

<< 《黄帝外经》丹道修真长寿学 >>

图书基本信息

书名：<< 《黄帝外经》丹道修真长寿学 >>

13位ISBN编号：9787537739801

10位ISBN编号：7537739803

出版时间：2012-7

出版时间：山西科学技术出版社

作者：苏华仁总 主编

页数：524

字数：520000

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>

## <<《黄帝外经》丹道修真长寿学>>

### 内容概要

根据《汉书·艺文志》、《道藏·轩辕(黄帝)本纪》与《中国大百科全书·中国传统医学》、《古代医籍志》等史书记载：《黄帝内经》与《黄帝外经》，构成了中国传统中医和中国道家养生文化与中国道家内丹养生修真主体的两翼，造福世人，万世不竭。

《黄帝内经》以养生治病为主，兼及养生与修真。

《黄帝外经》以养生修真为主，兼及养生与治病。

《黄帝内经》指出宇宙天地人万物为一体，而作为万物之灵的人类达到健康长寿的理论基础为：“道法自然”规律与“天人合一”生活，其具体方法载于《黄帝内经》，总纲为：法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄劳作。

《黄帝外经》则在《黄帝内经》让人类获得健康长寿的基础上，进一步获得“掌握阴阳”实现“修真长生”的伟大理想。其理论基础为“天人一气”，其方法为中国道家内丹养生修真之道，其修炼和秘诀主要蕴藏于《黄帝外经》，集大成于《老子道德经》、《太上老君内丹经》(本经载《道藏》，太上老君即修丹道者对老子的尊称)。

总纲为：颠倒阴阳，命根养生，命门真火，任督生死，善养阴阳。

为使海内外读者能尽快学好、用好《黄帝外经》内含丹道修真长寿秘术，早日获得身心康寿超凡，《中国道家丹道长寿修真学与现代生命科学丛书》总主编苏华仁特将《黄帝外经》内含丹道全法全诀当代传人、世界著名丹道高师吴云青(1838~1998)传承修炼的丹道下手秘功九转还丹收录。同时请梅老门内弟子、海内外著名丹道名家廖冬晴博士(道号贤阳)将《黄帝外经》精心译成白话文并注解了二十七章节，并请当代易道医行家嵇道明先生，将《黄帝外经》精心注释了五十四章，并撰文全部探微，随后又特收录《黄帝阴符经》、《黄帝归藏易》、《道藏》、《庄子》、《苏东坡文集》中有关学习《黄帝外经》一系列重要史料，最后由《黄帝内经》《黄帝外经》行家杜葆华通稿，以益读者修真成真。

## << 《黄帝外经》丹道修真长寿学 >>

### 书籍目录

绪论：《黄帝外经》内含中国道家内丹养生修真长寿学是古今人类康寿超凡、事业成功的科学法宝

《史记·五帝本纪第一·黄帝》(汉·司马迁撰)

《道藏·轩辕(黄帝)本纪》(宋·张君房撰)

《庄子·黄帝问道广成子》(先秦·庄子撰)

《轩辕黄帝崆峒山问道广成子记》(宋·苏东坡撰)

《道藏·(黄帝)中山玉柜服开炁经》

《黄帝外经》直译序言

《黄帝外经》注解与探微缘起

#### 卷

第一章阴阳颠倒篇

第二章顺逆探原篇

第三章回天生育篇

第四章天人寿夭篇

第五章命根养生篇

第六章救母篇

第七章红铅损益篇

第八章初生微论篇

第九章骨阴篇

#### 卷二

第十章媾精受妊篇

第十一章社生篇

第十二章天厌火衰篇

第十三章经脉相行篇

#### 卷三

#### 卷四

#### 卷五

#### 卷六

#### 卷七

#### 卷八

#### 卷九

卷十 学习《黄帝外经》必读经典《黄帝阴符经》(中国八仙之——张果老注)

