

德虞 德炎 编著

少林绝技

宗

高山少林寺秘藏真本

北京体育学院出版社

正宗少林绝技

德虔 德炎 编著

北京体育学院出版社

责任编辑 北耕

封面设计 叶菜

正宗少林绝技

德皮 德炎 编著

北京体育学院出版社出版发行

新华书店总店北京发行所经销

(北京西郊圆明园东路)

登封县印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/32 印张：29.25 定价：11.50元

1990年8月第1版 1990年8月第1次印刷 印数：10000册

ISBN 7—81003—390—5/G·288

(凡购买本版图书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

天下功夫出少林

荣高棠

原国家体委副主任、中共中央顾问委员会秘书长荣高棠为本书题词

精於柔則剛 精於弱則
強 欲剛者必以柔守之 欲
強者必以弱保之

蔡龍雲



中国武术协会副主席、中国武术
研究院副院长蔡龙云教授为本书题词

让少林武术之
花开遍世界

中国武术学会

秘书长夏柏华

一九九〇年三月

中华武术学会秘书长、中国武术研究院
理论研究室主任夏柏华副教授为本书题词。

功深於勤
技精於練

張繼庭

一九九〇年

河南省体委主任、河南省武术协会主席
张繼庭为本书题词。

禪拳生絕技

武藝育英傑

嵩山少林寺

名譽方丈法禪

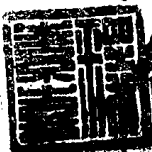

巨野筆



中国佛教协会理事、郑州市佛教协会会长、
少林寺名誉方丈德禅大和尚为本书题词。

少林武术真秘典
 将高格含法真经

少林寺住持素喜大和尚为少林武术题
 素喜大和尚

少林武术协会名誉主席、少林寺管委会主任素喜大和尚为本书题词。



作者德度大师像

德虔大师简介

德虔，男，俗姓王，名长青，字松柏，号惠众，是嵩山少林寺首座僧素喜大师的掌门弟子，公元1943年生于河南省登封县大金店乡王上村，自幼爱好武术，皈依少林寺后拜素喜大和尚为师，赐法名德虔，跟师父学少林功夫，善练少林洪拳、罗汉拳、炮拳、通臂拳、六合拳、黑虎拳、风火棍、八仙剑、鲁侠铲、春秋刀等，擅长气功、点穴、擒拿等技，后跟少林寺方丈德禅师兄学得少林伤科真传和针灸医技。

德虔8岁时曾跟一位医术高明的游方僧医学到捷针术，11岁时就开始用针灸给群众和同学治病。考入中医专科学校后，倍加刻苦努力深钻细研，使己之医术更臻精湛，毕业后应招入伍，七年后转业在新疆伊犁边城，为十三个兄弟民族医疾，曾以高明的针灸医技荣获“草原雄鹰”的光荣称号。

1980年，少林寺对外开放，又重返嵩山，回到恩师身边，在少林寺医疗所开诊，为众僧和修寺工程职工及海内外游客治病。1982年任中国少林武术总会理事，同年12月参加了大型彩色纪录片《中华武术》影片的拍摄，以拳捷骁勇的黑虎拳招赢得了中外观众的交口赞誉。1983年2月任少林寺武术协会副会长兼秘书长，同年5月任少林拳谱编写委员会主编。1985年12月任新疆伊犁地区体委少林武术馆馆长，1986年任北京大学中国武术气功学会特邀技术顾问，1987年5月

任嵩山少林拳法研究会副会长兼秘书长，1988年5月任登封县政协委员，同年又出任登封县少林武术协会副主席和《少林拳》编辑部副主任兼总编辑，同时又被北京工业大学聘为武术书籍顾问。

德虔法师遵照国家体委颁布的武术工作方针，从1983年元月开始夜以继日的搞少林武术的挖掘整理工作，至1989年12月编著了长达800万字的系列少林武术丛书，先后由北京体育学院出版社正式出版，在国内外发行，如：《少林点穴法》、《少林正宗气功》、《少林擒拿绝技》、《少林拳术真传》、《少林十八般兵器》、《少林长寿秘诀》、《少林寺伤科秘方》、《少林六合拳》、《少林罗汉拳》、《少林武僧志》、《少林功夫辞典》、《少林打擂秘诀》、《少林拳法秘传》等五十一部少林正宗武术专著，均受到海内外读者的热烈欢迎。特别是80年代初出版的《少林气功》和《少林擒拿法》两本书在1984年由国家文化部推荐到香港展销，霎时抢购一空，受到国际武林界人士的高度评价。《少林擒拿法》一书已编入中国优秀科技书目要览。

