

# 中國道教

# 氣功養生

# 大全

李遠國編著



芒種坐功圖



白露坐功圖



秋分坐功圖



中國道教氣功  
養生大全

周祖謨題



李远国 编著

责任编辑：张企予  
封面设计：文小牛  
扉页题字：周祖谟  
插图：吴伯钧  
资料员：刘杰  
版式设计：黄汉庭 周世清

## 中国道教气功养生大全

李远国 编著

---

出版发行：四川辞书出版社  
成都市盐道街三号

经 销：四川省新华书店

排 版：四川省科情所印刷厂

印 刷：成都印刷一厂

开 本：1168×850毫米 1/32

版 次：1991年7月第一版

1992年3月第二次印刷

印 张：68.5 1700千字 插页5

印 数：5,001—10,000

---

ISBN 7—80543—100—0/G·20

定价：45.00元

# 江西龙虎山秘传手诀

(图二)

左雷



左玉



右靈



右青靈



銅離



刀山



鐵帳



劍樹



图三

右楊枝



右微紫



劍右



左白鶴



小左  
山拳



小金牌左



雙肥



天羅  
覆手  
地網



銃



雙  
蟾  
同



雙  
拳  
山



炮



右輝金



右翦



药叉右



左毘火



左斗



金蓮左



合和



蓮花



白鷄



穿山独龍



降魔杵左



山茅



(四)

金龍右



招村右



神虎左



七祖蓮花左  
又名聚魂



三山左



針左



左右八大金剛



根本



塞棒



降魔杵右



(五)

大金光



玉環左



柳

圓式大金光



五黑左



鎖



接駕



啞啞



象鼻



天姥印

一名摩  
囉



獅子





(圖五)

左 毫 右  
光



光 金 小



(圖六)

茲 頭 蓮 左



神 集



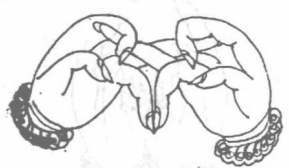
剛 金 四



寶 相  
全 蓮



頭 猪 大



关 都 小



寶 座



井



小 猪 頭



(圖七)

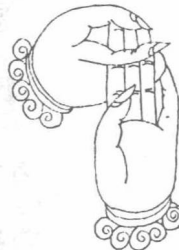
都天祖  
訣又名  
金輪  
又名鈕



雙斗



大金牌



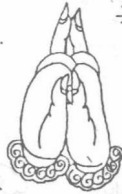
飛魂過海



聖訣

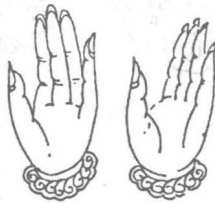


象鼻



日辰

八卦



蟄訣



(图八)

金橘



中穿鬼心  
下破鬼肚

二十八宿  
位中指  
内藏  
璇玑是  
行金梁  
架玉柱



三  
山管人门 横金梁 雨天井  
二  
中穿鬼心 破鬼肚  
四  
由地户 张五张 塞鬼路

算起一



起算升

二十八宿  
位中指  
内藏  
璇玑是  
行金梁  
架玉柱

# 陈希夷二十四节气坐功图

(图一)



立春正月节坐功图



春分二月中坐功图



雨水正月节坐功图



清明三月节坐功图



惊蛰二月节坐功图



谷雨三月节坐功图



立夏四月节坐功图



夏至五月中坐功图

图二 (图二) 庚子年



小满四月中坐功图



小暑六月中坐功图



芒种五月中坐功图



大暑六月中坐功图



立秋七月中坐功图



秋分八月中坐功图



处暑七月中坐功图



寒露九月中坐功图

图效禽正列年

(图三)



白露八月节坐功图



霜降九月中坐功图



立冬十月节坐功图



冬至十一月中坐功图



小雪十月节坐功图



小寒十二月节坐功图



大雪十一月节坐功图



大寒十二月节坐功图

# 华陀五禽戏图



熊形图



猿形图



虎形图



鸟形图



鹿形图

# 钟离八段锦



叩齿集神图



摇天柱图



舌搅漱咽图



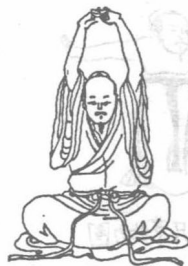
摩肾堂图



单关擦脊图



双关擦脊图



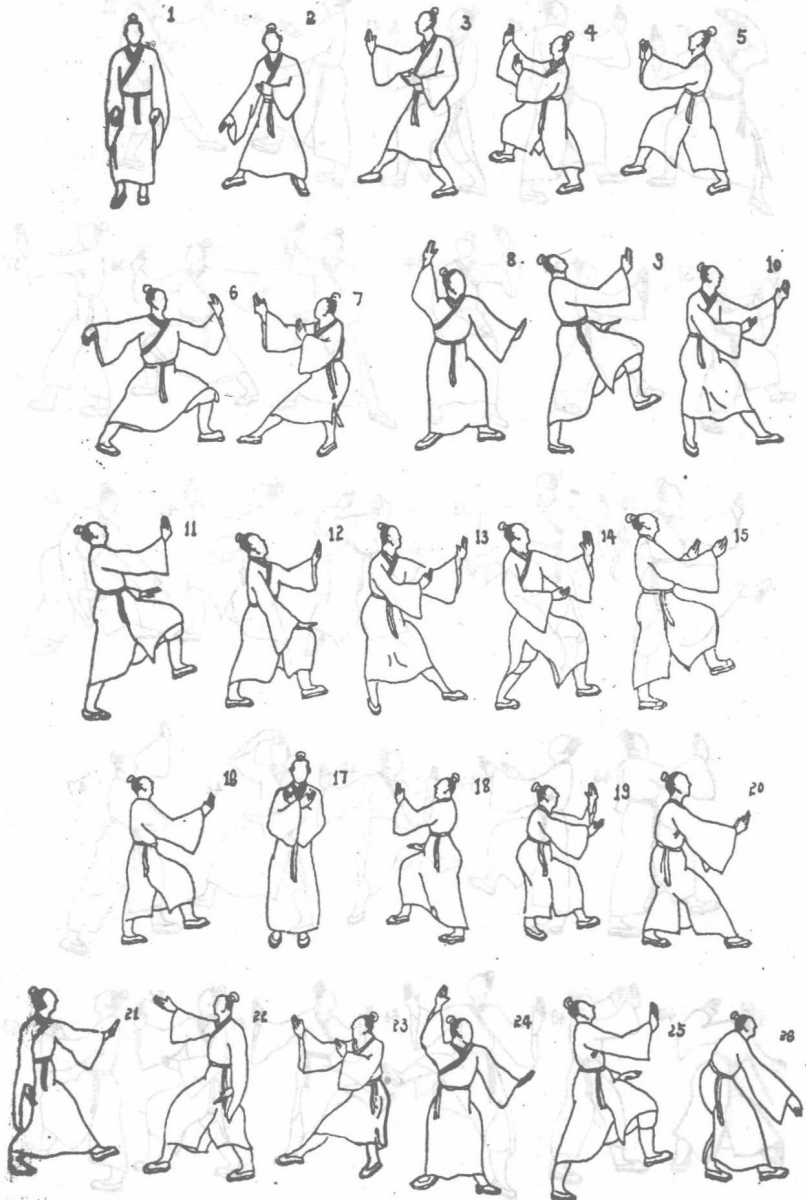
托天按顶图



钩攀图

# 张三丰太极拳图

(图一)





图(二)

