

铸剑秘诀

—— 古典男性房事养生

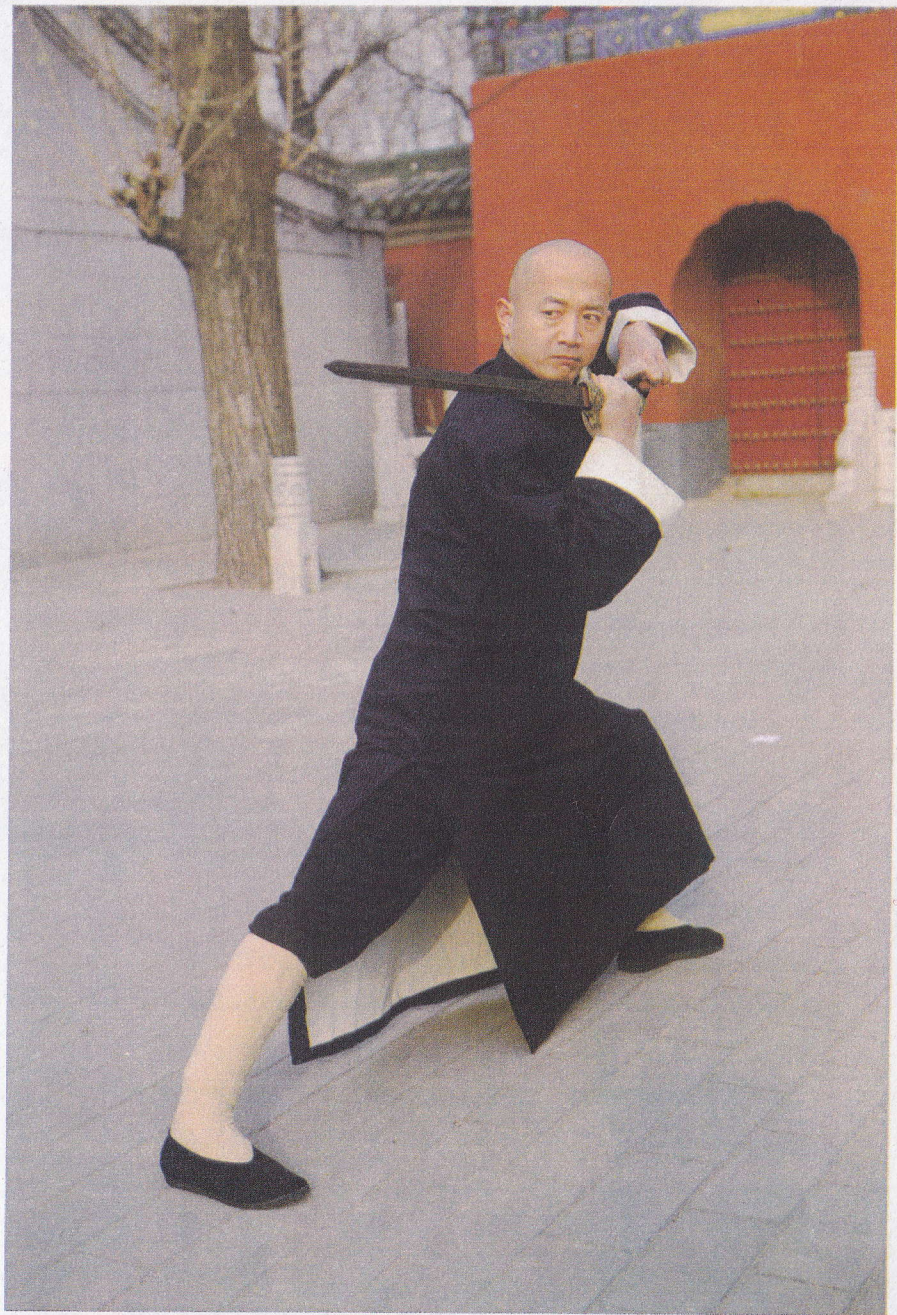


周亮 著

作者简介

周亮 古典丹道武艺传人，精武百杰之一，北京周亮武馆馆长，四川女子特警队名誉教练。原籍河北沧州，自幼拜师习武，几十年艰难行履，锋从磨砺，最终凭借出色的身手、过硬的功夫脱颖而出，多次在全国武术比赛中获奖，先后应邀参加二十多家电视台文艺节目的拍摄。2007年2月3日，CCTV-7播出长达45分钟的专题片《疯狂武痴周亮》，真实记录了他力摔公牛、轻身抗打、困境脱逃、土埋活人等神奇本领，在社会上引起强烈反响。中国政协副主席张山先生手书“武魂”予以勉励。《人民日报·海外版》、《中国体育报》、香港《文汇报》以及美国《侨报》等，上百家传媒竞相报道，被誉为“从武侠小说中走出来的奇人”。

周先生于教门、武坛以功夫实证而著称，其人坦荡如皓月当空遗世独立，对于生命科学的探讨，从不搞宗教迷信举止，摒弃江湖诡秘习气，讨厌故弄玄虚的言辞，道风清新，享誉四方。从学者中不乏政要商贾、演艺明星、特警高手、武林俊彦、医学专家、佛道同修。



前言

古代习惯把男女两性生活称之为房事，凡有关性医学、性保健的论述，称之为房中术或房中养生学。认为“房中之事，能杀人，能生人”，就象水能载舟，亦能覆舟的道理一样。先秦、两汉，直至隋唐，研究房中养生者代不乏人，流传房中著作甚多。逮至北宋，原本治世的儒家，引入佛道理论，彰现程朱理学一脉，鼓吹“存天理，灭人欲”，影响长达千年。从此房中养生受到压抑，论及房中的书便频于绝迹了。更兼房中术的这一特殊性质，在历史上常被人用作淫秽之术，因此也经常遭到政府的封禁。

