

增渡易筋洗髓内功图说

清·周述官编撰

简 介

《增演易筋洗髓内功图说》系养生气功著作，全书共十八卷。清周述官编撰于光绪二十一年（1895年）。

清光绪十九年（1893年），僧人静一空悟将少林功法传授于周述官，并将《增益易筋洗髓内功图说》十二卷（按，迄今为止，未见有关目录学著作著录）授于周氏。临别戒之曰：此祖师真谛，非十八家支流可比。并囑之曰：学成后，有心得处，可增演妙谛，以广慈航。后周述官在前人《易筋经》、《洗髓经》、《内功图说》等书基础上，旁搜博引诸家气功理法编撰成《增演易筋洗髓内功图说》，共十八卷，订为十册，亲书三部。至民国十九年（1930年），此书仅存一部，周氏之学生张瑶恐其失传，故同年予以石印，此书方得面世。但流传绝少。

本书前两卷述揉腹法、采日月精华法等功法；论动静互根、元精元气、运功通关、定功通关等功理。第三至十七卷系正身、侧身、半身、屈身、折身、扭身、倒身、翻身、行身、坐身、定身、卧身诸图说及摩腹内壮功、十二段锦、分行外功等功法，末卷对六根、坎离、前三关、后三关等气功词语予以简释。

今据民国十九年石印本予以标点，对部分内容采用下列古籍进行校勘：《易筋经》（清官刻本，附《洗髓经》一卷）、《内功图说》（清光绪七年王祖源校刻本）、《奇经八脉考》（明万历三十一年《本草纲目》江西重刻本）。

周氏引书，每有剪裁省改。凡原书引述他书，虽有删改，但不失原意者，无需据他书改动。对引文遗漏较多，且

有损文义者，原文一般不动，出校注明。

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/>