<<太极修身>>

图书基本信息

书名:<<太极修身>>

13位ISBN编号:9787511713155

10位ISBN编号:7511713157

出版时间:2012-1

出版时间:中央编译出版社

作者:熊春锦 著

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

<<太极修身>>

内容概要

太极修身,共分九式,理法兼备,层次分明,动静相乘,循序渐进,通过凿牖、开窍穴、通经脉、清病虫、补能量、建仓库、贯三才等立体修持,逐步完成"动以练形"、"练形化气"、"练气化神"的修身次第,流传久远,功效卓著。

脊椎是支撑人体的天根地柱,骶骨是积蓄元精肾水的海,牵一发而动全身,以太极弦文为用,演 绎生命韵动奥秘。

太极修身的运动方法,就是通过自画太极图文和获得有质无形的太极图文两者汇化为一体,激活生命的太极弦文,道光德海之中,主动置身于道光德海之中,全身整体、整个脊柱和每个骨关节之间相互交融,多层次进行S形运动,与太极图文完整相合产生韵动波。

通过舒缓圆润的肢体运动,谐合于太极弦文的S形运动轨迹,以圆润的弧形韵律运动,产生可用性的 肢体运动语言之音,产生出有效的DNA音振荡频率。

<<太极修身>>

书籍目录

第一篇 生命的真谛

第一章 生命结构的双重性

第二章 生命的源动力

第三章 生命能量的来源和获取途径

第四章 人体致病三因分析

第二篇 修身基础知识

第一章 修身养生法则

第二章 三元 (源)论的概念

第三章 三调原则

第四章 修真经脉系统

第五章 太极修身五大功效

开穴 通脉 清浊 补能 库储

第六章 天时 地利 人和

第七章 练形常用手诀

第八章 太极球——能量运载工具

.

第三篇 方法实践 第四篇 常见问题释疑

<<太极修身>>

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