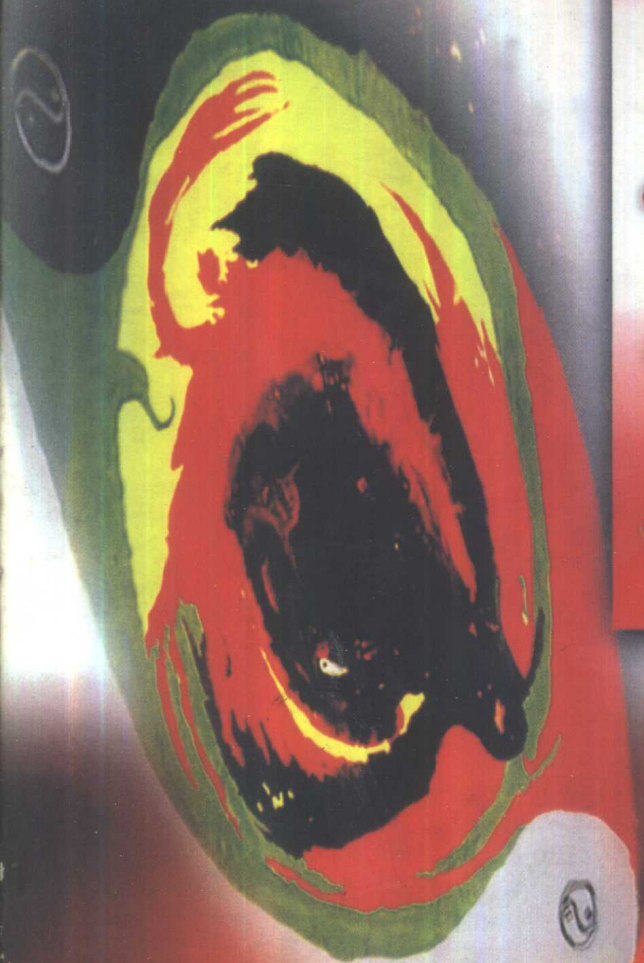


南練禪及其中華元融養生術

自然之子

李武兵 著



自然之子

南練禪及其中華元融養生術

李武兵 著

書 名：自然之子

作 者：李武兵

責任編輯：何 平

出 版：勤+緣出版社

發 行：勤+緣出版社

香港鯉魚涌華菁路十四號益新工業大廈十八樓A座

(電話：二五一六九〇二二)

(傳真：二八八〇五九七八 / 二五一六九三〇四)

排版印刷：日昇柯式印刷公司

出版日期：一九九九年一月

ISBN 962-447-551-2

版權所有・翻印必究

如有破損或缺頁，請到勤+緣出版社更換

內容簡介

《自然之子》是詩人、作家李武兵繼《中國大氣功師在美國》之後推出的又一部弘揚科學氣功的新信息佳作。

這部佳作記述了「冰雪奇人」南練禪極富傳奇色彩的修煉歷程以及中華元融養生術（原稱「無極內功」，現簡稱「元融功」）的諸種奧秘。

南練禪幼時父母雙失，只得在流浪中以乞食為生。九歲那年，他偶遇一白髮老者引鶴年，被帶至長白山一座神秘的山洞修煉近十五年之久。有一次，他辟谷九十餘天，不眠不食，終於迫近結「天蠶殼」的極至境界，完成了重塑生命的築基之功。恩師仙逝後，南練禪隻身雲遊四方。一九八九年開始融入社會，傳功授課，為民療疾，至不惑之年靈悟頓開，大覺元融，形成了頗有創意的元融養生觀。

一九九六年十月，南練禪為參加「第三屆世界太極修煉大會」的一百六十七名國際友人和國內近兩千名「太極之友」作抗寒表演，只穿一條短褲衩，盤腿端坐於奇冷的「冰宮」之內，時間長達一小時十七分鐘。待他神情泰然地步出「冰

宮」，依然容光煥發，面色紅潤，精神抖擻。一位美國友人當場察驗了監測他的體溫錶，不得不佩服得點頭稱奇，海內外十多家報刊相繼為此發表專題評介文章和圖片新聞。

南練禪在人生路上別開洞天，不僅在內功修煉中達到爐火純青的境地，還在拳、劍、刀等武術競技方面造詣非凡，其「梅花樁」功夫令世人嘆為觀止。

常言道：奇事必究，奇人必交。走近南練禪，我們會在世紀之交的東方，看到中國養生術創造的又一個奇跡，給人類昭示着生命科學的連天曙色。

作者小傳

李武兵：曾用名李武斌，又名武三元，祖籍鄂州。他是闖入生命科學研究與寫作領域的又一位詩人、作家。

一九七二年，作者以其抒情詩〈歌兒向着北京唱〉步入詩壇；一九七三年，作者以其短篇小說〈助手〉步入文壇；一九七七年，作者以其歌詞〈周總理，我們敬您一杯酒〉和〈賀龍兩把菜刀鬧革命〉步入歌壇，成為文學藝術界的一位多面手而受到讀者的關注。

