

<<无字天书>>

图书基本信息

书名：<<无字天书>>

13位ISBN编号：9787801748232

10位ISBN编号：7801748239

出版时间：2010-5

出版时间：中医古籍出版社

作者：祝守明

页数：204

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>

<<无字天书>>

内容概要

千百年来，人类文明取得了长足的发展，可是，人类最需要的智慧——关于生命的学问，我们并没有很好地发掘并建设起来。

21世纪，人类健康、安全与精神问题日益严峻。

与人类生存息息相关的疾病、灾祸与烦恼不但没能从根本上消除，反而大有愈演愈烈之势。

人作为万物之灵，每个人都渴望在有限的人生中畅享无限的幸福。

为此，人们都在不懈努力、拼搏，但人生不如意事，往往十有八九。

改变人生轨迹，除了个人主观愿望和拼搏之外，还必须具有系统而正确的生命观、生态观、生存观以及养生观，经过身体内炼的升华，精神素质的升华，最终才能实现思想品质和人生修为的升华，这样才能实现人生成功、健康与幸福。

《无字天书——道家养生概论》不仅是一部重见天日的关于生命秘密的经典，更是您生活中不可或缺良师和益友。

无论您是社会名流，还是平民百姓，本书对您来说，都是开启您生命宝藏的一把金钥匙。

<<无字天书>>

作者简介

祝守明道长，法名祝真柏、祝罗明，号紫云道人。
道医学派创立者，新道家代表人物。
主编《道医概说》、高等医药院校试用教材《道医讲义》、《大医医世——后现代道家文化新战略》等。
所建立之道医学文化体系及抑郁症康复研究居于世界尖端水平。
现任悉尼老子学院学术委员会副主任委员、海南医学院中医学院客座教授、长春中医药大学养生研究所研究员、吉林省紫云抑郁症康复研究所所长、辽宁省鞍山市千山汤子娘娘庙监院。

<<无字天书>>

书籍目录

《无字天书》《道家养生概论》上篇 引桥课前活动朗读《无字天书》第一部分（三遍）第一章 道家养生的概念第一节 是什么？
 第二节 道家养生的概念第三节 道家全息思维养生观第二章 道家养生的内容第一节 自然养生一、宇宙的起源二、天地的变化三、自然的变化四、人和动物五、人类群体对自身养生的文化定位第二节 自身养生一、人与宇宙、人与天地三、人与自然四、人与动物五、人类个体对自身养生的文化定位第三节 饮食养生一、素食二、熟食三、适时四、适量五、适度第四节 医疗养生一、医二、疗三、养四、生五、急第五节 运动养生一、形体运动二、脏腑调节三、白领运动四、中年运动五、老年运动第三章 道家养生的特点第一节 尊生第二节 护生第三节 养生第四节 救生第五节 延生下篇 功法课前活动 朗读《玉皇经》三遍第四章 道家养生功法第一节 理论一、道二、虚无三、有四、生五、壮六、老七、死八、虚无第二节 思维--超越“科学三界”一、体察：超越自然科学第一界二、认知：超越社会科学第二界三、觉悟：超越思维科学第三界第三节 术数一、河图洛书二、周易八卦三、《参同契》的内涵第四节 丹功--瞩目“道家三界”一、胎息功法正解二、百日筑基三、道家丹功第一界：十月怀胎四、道家丹功第二界：婴儿扎步五、道家丹功第三界：九年面壁第五节 修炼安全法窍一、胎息功法修炼中的必然现象二、百日筑基修炼中的难点突破三、十月怀胎修炼时的幻觉与注意事项四、三年婴儿扎步道伴须知与伴护法则五、九年活死人修炼幻象出现自我保护措施第五章 道家养生的成就第一节 成丹的过程--终极科学第二节 成仙的过程--终极秩序第三节 成道的过程--终极关怀

<<无字天书>>

编辑推荐

《无字天书——道家养生概论》揭开了宇宙生命的真正秘密，就是“无”。
生命有体，体内有气，气内有数，数内有道，道是母爱，母是生成，爱是延续，无是终极。

《无字天书——道家养生概论》内容涵盖了宇宙的终极，生命的终极，精神的终极，科学的终极。
人原来具有生命本原——母爱终极关怀，生命法门——丹功终极本能，生命秘密——秩序终极科学，
三种生命终极智慧。
这三种生命终极智慧各以其自身特有的内在规律而存在，独立而不改，周行而不殆。

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>