

目 录

一、绪言	1
二、阴阳的概念	4
三、七情六欲与阴阳失调	6
四、自然界之气	7
(一)天地之气	8
(二)四时之气	9
(三)五行之气	10
五、人身之气	11
(一)精气	12
(二)神气	12
(三)真气——炁	13
(四)阴气与阳气	14
六、气、血、津液	16
(一)气	16
(二)血	16
(三)津液	16

七、脏腑	18
(一)五脏	19
(二)六腑	29
八、五脏间的相互关系	33
(一)心与肾	33
(二)肝与脾	34
(三)肾与肺	34
九、五脏与六腑的关系	35
(一)心与小肠	36
(二)肝与胆	36
(三)脾与胃	36
(四)肺与大肠	36
(五)肾与膀胱	37
(六)三焦	37
十、五脏病气传变的规律	38
十一、四季炼丹法	40
(一)春季炼丹法	41
(二)夏季炼丹法	42
(三)秋季炼丹法	44
(四)冬季炼丹法	45
十二、二十四节炼丹法论述	48
(一)春季炼丹法	51
立 春	51
雨 水	54
惊 蛰	56
春 分	59

清 明	61
谷 雨	63
(二)夏季炼丹法	65
立 夏	65
小 满	68
芒 种	70
夏 至	72
小 暑	74
大 暑	76
(三)秋季炼丹法	78
立 秋	78
处 暑	79
白 露	81
秋 分	83
寒 露	85
霜 降	87
(四)冬季炼丹法	89
立 冬	89
小 雪	92
大 雪	94
冬 至	96
小 寒	99
大 寒	101

附录： 104

(一)修炼一年四季二十四节注意事项

(二)奇经八脉与十二经起止交会说明

(三)公元一九九一年至公元二〇一七年

每年年历及一年二十四节气时刻对照表

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/>