太极。练套路、练剑的都有，还有金发碧眼的老外也在练。

王老师身着一袭白色的太极服，坐在门口看大家练拳，虽然已有 67 岁高龄，但看上去要年轻得多。之前听说王老师不太喜欢搭理生人，可是跟我却一见如故，在跟我讲解了太极的历史和文化后，还演练了几个太极的技法。

4 月 3 日马云从香港到三亚，我提前一天到，邀请王老师来三亚度假，同时也向王老师学习太极，共四天。

我是零基础，主要任务是记住动作，顺便听听马云和王老师聊太极的故事和哲学思想。

马云基础好，一点就透，尽管这第一次的学习才学了不到 20 个招式，但马云心情舒畅，看得出他很满意。

之后习练太极拳就成了马云的主要健身方法。

记得马云在练拳期间问过王老师：“您和您的两个儿子在太极的造诣上谁更高？”

王老师说他虽然武功很好，但由于文化水平不高，练太极走过很多弯路，是经过无数次的错误才一点一点悟出来的。而他的两个儿子在他的教导下走了许多弯路，所以十几岁开始就已经打遍天下无敌手了。

马云沉思了片刻，似有自己不同的看法。

马云之前常说：“假如我要写一本书，我就写阿里巴巴的一千零一个错误。”现在明白了，有些错误是必须犯的，而且越早犯越好，马云说：“顺风顺水成就了我们的事业，逆风逆水成就了我们的。”马云认为两种成长缺一不可，如果之前都是拍脑袋选对了方向，“事业”是发展了，而“人”没有成长，那你总有一天会出错，而越晚出错损失越大。

也许老子的“大直若曲”讲的就是这个道理吧。

有一回马云说：“王宗岳的‘太极拳论’，还有陈鑫等人的太极理论，里面有很深的哲理，比如‘虚灵顶劲，不偏不倚’的思想，‘一羽不能加，蝇虫不能落’的敏捷，这些不光对练拳，对企业的管理和发展都有很大的指导作用。”马云接着说：“陈伟，你记忆力好，我希望你是公司第一个会背‘太极拳论’的人。”

马云有一段时间真是拳不离手，在室外只要发现一块平地就想打两下，出国也一样。马云在印度时，有一回在寺庙里打太极，还引来僧人跟学。如果说印度人把瑜伽传到了中国，而马云是把太极传播到印度的第一人，我这么认为，哈哈！

关于太极和瑜伽，我和公司里的美女们还有过辩论。

她们说：“瑜伽是一种生活方式，健身又健心。”

我说：“瑜伽充其量只能做到‘知己’，而太极是‘知己知彼’。”

她们说：“一次瑜伽，一次心灵的卸妆。”

我说：“一次太极，一次灵魂的裸奔。”

阿里巴巴与太极文化

2009年国庆节，当王老师第三次来教拳时，马云决定为弘扬这一国粹做些贡献。

首先在公司内部推广。马云邀请了王老师的冠军徒弟们来杭州教拳，我在内网上发了报名帖。

报名非常踊跃，很快超过了400人，为保证教学质量，被迫提前截止报名，其余同事待到下一期。

第一天上大课，我遵马云的指示告诫同事们：“练太极贵在坚持。可以想象 50 年之后一定会出现这样的场景：一群鹤发童颜的老年人，练完太极一起去医院看望一个奄奄一息的病人，病人身上插满了管子，他艰难地对医生说：‘这几位都是我当年在阿里巴巴的同事，我们一起练的太极，可惜我没有坚持。’”

马云没有食言，尽管工作很忙，城西和滨江两边马云都去看过同事们练拳。

由于同事中还有更多想学太极的，2010 年春天又办了一期，目前学过太极的同事已近 1000 人，其中包括不少高管，比如彭蕾（支付宝 CEO，阿里巴巴创始人之一，历任阿里巴巴人力资源部副总裁、市场部总裁和服务部副总裁。2014 年 10 月 16 日，阿里小微金融服务集团以蚂蚁金融服务集团的名义正式成立，彭蕾出任蚂蚁金融服务集团 CEO）。

