

图书基本信息

书名：<<女丹仙道-道教女子内丹养生修炼秘籍（上.下册）>>

13位ISBN编号：9787802545199

10位ISBN编号：7802545196

出版时间：2012-3

出版时间：宗教文化出版社

作者：董沛文

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>

<<女丹仙道-道教女子内丹养生修 >

内容概要

历代阐述男子修炼的丹经道书汗牛充栋，然而指导女子丹道修炼的丹经则寥若晨星，本书在现有的条件下，尺、力将历代女丹资料搜集完全，提供给读者一部资料全面、内容翔实、版本完整的女丹资料集成。

作者简介

董沛文

河北滦县人，1958年7月1日出生。

全真龙门派第二十六代传人，道名董崇文，号文道子；中国道教协会副秘书长、河北省政协委员、河北省道教协会常务副会长兼秘书长、唐山市道教协会会长、唐山玉清观住持、唐山市侨商会会长、唐山市海外联谊会副会长、唐山市归国华侨联合会副主席。

研究生学历(中央民族大学宗教学硕士)。

自幼受传统文化熏陶，经商活动之余喜读道家经典，尤其对商祖陶未公(春秋时期道家代表人物范蠡)，推崇备至!在经商活动中，自觉运用道家玄妙思想于为人处事中，且有自己的独到体会!亦好道家养生文化，遍游道教洞天福地，寻仙访道，拜师学艺，研习养生术，体悟道教之奥妙精深!荏苒光阴、人生如梦，世间芸芸众生求财、求禄、求寿、水平安者，如过江之鲫!然其中最难求者就是“寿”!千古一帝秦始皇，权倾天下，富有四海，却求“寿”无门，望“寿”而叹!而道教之仙学养生文化(内外丹术)中：服食、服药、辟谷、导引、胎息诸术，恰是养生长寿、长视久生之妙术!遂于经商致富后，出巨资复建唐山玉清观，整理道教圣典，助印道教经典善书，弘扬中华优秀传统文化。

书籍目录

唐山玉清观道学文化丛书序一

唐山玉清观道学文化丛书序二

唐山玉清观道学文化丛书序三

前言

整理说明

第一编 一贯天机简易录·女金丹

第二编 女丹合编

第三编 孙不二元君法语

第四编 孙不二元君传述丹道秘书

第五编 孙不二元君元经

第六编 全真祖师赠女修士词汇录

第七编 丹阳真人马祖女金丹诗十首

第八编 丹阳真人马祖谕女了修道浅说十一条

第九编 坤元经

第十编 大女金丹诀

第十一编 吕祖师重申西王母女修正途

第十二编 泥丸李祖师女宗双修宝筏

.....

章节摘录

版权页：插图：《上药灵镜三命篇》曰：命之微，难言矣！

其中消息千变万化。

人之脐曰“命门”，中有黄庭后有幽阙，上有关元下有气海，左日右月皆光电。

命之光亦有三焉，光之黄者丹田，白者胎元，紫者血元。

血元者，乳旁也。

在中一寸二分，非两乳也。

男子之命在丹田，丹田者，生丹之真上也。

女命在乳房，乳房者，母气之木精也。

胎元结胎，血元生血，丹田生丹。

工夫在子午二时，存心看乳房之空窍，呼吸绵绵，出少入多，候月信至时，从丹田运上乳房。

月信者，非以经至为月信者也。

信之一字，如人在外尚未回家而信先至焉。

信至之日，彼自知之，或腰腿疼痛，头目不安，不思饮食，此信至而成血也，乃气也。

当在两日半之前，专心用工。

若经行，则赤龙阴精不可把持，乱行妄运杀人不少，须待其经后两日半，以白绫试之，其色黄金乃经罢符也。

照前工运上以斩之，如此数月则经变黄，黄变白，白化而无矣。

观此以有还无之道也。

女子以血为肾，乃空窍焉。

过四十九岁，腰干血涸无生机矣。

养而久之，又生血元以处子焉，此又无中生有之妙也。

见其有之，一斩即化而命生矣。

此时则用性命工夫，与男子同也。

脐中风生雷鸣电掣，木灵之化也。

云蒸雾变，花笑鸟飞，土元之生也。

谁知其妙哉？

懒道人曰：女命何以有三，谓上、中、下也。

上者，阳穴；中者，黄房；下者，丹田。

少则从上，衰则从中，成方从下耳。

又女子内阳外阴，先须斩赤龙以全其体，则坎化为乾矣。

然后用男子之工，修之一年即得以金丹在其中，故也。

太阴修炼法曰：太阴炼形之法，与太阳炼形之法大同小异。

初下手时，闭目存神大休歇一场，使心静息调而后凝神入熏穴（在两乳间心窝上）。

将两手交叉捧乳，轻轻揉摩三百六十遍，将气自下丹田微微吸起二十四口，仍用手捧乳返照调息，久久自然真息往来，一开一合，养成鄞鄂，神气充足，真阳自旺，其经水自绝，乳缩如男子，是谓斩赤龙。

编辑推荐

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>