

95
R214
149
Z.

XAN6/103

目 录

前 言..... 1

上 部

第一章 中国玄阳功阐义	3
第一节 总 论.....	3
第二节 玄阳功与古代生命哲学.....	8
第三节 玄阳功与现代生命科学	28
第四节 玄阳功承合儒、道、释之精华	35
第五节 太极图与玄阳功精义——玄阳图	45
第六节 玄阳功的人体生命模型	52
第二章 中国玄阳功流变	60
第一节 老庄的气功思想	60
第二节 《周易参同契》、《黄庭经》、《抱朴子》对玄 阳功的影响	71

1



C

198764



第三节	全真龙门与《玄阳真经》	82
第四节	玄阳功对古人修炼方法吸收与改造	87
第三章	玄阳功的基本功理	94
第一节	修 德	95
第二节	守 一	96
第三节	行 九.....	100
第四节	内 视.....	102
第五节	念 诀.....	105
第六节	悟 道.....	110
第四章	经络学说与玄阳修炼.....	113
第一节	经络的涵义和经络系统的主要内容.....	113
第二节	十二经脉的功能与作用.....	117
第三节	玄阳修炼中的任督脉.....	120
第四节	玄阳修炼中的基本穴位.....	122

下 部

第一章	总 论.....	143
第一节	玄阳功的修持原则.....	145
第二节	修炼玄阳功的外部条件.....	147
第三节	修炼玄阳功的注意事项.....	150
第二章	动 功.....	152
第一节	功 理.....	154

第二节 功 法.....	156
第三章 静 功.....	196
第一节 功 理.....	196
第二节 功 法.....	208
第四章 采阳功.....	232
第一节 功 理.....	233
第二节 功 法.....	236
第五章 推拿按摩法.....	241
第一节 总 论.....	241
第二节 推拿法.....	244
第三节 按摩法.....	253

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/>