彭蕾是集团里我最崇拜的女人。当年她在浙江财经学院当老师，后来“稀里糊涂”地跟着马云一起创业。她跟随马云的时间很长，从 1997 年马云带人去北京和外经贸部合作的时候起，她就是团队中的一员。我一直搞不懂，一个年轻女教师，怎能具备把任何工作都做得风生水起的气质？！她本来是集团首席人力官，在这个职位上做了许多年，阿里巴巴的企业文化和价值观建设一直是在中国企业中别具特色的，这里有她的巨大功劳。本职工作做得好也就算了，她刚被调去做了一年的支付宝总裁，就天天听马云表扬支付宝。

彭蕾工作很忙，但仍然坚持一周两次学拳。我有些明白了。

马云·太极·电影·李连杰

2009 年 5 月，我陪马云去北京，马云下飞机后兴奋地说：“我在飞机上想了个太极故事，我觉得可以让华谊拍成电影。”

为了此事，马云在北京工作的间隙，邀请作家沈威风共进午餐。我认识沈威风是在 2009 年 2 月。春节刚过的一天下午，马云把我叫到他的办公室，说：“给你个任务，晚上陪沈威风去吃个饭。我提醒你，别把人家当作公司那些叫你‘陈爸’的小姑娘，人家可是

知名作家，写淘宝的那本书《倒立者赢》就是她的作品。”不过后来交往久了，她终于也叫我“陈爸”了。这是后话。

马云先把他在飞机上想的故事说了一遍：故事发生在河北沧州市，几个

小孩看人斗蟋蟀，其中有个叫杨露禅的。那边京城王府的四大金刚在摆擂台，无人能敌。卖蟋蟀的叫价二钱银子，杨露禅没钱买，于是愤然去打擂台，10岁的小孩以一敌二，一鸣惊人……后面的故事当然跌宕起伏，加上马云绘声绘色的讲述，大家都觉得非常精彩，很有画面感！在我们的想象中，电影结束之后，屏幕上会出现一串长长的名单，从太极宗师开始到第N代传人……沈威风说，最后一个名字就是“马云”！

马云说完之后，大家就开始天马行空地“编剧”，每编出一个亮点，马云都会兴奋地哈哈大笑。马云说：“……再说服几个知名的企业家朋友客串，每人一句经典台词，比如李书福演黄包车夫，史玉柱演算命先生，王中军反串慈禧……当红明星也上阵，像范冰冰那样的，就演一个丫鬟，一出场，观众正期待呢，一转眼走了，一句台词也没有……”

对于把太极宗师杨露禅的故事搬上大银幕的事情，马云是非常认真的，从编出那个故事开始，他就一直在为此做准备。著名的华语电影导演，从李安到冯小刚，都被马云打过主意。

2010年4月1日，马云约了李连杰、王中军、沈国军还有华谊的编剧们来到太极拳的发源地陈家沟考察，我提前一天到达做准备。

马云这次专门到河南陈家沟，不仅是想让更多企业界、娱乐界的老板和明星们了解太极，为拍太极的电影做准备，也是为了实现自己的梦想——他早就希望能够到太极拳的发源地看看了。

我们在王西安老师和王占军等人的陪同下，参观了太极拳祖祠、中国太极拳博物馆、东沟、杨露禅学拳处等地。随后，大家还观看了当地太极武校专门准备的一场太极表演，表演者个个身怀绝技。

在马云的大力推动下，太极电影《杨露禅》在2011年上半年开拍。

把太极推向世界

太极还让我真真切切地明白了什么叫“民族的才是世界的”。

马云有位香港的企业家朋友，有四五个孩子都在国外念书，这位企业家很“自豪”地说：“这些孩子都国际化了，基本上可以与国外孩子打成一片。”

而另有一个男孩，六七岁时就开始跟王老师学习太极拳，后来拿过多次全国青少年组的冠军。2010年他留学加拿大，刚去时英语口语还不是很好，可所有国外的孩子都叫他“师

父”，要跟他学拳。这次马云把他介绍给华谊，他有可能在电影《杨露禅》中出演重要角色。

相比较到底谁更能“融入”世界，更“国际化”呢？

马云查资料还发现，近代的一些领袖人物，比如孙中山等，在当年最危险的时候，贴身保镖都是太极高人。于是马云又开始编下一个故事。

马云有很多文化界的朋友，比如《奋斗》的编剧石康，还有《暗算》的作者麦家等。马云抽空编编故事，再打电话跟作家们讨论讨论，这已成为他工作之余放松的一个习惯。

2011年1月3日下午，我陪马云去永福禅寺，和麦家一起喝茶聊天。马云讲了一个故事：李克农的一支太极队伍，1945年秋天在重庆保卫毛泽东，跟戴笠的特务殊死争斗。这支队伍后来在1949年年底护卫毛主席去俄罗斯，捣毁了毛人凤特务组织的暗杀行动。马云表情夸张，肢体语言丰富，讲得惊心动魄，而且故事人物都有名字。

