

内蒙古人民出版社

轻身腾跃功



功家秘法宝藏·卷三·轻盈要术

·范克平 整理 注释

内 容 提 要

轻身腾跃功，全称为“轻盈腾身蹿跳蹦纵闭息负重炼气演练秘术”。自古至今，中国武术圈内的名门正派（即“内家”武当派与“外家”少林派）均有一整套由浅入深、自外及内的练就神行、轻身、吸壁、履水的至秘轻盈要术，而“内家”武当派太和门（即邓道家家门，又名功家南派）的轻盈要术中专门用来练就“圈内”行家飞檐走壁、蹿跃若猿的唯一的一套真实功夫（法），即为轻身腾跃功。

据“内家”武当派太和门嫡传第十二代掌门人李松如老先生验证、介绍：“轻身腾跃功演练三千六百天即可成功。功成后，飞檐走壁如踏平地，蹿跳蹦纵宛若灵猿。”故邓钟山老先生云：“行侠子夜出，一闪轻盈现。腾身取飞鸟，跳涧寻丈远。”成为千百年来民间神传惊叹、圈内视作珍秘的轻功之一。

轻身腾跃功，其法简明易学。演练者只要经过长期坚持不懈的锻炼，日复一日，年复一年，即可收到蹿纵迅疾、腾身轻巧并且产生超乎正常起落范围的神奇功效。

本书所介绍的轻身腾跃功的初级、中级、高级功夫，均系精选秘法。广大爱好者即可选择其中的一部分功法进行单独操作，也可按部就班、循序渐进地全盘演练。

轻身腾跃功的功效神奇莫测，它是广大武术、气功爱好者及研究者值得演练（操作）并探讨的绝佳技艺。

序

当今世界，外国人士均视我中华民族古老文化遗产为无价之宝，然众多国色天香之奇珍异宝中，“武术”当推宝藏之“皇冠”；而“皇冠”之“明珠”，则为“功夫”。

中国功夫，源远流长。追根溯源，最为古老且又堪称绝技之首，乃行家所谓“内家”武当派与“外家”少林派。圈内自古至今，名师暗教敬仰之“武当四大功种”、“少林七十二艺”，知情者、珍藏者、操作者世间又有几人？见诸文字留传后世、著书立说、万古流芳者更属凤毛麟角。

道家武学魁首、清代盛名于我国南北方十七省之“内家”武当派“太和门”独行大侠邓钟山老先生，上继祖辈九世单传武功，下启“功家南派”三代独授口诀苦著之文言孤本《功家秘法宝藏》，于隐踪该门达五百五十载之后今朝脱颖而出，真乃圈内可庆贺之特大喜讯！

《功家秘法宝藏》，均系古代之“四字诀”、“五字诀”、“七字诀”，其诀文深奥难释，令古文专家阅之费解，但范克平却从中学时代起便悉心求教，认真记录，呕心整理十余载春秋，终得翻译成功一套长达三百六十余万文字、万余幅插图之白话文丛书。

“十年寒窗无人晓，一朝成名天下知”。值新华通讯社、《中国青年报》、《新民晚报》、《新华日报》、《扬子晚报》等百余家新闻机构报道范克平著书立说消息之际，内蒙古

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/>