

前 言

崂山道人玄中子，少年慕道，熟读周易，既壮，同崂山太清宫赵检察院泰昌、白云洞王道长全启，志同子研讨周易一经，道合于性命双修之法，后访道于道教名山庙宇暨道家修行之名士。长年习练道家气功，意会气功协调脏腑之效能，感受气功贯通经络之妙处，历经数十寒暑，简练揣摩，道复大进。并广为探讨，遂集道家气功之长，编纂道家丹经《大成捷要》一书；亦探求道家医术之奥秘，贯通于点穴、针灸、推拿法术之中；还聚集道家饮、膳之裨益；并积累民间验方、土方。日久，饮、膳、气功、医理、药识日见谙深。遂撰著《养生集》一书，对求养生之道者，提供了养气毓神，炼性修真的宝贵经验。

余，继承父志，辑其遗稿，撰成此文，愿广传于世，造福社会，以修德行。

朱鹤亭

1988年8月

于广州白云山

作者简介

朱鹤亭，祖父乃民间中医。父亲（崂山道人玄中子）遍游道教庙观，拜学养生益寿秘法；漫游乡里村舍，拜求医病疗疾验方，达7年有余。玄中子，学周易，习气功，施舍丹药，行医救危，历经数十夏冬，积累了丰富经验。

朱鹤亭，自幼承受家传。读中学、大学时期，系统自修了中西医基础理论。在实践中，他善于结合中西医诊断疾病，长于运用食疗、点穴、针灸、中草药、气功综合治疗。40年来，治愈过多种疑难病症。

朱鹤亭，学习、研究、实践道家养生学，中华医药学，运动医学，达几十春秋。撰著《经络与运动疗法》、《药源性竞技能力降低》、《经络与穴位的临床应用》、《中医食疗与运动性伤病》、《养生秘方》、《消除过度疲劳方药》、《养生长寿术》、《中医食补与运动员营养》、《气功点穴对改善生理机能提高竞技能力的效用》等论文，达95篇。

论文《运用中华医学、气功改善游泳运动员竞技能力的研究》被“全国体育科学会议”评为“优秀成果”。所研制的营养补剂“鹤丹”，获国家教育运动委员会颁发的“科学进步三等奖”；研制的保健饮料“鹤饮”，由国家科学技术委员会推荐，两次参加布鲁塞尔国际博览会和香港中国工业技术出口交易会。他应邀多次赴东欧国家及日本讲学，并获得“中国珍珠”、“传奇人物”的赞誉。《欧洲时报》、菲律宾《世界日报》、泰国《中华日报》、《北美日报》，皆以“中国国粹的佼佼者”为题，予以赞扬。新加坡《联合晚报》、日本《伊豆新

闻》、台湾《第一手报导》、香港《城市周刊》，以“神乎其技”、“神指回春”、“中国秘术”、“震惊杏林”为文，给予了赞誉。

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/>