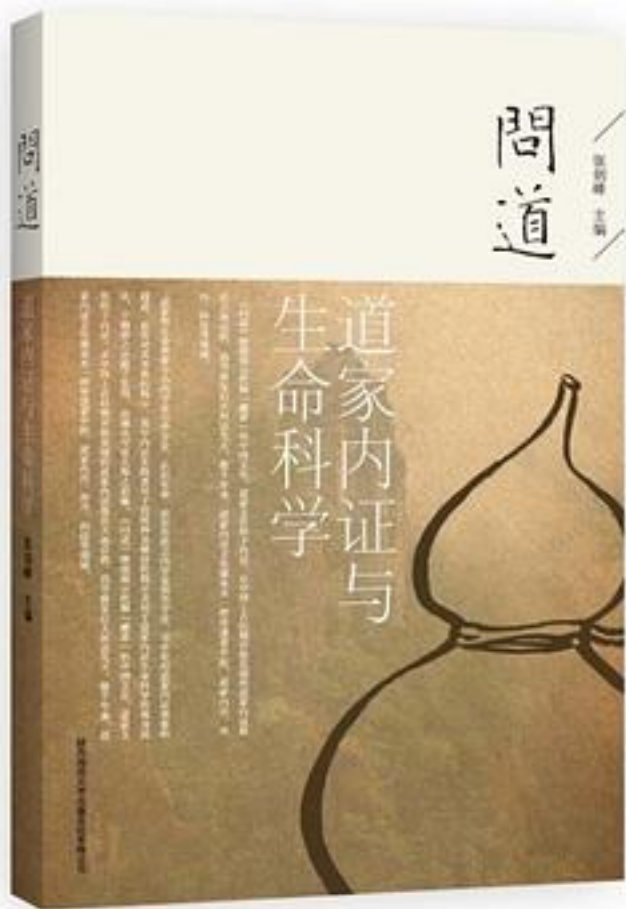


# 道家内证与生命科学



[道家内证与生命科学\\_下载链接1](#)

著者:张剑峰

出版者:陕西师范大学出版总社有限公司

出版时间:2012-7

装帧:平装

isbn:9787561360750

《问道》继续展示“藏着”的中国文化，道家文化始于内证。从中国上古时期开始发端的道家内证取法天地自然，倡导修复后天而达先天。数千年来，道家内证文化像泉水一样穿透着中医、道家内丹、外丹、科技等领域。

从上古时期开始的道家内证，像泉水一样穿透道家内丹、外丹科技等领域。有位百岁老人带着一群对社会有所思考的年轻人，致力于古老道家内证体系的恢复和弘扬。本期还有对于中华道统传承的梳理，以及从商业、世俗应用层面展示禅文化的优美与淡雅。

道家将生命现象分为内宇宙与外宇宙，认识生命，由有形质之内宇宙到外宇宙。书中有对道家内证现象的描述，也有对其本质的揭示。其中内证实践者对于传统神秘秘技的揭示及对于道家内证生命科学的现身说法，于精妙之处做了发挥，由滴水可见大海之浩淼。

作者介绍:

南山如济——马守仁

长安人，号冷香斋主人、南山如济、如济居士、煎茶翁等。生平无它好，唯嗜茶、书而已。读书之余，坐而瀹茗；煎水之余，起而读书，以为人生乐事，不过如此。曾有诗句曰：人生有真味，跌坐瀹茶汤。亦日常生活之写照也。

徐文兵

名小周，字文兵。中医师，厚朴中医学堂堂主，高级中医讲师，中医教育家，身心医学专家。诊疗科目: 中医全科、针灸科。

苏华仁

道号苏德仙，20世纪中叶出生在举世闻名的《周易》发源地——中国古都安阳。为追求宇宙天地人大道，年轻时曾云游四海、寻真问道，三生有幸被1998年160岁坐化、至今金刚肉身不坏的世界著名丹道养生老人吴云青收为入室掌门弟子（世界著名寿星吴云青老人修道养生和坐化肉身不朽情况主要载《人民日报》1980年9月10日、中央电视台四台国际频道“发现之旅”栏目2010年11月25日晚间十点以“肉身不腐之谜”节目播出，登录央视网站即可观看）；苏华仁道长还曾师从当代道功名师李岚峰、117岁的丹道高师唐道成、当代华山道功名家边智中、终南山百岁道医李理祥、青城山127岁道长赵百川、当代佛门禅宗泰斗虚云法师、九华山佛学院首座法师释明心、佛门密宗泰斗释圆照、佛门净土宗百岁禅师释净严，有缘学得中国道家内丹与佛家禅修秘传。苏道长曾于1980年出任中国禅宗祖庭少林寺副主持，现任中国道教十大名山罗浮山轩辕庵、紫云洞道长，中山大学兼职教授，世界传统养生文化学会创始人。他将中国道家内丹养生学传授给海内外有缘的国家、地区和人士，同时用中国道家内丹养生学为攻克联合国公布十七种疑难杂症中的十六种（艾滋病除外）进行了多年探索，取得不少成果，康复患者无数，享誉海内外。苏华仁道长现在还兼任中国北京大学“国学与养生”高级研修班特约讲师，中国中山大学哲学系兼职教授，国学与管理总裁研修班导师，中国老子道家文化研究会常务理事，中国作家协会河南分会的会员，中国安阳《周易》研究会常务理事，兼任中国珠海市老子道学文化研究会名誉会长，中国珠海市古中医养生发展研究会会长。

