

目 录

论密宗及其修法	(1)
一、何谓密宗?	(1)
二、身密的修法.....	(2)
三、口密的修法.....	(7)
四、意密的修法.....	(10)
五、入定(三摩地).....	(13)
藏密白教大手印瑜伽(专注瑜伽部分)	(16)
七支坐法.....	(17)
专注无气息物体之瑜伽	(21)
一、专注小木块或小球法.....	(21)
二、观想佛像、字像、明点法.....	(22)
专注有气息物体之瑜伽	(23)
一、金刚数息法.....	(23)
二、宝瓶气.....	(24)
不专注于物体之瑜伽	(25)
一、切断想念法(切念法).....	(25)
二、放任想念法(纵念法).....	(26)
三、心不动念法.....	(26)
(一)捻绳法.....	(26)
(二)新绳两段法.....	(27)
(三)儿童观画法.....	(27)
(四)象体无觉法.....	(28)
专注瑜伽最后安止境	(28)
藏密灵热成就法(西藏白教六成就法之一)	(29)

一、前行修习	(29)
(一) 观外修身空法	(30)
(二) 观内修身空法	(30)
(三) 观身拥护轮法	(31)
(四) 灵息修习法	(31)
(五) 灵力加持修习法	(33)
二、根本修习	(33)
(一) 灵热之发生	(33)
(二) 灵热之经验	(38)
(三) 灵热之超胜	(41)
三、实验修习	(42)
(一) 获证热益	(42)
1. 练身	(42)
2. 风息	(42)
3. 观想	(42)
(二) 获证极乐	(43)
1. 观想美丽可爱之女身	(43)
2. 菩提月液之融降	(43)
3. 秘密之体功	(44)
藏密内火明点法	(46)
藏密九节佛风法	(49)
藏密传统观音观想法	(52)
藏密六字大明咒观想法三种	(58)
六段锦	(59)
法轮常转	(61)
咒轮合观	(62)
藏密白教绿度母修持法	(64)
藏密红教绿度母修持法	(66)
藏密白教₃(吽)字瑜伽	(69)
藏密黑教无上瑜伽	(72)

第一段 摊尸法	(72)
第二段 气离人体法	(76)
藏密花教药师佛修持法	(80)
藏密黑教大日如来治病法	(84)
藏密白教睡禅修持法	(88)
特音超觉静坐法	(92)
一、声音的奥秘	(92)
特音第一表	(93)
特音第二表(极速入静的信号声)	(95)
特音第三表(特效一级品)	(96)
二、如何选用自己的特音	(97)
三、如何进行超觉静坐	(99)
拙火瑜伽	(100)
一、三脉、七轮、五气	(100)
二、如何醒起拙火	(103)
(一)凝视法(净心法)	(103)
(二)练气法(呼吸法)	(105)
1. 简易呼吸法	(105)
2. 风箱式呼吸法	(106)
3. 右入左出呼吸法	(106)
4. 两鼻平入左出呼吸法	(107)
5. 练气法注意事项	(107)
三、心音	(108)
八步瑜伽	(110)
一、外在的控制	(110)
二、内在的控制	(110)
三、瑜伽体位法	(111)
四、呼吸控制	(112)

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/>