房中术最大的特点在于通过对“纵欲伤身”现象的观察，提出了“节欲养生”的主张，承认性生活是夫妻之道的重要组成部分，但要“乐而有节”，即男女性爱符合天地阴阳变化规律，但需限制频率才能健康长寿。《汉书·艺文志》中说：“乐而有节，则和平寿考，及迷者费颐，以生宗而损性命。”著名的医学家和房中术理论家孙思邈道长，对此有如下论述：“此方之作也，非欲务于淫佚，苟求快意，务存节欲以广养生也。非苟欲强身为行女色以纵情，意在补益以遣疾也。此房中之微旨也。”“善摄生者，凡觉阳事辄盛，必谨而抑之，不可纵心竭意以自贼也。”

道教称房中术为黄赤之道，从阴阳相互关系出发，论述“孤阴不长，独阳不生”理念。道法重出世，养生是基础。究道家隐逸之辈与道教徒，原无禁欲之说，只是倡导节制而已。古来大成就者，如道家创始人张道陵天师娶妻孙氏，魏华存夫人适南阳掾刘文生有二子，许旌阳于西山“合家飞升，鸡犬悉去”，并无不适。斯后佛教进入中国，其成熟的宗教管理制度，进取的推广理念，也在一定程度上刺激了道教的发展。

盖印度与华夏同为人类文明古国，同把向上一路视为不二追求，但神州大乘邦国方家乐生而不恶死，没走之前，在世上生活一天便享一天的乐趣，也为后人努力发明创造。这一点和当今的科学并无悬殊。与印度僧侣把人间为五浊恶世生厌离心，奉行教团集体生涯，独身绝对禁欲有着较大的区别。从宗教本身来看，由于佛教带给道教很大的冲击，故宋末王重阳鼎力革新，依照禅宗形式创立全真教，阐发清虚丹法，杜绝房中术。成为道教主流，亦为专业道士起始。

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/>