

增演易筋洗髓內功圖說叙

余方弱冠患失血體羸氣微醫藥罔效清光緒乙未春從周守儒夫子習訓誥夫子以所得於靜一空悟大師之正側坐卧各圖依次授之數月病愈旋即廢棄閱六年辛丑疾復大作夫子督促復習未百日病又愈自是或作或輟雖違師訓未嘗日夜練習然每因勞倦過甚或腸胃積滯必凝神靜氣擇要行之邇來三十餘年雖年逾知非其精力尚足以應事皆由於此夫子於大師所授各圖式外又復旁搜博引闡發奧義名曰增演易筋洗髓內功圖說分爲十八卷訂爲十冊親書三部藏於其積而辰冬余自酉陽旋渝夫子已歸道山二歲矣訪其書尚存二部今夏復訪之則僅

存其一余深惧大道之沒而吾夫子推闡之苦衷亦隨之而靡亟商鑑涵
世弟謀付石印以廣流傳方今國術昌明凡講外壯者多失內養談玄理
者罔識動作茲編內外兼備性命雙脩誠入道之正宗由道而佛之捷徑
也區區卻病延年所能盡其功效哉

中華民國十九年庚午歲秋九月門人張瑤執耘敬述

叙

予生而體弱長失調養十歲前飲食不節嘗患疫寒積滯等症十歲後沈
酒於酒多生瘡痍至十九歲又為洋烟困行年三十體愈羸病日臻動則
驚怖行則怔忡風熱燥溼坐不安席寒暑晝夜時在病鄉體則奄奄一息
熱又時時上蒸攻散和解溫補清涼無術可施十餘年來苦狀難述雖歷
經良醫調治先去邪後扶正症對方投不無小效而畏風怯寒氣短神衰
服薑桂參茸近十年元終難復壯年幾與髦年無異清夜自思計維生以
待斃矣然竊念生寄死歸壽夭何惜獨是混世四十年毫無善狀負疚孔
多志未竟者幾何分未盡者又幾何所負天地父母之生成君親師長之

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/>