自一九七九年以來，他先後著有〈放歌山水間〉、〈三月梨花飛〉、〈環寶集〉、〈鄉戀〉、〈藍色的戀情〉、〈愛·心之吻〉多部抒情詩集，以及散文集〈太陽鳥〉。

一九九四年底至一九九五年初，李武兵第一次在「功態」下完成詩集〈愛·一生情歌〉的創作，這部詩集比初學氣功時寫作的〈愛·心之吻〉更富有人類自性的美學色彩。

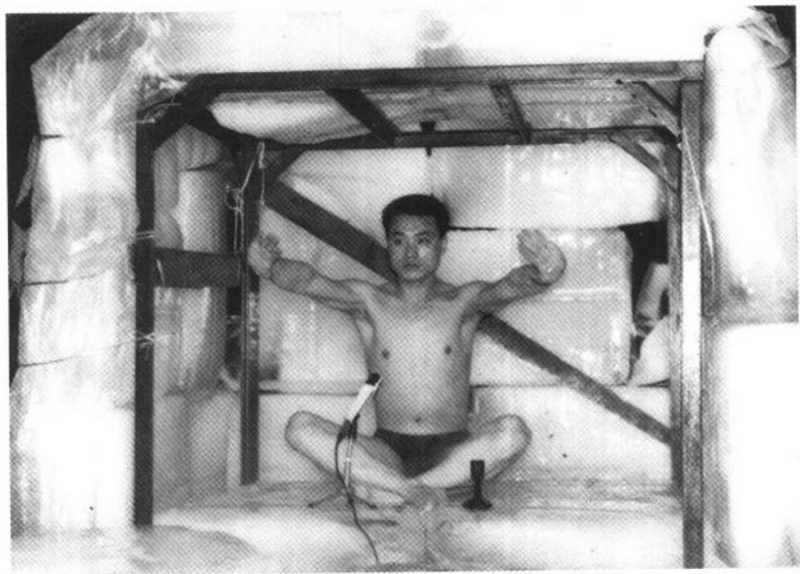
一九九六年，作者相繼完成兩部作品：大型連環畫脚本〈共和國的締造者〉

之一卷〈毛澤東〉和長篇紀實文學〈中國大氣功師在美國〉。

最近出版的〈自然之子〉，是李武兵涉及生命科學的又一部力作。



南 練 禪 像



南練禪在攝氏零下三十度的冰宮裏
把冷氣送入會場



南練禪在北京第三屆世界太極修練
大會上作低溫演示一小時十八分後接受
各國記者的採訪



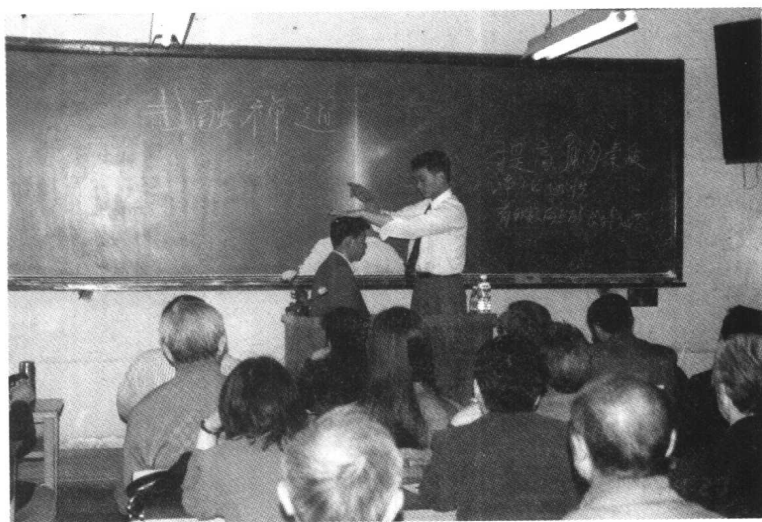
南練禪在合肥作完低溫實
驗後接受安徽電視臺記者採訪



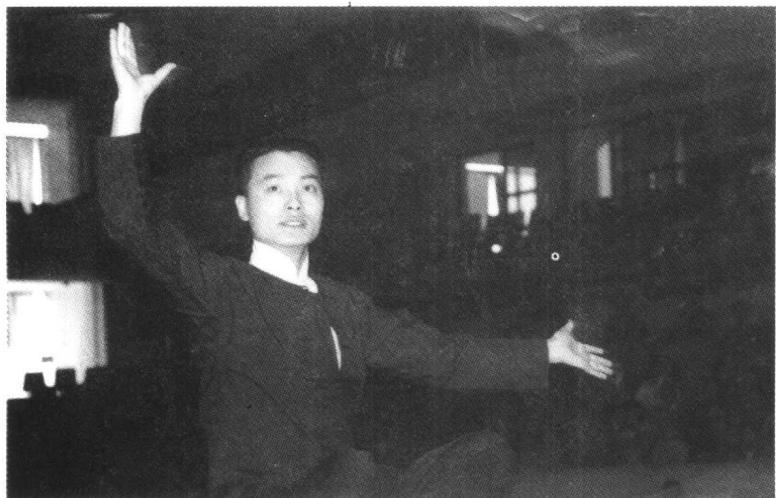
