

《易筋经》

图书基本信息

书名：《易筋经》

13位ISBN编号：9787513229430

出版时间：2015-12

作者：（清）来章氏

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《易筋经》

内容概要

《易筋经》是一部介绍强身健力气功法的专著，其作者及成书年代尚无定论。清代道光年间始有刻本，各种抄本虽多，却不相同，且不明其源。来章氏辑本为目前《易筋经》功法最全之本。

《易筋经》二卷，上卷述『易筋经』基本理论、行功方法、行功过程、行功时所用药方及工具、行功禁忌、房中术及内外功成后修炼等；下卷列『图势』『图说』和『附录』等。在《易筋经》传承与流变过程中，『十二图势』首见于来章氏辑本。本次整理以清道光来章氏辑本衙藏版《易筋经》为底本。

书籍目录

上卷
总论
膜论
内壮论
揉法
采精华法
服药法
内壮药方
汤洗方
初月行功法
二月行功法
三月行功法
四月行功法
行功轻重法
用功深浅法
两肋内外功夫
木杵木槌说
石袋说
五、六、七、八月行功法
九、十、十一、十二月行功法
配合阴阳法
下部行功法
行功禁忌
下部洗药方
用战
内壮神勇
炼手余功
外壮神力八段锦
神勇余功
贾力运力势法
下卷
图势
韦驮献杵第一势
韦驮献杵第二势
韦驮献杵第三势
摘星换斗势
出爪亮翅势
倒拽九牛尾势
九鬼拔马刀势
三盘落地势
青龙探爪势
卧虎扑食势
打躬势
工尾势
图说
十八炼录
搓膀胱法

《易筋经》

搯炼手足
炼指法
附录
玉环穴说
经验药方
打虎状元丹
大力丸方
洗手仙方
木杵图
木槌图
任脉之图
督脉之图
骨数
筋络
气血说
后跋
校注后记

《易筋经》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com