

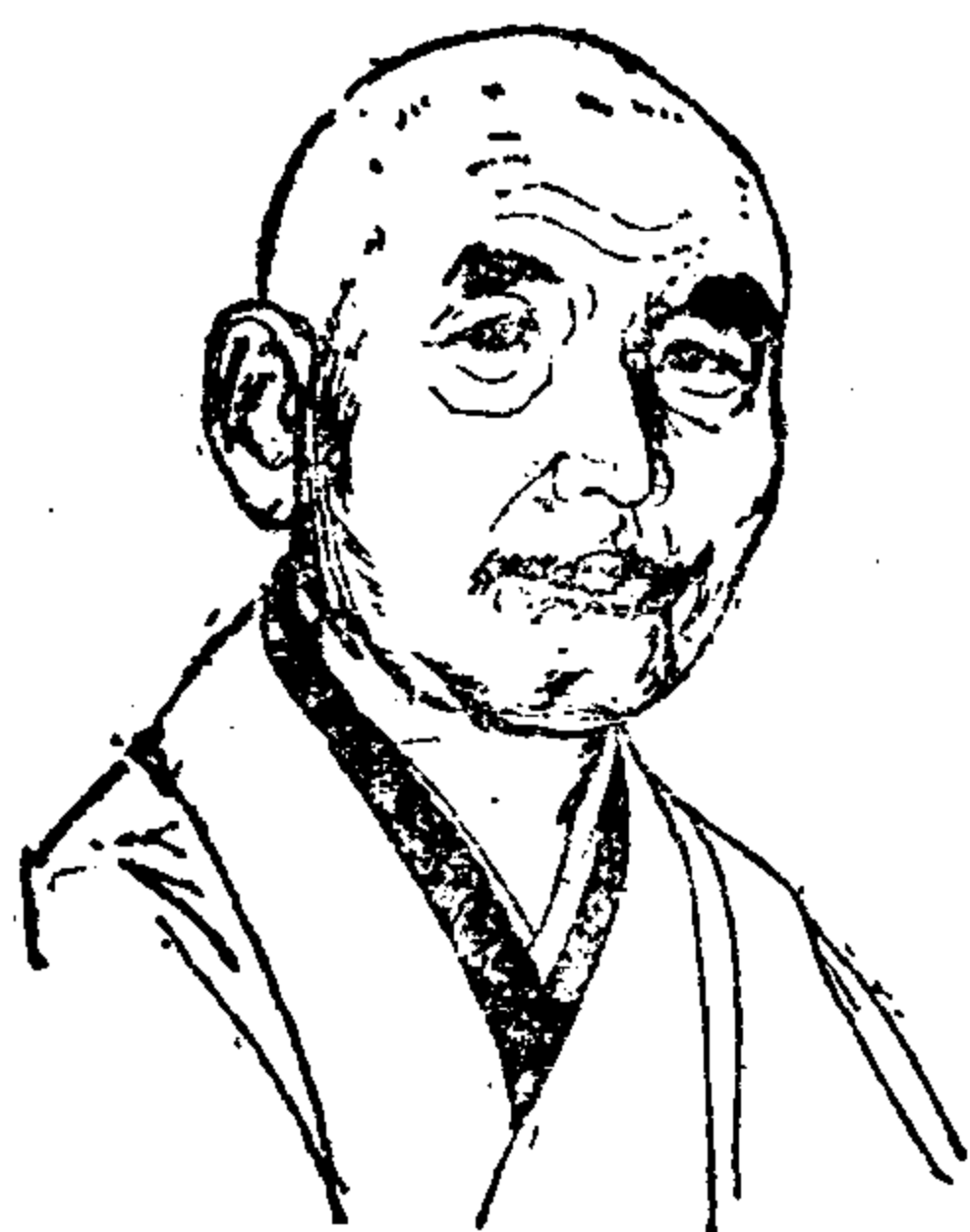
前 言

少林武术是我国宝贵的文化遗产之一。是少林众僧历经一千多年，艰苦研练的经验总结，对抗击外来侵略和增强人民体质都发挥了很大的作用。

少林武术，刚健有力，朴实无华，套路繁多，富于实战，不仅可以锻炼身体，益寿延年，而且可以抗暴自卫，磨练意志。为了满足广大读者的需要，特将嵩山少林寺著名武僧贞绪、素喜、德禅等多年珍藏的《少林武术真传》和宝贵经验整理成册。在整理过程中，曾得到少林寺还俗武僧徐祇法的具体帮助。本稿完成后，面交北京大学武术讲师李士信作了修改，特致谢意。

由于文化水平有限，武术知识浅薄，书中错误，敬请读者批评指正。

编者



素喜法师简介

少林寺第三十世首坐僧一素喜，俗姓耿，幼名栓柱，系河南省登封县城关镇南街人。1924年他7岁时，因家境贫寒无法度生，泪别双亲，出家到嵩山少林寺为僧，拜第二十九世住持僧贞绪大和尚为师。

入寺后，当杂役，因他辛勤守规，尊师爱众，受到了师父的爱戴，就将他送入寺立学堂读书。他白日读书，早晚学武，仅三年功夫就掌握了少林武术的基本套路，而且功夫很深。

素喜老师不仅刻苦研练少林武术，而且还如饥似渴地吸收众家之长，团结各武术流派的拳师。他主张各流派本应是一家，能者为师，互相学习。

素喜老师大公无私，助人为乐，平易近人。他值坐方丈室十多年，每天都把惠捐的钱，分文不短地全部交给寺院。

他数十春秋如一日，克勤克俭，把政府每月发给的10元钱都集存起来，献给祖国的建设事业。

为了继承发展少林武术，他经常带病传艺，为全国各地先后培养了100多名具有高尚武德和较高武技的人材。他与少林寺主持僧德禅法师，主持召开寺院武术挖掘整理组会议，指示众僧、山门居士、皈依弟子，要遵照国家体委关于武术工作的方针，加倍努力，分秒必争地完成挖掘、整理少林武术的工作，为振兴中华做出贡献。

素喜现任少林寺武术挖掘整理组副组长，嵩山少林武术协会常务理事，少林寺武术分会副会长，少林寺武术学校总教练，河南省佛教协会理事，黑龙江省七台河市少林武术馆名誉馆长等职。

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/>