

张六通 主编

氣

功

入门

科学普及出版社

气 功 入 门

主 编 张六通

副主编 沈福道

编 者 沈福道

冀振华

刘 莉

科学普及出版社

内 容 提 要

本书主要阐述气功的基础知识，学练气功的基本方法和要领，如何恰当选择功法，气功偏差的防止与纠正方法，以及常见病气功疗法等等。此外，集各家长，介绍了内养功、真气运行法、周天功、保健功、大雁功、回春功、内劲一指禅等十一种功法的作用及练习方法。

本书从实用出发，深入浅出，通俗易懂，并附有图解，可供广大气功爱好者、体弱多病及年老者阅读。

气 功 入 门

张六通 主编

责任编辑：罗羽东 刘庆坤

封面设计：松美珍

技术设计：艾 华

*

科学普及出版社出版（北京海淀区白石桥路32号）

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

中国艺术研究院印刷厂印刷

*

开本：787×1092毫米 1/32 印张：11 字数：246千字

1989年6月第1版 1989年6月第1次印刷

印数：1—60000册 定价：4.00元

ISBN 7-110-01048-1 / R·101

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/>