

# 《钟吕丹道修炼入门》

## 图书基本信息

书名：《钟吕丹道修炼入门》

13位ISBN编号：9787311040892

出版时间：2013-4-1

作者：沈志刚

页数：331

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《钟吕丹道修炼入门》

## 内容概要

沈志刚编著的《钟吕丹道修炼入门(行大道修订版)》是一本系统阐述有着千年法脉传承的钟吕丹道实修入门的专著。《钟吕丹道修炼入门(行大道修订版)》秉承师传风格，体现真修实炼。书中介绍了钟吕丹道的渊源和传承，论述了悟道心法和入门体系，详解了核心功法和辅助功法，方便读者理解和研习丹道养生。

钟吕丹道凝聚了五千年的中国文明和智慧，是认知生命本质、揭示宇宙奥秘、修炼成真得道的方法体系；其实质是训练识神，沟通元神和灵性，主动吸收和运用宇宙能量，深入系统地调理不同时空层次的精气神，达到能动管理生命、把握身心康宁。

作者期待与读者一起分享先祖留下的珍贵遗产，深刻体悟生命的微妙和喜悦，用灵性的光芒温暖人生，并带着慈爱和您的亲人、朋友一道去品味生命、享受生活。

# 《钟吕丹道修炼入门》

## 作者简介

沈志刚，汉族，1963年10月生于甘肃省玉门市，1988年年毕业于西安交通大学机械工程系，就职于兰州电机有限公司，从事技术和管理工 作，工程师。2007年6月毕业于甘肃省省委党校哲学研究生班。被聘为甘肃省社会科学院文化研究所特约研究员、兰州商学院宗教研究所教授。沈志刚师承钟吕丹道的法脉传人王力平先生，研习钟吕丹道二十多年，深得丹道真传，实修积累深厚。从事丹道助教逾二十年，教学经验 丰富；并整理了大量实修方法和练功体验笔记；译注《钟吕传道集注译·灵宝毕法注译》、《钟吕丹道经典译解》等丹道经典著作；编著《行大道》。

## 书籍目录

目录

前言

上部钟吕丹道的形成与传承

第一章 钟吕丹道概述

一、钟吕丹道的形成渊源

二、钟吕丹道的主要经典

三、钟吕丹道的传承脉络

四、钟吕丹道的传承主体

五、钟吕丹道的当代传承

第二章 悟道心法

一、原文

二、感悟

第三章 钟吕丹道入门的方法体系

一、炼身摄气

二、外丹与内丹

中部钟吕丹道入门的核心功法

第四章 引仙法

一、引仙法概述

二、引仙法师传

三、引仙法详解

四、引仙法总结

第五章 智能法

一、智能法概述

二、智能前三法

三、感悟

第六章 《太乙金华宗旨》的修炼方法简介

一、概述

二、“灵宝通智能内功术”内功线说明

三、内功线的修炼方法

第七章 《太乙金华宗旨》前四段修炼方法

一、力开天目，明心见性

二、安神祖窍，回光守灵

三、凝神炁穴，文武沐浴

四、返观内照，运化五行

第八章 入门之门

一、返观内视

二、安神祖窍

第九章 导引词

一、2009年8月，王力平老师在金华黄大仙祖庙的导引

二、2011年8月，王力平老师在大庆首届提高班上的导引

下部钟吕丹道入门的辅助功法

第十章 平衡功

一、平衡功概述

二、对炼准备

三、对炼方式

四、背树站桩

五、修炼“平衡功”须知

## 六、八卦意球

### 第十一章 自然换气法

#### 一、自然换气法概述

#### 二、修炼方法

#### 三、注意事项

#### 四、验证

### 第十二章 睡功

#### 一、睡功简介

#### 二、方法

#### 三、注意事项

### 第十三章 星阵

#### 一、星阵概述

#### 二、五斗星阵(动式)的修炼方法

#### 三、验证

#### 四、解释

#### 五、感悟

### 第十四章 天罡步

#### 一、天罡七星步的修炼方法

#### 二、天罡八卦步的修炼方法

### 第十五章 外五行开脉功

#### 一、外五行开脉功概述

#### 二、外五行开脉功的修炼方法

#### 三、解释

### 第十六章 盗日精月华归己法

#### 一、盗月华归己法

#### 二、盗日精归己法

#### 三、解释

## 后记

# 《钟吕丹道修炼入门》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)