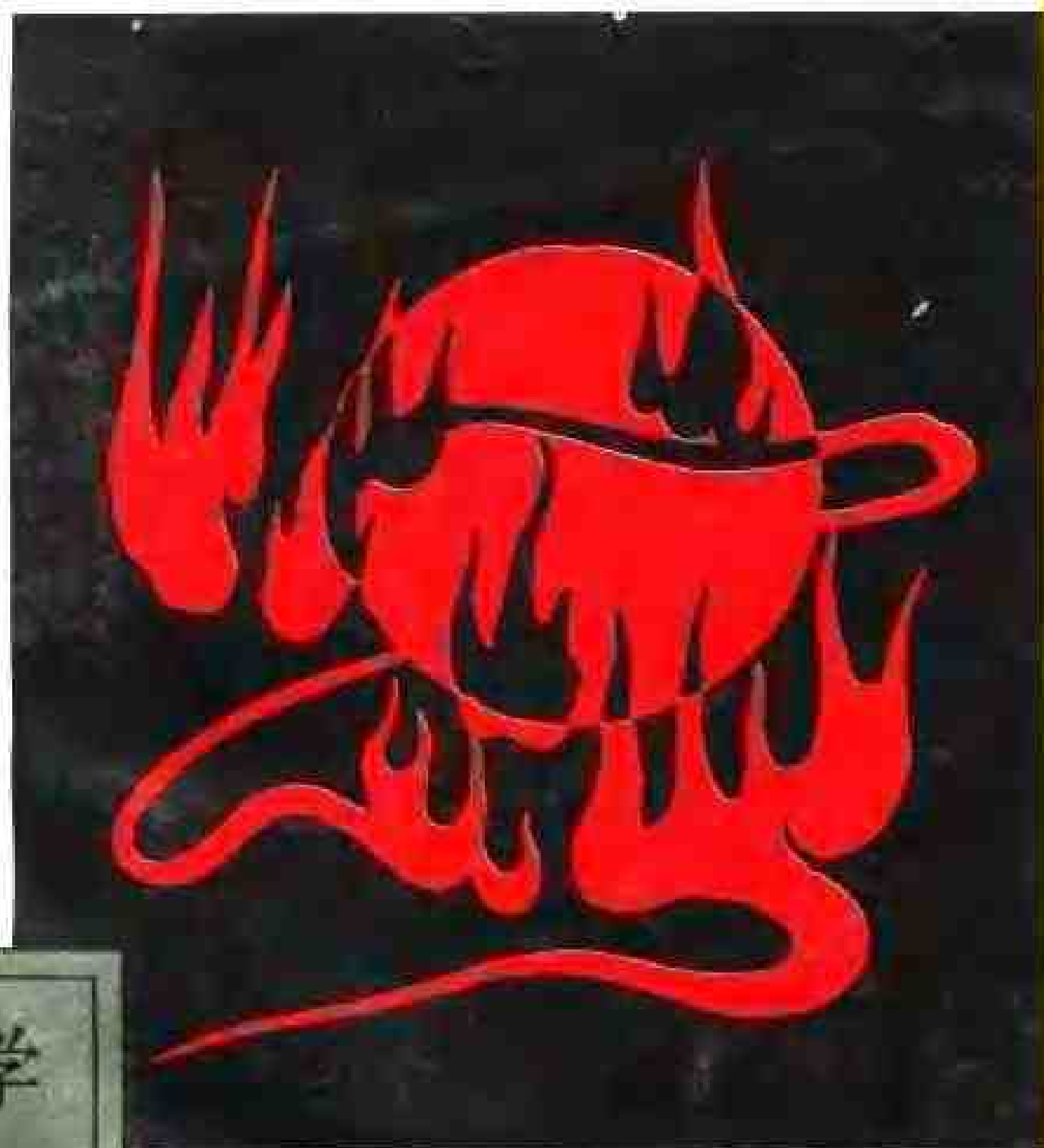


气功千百问 尽在此书中

新编气功知识问答

太青
编



初学者如何入门

练功姿势的选择

什么叫元精·元气·元神

何谓中黄直透

佛祖练的什么功

古代一神仙练的什么功

气功治疗慢性胃炎

选择治疗肝炎的功法

.....

学苑出版社

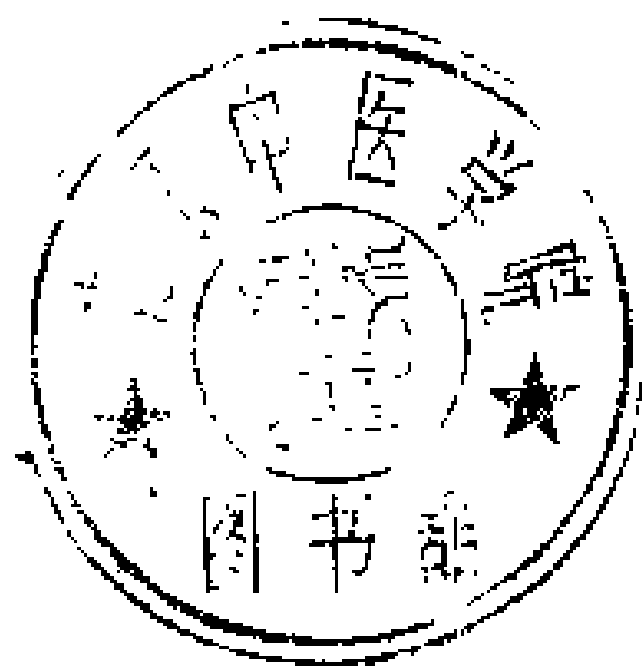
书库

R247.4-44
325
350743
7

YX137/25

新编气功知识问答

张青 编著



学苑出版社

1198353

目 录

1. 什么叫气功和气功学.....	(1)
2. 气功起源于何时.....	(2)
3. 练气功与道德修养.....	(4)
4. 练气功最根本的要领是什么.....	(6)
5. 从气功学角度来看人的一生是怎样一个过程.....	(7)
6. 练功姿势的选择.....	(10)
7. 调息——浅谈气功的呼吸.....	(15)
8. 初学者如何入门.....	(21)
9. 什么叫气功的效应.....	(22)
10. 哪些人练功宜选择卧式, 哪些人宜选择坐式.....	(24)
11. 上、中、下三丹田的位置及作用.....	(25)
12. 什么叫元精、元气、元神.....	(27)
13. 什么叫人静与入定.....	(29)
14. 内丹三要素指的是什么.....	(39)
15. 什么叫玄牝之门.....	(33)
16. 什么叫禅定.....	(35)
17. 什么是静功, 什么是动功.....	(36)
18. 何谓奇经八脉.....	(37)
19. 九窍指的是什么.....	(40)
20. 什么叫小周天、大周天.....	(42)
21. 十二时辰与子午流注.....	(43)
22. 什么叫藏密气功.....	(46)

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/>