

181
Luu
2008

LƯU TÙNG LÂM - ĐẶNG THỦ NGHIÊU

DỊCH HỌC VỚI DƯỠNG SINH

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

V-D4/ 1079

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

Chương V. HÌNH THÀNH ĐỘNG TĨNH: YẾU LĨNH DƯỠNG SINH	142
❖ Quan niệm thần hình hợp nhất	142
❖ Quan niệm "hình - khí - thần" là một chỉnh thể	152
❖ Động tĩnh quan và khí công	162
Chương VI. NGƯỜI HỢP VỚI TRỜI: CẢNH GIỚI DƯỠNG SINH TỐI CAO	173
❖ Thiên nhân nhất thể	174
❖ Phát huy tính trời	178
❖ Tri mệnh lạc thiên	186
❖ Dữ thiên đồng đức	192
❖ Dữ thiên đồng tự	203
Chương VII. TƯ TƯỞNG DƯỠNG SINH VỚI DỊCH HỌC DƯỚI THỜI TIÊN TÂN, LƯƠNG HÁN	214
❖ Dưỡng sinh quan "Doanh phách bảo nhất", "Chuyên khí trí nhu" của Lão Tử	214
❖ Lý luận dưỡng sinh hình thần kiên cố "Bảo thần dĩ tính" của Trang Tử	219
❖ Học thuyết dưỡng sinh Trung y của "Hoàng đế Nội kinh"	223
❖ "Chu Dịch tham đồng kế" Lý luận đan học lấy âm dương làm gốc	233
❖ Tư tưởng dưỡng sinh tinh khí thần "Tam hợp dĩ nhất" của "Thái bình kinh"	242
Chương VIII. LÝ LUẬN DƯỠNG SINH VỚI DỊCH HỌC DƯỚI THỜI NGUY, TẤN, TUỖ, ĐƯỜNG	247
❖ Thuyết trường sinh "mệnh ta ở ta không ở trời" của Cát Hồng	247
❖ Phép dưỡng sinh tồn tướng của "Hoàng Đình Kinh"	256

Thuật nội đan tâm - thận giao hợp của "Chung Lã truyền đạo tập"	261
Quan điểm dưỡng sinh âm dương hoà hợp ví người với trời của "Linh bảo tất pháp"	265
Lý luận dưỡng sinh của Sào Nguyên Phương và Tôn Tư Mạc	269
Chương IX. LÝ LUẬN DƯỠNG SINH VỚI DỊCH HỌC CÁC ĐỜI TỔNG, KIM, NGUYÊN, MINH, THANH	273
Dịch học đồ Trần Đoàn với khí công dưỡng sinh	273
Chủ trương tính mệnh song tu của Trương Bá Doan	281
Cống hiến về nội đan của Vương Trọng Dương và Khâu Xử Cơ	287
Lý luận dưỡng sinh của bốn nhà y học lớn dưới thời Kim, Nguyên	289
Thuyết Y Dịch tương thông của Trương Giới Tân	296
Lý luận "Thuận thành nhân, nghịch thành đan" của Ngũ Xung Hư	303
Học thuyết tính mệnh của "Tính mệnh khuê chỉ"	311
Lời kết. "CHU DỊCH" VÀ KHOA HỌC KHÍ CÔNG HIỆN ĐẠI	321