

184
Luu
2007
LƯU TÙNG LÂM - ĐẶNG THỦ NGHIÊU

DỊCH HỌC VỚI DƯỠNG SINH

ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI
TRUNG TÂM THÔNG TIN THƯ VIỆN

VV- D2/ 10101

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI

MỤC LỤC

	Trang
<i>Tựa</i>	5
<i>Lời dẫn</i>	7
Chương I. BIẾN THÔNG THÌ TRƯỜNG CỬU: NỀN TẢNG CỦA LÝ LUẬN DƯỠNG SINH	15
Từ vạn vật biến dịch đến dự phòng tật bệnh	15
Ý nghĩa triết học của "Thông"	20
Ứng dụng "Thông" trong khí công dưỡng sinh	29
Chương II. HOÀN ĐẠO: QUY LUẬT HÀNH KHÍ DƯỠNG SINH	38
Hoàn đạo quan "Chu Dịch"	38
Đánh giá lại hoàn đạo quan	46
Hoàn đạo quan và khí công dưỡng sinh	48
Chương III. TRUNG HÒA: MỤC TIÊU CỦA VIỆC GIỮ GÌN SỨC KHỎE	60
Khái niệm âm dương và sự hình thành nó	60
"Một âm một dương gọi là đạo"	70
Lý luận kết cấu âm dương	80
Lý luận thái hòa, thượng trung	85
Ứng dụng âm dương trong khí công dưỡng sinh	90
Chương IV. THÁI CỰC: NGUỒN SỐNG QUÝ GIÁ	110
Thái cực diễn sinh vạn vật	110
Thái cực tức khí: khí là bản thể của vũ trụ	116
Thái cực khí học và khí công dưỡng sinh	126