

序 言

中国古代道家秘传养生长寿功法是我国历史文化宝库中的珍贵遗产。中国古代道家秘传养生长寿功法被世界著名生物学家牛满江博士誉为“人体生命的科学”。

《中国道家秘传养生长寿术》一书，前几年在香港问世，受到港澳各界朋友的热情欢迎，并迅即流传海外。东南亚诸国，乃至欧美各国，都有习练此功法者。

近年来，国内有志于养生长寿之士，特别是致力于研究老年健康长寿者，多方寻找、搜集这一套道家养生长寿功法。凡学练此功法的体弱多病的人，尤其是许多老年人，都从中得到裨益，取得了祛病强身、延年益寿的效果。

为了满足广大国内读者的需求，由靳彬同志重新编撰《道家养生长寿功法》一书，在国内出版发行。以使中国道家秘传的养生长寿功法广为流传，为我国人民，为世界各国人民的健康长寿，做出新的贡献。

谢 邦 选

1988年10月

目 录

哲 理

- 中国古代道家养生长寿功法哲理初探……………新 彬(3)
道家养生长寿功法的医学原理……………马必生 新 彬(20)
道家养生,大有可为……………程上哲(30)
中国古代养生长寿术通过专家鉴定……………(34)
练功禁忌谈……………王存有(35)

功 法

- 站功一势 回春功……………(39)
站功二势 上元功……………(46)
站功三势 八卦形功……………(50)
站功四势 鹏翔功……………(55)
站功五势 龟缩功……………(58)
站功六势 龙游功……………(65)
站功七势 蟾游功……………(73)
站功八势 天环功……………(75)
站功九势 地环功……………(77)
站功十势 人环功……………(80)
站功十一势 八仙庆寿功……………(90)
站功十二势 凤凰展翅功……………(99)
站功十三势 还童颜功……………(103)
坐功一势 左右连环功……………(119)
坐功二势 前后环功……………(121)

坐功三势 坐平环功..... (123)

案 例

修练道家养生长寿功法,早练功,

- 早受益..... 谢邦选(127)
- 老年人练道家功法大有裨益..... 黎 光(129)
- 神奇回春功..... 潘迷澄(130)
- 我练龙游功的效果..... 葛佩琳(135)
- 她甩掉了氧气袋..... 盖俊明(137)
- 回春功对治疗我的窦房结快慢综合症的
 效果..... 张 慕(139)
- 寄自胶州湾的一封信..... 杨 明(141)
- 无药除病的回春功..... 张凤栖(143)
- 我坚持练回春功和龙游功..... 王子杰(145)
- 回春功妙力无穷..... 顾仁濂(146)

附 录

- 练功须知..... (149)
- 老子(道德经)校定文..... (157)
- 编后寄语..... 新 彬(179)

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/>