田堃建

1995年于龙门祖庭白云道观拜震阳子，曹信义为师，赐号信乾子，修炼道教内丹功法及道门武术。后于2002年拜前任道教协会会长黎遇航为师，学习道教知识。又系统学习了《修道养生真诀》、《道教内丹修炼》、《道德经讲义·乐育堂语录》和《慧命经》、《张三丰道术汇宗》、《张三丰大道摘要》等道教丹道修炼丛书。通过自身修炼与

钻研,现对道家养生之道有了一定的了解，愿与世人共享。

梁冬

毕业于中国传媒大学广告专业。于1998年进入凤凰卫视，相继担任过《凤凰早班车》、《体坛消息》、《相聚凤凰台》主持人，后因主编、主持《娱乐串串SHOW》而一炮走红，确立了“用后现代解构的方式对现代信息娱乐、文化现象进行剖析，充满辛辣及无奈”的梁氏主持风格，被誉为凤凰卫视新闻娱乐化的形象代言人，并因此荣获中国电视榜2002~2003年中国电视榜年度最佳娱乐节目主持人，其幽默风趣的主持风格深得观众喜欢，获得了广泛的肯定，成为亚太区最著名的华语节目主编及主持人之一。

吴言生

安徽庐江人。文学博士，哲学博士后。现为陕西师范大学佛教所所长、博士生导师。北京大学、清华大学、复旦大学、中国人民大学、上海交通大学、浙江大学、中山大学、华商书院等高校与机构国学班禅宗智慧课程特聘教授。主编有《中国禅学》，创办有“佛学研究网”，开办有“慈辉佛教文化论坛”等。吴言生教授是中国当代最有影响的禅学家之一，其著作、网站、讲座、论坛等，均有较好的社会反响。近年来在全国各地的禅学讲座，深受听众的喜爱，备受称誉，广为业内人士所认可。

### 目录: 1.油麻菜终南山寻仙记/油麻菜

几十年来，老道长云游四方，行踪不定。老道长说“八部金刚”适合在清晨阳光快出来时，选择一个幽静的环境习练，让全身金刚之气与朝阳相映同辉；……其实，他们生活在另一个世界。时光荏苒，两个修长生的人就像激流中的两块礁石，遥遥相望，默默静守，任时光如流水，人海如潮来潮往……这绵延数万里的终南山山脉，传承和记载着数千年来中国隐修者的故事，一位百岁老道医的故事……

### 2.南山亭茶谭/南山如济

自古及今，煎茶都是件风雅之事，其方法往往流传于“山林隐逸”间，非有“泉石膏肓之疾”者，不能领悟其中的奥秘。饮茶的要义不在于品饮茶汤的香气和滋味，而在于能从品饮过程中领悟人生道理，乃至明心见性，顿悟菩提。坐在南山亭里，看山间云飞云散，听世间车轮滚滚，我常常会问自己：真的能彻底放下心中这局棋吗？

### 3.踵武前贤 燭火相传/林浩 冯哲等

西方的教育关注孩子的特点，注重孩子自身具备的潜质，然后不断去强化它。现代中国的教育使孩子有比较心，把成绩作为炫耀的资本。而中国传统的师徒制则以经师、认识为主要培养人才的方式。经师，可以同时培养一批人；人师，是一对一的。教育一定要有差异性。传统的书院礼制是严谨的，若想继承传统的书院礼制，只能与当代社会相融合，既保持了传统，又有生生不息的生命力。

### 4.道家内证医学漫谈/徐文兵

这些具有超常智慧的人逐渐成为后世所称述的“巫”和“圣人”。在他们身上自发呈现的特殊现象，古人不好理解，今人也是一样。上古的圣人，如燧人氏、伏羲氏、女娲氏、神农氏、轩辕氏等等，可能就是这一类的“巫”，他们是具备超常智慧的人类杰出代表。

