

<<道德经的养生大智慧>>

图书基本信息

书名：<<道德经的养生大智慧>>

13位ISBN编号：9787562148067

10位ISBN编号：7562148066

出版时间：2010-1

出版时间：王兰锁 东方出版社 (2010-01出版)

作者：王兰锁

页数：308

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>

<<道德经的养生大智慧>>

内容概要

“黄老之术”是中国文化里的专词，“黄”即黄帝，“老”即老子，但历来一般人多只在权谋智略上将黄、老并列，这可真是买椟还珠一样的谬误！

应当知道的是，老子之《道德经》是与黄帝之《黄帝内经》相比肩的养生延年、祛病强身的经典巨著。

《道德经》之养生法门殊胜于《黄帝内经》，在于能够教你怎么培固、旺盛生命的元气。

人的生命基础是先天一气（元气），得此气则生，失此气则死，而保养此气正是养生的要诀。

王兰锁先生直扣养生之门，结合自己的修道养生实践，在本书中开解、诠释《道德经》，发明其所透露的老子亲修实证之养生妙法，可谓大泄天机。

书后特别传述了丹道修炼方法门径，帮助读者入门修炼；而想要提升至高层境界，则非三言两语可传，读者细读本书自能体悟。

本书适宜于对养生益寿学、国学、道家内丹学有兴趣的读者朋友和方家。

<<道德经的养生大智慧>>

作者简介

王兰锁，河北省博野县人，生于1934年。

王先生是养生家、国学学者，幼承家学，研究道教，又得机缘学习佛教，并得高人指授而修炼内丹道功，1970年代以来坚持修炼，层次不断提高，对《道德经》的养生大智慧尤有实证和参悟。

<<道德经的养生大智慧>>

书籍目录

弁言前言道可道章第一欲识大道真实义，返观有无可归宗天下皆知美之为美章第二得此一气可益寿，妙感无穷美其中不尚贤使民不争章第三养生所忌是心贪，返观内照一气生道冲章第四悟空明义知道义，先天地生妙无穷天地不仁章第五体道无言识妙处，二气相交水火功谷神不死章第六玄牝之门若欲求，天地之根首须明天长地久章第七清心无私不容物，借假色身以修真上善若水章第八上善若水普利物，道法自然一气生持而盈之章第九修道须明止观法，功成身退得安然载营魄抱一章第十性光内照因抱一，涤除玄览心自明三十辐共一毂章第十一悟澈真空方自在，动静互根在心行五色章第十二六根清静心安泰，净念防险气则丰宠辱若惊章第十三宠辱若惊觉则善，有身招得病魔来视之不见章第十四为道画像夷希微，无形无声义为空古之善为士者章第十五内守真如静生慧，严诚警朴古圣风致虚极章第十六虚极静笃大道义，复命知常见王公太上章第十七太上静纯亲亦乐，下宫气归乃自然大道废章第十八修道无执心息念，六亲失对一气行绝圣弃智章第十九清除杂念心合道，一尘不染返于纯绝学无忧章第二十性命双修一神气，绝学若昏知道妙孔德之容章第二十一恍惚窈冥含道义，一气氤氲信在中曲则全章第二十二虚心抱一高天下，无为不求莫能争希言自然章二十三无言明示得失义，摄心乐道心自平跂者不立章第二十四动静交运合道义，性命双修可长生有物混成章第二十五有物混成知道妙，母仪天下不知名重为轻根章第二十六养生之要静为上，花花世界非可留善行无辙迹章第二十七善言无语心行处，气归元海寿无穷知其雄章第二十八守雌招雄合天道，常德不离是童真将欲取天下章第二十九修道养气息心念，去甚奢泰即圣人以道佐人主者章第三十心静神安气自运，物壮则老是凶年夫佳兵者章第三十一道者养生尚静念，炼气采药忌逞强道常无名章第三十二道常无名王天下，宇宙万物皆臣服知人者智章第三十三自知方可真见性，心安念净寿延长大道泛兮章第三十四一气通透显道义，圣人成道缘无为执大象章第三十五见象非象空四大，了知无言休求声将欲喻之章第三十六欲弱先强因精气，有中返无含废兴道常无为章第三十七道常无为生万物，心静不迁是主公上德不德章第三十八上德无为真气运，下德有作妙法通昔之得一者章第三十九天地之间一气贵，保而勿失现清明反者道之动章第四十逆修方知返还义，有无相生妙在中上士闻道章第四十一悟空无着明道义，三士言道各不同道生一章第四十二道生一气先天现，阴阳相交德即明天下之至柔章第四十三清心绝欲法日正，不言之教是真传名与身孰亲章第四十四知足不贪心自净，养生存神何求名大成若缺章第四十五……

<<道德经的养生大智慧>>

章节摘录

道可道章第一道可道，非常道。

名可名，非常名。

无名，天地之始。

有名，万物之母。

故常无欲以观其妙，常有欲以观其微。

此两者同出而异名，同谓之玄。

玄之又玄，众妙之门。

这是《道德经》开卷第一章，也是《道经》之首，实际上也是全书的总纲。

因而，对这一章的理解非常重要。

道可道，非常道这六个字是本书开卷第一句话，“道”的名称在文献中出现了，并提了“常道”的概念。

在这句话中，第一个“道”字，即常道；第二个“道”字，指的是言说。

对于这句话，历来有多种解释，仁智互见，各领风骚。

我认为，关于“常道”这两个字，可以从两个角度去理解：一、“常道”就是真常大道，乃是混元未剖之际，阴阳未分之时，无天地以合象，无日月以合明，无阴阳以合气，无造化以合其道，即此道之义在无言中，这是讲道之体，即道的本义，谓之道之体不变，故曰“常道”。

二、“常道”者即经常说道；“道可道，非常道”的大意是，对于大道之本义，并不是因为人们经常去说，就可以说尽的。

这两个角度的理解，其义相同，即道在不言中，张口即错。

<<道德经的养生大智慧>>

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>