

前 言

华夏的传统文化渊远流长、博大精深。求宇宙人生之大道、显精神心灵之首要，它与生活实践相结合是这种文化的精髓和特色。

大道玄奥，深不可测，妙不可言。

大道至简，朴实无华，自然而已。

中华民族历来崇尚辩证思维，神州大地上思想、文教、艺术等方方面面，处处闪耀着辩证法的光辉。在中国五千年的历史上有许多辩证法的巨著和大师，他们运用辩证思维来修身养性、治病救人、文教育人、带兵打仗……等，在各个方面都取得了辉煌的成就。

诸子百家各有其道。道家有阴阳变化太极之理，佛家谈非二非一不二法门，医家论身心虚实辩证施治。各家之学异途同归都以对立统一的自然辩证宇宙观作为其指导思想的理论基础。

人的心灵虚无缥缈，但它却主导着人的一切。对内进行着身心运动的全面调控和科学管理，对外承担着认识和协调内外两个世界种种复杂关系，达到天、

地、人平衡和重任。总之，人心是人的最高总管和统帅。

天地学取华夏传统哲理和生命科学之精华，它是与现代语言、现代生活和现代科学相结合，用通俗、易懂、易行的方式方法而形成的一种理论科学和实践科学。它的目的是帮助人们做个堂堂正正、顶天立地、问心无愧的人。

身心功是以辩证哲理为指导，对人的身心运动进行全面质量管理的修身养性之法。它化锻炼于生活，在生活中锻炼，努力使行住坐卧松静自然，人际交往，祥和温柔；恬淡物质，重视精神；节制饮食，平衡饥饱；劳逸动静，阴阳相济；心平气和，化解烦恼；热爱山水，返还自然；宏观调控，全面调整。

总之，求学要求道，强人先强心，人们需明白纲举目张之理，只有抓住了纲，掌握了一，才能精一通多，千变万化，驾驭一切。

愿天地学和身心功，能在这金钱和物质的热浪之中，给人们送来一股清凉洁净的精神和风，有助于改变与平衡今天普遍存在的物质与精神失衡的现状。

目 录

前 言	
一、总论	(1)
二、师、书、实践、理论	(17)
三、生命在于协调	(43)
四、两种宇宙观	(62)
五、阴阳、虚实之道	(82)
六、主客、人天之道	(103)
七、劳逸、苦乐之道	(121)
八、饥饱、收支之道	(138)
九、加强宏观调控、平衡各种矛盾	(175)
十、治病、养身之道	(191)
十一、身心功	(208)
附录 十位学员小结材料	(247)

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/>