

五合健身功

啓題
功端



都祖尧 主编

郭齐家 张必隐 韩继岭 马象惠 副编



出

外文出版社 北京

五合健身功

都祖尧 主编

郭齐家 张必隐 韩继岭 马象惠 副编

外文出版社
北京

目 录

序言	1
前言	5
第一章 五合健身功功法	7
一、动功功法——舒肝功、强心功、健脾功、 理肺功、固肾功	7
二、静功功法——旋转双球、天人合一	23
第二章 习练五合健身功的基本知识	28
一、人体五脏的位置与功能	28
二、人体五脏经脉循行图	40
三、人体三丹、三脉、五关窍图	42
第三章 五合健身功功理(一)	44
一、五合健身功动功功理	44
二、五合健身功静功功理	52
三、五合健身功的历史渊源	55
四、五合健身功的功德观	64
第四章 五合健身功功理(二)	72
一、气功与现代科学	72
(一) 人与宇宙	72

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/>