

目 录

第一章 绪言	(1)
一、话说武、医、道、释	(1)
二、道功修今身(今生)与养生技击	(3)
第二章 入门指要	(7)
一、气功及其功理	(7)
二、任督二脉得气法	(18)
三、练功的动与静	(22)
四、练功入静三字经	(23)
第三章 内功强身六法	(25)
一、武当五行功	(25)
二、吕祖神技性命功	(31)
三、洗髓易筋经功	(45)
四、五禽戏	(51)
五、八段锦功	(59)
六、调身活节桩功	(63)

第四章 硬功铁布衫····· (70)

一、入门必知····· (71)

二、解疑答惑····· (77)

三、修炼功法····· (89)

四、时辰穴位攻、守及内外药治图例····· (101)

第五章 气功临床治疗····· (106)

一、气功治疗是中医临床优势····· (106)

二、气功外气施治疑难病症····· (110)

附录

一、气功治愈疑难病例四则····· (117)

二、气功偏差病治验举案····· (120)

三、“偏瘫”气功疗法实践与体会····· (123)

四、气功真伪辨····· (127)

第一章 绪 言

一、话说武、医、道、释

大凡谙医、精武、成道、皈佛，最终皆为了战胜邪恶、驱病、退敌、祛灾、灭魔，让人间祥和，社会安定，人民福寿康乐。故儒医、行武、道法、佛经，受到历朝历代政府扶持、保护和发扬，作为中华文化延续下来。由此，各种修身养性，保健强身之术，成为千秋盛事，久传不衰。各教、各门、各宗、各派的武术内功，一遇社会安定，歌舞升平的时代，竞相从民间隐匿之中，活跃于绚丽的阳光之下，这就是今天东方大国内的武术热、气功热的社会因素，显示出发生于民，造福于民的勃勃生机。这就是气功的生命力之所在。

道教圣山“武当”，这座巍峨神奇的仙境，蕴藏着多少道家秘宗、功夫功法。武当洞玄真人张三丰祖师济世救民的玄功轶事，磁铁般地吸引着天下探奥诸君。

（一）武不离医，医武结合

“武”者，止“戈”，这就是太和山更名为武当山的缘

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/>