马云讲完后，麦家说：“这些事我怎么不知道？”

“你当然不知道，是我这两天编的。”马云笑着说，“但那时候一定有类似的事情发生，我是希望你能把故事丰满、完善……”

“故事的架构已经非常完整，只要加点细节就可以了。”麦家说。

其实马云和我都明白麦家之前就知道故事是编的。他对那段历史太了解了，我们问他戴笠是啥时候死的，他马上告诉我们是1946年3月，根本不用想……

马云还畅想今后每年在西湖举办“西博会”，在西湖里搭一个比武擂台，奖金丰厚。通过——对决，谁把其他所有选手都推到西湖里，谁就是“太极王”。

有马云的热心推广，太极今后出现任何“状况”我都不会惊讶。

陈伟（阿里巴巴集团董事局主席马云助理）

二〇一四年十二月

把恩师（指王西安）和弟子们的故事写一本书，是恩师，也是我多年的心愿。但苦于多年来与恩师奔波于国内外，授拳讲学，琐事缠身，一直未能付诸行动，便一年年搁浅下来。

如今恩师年过七旬，把这本书作为特殊的礼物，我想恩师一定会欣慰不已。

人说，桃李不言，下自成蹊。言人只要真诚，就能感动别人。这也是王西安大师一生的真实写照。陪伴恩师身边多年，我耳闻目睹恩师对弟子的如父情怀。我常常感恩上天，让我们遇见这位改变我们人生的智者。对待人生，他睿智正直、坦荡无私，对待身边弟子学员，他谦逊亲和、风趣幽默，他有着佛家的大善与大爱。我想，这应该是很多弟子的心声。

也正由此，恩师身边集聚了这么多爱他、仰慕他的弟子。他们来自世界各地，来自各个阶层，年龄不同，身份不同，但对他都有着一样的敬爱。他们更愿意在他门下，聆听教诲，坚守如一。

恩师的舐犊情深，弟子的反哺谢恩，才有了今天我们这本充满着浓厚情谊的书，这本记录了王西安拳法成长发展的书。

我想，有一天，恩师真正想歇下来的时候，手拿书卷，捧茗细品，一定会笑中有泪。桃李满天下的他有理由满足，有理由欣慰，弟子遍布国内外，且多闻名拳界，成为名师名家。他们像他一样收徒授拳，孜孜不倦，弘扬太极。

