

# 目 录

前 言 .....	( 1 )
第一章 绪论 .....	( 1 )
第二章 中国道家天山派丹道周天功 .....	( 6 )
第一节 胎息功 .....	( 6 )
第二节 河车运转功 .....	( 8 )
第三节 返观内照功 .....	( 10 )
第四节 吐纳功 .....	( 12 )
第五节 导引功 .....	( 14 )
第六节 小周天功 .....	( 15 )
第七节 握固功 .....	( 17 )
第八节 超觉功 .....	( 19 )
第九节 日月双收功 .....	( 22 )
第十节 柱地通天功 .....	( 24 )
第十一节 布气功 .....	( 26 )
第十二节 辟谷功 .....	( 28 )
第十三节 通玄功 .....	( 30 )
第十四节 内五行功 .....	( 32 )
第十五节 按跷功 .....	( 33 )

第十六节 大周天功 .....	( 36 )
第三章 名词简释 .....	( 39 )
第四章 问题解答 .....	( 70 )
附 录 .....	( 174 )
附 图 .....	( 201 )

## 第一章 绪 论

中国道家天山派功法，始创于南宋光宗赵惇绍熙元年（公元 1190 年），至今已 800 余年了。

祖师杨继明系北宋名将杨继业之后，他幼时于太行山从师于晋葛洪真人所创“丹鼎派”的第九代传人五世光真君。后因避战乱，远遁西域隐居，习武练功，修心养性，参悟玄玄。

祖师杨继明之子杨延天和同隐天山之“神霄派”王文卿真君之徒萨守坚真君同修参悟，一起创派并制规，因地而名为“天山派”。

天山派功法以“丹鼎派”内功为基础，并融汇了“神霄派”之心法，杨氏家传之武功，讲求“内养心神，外练身形，以外补内，玄入天一”。

天山派传至今日，经历了 6 个朝代 800 余年，吸收了众家之长，形成了天山派特有的功法体系。时当盛世，大道始得弘扬。1988 年，经天山派长老——恩师司马道长及三师傅上峰道长之首肯，公开了天山功法，开始在群众中传授。

中华民族崇尚养生之术由来已久。千百年来，我国劳动人民在同自然的斗争过程中，摸索总结出了众多疗病养生、修心练命之术，在民间流传着，由于历史和人们的认识所造成的原

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>