

<<八部金刚功>>

图书基本信息

书名：<<八部金刚功>>

13位ISBN编号：9787807095460

10位ISBN编号：7807095466

出版时间：2013-11-1

出版时间：深圳报业集团出版社

作者：米晶子

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>

<<八部金刚功>>

内容概要

八部金刚功是我国道教文化中祛病强身的一套秘不外传的优秀功法，历代单传口授，无文字留下，知者甚少。

张至顺道长（号米晶子）十七岁于华山遇师刘明苍承传此功，八十四载习练不辍，获益殊深。从当年流浪乞讨、清苦出家到今日修养有度、气质非凡，现虽百岁有余，但体格硬朗，耳聪目明。他深深体会到中国传统文化的伟大。

道长有感于传承的需要，本着“济世度人”的宗旨和传统，遵循祖师“代代传，不能断”之遗训，将此功法结合自己八十多年修炼之心得，整理成文，公之于世。

金刚功应用“天人合一”的自然规律，结合“阴阳五行”的中医理论，通过八套动作运用刚性内劲之气来疏通全身的经脉，使身躯、骨骼、关节的连接畅通，调整脊椎骨的某些变形与错位，使其神经系统恢复正常；同时协调五脏六腑的运作，排除体内各种病气，从而达到阴阳平衡、祛病健身、延年益寿的目的。

实为养生长寿之上乘功法。

<<八部金刚功>>

作者简介

张至顺道长，号米晶子，全真龙门派第二十一代。

道长十七岁于陕西华州半截山碧云庵出家，随师父陕西山阳大天竺山刘明苍道长修行悟道。刘明苍道长得师太王圆吉道长真传。

一九五五年，道长出山参访，任陕西八仙宫知客；

六十至七十年代，入陕西终南山清修十载；

一九八零年，任陕西楼观台监院；

一九八七年，修建宝鸡烽火台万圣宫；

一九九零年，任湖南慈利县道教协会会长；

一九九八年，再入终南山清修；

二零零八年至二零一二年，在陕西终南山八卦顶及海南省玉蟾宫等处清修。

<<八部金刚功>>

书籍目录

【养浩然之气，炼金刚之体】	001
【功法简介】	004
【预备式】	006
【第一部 双手插顶利三焦】	010
【第二部 手足前后固肾腰】	022
【第三部 调理脾肤需单举】	038
【第四部 左肝右肺如射雕】	048
【第五部 回头望足去心疾】	066
【第六部 五劳七伤向后瞧】	084
【第七部 凤凰展翅周身力】	096
【第八部 两足顿顿饮嗜消】	112
【收功式】	122
【答疑】	128
【后记】	133

<<八部金刚功>>

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>