

<<长生久视-中华传统内丹学的现代>>

图书基本信息

书名：<<长生久视-中华传统内丹学的现代转化>>

13位ISBN编号：9787511207418

10位ISBN编号：7511207413

出版时间：2010-6

出版时间：光明日报出版社

作者：于德润

页数：236

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：<http://www.tushu007.com>

## <<长生久视-中华传统内丹学的现代>>

### 内容概要

本书是对中华生命文化的大道绝学——内丹学现代转化的一次积极探索。

作者从黄老养生思想本源出发，抛开宗派视角，基于内丹古法承传和30年实修经验，首次提出传统内丹学现代转化的命题，并针对现代人的养生误区，在揭示内丹养生学延年益寿的奥秘、阐述内丹学的基本养生理念和修炼方法的同时，系统地提出了从修炼宗旨到修炼方法等方面的转化思路，还特别对现代人日常修炼要点以及内丹修炼生活化提出了相应的参考意见。

作者写作本书的目的，即是在探索中华主流生命文化中的生命智慧，以提醒现代人不要在物欲横流、浮华躁动的人生旅途中迷失本性。

更提示现代人不可以漠视自然，并且要尊重生命，关怀生命。

你爱生命，生命才爱你。

这就是天人合一的大生命观给予我们的生命智慧。

## <<长生久视-中华传统内丹学的现代>>

### 作者简介

于德润，1954年生于哈尔滨。

中华传统文化养生学者，在文化养生领域，基于自身传承的内丹古法，经三十年参悟、体证，将传统经典与现代人的养生实际结合，积极倡导传统内丹学的现代转化。

多年来，在潜心研究中华传统文化的生命智慧的过程中，还结合多年企业管理、企业和城市战略咨询实践，系统提出了企业家的双重养生的思想，引起企业界和培训界的普遍关注，先后受聘为中国中医药研究促进会食疗专业委员会专家成员、中国文化书院文化养生研究院导师、三智道商国学院导师等

## <<长生久视-中华传统内丹学的现代>>

### 书籍目录

第一部分：中华传统养生体系之大道绝学——内丹养生 第一章 渊源 第一节 中华传统养生思想概览 第二节 中华传统养生体系的大道绝学——内丹养生 第二章 承传与演化 第一节 内丹养生的形成与流派 第二节 内丹养生延年益寿的奥秘 第三节 内丹养生与其他养生方法的不同 第三章 传统内丹学的养生理念与方法 第一节 传统内丹学的基本养生理念 第二节 传统内丹学的基本修炼方法 第四章 传统内丹养生思想的现代认知价值 第一节 传统内丹养生思想的现代认知价值 第二节 传统内丹养生思想的生命智慧及现代启示 第二部分：传统内丹学的现代转化 第五章 内丹学现代转化的客观要求 第一节 现代人的养生误区 第二节 现代人内丹修炼之难 第三节 内丹学现代转化的客观要求 第六章 内丹学现代转化的基本思路 第一节 修炼宗旨的转化 第二节 养生修持观的转化 第三节 修炼方法的转化与回归 第四节 主要修炼术语的解读与转化 第三部分：内丹学现代修炼指要 第七章 内丹学现代修炼的基本方法 第一节 顿法渐修 第二节 方法与步骤 第三节 修炼要诀 第八章 日常修炼指要 第一节 内丹修炼举要 第二节 内丹修炼生活化 第九章 重要丹经必读 第一节 重要丹经提要 第二节 重要丹经必读后记

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:<http://www.tushu007.com>