### 5.道医文化问答/徐文兵 苏华仁

“心”是脏，深藏在身体最深处，它包括心脏和大脑的功能。“心”就像个皇帝，“神”藏在它里面。“神”出来我们就有意识，回去以后我们就睡觉了。但是“心”不是“神”，“心”藏“神”，“神”是另外一个东西。控制无形的能量、信息、思想、意识、情绪、情感、智慧的神叫做“魂”，控制有形的身体，影响人的知觉、饥渴、需要、冷暖、排泄等诸多本能的神叫做“魄”。粗浅可以理解为“魂”是脑和心的功能，“魄”是脊髓的功能。

## 6.恬淡虚无 真气从之/南山散人

何谓生？何谓死？生死如寄。所谓的生死，只是开始一个新的旅程而已。所谓人生的挫折，不过是人生旅途当中遇到过的，很美妙很美妙的旅程的点缀。

## 7.道家炼养漫谈/田堃健

道家遵从无为无不为，你要刻意去做就变成执着了，一执着就变成杂念了，变成杂念，练起来反倒是麻烦了。如果大家要养生，就需要这两个前提，一是以十二经络为基础，运转任督二脉，开通小周天，这是经络的架构法，二是在这个架构上要有内在平衡。补充气和血，让气和血达到一个充分的协调状态。提升脏腑的机能，从而使人青春常在、延年益寿、返老还童。

## 8.华叶递荣 经世致用/梁冬

如果说我们的身体是由一个个细胞构成的话，那么是什么东西在一个个细胞中间，是什么组成了脏器，脏器和脏器之间的运转又是由什么东西带来的变化呢？用中国话来说，就是阳气，我们称之为阳的东西。但是它是能够摸得到、看得见的吗？它摸不到、看不见，因为它只存在于交换的过程中，它也许将来可以通过某种方法测量出来。很多人一辈子的痛苦就在于困在概念的囚笼当中，概念只不过是一个比喻，就像慧能指着天上的月亮说，那一个月亮。但是，我们这里指的只是一个方法，一个方向，其实，身体哪会有病？

## 9.为传统文化“培土”/盛日

在浩如烟海的传统文化经典中，如何才能让更多的人受益？在探讨和推广企业文化与传统文化的回归路上，本着以传统文化中的经典为土壤，从日常生活中的行住坐卧培养，让“礼”生根发芽。

## 10.天地有醞酏在其中/吴言生

我们执着什么，什么就成了束缚我们的绳子。比如说执着金钱，钻到钱眼里出不来，那么金钱就是拴你的绳子；你喜欢虚名，那么虚名就是拴你的绳子。所以佛教讲不要执着，就是不要让这根绳子把我们的心死死地拴住。那么，这根绳子到底是谁拴上去的呢？其实都是我们自己给自己拴上去的。人生的一切郁闷、痛苦、纠结、压力，实际上都是自己给自己加上去的。

• • • • • ([收起](#))

[道家内证与生命科学\\_下载链接1](#)

## 标签

道家

修行

道教

隐士

中医

终南山

杂志

文化

## 评论

开卷闻道，清风徐来

-----  
方法，想要方法

-----  
偏理论，徐文兵勾起我继续看他书的兴趣。

-----  
对于充满未知的东西，有时候叙述比什么都好，第一篇很好，后面的有些章节里的人用心不正，没有老师瞎修行，早晚打通任督二脉得高血压。

-----  
关于道家与医学、隐居、茶道、六艺等传统文化和艺术的联系，写的非常不错。

-----  
里面有梁冬徐文兵油麻菜等人写的文，很不错的。内容涵盖也比较广，油麻菜的主要是写的关于张志顺道长的记录，个人认为图片没有他在QQ空间里发表的多，还不如去看他空间日志。田堃建的是让我比较惊喜的，把道讲得朴实平常，又沁人心肺。

-----  
人法地，地法天，天法道，道法自然。

-----  
中医与道医共同构成了古代中国健康及养生的文化内涵，数千年以来，道医与中医相互渗透、相互影响，为中国人抵御病痛筑起一道防线，走进道家医学，了解道教文明，读过此书者，或有新的认识和不同的感悟。

-----  
[道家内证与生命科学\\_下载链接1](#)

## 书评

“信意闲弹秋思时，调清声直韵疏迟。近来渐喜无人听，琴格高低人自知。”  
~白居易，弹秋思 “独坐幽篁里，弹琴复长啸。深林人不知，明月来相照。”  
~王维，竹里馆 “昔伏羲氏作琴，所以御邪癖，防心淫，以修身理性，返其天真也。”  
~蔡邕，琴操 徐文兵：“古者民神...

-----  
[道家内证与生命科学\\_下载链接1](#)