

## <<少林功夫>>

### 图书基本信息

书名：<<少林功夫>>

13位ISBN编号：9787540114985

10位ISBN编号：7540114983

出版时间：2006-9

出版时间：河南美术

作者：王紫

页数：149

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;少林功夫&gt;&gt;

## 内容概要

少林寺创建于北魏太和十九年（公元495年），建寺已有1500多年历史，既是佛教最大宗派——禅宗的祖庭，又是中华武术最大宗派——少林武术的发源地，被誉为“天下第一名刹”。

少林寺与少林武术已经成为中华民族精神财富的重要组成部分。

公元5世纪末，正是我国北魏孝文帝太和年间，西域高僧跋陀来到中国，受到虔信佛学的孝文帝的礼敬。

跋陀高僧“学务静摄，博通经文”，且又“性爱幽栖，林谷是托”。

于是，孝文帝敕令在林木茂盛、景色幽美的少室山阴建造少林寺，请跋陀高僧在此落迹传教。

一时间，四面八方虔心向佛的人们闻风而至，纷纷投到少林门下。

跋陀不仅注重佛法的传教，还在众弟子中造就了一批聪慧精干、善好武技的弟子。

其中惠光和僧稠武功超绝备受跋陀青睐。

可见少林寺建寺之日，亦正是少林寺僧人习武之风开始之时。

后来，另一印度高僧达摩从天竺来到嵩山，在少林寺初传禅宗，并在寺后五乳峰上面壁九年。

由于禅宗注重坐禅壁观，修炼时不免筋骨困顿，于是寺僧们便自创出一些舒络筋骨的武功套路，以便在长时间坐禅后演练一番，从而消除困顿，强身健体，如易筋经、罗汉十八手等等。

这可能是少林寺最早的几种功夫了。

隋朝末年，朝廷风雨飘摇、烽烟四起，少林寺亦开始养起护寺僧兵。

此后，以志操、惠扬、昙宗为首的寺僧们救助秦王李世民、生擒王仁则、逼降王世充，立下了赫赫战功。

李世民登基后，在少林寺封官赐爵，并明令少林寺可以豢养僧兵，至今少林寺内碑勒尚在。

唐末五代，少林寺曾一度衰颓，至南宋又复中兴。

明代的少林寺僧，普遍习武，“以搏名天下”。

当时，少林寺僧也曾参加沿海御倭之战，“骁勇雄杰”，屡立战功。

明人王世性在《嵩游记》中说，少林“寺僧四百余，武艺俱绝”，演武时，“拳棍搏击如飞”。

从中可略见当年少林众僧习武演武之盛况。

少林寺后殿专为寺僧练武之用，设有兵器架，架上十八般兵器俱全，供练武僧人随时取用。

由于年复一年的练功，后殿砖地表面已磨出脚窝，至今仍清晰可见。

白衣殿南北山墙上有清代绘制的寺僧演练多种拳势的壁画，有拳术对练和各种器械对练，生动地描绘了寺僧练武的情景，突出了少林拳手、眼、身、法、步和攻防要领。

少林拳术有套路一百七十二种之多（器械除外），并有三十六外功和三十六内功，合称七十二艺，原有木刻版拳谱留存寺内。

但1928年少林寺遭到历史上第三次火焚，武功典籍已烧毁殆尽。

由于少林武术已形成系统，所以大部分仍能流传至今。

“中国功夫惊天下，天下功夫出少林”。

少林武功是中国传统武术的一个重要组成部分，是正宗的中国功夫，在我国武术史上占有重要的一页。

少林武功在国外也极负盛名，特别是在日本、美国、德国以及东南亚等国家和地区，广为传播，流派甚多。

一千五百多年历史和文化积淀所形成的兼禅学、武术、医学、艺术为一体的少林文化，尤其是以佛教护法神信仰为核心同时凝结了禅宗智能的“少林武术”文化，是中华民族传统文化的瑰宝。

我们希望通过在海内外极具盛名的少林文化、少林武术的宣传与推广，让全世界更好地了解中国、了解河南。

## <<少林功夫>>

### 书籍目录

前言少林十八般兵器 少林刀 少林枪 少林剑 少林棍术 少林钩 少林九节鞭 少林铲 少林飞镖 少林一路单刀图谱 少林梅花枪图谱 少林风火棍图谱少林功夫 易筋经 易筋经十二式图谱 少林拳 象形拳 大洪拳 少林大洪拳图谱 小洪拳 少林小洪拳图谱 罗汉十八手 少林罗汉十八手图谱 擒拿法 钉上鹰爪功 掌 斩魔剑 千斤脚 铁头功 卧虎功 排打功 童子功 布袋功 玉带功 一指金 千斤坠 拔钉功 吊功 火功 梅花桩 阴阳气吸功 轻身功 少林健身十二法

<<少林功夫>>

章节摘录

插图：

<<少林功夫>>

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:<http://www.tushu007.com>