

<<炼气行功秘诀>>

图书基本信息

书名：<<炼气行功秘诀>>

13位ISBN编号：9787537735285

10位ISBN编号：753773528X

出版时间：1970-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：墨井书屋

页数：101

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>

## <<炼气行功秘诀>>

### 前言

技击一道，大而足征一国民族之强弱，小亦关系个人身体之健全，然欲求其道，大而化之，神而明之，则视其人能练养上乘之气功与否。

先儒之浩然，沙门之入定，道家之浑元，其静一养练之精神，其在斯乎，有足多也。

夫练与养。

虽同出于一气之源，但觉中有虚实动静之分，及有形无形之别。

养气之学，以道为归，以集义而宗法，炼气之学。

以运使收效，以呼吸作行功，以柔而刚为主旨，以刚而柔为归途。

及其妙用，则时刚时柔，半柔半刚；遇虚则柔，遇实则刚；柔退而刚进，刚左而柔右，此所谓刚柔相济，虚实并进者也。

张君庆霖，固深明乎刚柔虚实动静有无之奥旨，发微阐隐，著为是篇，请序于良。

良尚不知夫技击，更何从参悟其气机，第君本陆大。

## <<炼气行功秘诀>>

### 内容概要

以运使收效，以呼吸作行功，以柔而刚为主旨，以刚而柔为归途。及其妙用，则时刚时柔，半柔半刚；遇虚则柔，遇实则刚；柔退而刚进，刚左而柔右，此所谓刚柔相济，虚实并进者也。

张君庆霖，固深明乎刚柔虚实动静有无之奥旨，发微阐隐，著为是篇，请序于良。良尚不知夫技击，更何从参悟其气机，第君本陆大。

<<炼气行功秘诀>>

书籍目录

第一章 缘起第二章 西洋呼吸浅说附图一第三章 日本柔术炼气考略附表一图一第四章 清虚上人之箴言录第五章 气之真义第六章 拳与气之法理第七章 不动心第八章 打坐行功法附图第九章 三十六层之阐微附表二第十章 枪炮兵刃不能破气第十一章 气功歌诀秘抄第十二章 结论

## <<炼气行功秘诀>>

### 章节摘录

清虚禅师本少林正宗，即俗所谓习外家者是也。  
师本挂锡寺中二十有三年，因当家诸师不注意世传真谛。  
及各立门户，意气用事，甚至走入歧途。  
不忍目睹少林之堕落，去作天下云游，师得少林正传衣钵。  
谨守成规，训诲后学，于洗髓经、易筋经二难俱并，已窥堂奥。  
而造极峰，于养气功夫达第三十六层。  
所谓夫子之大道，其高已不可攀，惟曾出示其珍藏气之真义阐微、行功歌诀诸篇，分条解释，纤细无遗，试坐实行。  
证据毕收。  
今愚谨加润饰，益以经验所得。  
考据而来，共演成十二章。  
用了心愿。  
易筋洗髓为内功最难练习者，而内壮外洗服药、一月至十二月行功诸法，言之匪难，行之则艰。  
至于技击流源，各家拳考，但凡稍习武功者，莫不研究一二，俾为练习参考。  
要知以上诸法诸功，莫不一一与养气功夫明牵暗合。  
设养气不成，纵练得周，身武艺，拳术精通，十八般兵刃谙熟。

<<炼气行功秘诀>>

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>