

<<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>