恩师一生为弟子学员、为太极拳发展鞠躬尽瘁，他的一生，是太极的一生，也是大爱的一生。

爱，赋予我们温情；爱，让我们心生感恩。这爱汇集成一种力量——太极的力量。

收录弟子事迹的工作漫长而繁冗，因为时间匆促，书中难免有太多不足与瑕疵，恳请恩师、弟子们能够谅解。

唯愿恩师健康长寿，让弟子们能时时得到他的教诲与慈爱。也愿王西安拳法能荫庇四方，让更多人感受太极带来的幸福与恩泽，让更多人感受到太极的真正力量！

恩师之爱，一定会与这本书一样，长存于世。

阎素杰（王西安拳法研究会会长）

二〇一五年四月

排名不分先后

- 001 _三浦方圆：从空手道走向太极拳 · 1
- 002 _大阿兰：陈式太极拳的法国领袖 · 4
- 003 _山口博永：永不放弃的追求和热爱 · 8
- 004 _马权友：“太极警官”的别样风采 · 11
- 005 _王莹：太极馨路，淡荷微香 · 14
- 006 _太极少侠王峰：无限天地在太极 · 18
- 007 _王斌：拳禅归一，动静太极悟大道 · 23
- 008 _王翠：盛开在阿里巴巴的太极花 · 29
- 009 _王占海：无敌战将，一生情缘 · 33
- 010 _王伟林：生如夏花 · 37
- 011 _王希福：漫漫人生路，太极送福缘 · 40
- 012 _王战东：闲云野鹤太极人 · 44
- 013 _王战江：侠肝义胆的河南武者 · 47
- 014 _王战军：“常胜将军”不老传奇 · 50
- 015 _王海翔：90后的太极新秀 · 57
- 016 _王道高：拳与道合，技高一筹 · 61
- 017 _王福利：医武双武，仁者江湖 · 65
- 018 _冈崎静枝：学汉语，只为提升太极 · 69
- 019 _方华：文武兼备气自华 · 72
- 020 _尹小平：追着梦想飞的人 · 75
- 021 _邓东荣：武术杂家的太极归宿 · 78
- 022 _石浩强：为传播太极而奔波的儒商 · 82
- 023 _北贝：让王西安拳法在西班牙遍地开花 · 86
- 024 _申思：精彩人生路，太极永相随 · 90
- 025 _申昌明：拳坛艺者，文武双修 · 95
- 026 _叶国武：浸润心灵的漫漫求索 · 99
- 027 _田华：重拾少年的“武术梦” · 103
- 028 _田中郁子：洞知太极的未知世界 · 107
- 029 _史风：江城东湖的眼眸 · 110
- 030 _冯建军：在少林武术故乡推广太极 · 113

