

图书基本信息

书名：<<古少林真本---易筋洗髓经内功诠真>>

13位ISBN编号：9787500944836

10位ISBN编号：7500944837

出版时间：2013-8-1

出版时间：人民体育出版社

作者：何欣委

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>

<<古少林真本---易筋洗髓经内功诠真>>

内容概要

《易筋经》《洗髓经》虽然享有很高的知名度，但多秘传于教门，世俗之中，能得其一二，已为罕见。直至晚清周述官《增演易筋洗髓内功图说》一书出现，世人方得见其全法。《古少林真本（易筋洗髓经内功诠真）》以《图说》为底本，将全书译成白话，并加以注解，以便于读者懂其文，明其理，受其益。

神秘的古少林易筋经真传首次完整披露.....
一段脉络清晰的法脉传承，从攫扰中寻求宁静；
一本正本清源的传世之作，在纷乱中见到真知。

<<古少林真本---易筋洗髓经内功诠真>>

作者简介

作者自叙：

何欣委，字奋强，号逍遥散人、妙空子，居京师，业传媒。

早年因工作患腰疾，求治于中西医两年未效，行百米辄需暂歇，腰腿麻痛难行。

后以至缘得遇禅宗隐僧涤尘禅师，师曰：病在脏腑，药石可攻之，药石难到之处，针灸按摩可导之，针灸按摩难到之处，以何处之？

余不解。

师曰：气也，元阳真气无所不到，无所不行，灌溉周身，流通百脉，通关窍，融血气，而导淤散滞，修残补缺，宁为难事乎？

气冲于内，外病安入耶？

余言下大悟，恳请其法。

师大发慈悲之心。

慨然授予余禅门秘传之易筋洗髓真功，得传后摩挲习之，演而熟之，勤练两周后腰间之酸痛已大为缓解，是以愈加深信其为上乘内功而无疑。

于是一有闲暇，即行习练，病遂霍然痊愈。

后恳求师尊正式纳为入室弟子，以期深造。

得师首肯，允纳门下，言传身教，并授以易筋洗髓之全诀全法，从学年余，真诀尽得。

将从师所学心法应之于日常修炼，皆获奇验，妙不可言。

后师嘱余著书，以行度世之功，是以遵师之命，效仿先贤，将《增演易筋洗髓内功图说》一书译以白话，参以解说，愿人人懂其文，明其理，受其益，为习练易筋洗髓之一助，则余不负师传，而师嘱之拳拳度世之心亦可尽矣。

是以略述得传颠末于此，以求不忘云。

书籍目录

增演易筋洗髓内功图说研究
前言
增演易筋洗髓内功图说简介
增演易筋洗髓经之结构
增演易筋洗髓经之特色
增演易筋洗髓经之功效
增演易筋洗髓经之现实意义
周述官研究
周传易筋洗髓经行功抉微
周传易筋洗髓经阐微
易筋洗髓经——应作如是观
结语
注解说明
增演易筋洗髓内功图说叙
第一卷演说易筋洗髓合编
第二卷推演易筋洗髓内功图说
第三卷正身图说
第四卷侧身图说
第五卷半身图说
第六卷屈身图说
第七卷折身图说
第八卷扭身图说
第九卷倒身图说
第十卷翻身图说
第十一卷行身图说
第十二卷坐身图说
第十三卷定身图说
第十四卷卧身图说
第十五卷增益易筋内壮神勇图说
第十六卷易筋洗髓支流汇纂
第十七卷易筋洗髓分行外功集成
末卷增演易筋洗髓内功图说翻译音释
附录易筋洗髓经历代序言汇集
后记

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>