

目 录

作者简介

前言

上篇..... 1

第一章 三元开慧功概述..... 1

第一节 三元内涵..... 2

第二节 悟道开慧.....11

第二章 三元开慧功原理.....18

第一节 整体效应.....18

第二节 生命全息.....25

第三节 心理诱发.....30

第四节 物场共振.....42

第五节 阴阳平衡.....55

中篇.....61

第三章 三元开慧功基础功.....61

第一节 桩功.....61

第二节 动功.....69

第四章 三元开慧功中级功..... 105

第一节 行步功..... 105

第二节 坐功..... 109

第三节 卧功..... 116

第五章 三元开慧功高级功	123
第一节 金钢功.....	123
第二节 空虚功.....	126
第三节 思维念力功.....	131
下篇	140
第六章 三元开慧功医功	140
第一节 医理探微.....	140
第二节 医功奥秘.....	166
第三节 医应对症.....	168
第四节 医技要略.....	170
第七章 三元开慧功养生法	185
第一节 养性之道.....	185
第二节 性生活调度.....	194
第三节 按摩导引.....	203
第八章 效应与纠偏	209
第一节 主观感觉.....	209
第二节 客观感应.....	210
第三节 “偏差”与纠偏.....	212

上 篇

第一章 三元开慧功概述

我国古代对气功的称谓很多。现代对气功的内涵仍然是众说纷纭。严新讲：“所谓气功，是一种心身并练的、理想的养身术、健身术、治疗术、长寿术、技击术、增智节能开慧术。”刘贵珍认为：“气功就是通过姿式、呼吸、心神的调练，来达到培育元气的目的，这就是我们统称的气功。”（《气功疗法实践》）林厚省认为，气功就是“练气和练意的功夫。”（《气功学》）钱学森讲：“气功是近代高技术中的一门高技术或者说最高技术。”可见，气功是通过人体各种姿势的调节，即调身，和呼吸的调整，即调息，以大脑思维意念的调整，即调意，来调动人体各部分的机能，诱导和开发人的潜在功能的一种方法，也是运用人体内气做功的最高技术问题。

当代功法种类繁多。有动功、静功、有意念功、无意念功、性功、命功、硬功、内功等。三元开慧功是一种既有动功又有静功的动静相兼的功法，是意念微微、沾意即得的功法，也是一种性命双修的功法，同时，它又是既练硬功，又练内功，外气内收、内气外放的练养兼修的功法。

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/>