

中华道家洗髓真经

www.docin.com

中华道家洗髓经

“洗髓经”自古以来，被奉为武林功法之至宝。佛家与道家则各有一经。中国道家，源远流长，相传远古的黄帝，曾向当时修炼仙道的名士广成子请教长生之法，广成子乃以“洗髓经”相授。

做为政治家修炼长生之术，当然急功近利，不会如普通人百无牵挂，专注此术。政治家政务繁忙，忧国忧民，事无巨细，均须过问，待到精力殚竭之时，自然急于考虑如何养生，并且企望迅速见效。道家的“洗髓经”简单易行，收效快，正合帝王的心意。

那末，“洗髓经”为什么能迅速恢复人体的健康，使人精力充沛呢？

原来，人体衰微，大多因肾功能衰弱引起的。就性机能而言，许多人，一到中年，则性欲减退，性机能往往发生种种病变，如阳痿、早泄、滑精；或“欲而不举、举而不坚，坚而不久”，夫妇双方，没有满意的性生活，从而生成各种无法排解的苦恼。治疗性机能衰弱症，虽然有许多药方，也有一定疗效，但为求医本，还应首推强肾之术。道家的“洗髓经”，即是强肾术的精华，所以才被武林中人所重视，奉为宝典。

下面，就将“洗髓经”做以简要的介绍。

为使读者对“洗髓经”有个大概的了解，不妨先谈一谈有关此经的问答。

前 篇

1.问：洗髓功法，是不是现代人发明的功法？

答：不是。它是中国功法史上最早、有历史根据、记载和传承的宝典，属于中国道家养生功法之一。它安全、可靠，习之可以迅速见效。

2.问：洗髓功的渊源是什么？

答：洗髓功据说是远古轩辕黄帝所传下来的，到汉朝，经过东方朔整理而形成的“洗髓伐毛”健身功法。

3.问：洗髓功有何作用？

答：在现代医学看来，洗髓功乃是加强睾丸的功能和运动。古人叫“迟老还机术”，也就是防止老化、恢复、保持身体正常机能的技术和方法。

从生理学角度上看，睾丸是男性化学工厂，是制造生命元素（精子）的车间。运动睾丸，加强它的功能，即能生产多量激素，使人祛病强身，推迟老化。洗髓功法是企求长生的最好方法。

4.问：什么样的人，应该练洗髓功？

答：凡高血压、糖尿病、心脏无力、性生活苦恼、腰背酸疼、肝功能失调、容易疲劳、体虚胃寒、手足冰冷、关节炎、膀胱无力、夜间多尿者，均可学洗髓功以解痛苦。这是一种不药而愈的自疗方法。

5.问：洗髓功的原理是什么？

答：现代人每天所吃食物非常充足，营养也很丰富，但是，提炼精液的“车间”——睾丸，却运转得很慢。内分泌无法充分地供应到全身，致使身心倦怠，头昏眼花，腰酸背痛，或百病丛生。

睾丸，古书上称之为“珠轮”，而洗髓功的“坠”字诀，就

阳阳易经书店 www.yyyjssd.com

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>