南練禪在美國塞班島表演梅花樁功夫



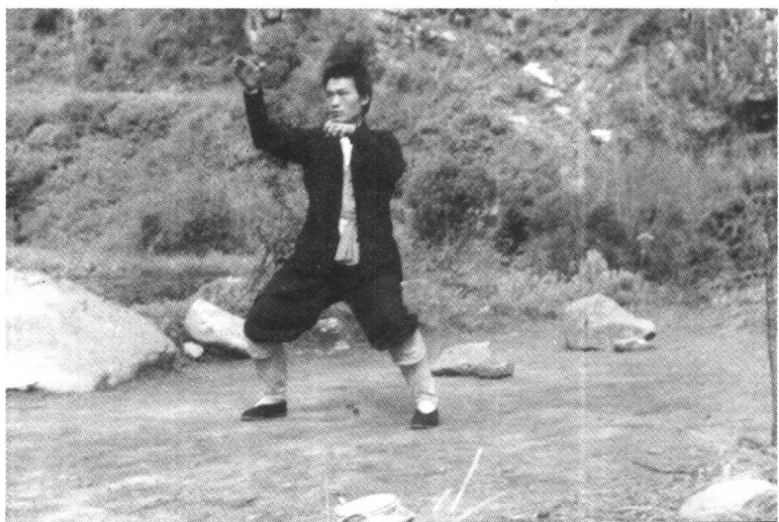
南練禪作抗寒功法演示



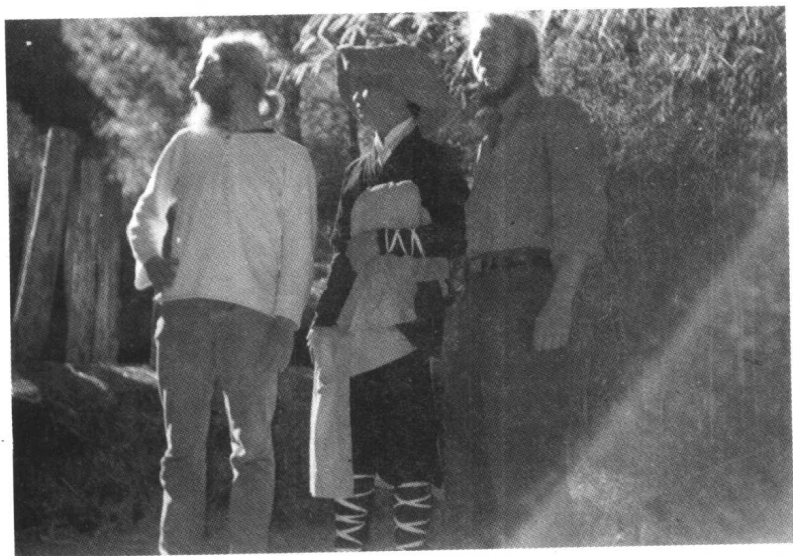
南練禪為氣功愛好者打通經脈



南練禪發功時手上出現紅氣



南練禪在練習無極拳



南練禪和他的兩個德國弟子

目錄

引子	走近南練禪	1
第一章	童謠裏唱出個南練禪	10
第二章	老祖的簫聲神秘莫測	37
第三章	讓人體驗到自己的存在	62
第四章	追尋心靈與自然相融的和聲	101
第五章	靜靜地思索生命現象	146
第六章	下山之路彎彎地走	190
第七章	好夢該是一個圓圓的月亮	224
第八章	地球是有思維能力的人類之家	267
第九章	大覺元融恰逢四十不惑	297
附錄	中華元融養生術	328
後記	自言自語但並非夢囈	342

在世紀之交，自然之子南練禪
的生命現象，成爲東方中國養生術
創造的一個奇跡，給人類昭示着新
的生機。

引子： 走近南練禪