

<<癸辛杂识>>

图书基本信息

书名：<<癸辛杂识>>

13位ISBN编号：9787101002256

10位ISBN编号：7101002250

出版时间：1997-12-1

出版时间：中华书局

作者：(宋)周密,吴企明

页数：329

字数：188000

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>

<<癸辛杂识>>

内容概要

本书为“唐宋史料笔记丛刊”的一种，是宋末元初词人、学者周密（1232——1298）的一部史料笔记。

宋亡后，周密寓居杭州癸辛街，著书以寄愤，本书因而得名。

本书分前、后、续、别四集，凡四百八十一条，是宋代同类笔记中卷帙较多的一种。

本书内容广泛，特别引人注目的是作者大量记载了为国牺牲的将士，坚持民族气节的士大夫，及异族统治者，投降派的言行，寄亡国之痛于笔端。

此外本书还记载了许多不见正史的遗闻轶事、典章制度，并记及都城胜迹、艺文书图、医药历法、风土人情和自然现象等，“究非寻常小说家之可比也”。

<<癸辛杂识>>

书籍目录

癸辛杂识议序癸辛杂识前集 胎息 阿圣欢梦 改春州为县 吴与远圃 假山 艮岳 炮过 牛女 蕈毒 呼名怖鬼 闽鄞二庙 健啖 科举议 王小官人 化蝶 玉环 乘槎 游月宫 郑仙姑 寡欲 芍药 三建汤 杨凝式僧净端 迎曙 白帽 送刺 人妖 四韩 韩彦古 松五粒 唐重浮屠 葵 乞食歌姬院 长沙茶具 真西山入朝诗 笔墨辨章 来牟 父客 误著祭服 向胡命子名 贾母饰终 孝宗行三年丧癸辛杂识后集癸辛杂识续集上癸辛杂识续集下癸辛杂识别集上癸辛杂识别集下附录

<<癸辛杂识>>

章节摘录

坡云：养生之方，以胎息为本。

此固不刊之语，更无可议。

但以气若不闭，任其出入，则渺绵混漭，无卓然近效，待其兀然自住，恐终无此期。

若闭而留之，不过三五十息，奔突而出，虽有微暖养下丹田，此一于迂，决非延世之术。

近日沉思，似有所得，盖因看孙真人养生门中辘气第五篇，反复寻究，是如此，其略曰：「和神之道，当得密室闭户，安床暖席，枕高二寸半，正身偃卧，瞑目闭气于胸膈间，以鸿毛着鼻上而不动，经三百息，耳无所闻，目无所见，心无所思，则寒暑不能侵，蜂虻不能毒，寿三百六十岁，此邻于真人也。」

」此一段要诀，且静心细意，字字研究看。

既云闭气于胸膈中，令鼻端鸿毛不动，初学之人，安能持三百息之久哉？

恐是元不闭鼻中气，只以意坚守此气于胸膈中，令出入息似动不动，氤氲缥缈，如香炉盖上烟，汤瓶觔上气，自在出入，无呼吸之重烦，则鸿毛可以不动，若心不起念，虽过三百息可也。

仍须一切依此本诀，卧而为之。

⋯⋯

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>