

目 录

第一章 中国气功概况	(1)
一、气功发展简史	(1)
二、什么是“气功”	(4)
三、练功的目的	(6)
四、气功有什么效果	(9)
五、气功功法分类及特点	(10)
六、震动功功法与功理介绍	(25)
七、特异功能与现代科学研究	(30)
第二章 气功理论探索	(37)
一、练气功应处在什么心理状态下	(37)
二、正确运用精神心理暗示是练好气功的关键	(40)
三、如何才能延年益寿	(47)
四、气功外动对初学者来说不是一种功法	(49)
五、“带功”为什么会出现“群魔乱舞、鬼哭狼嚎， 乌烟瘴气”的场面	(55)
六、动应静蓄，持之以恒	(62)
七、怎样才能通小周天	(69)
八、初学练功应不应该观想	(73)
九、男女双修、密宗及辟谷问题	(75)

十、练功者如何注意腥荤香辣饮食问题	(87)
十一、如何选择练功最佳时间	(92)
第三章 望诊基础理论	(97)
一、望诊概论	(97)
二、望诊精典——《明堂六都提纲》解释	(100)
三、手诊观色十法——《相气十法提纲》	(102)
四、五色与脏腑的关系	(106)
五、手诊颜色与症状的关系	(110)
六、手诊八卦诊断图	(114)
七、卦象与疾病的对应关系	(121)
第四章 望诊的基本规律	(124)
一、手诊方位的确定规律	(124)
二、手诊中的各种形状与颜色的判断规律	(125)
三、手诊颜色辨析	(127)
白色	(127)
红色	(127)
浅红色	(127)
深红色	(127)
鲜红色	(128)
暗红色	(128)
紫红色	(128)
深咖啡色	(128)
浅咖啡色	(128)
青色	(129)
青白色	(129)
青紫色	(129)
黑色	(130)

黄色	(130)
暗色	(130)
暗紫色	(130)
青暗色、灰暗色	(131)
暗咖啡色	(131)
色素沉着	(131)
四、皮肤的性质、形状与人体疾病的关系	(132)
第五章 手诊各区位置的划分及定位	(135)
一、手掌各区的划分及定位	(135)
头区	(139)
鼻区	(139)
眼区	(139)
面颊区	(139)
口区	(139)
食道区	(139)
胃区	(141)
肾区	(141)
生殖区	(141)
气管区	(142)
左胸(肺)区	(142)
右胸(肺)区	(144)
腰区	(144)
肝区	(144)
脾区	(144)
胆区	(144)
上、中、下三腹区	(145)
多梦区	(145)

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/>