

中华峨嵋真功（附DVD光盘）



[中华峨嵋真功（附DVD光盘）_下载链接1](#)

著者:李学文 著

[中华峨嵋真功（附DVD光盘）_下载链接1](#)

标签

评论

书很好，技术独到，给人启迪，正版，美观。

老公买的，感觉还可以吧，反正我看不明白，他喜欢

很好饿哈和哦啊好内裤好

据说这本书还惹了侵权官司，不知道是不是正宗的

记得九十年代方宗骅先生出山传过这个门派的功法，很受气功界的专业人士推崇，所以一直有印象

峨眉派的书籍很少。收藏了。

老爸练了十多年了，买来加深哈

从我看过的许多书对比可知此书也属经典好书

给老豆买的，他很喜欢！书里每一招一式都图文兼备，讲解很详细！中华武术要好好传承和发扬。

降价太快的，保价了积分还没给

，不错是正品。下次还要来。

非常好的功法，能强身健体。

健身效果好，适合大众练习，好书！

打折买的3折的力度买的不错哦

价格便宜，量也足，是行货kjl

设计经典制作完美容量与价格不匹配内容

重内容，重质量！！！！

很适合爸爸用的，主要是实惠，还算值吧。

很好的書喔 值得購買!

书的印刷质量不错，插图清晰，只是光盘还没看。

与方宗骅老师的<中华峨嵋内功>内容非常接近,真是无语,
可惜的是,并无方老师其他的弟子继续介绍峨嵋内功

一直期待，活动中果断入手，好书。

中华功夫四大流派J之d——oj—峨嵋派的t养w生真功。

有承传的功夫，80年代就看到过方老师介绍的六步养生功，现在他的徒弟们出书了，收藏！

大概看了看，没有练习的动力，还是有师傅教好啊。

养生练习传统武术，值得保存。

oK

侵权产品早知道不买！一次买了2本，网上看到是侵权的，直接扔垃圾桶里了！做人不厚道，垃圾！

好

太棒了！没话说了！
好大一本书，是正版！各种不错！只是插图太多，有占篇幅之嫌。故事很精彩，女儿很喜欢。书写的不错，能消除人的心瘾。目前已经戒烟第三天了，书拿到手挺有分量的，包装完好。还会继续来，一直就想买这本书，太谢谢京东了，发货神速，两天就到了，超给力的！5分！工作之余,人们或楚河汉界运筹帷幄,或轻歌曼舞享受生活,而我则喜欢翻翻书、读读报,一个人沉浸在笔墨飘香的世界里,跟智者神游,与慧者交流,不知有汉,无论魏晋,醉在其中。我是一介穷书生,尽管在学校工作了二十五年,但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时,时常被他们反问:“你老深更半夜了,还在写作看书,可工资却不到两千!”常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴,惟一好处是有双休日,在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中,这也许许多书外之人难以领略的惬意。好了，废话不多说。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推

荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——“太逗了”。了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。[两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？

古人说得好，“君子疾没世而名不称，不患年不长也。”意思是说，有德行的人只怕自己没有一个人称道的好名声，而不怕自己活不长。可见，古人把名声看得比自己的生命还重要。作为教师，更要随时随地都应注重自己的道德修养，都应该以良好的品行、人格、气质、情趣来塑造自己，完善自己。

俗话说：“近朱者赤，近墨者黑。”注重自己品行的修养，就应该孜孜不倦地向品行好的人学习、交朋友。当然，作为社会成员的一分子，每个人都不是孤立的，总要同周围的人甚至同一些素不相识的人打交道。在交往过程中，别人总会给你留下某种印象，有被你称道的东西，也有令你厌恶的东西。不管是自觉的还是被动的，总会对你产生一定的影响。被你称道的东西，你可能在以后的生活中模仿它；令你厌恶的东西，你就应该唾弃。以品行好者作样板，把大家的优点都学过来，融入自己的品行中，你就会被众人喜欢。

我们须明白这样一个道理：贪利则毁名，切记重名莫贪利。要处理好名和利的关系，做一个深明义理的人。在中外历史上重名轻利者不乏其人：“不为五斗米折腰”的陶渊明，“秉公无私”的屈原，“宁愿生命消失，只要声誉能够留存”的匈牙利诗人裴多菲等等，都有很强的名誉意识，并以此加强自己的品行修养，促进自我完善，使得后人钦佩并效仿。

一个人道德水平的高低，很大程度上取决于道德修养的自觉程度。因此，评价一个人的道德水准，不能仅看他表面上是否懂得了某种道德原则和规范，而最关键的还在于，他是否把这种道德原则和规范转化为自己的道德品质，自觉地落实到行动上，严于律己，宽以待人。特别是在独自活动无人监督的情况下，能够坚持做好事而不做坏事，始终保持高尚的道德情操和品质，这点尤为重要。

严于律己，离不开不谅“小恶”。所谓“小恶”就是大家常说的犯小毛病。“小恶”因其小而常常被人们所忽视，不是有许多人对自己的小毛病不以为然吗？其实，我们常讲的自我批评，自我解剖就是指要重视解决“小恶”的问题，否则，就不可能坚持做到“吾日三省吾身”。应该看到“小”是相对的，“蚁穴”虽小，但久而久之，千里之堤可