1989年4月，德虔法师亲自发起和组织了首届全国少林拳邀请研讨会，任组委会副主任兼秘书长，使其会议圆满成功，并荣获了大会授给的“少林武术贡献奖”。

1990年元月3日，德虔法师应邀出访新加坡共和国少林国术总会，在新期间，他谦逊而诚恳地向少众山国术总会的教练们传授了少林正宗武艺和中医针灸医技，还在百忙中为南洋各族人民治病，受到了南洋各界人士的无限尊敬。新加坡少林国术总会和少众山国术体育会分别给德虔法师赠送了金牌和银盘，少众山国术会特聘德虔法师为新加坡少众山国

术体育会国术顾问，由黄广添会长颁发了证书。

德虔法师为弘扬少林武术和促进中新两国的友谊作出了卓越的贡献。

中华武术学会少林拳研究会常委 吴长军

一九九〇年七月

前 言

少林寺自创建至今，有一千多年的光辉历史，特别是隋末唐初，少林寺以昙宗为首的十三和尚开赴岍岭口，伏击了王世充的队伍，助了唐王朝一臂之力，大得李世民所赞赏，少林寺从此武显于世，威震中华大地。到明代，少林寺武术发展到高峰，僧兵多次赴边抗倭，屡立战功，赢得了全民族的赞颂。

历代少林寺武僧都在长期的艰苦练功中积累了宝贵的经验，此乃少林功夫也，后人对此渐渐奉为少林绝技，秘不外传。为了发扬祖先遗留下来的宝贵文化遗产，弘扬少林武术，特将少林寺火焚前，永祥和尚复抄的少林武艺精华集锦，整理编写成册。书中介绍了少林打擂秘招，点穴功夫，擒拿绝技，轻气功、硬气功和七十二艺等百余种正宗少林功夫，为了安全进行练功，附有少林寺伤科秘方251方，供读者选用。

在编写过程中，得到少林寺第三十代住持素喜大和尚的有益指教和素法大师之助，在此一并致谢。

由于时间短，文化有限，书中错误难免，请读者批评指正。

本书内容丰富，资料真实，文图并茂，通俗易懂，适于公安干警、武装警察、保安公司工作人员、武术教练、医务工

作者、武术工作者和武术爱好者参考。

编 者

一九九〇年五月三日 于少林寺



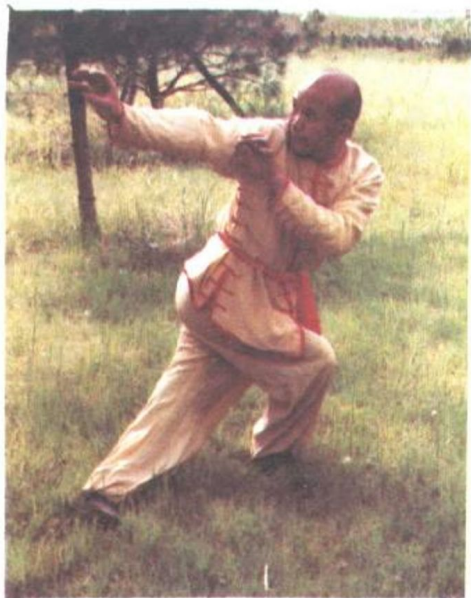
少林寺还俗僧少林拳研究会顾问素法（俗名徐祇法）大师在演练少林金刚拳。

宋书范 摄

少林寺皈依弟子、少林拳研究会常务理事，本书作者德炎武师（女）在演练少林八仙剑



徐勤兰 摄



少林寺拳法研究会
秘书长、登封县少林武
协副主席、本书主要作
者德虔大师在演练黑虎
拳。

叶 莱 摄



少林寺皈依弟子德皎（左）和行瑞（右）在演练少
林六合拳。

冯增欣 摄