

《健康快樂外丹功真解》

图书基本信息

书名：《健康快樂外丹功真解》

13位ISBN编号：9788880826163

10位ISBN编号：8880826166

出版时间：1985

出版社：趙聞起

作者：趙聞起

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《健康快樂外丹功真解》

內容概要

外丹功屬立禪、靜坐屬坐禪、倒下屬臥禪、尚有行禪，各禪功各有立論。

嘗聞前輩：“八段錦與易筋經，功能窮理知命，盡興修真，二書紅花綠葉，冰城仙家傳世不朽。”健康快樂外丹功的功式，脫胎於古仙易筋經二十四式，故自古仙易筋經研究外丹功，是一條探本尋源，直入堂奧的途徑。

本書特色，在於溯本追源，縱橫比較各本易筋經，以資對照。古人多通內難二經，通曉醫理，一練便知功效所在，故多傳練法。今人難明其圖，難解其式，不知功效本末，由於學貴專精，對醫理了解不夠，故出現“傳者不知”，實在可惜。本書依“內經本乎歸藏，難經依諸周易”，對每式試為解釋，以期有體有用，幫助修行人中流自在，身心和諧。

《健康快樂外丹功真解》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com