031 _玄雨晴：甄子丹赏识的太极童星 · 117

032 _永井大觉：驰骋江湖的侠客 · 121

033 _匡铁柱：太极情缘 · 124

034 _巩新华：太极痴人，“拳”耕不辍 · 127

035 _毕清文：美国加州太极梦 · 131

036 _吕银根：百般寻觅终所得 · 134

037 _朱力俊：在理想与现实之间行走 · 137

038 _乔秀军：淄博“太极八仙”的领头羊 · 141

039 _任天麟：与大师为邻 · 144

040 _任海旺：被改写的人生 · 148

041 _刘武：陈家沟的“杨露禅第二” · 152

042 _刘超：文武相合太极路，超越梦想展翅飞 · 156

043 _刘正武：“武”动别样的太极人生 · 160

044 _刘拳仪：从“少林武僧”到“太极门徒” · 164

045 _刘德宇：非典惹的“祸” · 170

046 _江玉良：以师为榜，矢志不移 · 174

047 _江崎由布子：来自东瀛的眷恋 · 178

048 _祁和平：刹那之间的生命转变 · 182

049 _祁俊平：迷失羔羊的回归 · 185

050 _许玉丰：璞玉细琢已成器 · 189

051 _许康良：散打高手的太极转身 · 192

052 _孙丰山：太极拳储蓄的丰满人生 · 195

053 _孙会华：璞玉久琢自芳华 · 198

054 _孙满长：亦文亦武亦言商，唯拳情难却 · 201

055 _严一源：缘定一生，爱恋永远 · 205

056 _杜永胜：绕不过的太极缘 · 208

057 _李天金：风雨磨砺，百炼成金 · 212

058 _李书东：叱咤美国硅谷的太极教练 · 215

059 _李利清：太极怡情，清荷溢香 · 219

060 _李玮锋：幸遇恩师，人生从此不同 · 225

061 _李京京：结缘太极拳，人生更丰富 · 229

062 _李保亚：宁可食无肉，不可不练拳 · 232

063 _李胜青：此生我为太极狂 · 236

064 _李蕴琦：少林弟子的太极情缘 · 240

065 _余郅铨：在宝鸡传播太极 · 244

066 _应颖：在写字楼推广“办公室太极” · 247

067 _辛强：缘于太极 · 251

068 _沈忠明：曲折迂回，终遇明师 · 254

069 _沈维萍：人生幸福源自太极 · 257

070 _宋汉玉：太极拳的领舞者 · 261

071 _张艳：

统帅北京奥运会开幕式太极阵的女英雄 · 264

072 _张愚：恩师大爱比海宽 · 269

- 073 _张一哲：人生良伴是太极 · 273
- 074 _张扬成：弘扬太极天地宽，志存高远大业成 · 276
- 075 _太极雅人张林业：拳艺无涯，韵远神长 · 279
- 076 _张金山：从老子故里走出的太极大师 · 282
- 077 _张保忠：一生不负凌云志，忠诚诠释太极情 · 285
- 078 _张海成：创造一个医学奇迹 · 290
- 079 _张福才：浸染泥土的芳香 · 294
- 080 _张福旺：从陈家沟走向世界的太极拳家 · 297
- 081 _陆长青：太极花开香江城 · 301
- 082 _陈霞：动静开合太极韵 · 304
- 083 _陈二虎：亦“名”亦“明”的太极教练 · 308
- 084 _陈三虎：重归，只为延续无法熄灭的梦 · 312
- 085 _陈大虎：低调太极虎，至诚行江湖 · 316
- 086 _陈大冠：游走四方，传承祖先的太极武功 · 320
- 087 _陈上党：以佛之善心，宣扬太极之业 · 323
- 088 _陈松贤：清朗境界，至松至贤 · 327
- 089 _陈相海：生活“太极化”，太极“生活化” · 330
- 090 _武海防：在陈家沟潜伏三年 · 334
- 091 _林文辉：香港太极界的领袖 · 338
- 092 _林世仙：结缘太极拳，尘世觅仙境 · 341
- 093 _林俊生：闲云野鹤太极缘 · 345
- 094 _罗志辉：被太极改变的人生 · 348
- 095 _罗金凤：我和丈夫与大师王西安的缘情 · 352
- 096 _周元睿：太极无涯，行者无疆 · 355
- 097 _周耀荣：大西洋孤岛上的太极使者 · 359
- 098 _郑寿杰：王西安大师的左膀右臂 · 362
- 099 _郑顺利：与太极的第二次“亲密接触” · 366
- 100 _宗建贵：传奇骁将，情痴太极 · 369
- 101 _威廉：爱人之心，甚过爱己 · 374
- 102 _钟健：经营健康的太极佳丽 · 377
- 103 _施荣华：在意大利传播太极拳 · 380
- 104 _姜传喜：无锡太极运动的领头羊 · 384
- 105 _姜建功：那不经意的回头一瞥 · 388
- 106 _前原刚彦：留学中国的日本武者 · 392
- 107 _宫川洋子：结缘太极拳，收获健康与美丽 · 395
- 108 _姚海松：不需扬鞭自奋蹄 · 399
- 109 _耿进：飘逸儒雅太极仙 · 402
- 110 _夏长河：太极长河源溯长 · 406
- 111 _原东生：一生挚爱终难舍 · 409
- 112 _原东雷：敬畏背后的敬重 · 413
- 113 _徐胜：太极帅哥的太极梦 · 416
- 114 _浪人徐久生：心怀侠客梦，太极走江湖 · 420
- 115 _高东凡：师承名门，生命因太极而不凡 · 423
- 116 _高佳艺：冉冉升起的太极新星 · 425
- 117 _郭西林：爱无止境，艺无止境 · 428
- 118 _唐立新：心倾太极，情痴今生 · 431

- 119 _桑守惠：文武兼具的太极传承人 · 435
- 120 _黄国龙：幸遇恩师，武术生涯续结太极缘 · 439
- 121 _黄金诗：亦商亦武，太极情深 · 443
- 122 _菲利普：人生暮年的新选择 · 446
- 123 _梅艳明：病榻旁结缘太极 · 450
- 124 _野口敦子：情衷太极，只为惊艳永存 · 453
- 125 _阎应山：山一样的男人，山一样的爱 · 456
- 126 _阎素杰：引领太极养生潮流 · 459
- 127 _梁普强：老骥伏枥的太极人生 · 464
- 128 _彭志明：矢志不渝，圆梦太极，港城一人 · 468
- 129 _韩振国：太极憨人，憨得有道 · 472
- 130 _程传中：让更多人结缘太极，享受和谐人生 · 475
- 131 _路金娥：太极催生生命第二春 · 478
- 132 _缪荣才：开弓没有回头箭 · 482
- 133 _薛子龙：夕阳人生，无悔追求 · 486
- 134 _檀上寿贺子：生命与太极相随 · 490
- 135 _藤田名津江：没有太极拳，就没有我 · 493



常来中国学拳，刻苦认真，传播积极。

——王西安

001 _ 三浦方圆：从空手道走向太极拳

三浦方圆的身上散发着浓郁的书生气。在生活中，他似乎是一个沉默寡言之人，沉静成为他个人形象的写照。他温文尔雅的面容，容易给初见他的人留下深刻的印象。见过他的人，都会联想起“腹有诗书气自华”这句中国古诗。看起来，他是一个与世无争、与人为善的雅士，身上少了世俗的烟火气。和他在一起，有一种精神享受，仿佛一阵春风拂面而来。

