

# 峨嵋臨濟氣功

——动静相兼小炼形与峨嵋十八法



中 華  
北京体育学院出版社

# 目 录

---

## 天部章

第一节 小炼形概说.....	( 2 )
一 本功小炼形的特点.....	( 2 )
二 练功与养生是统一的整体.....	( 3 )
三 锻炼本功小炼形注意事项.....	( 9 )
第二节 小炼形功法功理.....	( 12 )
一 心脏病小炼形.....	( 12 )
二 肝脏病小炼形.....	( 20 )
三 脾脏病小炼形.....	( 26 )
四 肺脏病小炼形.....	( 31 )
五 肾脏病小炼形.....	( 35 )
六 胃病小炼形.....	( 41 )
七 十二指肠溃疡小炼形.....	( 44 )
八 小肠病小炼形.....	( 47 )
九 高血压病小炼形.....	( 50 )
十 遗精病小炼形.....	( 54 )
十一 月经病小炼形.....	( 59 )
第三节 峨眉十八法.....	( 64 )

## 地部章

第一节 食饵疗法概说.....	( 96 )
第二节 食饵疗法百则.....	( 100 )
一 心脏病食饵.....	( 100 )
二 肝脏病食饵.....	( 106 )
三 脾脏病食饵.....	( 111 )
四 肺脏病食饵.....	( 116 )
五 肾脏病食饵.....	( 119 )
六 胃病食饵.....	( 123 )
七 小肠病食饵.....	( 126 )
八 高血压病食饵.....	( 127 )
九 遗精病食饵.....	( 133 )
十 月经不调病食饵.....	( 137 )

## 附:

一 释疑.....	( 141 )
二 略谈精神因素及与气功疗法的配合.....	( 154 )
三 风雨过后花更红.....	( 161 )
四 功法疗效选摘.....	( 164 )
五 动静相兼小炼形法与峨眉十八法 月练方位示意图.....	( 175 )

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/>