卷十一 老子传承《黄帝外经》内含丹道修真长寿著作

卷十二 吴云青传承《黄帝外经》内含的道家内丹养生《九转还丹功》真传

跋一《黄帝外经》直译后记

跋二《黄帝外经》探微后记

特别附录：研究《黄帝外经》必备经典论著精选

罗浮奇人苏华仁话养生

老子《道德经》与养生大智慧

中国道家养生20字要诀

中华丹道·传在吴老

<< 《黄帝外经》丹道修真长寿学 >>

章节摘录

版权页： 轩辕，黄帝。

姓公孙（自周制五等诸侯后，乃有公孙姓。

轩辕为黄帝，长于姬水，合以姬为姓，不知古史何据也？

），有熊国君少典之次子也（伏羲生少典，少典生神农。

及黄帝袭帝位，居有熊之封焉）。

其母西乔氏女，名附宝，瞑见大电光绕北斗，枢星照于郊野，附宝感之而有娠，以枢星降，又名曰天枢。

怀之二十四月，生轩辕于寿丘（地名，在鲁东门之外）。

帝生而神灵，幼而徇齐（疾而速也），弱而能言，长而敦敏，成而聪明。

龙颜日角。

河目隆颡，苍色大肩，始学于大项，长于姬水。

帝年十五，心虑无所不通，乃受国于有熊，袭封君之地（在郑州新郑县）。

以制作轩冕，乃号轩辕，以土德王，曰黄帝。

得奢龙，辨乎东方（解在下文）。

得祝融，辨乎南方（心星以火，火在正南，大明也。

融，光明也。

主火之官号祝融，南字从南从午。

南求也，求正对为明为暗。

则南为阳，北为阴也）。

得火封辨乎西方，西之半也（鸡之鸣旦，则望东而身居西也。

酉，鸡也。

以少入时名之，西半为西也）。

得后土，辨乎北方（北，阴也，背也。

故曰北。

四方之名也。

东者，动也，日出万物乃动也。

东字从日穿木，以日出望之，如穿扶桑之林木也。

日所出在扶桑东数十万里）。

## <<《黄帝外经》丹道修真长寿学>>

### 媒体关注与评论

《中国道家养生与现代生命科学系列丛书》的出版，正好为道家养生与现代生命科学二者架上桥梁。道家养生著作甚多。

讲服食、导引、胎息、存神、守一、坐忘、房中术均有专著。

内丹学著作，由理论与方术结合紧密，成为道家道教养生文化的核心，其由行家编著的尚不多见。

现经世界著名丹道老寿星吴云青·入室弟子，内丹名师、全书总主编苏华仁道长，约集海内外部分丹道行家择其精要，精心校点。

详加注释、评析，或加今译。

分辑分期出版。

洋洋大观，先贤古仙宏论尽收眼底。

内丹养生学与生命科学研究经典文献，熔于一炉。

生命科学激发内丹学焕发和新的活力；内丹学为生命科学研究提供新的参照系统，打开新思路，开拓新领域，两大学科携手并进。

定能为研究中华传统文化打开新局面。

绽繁花。

结硕果，造福全人类。

——唐明邦：世界著名易道名家，武汉大学博士生导师本文引其《中国道家养生与现代生命科学丛书序》整个人类若能忠行中华圣神伏羲、广成子、黄帝、老子取得人生成功的极其宝贵的经验，修炼中国道家内丹养生之道，身心自然会强健。

身心自然会安静下来，清净起来，内观返照。

五蕴洞开，自会顿悟出原来人类的内心世界是如此广阔无限，清净无垢。

透彻宽容，澄明神朗。

这时候，自然的就能收敛起外部的物欲竞争，停止巧取豪夺。

人人和谐相处，家家和谐相处，区域和谐相处，天下和谐相处：自然的，地球村也就和谐和安清了，适合人居了。

天地人和谐安清，还用得着移民外太空么？人类如要去太空，那只是去游玩、去逍遥游罢了！华仁道长内丹全册已就，开卷有益，人人自我修炼。

庶几自救救人。

莫失良机。

是为序。

——董应周：世界著名易道行家、中州古籍出版社原社长本文引其《中国道家养生与现代生命科学丛书序》

<<《黄帝外经》丹道修真长寿学>>

编辑推荐

<< 《黄帝外经》丹道修真长寿学 >>

名人推荐

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>