今年49岁的三浦方圆，在日本一所高等专科学校教授社会学。一副眼镜架在他的鼻梁上，更显得他的儒雅风度。虽然文气十足，但他恬淡的

神态里却流露着一种自信的力量，一种不被外界是非所干扰的镇定。这大概是人生阅历的锤炼，又或许是长久武术生涯对他生命的一种恩赐。

从1982年开始，三浦方圆就开始习练中国太极拳了。中日文化源自一体，当蕴含着中国传统文化精髓的太极拳走进他的世界，他似乎没有多少陌生感，仿佛一见如故。初次接触，他就被这一博大精深拳术所吸引，从此走进了那深邃的世界，探寻太极奥妙之处。这仿佛是一条单向道，一旦踏入，就没有回头路。他整个人生都行走在太极之路上，不断前行。这是一种乐趣，人

生也因此精彩纷呈。

虽然看起来，三浦方圆是一个斯文的大学老师，但他对武术一直情有独钟。由文入武，他是得心应手，可以凭借丰富的学识，进入武术的精神层面，而不是仅仅停留在外表，被纷乱的表象所迷惑。

在习练太极拳之前，三浦方圆是一个空手道爱好者。他在空手道这一日本传统武术领域，游历了许多时光。但是最终，他被来自中国的太极拳，深深吸引，10多年里一直在为太极拳在日本的传播而努力，呕心沥血。

从空手道转入太极拳

从空手道转入太极拳，对于三浦方圆来说，是一种偶然，抑或是一种必然。日本自古崇尚武道，这大概是三浦方圆习练武术的内在原因，在20世纪80年代初，太极拳已经被众多的日本国民接纳，习练太极拳的日本人，在日本随处可见，教授太极拳的教练和老师也有不少。

那时候，三浦方圆还是在空手道的世界里散步的青年，他不明白来自中国的太极拳，为什么在日本这块土地上开花结果，并以一种不可阻挡之势，横扫日本岛。因此，他想探个究竟。然而，思想上开的这个小差，却将他引入了太极拳的世界。他一头扎进去了，从此没有回头。蕴含着文化精神的太极拳，较之空手道，大概更契合三浦方圆这位文化人的心性。当他接触太极拳之后，特别是知晓了太极的深层次的内涵之后，他觉得自己无法离开太极了。从此，他每天花费几个小时习练太极拳，这逐渐成为他生活的必修课，雷打不动。即使是出差在其他城市，他也会

在宾馆里加以训练。如果某一天因为其他事情耽搁了训练，他会在第二天弥补回来。这种锲而不舍的精神，伴随着他的太极生涯。

除了自己苦学之外，业余时间三浦方圆寻师问友，和一些同道中人切磋太极技法，交流经验心得。他们建立了一个圈子，经常集会。这个圈子，越聚越大，三浦方圆在这个圈子里的影响力也越来越大，声名鹊起。

其实，最初习练太极是一个痛苦的过程。每一个动作皆需反复的训练，方可牢记在心。这是相当枯燥和乏味的，一些人可能难以承受这种折磨，最后不了了之，结束了太极之路。有时候，三浦方圆难以准确掌握要领，动作不到位，久久过不了关，内心颇为痛苦，甚至迷惘，不知自己在太极的路上会走多远。但是，他未曾放弃，如此执著，方成就了他的太极人生。

承受两位大师栽培

在太极之路上，三浦方圆追了几位太极老师。其中的山口博永先生，是他最为敬重的一位日本太极界的大师。山口老师在日本太极界德高望重，追随者不计其数。1980年，三浦方圆跟随山口博永老师习拳之后，他的技艺进步迅速。那是一段难忘的时光，每日和山口老师在一起，在太极的天地遨游，洞知那玄奥的太极世界，满足了他的那份强烈的求知欲望。

太极是一个广阔的平台，在这个平台上，汇聚着形形色色的人。三浦方圆结识了很多，交了不少朋友，他的生活也因为人际圈子的扩大而丰富多彩，增加了许多乐趣。三浦方圆感叹，如果没有太极，自己的生活圈子或许仅仅局限在一