能毁于一旦；医生做手术，哪怕还有一点病菌没消灭干净，也会引起溃烂，甚至危及生命；“差之毫厘，失之千里”，说的就是这个道理。因此“小恶”不可小看。“小恶”不是凝固不变的，努力克服它、纠正它，它会愈来愈小，以至消失；放任它，忽视它，与其和平共处，它就会由小变大，成为祸患。平时小错不断，大错不犯，对什么都抱着无所谓的态度，以致放松思想改造，慢慢滑向犯罪的深渊，这样的例子并不鲜见。刘备曾给儿子留下“勿以恶小而为之”的遗言，我们后人也应把它铭记在心。无论是以孔子为代表的儒家思想，还是以老子为代表的道家思想，无不以高尚的道德做他们的至高境界。宋代文人苏辙就曾写道：“辙生好为文，思之至深。以为文者气之所形，然文不可以学而能，气可以养而至。”这就说明，道德是做人的基本准则，只要我们能够从身边的小事做起，从一点一滴做起，就会成为一个有道德的人。在与时俱进的今天，我们教师的廉洁自律意识应不断提高，为学生服务的意识也应不断增强，这样，教学质量才能真正稳中有升。同时，关注学生的道德生活和人格养成，努力在教学过程的经历中，激发学生愉悦的情绪生活和积极的情感体验，让师生“对话”成为学生一种高尚的道德生活和丰富的人生体验，让反腐教育如春风化雨。

这世上总有些人爱说一些横看竖看都正确，而且是百分百正确的话，比如对不良少年说“你要改邪归正”、“不可以吸天拿水之类的话，对吸烟的人说“吸烟有害健康”等等。这些话不管对谁说、不管什么时候说、不管针对什么事说都是正确的，所以被说的一方只能乖乖称是，或胡乱扯些歪理来反驳。如果是后者，肯定又得被“你这样说是不对的”之类的话教育一通，倒不如干脆乖乖地听着更好。当然，我也并不是说不能讲正确的话，只是大家应该先弄明白，这种话根本就派不上什么用场。

比方说，棒球教练对站在打者席上的球员说“要打出安打”，这是百分之百正确的话一点没错——但也是毫无意义的废话。要是这位教练告诉球员“对方投手会在关键球的时候投出变化球”，这话对球员来说肯定是大有帮助，但却并不一定是百分之百的正确：对方的行动可能会出乎教练的预料，可能就因为这句话球员失误了，让对方得到先手。球场上可能会这样，也可能会那样，如果只想着思前想后圆自己的话，那教练就没办法指导了。在面对各种各样可能性的时候，如果必须要当机立断，那么他会用最大的一种可能当赌注。要是一语言中，那自然是非常了不起了，可万一赌输了，他也必须得担起相应的责任。

这就足以体现给人忠告的难度和有趣之处。在告诉孩子“别再做坏事了”以前，应该先好好想想，想让孩子不再做坏事的话，都需要做些什么，对于孩子自身来说当下又能做些什么。不事先在研究这些上面下点功夫，就无法提供任何有意义的忠告，而且在说出的忠告里，还可能隐藏着一定程度的不安和危险。要是连这些不安和危险都不能察觉，光是说些不负责任的话，那引发恶果也是很正常的了。

只要是在某个场景下当机立断的劝告，即便有可能导致失败，这劝告也是有意义的。没有赌上自己，也不想负任何责任，光是说些百分之百正确的话，单凭这个就妄想能帮到别人，这未免太天真了。要是这种百分百正确的话真能让人改变的话，那不妨先拿这些话在自己身上试试。“要好好工作”、“戒酒吧”，对自己说这样的话试试看，恐怕你很快就会发现，这些话根本起不到任何作用。

当然也有些相当了不起的人，他们如此告诫自己，也确实起到了效果。不过，像这种如此伟大的人，怕是已经超成常人的范畴成为神仙了。真要是成了神仙，那也用不着什么“心灵的处方笺”了。实际上，如果有人能在任何时间或是任何地点，都只做对任何人来讲都正确的事的话，那他到底是不是真的作为“人”活着呢？我很怀疑。那恐怕早已成仙了吧。

百分百正确的话基本来说是废话无疑，而且，在某个时候对某个人产生作用的话，也很难说是百分百正确的。只要仔细想一想，你就会发现我说的这话也是一句十足的废话。可是，当某句话对某个人起了作用时，他往往会高兴得忘乎所以，以为这就是普遍的真理了。下边这个例子，就足以说明这一点：

某个宗教家相信“说想死的人里，没有人真的会死”（其实，这种话绝对无法断言，有很多人都是说过“想死”之后自杀的）。有一次，他对一个扬言“想自杀”的人说“既

然如此，我就教你自杀的方法吧。”然后就真的详细地教了他送死的方法。对方听了以后，觉得可怕极了，就放弃了自杀的念头。这件事令他尝足了甜头。之后，他再一次遇到了个想自杀的人，他如法炮制，结果对方真的按照他教的方法自杀了。从此以后，这位传授自杀方法的宗教家就彻底消沉了。

这是个非常极端的例子。不过，令人意外的是，类似的事情却时有发生。第一次说出某句话，是赌上了最大的可能，做好了担责的准备。等到第二次，他就会侥幸以为会像第一次那样顺利，所以就偷懒耍了小聪明，随随便便说出了与第一次同样的话，结果事情却不能像初次一样顺利解决。尽管我们会说“会和以前一样吧”，可仔细想想看，人生本来就没有什么“同样的事”。当然了，像“昨天是七点钟吃的早饭，今天也同样……”这种层次的同样的事是存在的，每天早晨都按时烤好面包也是可能的。不过，当事情与某个真实的人之间发生千丝万缕的联系时，就不太可能会出现“同样的事”。这个时候，一般人所想给出的百分之百正确的道理完全无用——人们最需要的，只是那个对自己适用却并非完全正确的道理。

[中华峨嵋真功（附DVD光盘）_下载链接1_](#)

书评

[中华峨嵋真功（附DVD光盘）_下载链接1_](#)