

道家气功精华

DAOJIA QIGONG JINGHUA

张其成 著



本书是作者多年从事道家气功研究、教学、推广工作的经验总结，也是作者多年从事道家气功研究、教学、推广工作的经验总结。本书共分十章，第一章为总论，第二章至第十章为分论。本书力求做到理论与实践相结合，既注重理论阐述，又注重实践指导。本书可作为道家气功爱好者、研究者、教学者的参考书，也可作为高等院校相关专业师生的教材。

上海翻译出版公司

目 录

道家气功概说(代序).....	1
伏羲八卦功	7
赤松子吐纳导引术.....	18
广成子“至道”功.....	20
容成子“胎息”法.....	23
彭祖导引术.....	26
王乔食气导引术.....	29
老子“赤子”功.....	33
张陵“想尔”功.....	38
张角“守一”功.....	43
魏伯阳“炼丹”法.....	49
彭晓《明镜图诀》.....	57
许逊“内丹”术.....	60
魏华存“黄庭”功.....	63
苏元朗“内丹”功.....	72
崔希范《入药镜》功诀.....	76
张果老“九转大还丹”.....	80
钟离权“三成丹法”.....	87
吕洞宾“敲爻歌”.....	95
陈朴“九转内丹诀”.....	101
王屋真人“阴丹”修炼法	107

太无先生“外气”功法	113
陈抟《无极图》丹法	119
张伯端“金液还丹”大道	136
白玉蟾丹法十九诀	147
王重阳“全真”功夫	152
邱长春歌“小周天”	159
孙不二“女丹”功夫	166
张三丰“内丹”功法	170
王夫之咏“内丹”功	180
附 今人炼“内丹”体验	188

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/>