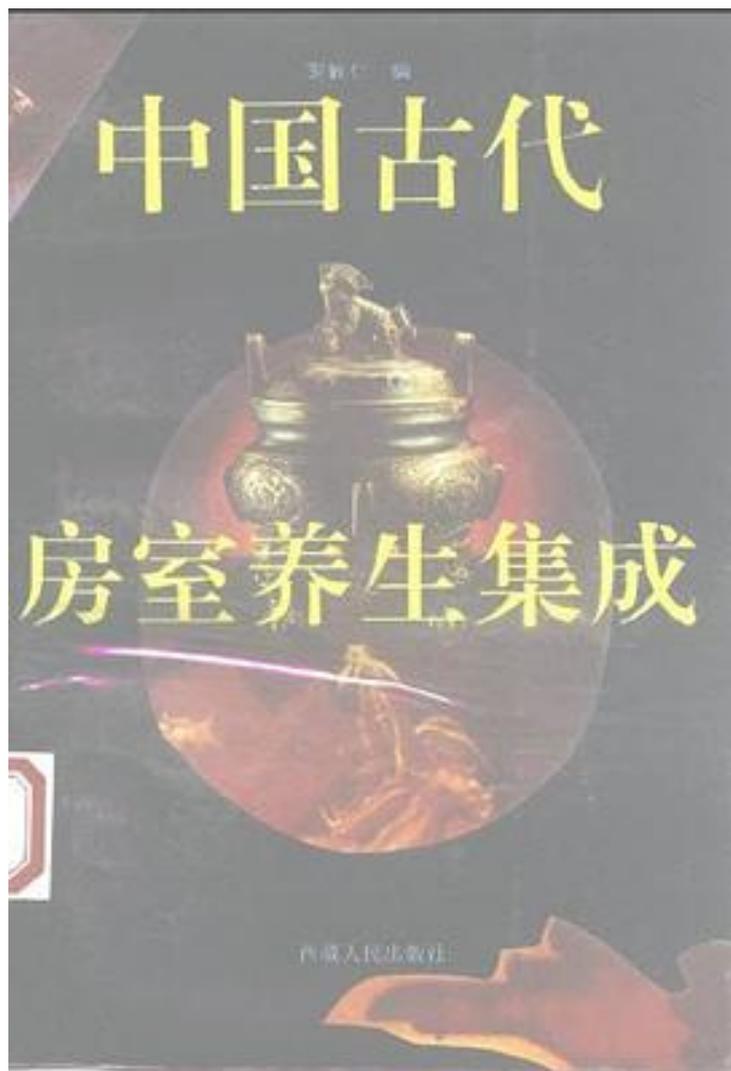


中国古代房室养生集成



[中国古代房室养生集成_下载链接1](#)

著者:罗敦仁

出版者:西藏人民出版社

出版时间:1993-12-1

装帧:平装

isbn:9787223006316

作者介绍:

| | |
|-------------|----|
| 目录: 第一章交合术 | 21 |
| 第一节 开 | 23 |
| 天地阴阳交欢大乐赋 | 23 |
| 行乐之地首数房中 | 31 |
| 圣人不绝和合之道 | 33 |
| 不可长不交接 | 35 |
| 男不可无女、女不可无男 | 36 |
| 第二节 征候 | 39 |
| 合阴阳之征候 | 39 |
| 女子感阳之征候 | 41 |
| 男子盛衰之征候 | 43 |
| 男候四至，乃可致女九气 | 44 |
| 男精既感，女意当迷 | 45 |
| 阴阳感激，乃可交接 | 47 |
| 合阴阳贵有法 | 49 |
| 御女之道，弱入强出 | 50 |
| 十已之征 | 51 |
| 第三节 姿式 | 52 |
| 交接之势三十法 | 52 |
| 房中九法要诀 | 55 |
| 玉茎出入六势 | 56 |
| 十节 | 57 |
| 七损八益 | 58 |
| 第四节 动作 | 63 |
| 十动 | 63 |
| 十节 | 64 |
| 八动 | 64 |
| 五音 | 65 |
| 五常之道 | 66 |
| 九状 | 67 |
| 十修 | 68 |
| 八益 | 69 |
| 雄性摩表雌性摩里 | 70 |
| 临事制宜，取当时之用 | 71 |
| 合阴阳之周期 | 72 |
| 施精频率 | 73 |
| 冬一施当春百 | 74 |
| 第五节 合谐 | 75 |
| 交接之道，故有形状 | 75 |
| 男唱女和，天平地成 | 76 |
| 女子适阳之法 | 77 |
| 交接之遭和为贵 | 77 |
| 合阴阳之道以静为强 | 78 |
| 男感坚强，女动辟张 | 81 |
| 阴阳交合宜择吉日 | 83 |
| 入相女人贵有法 | 83 |
| 男子择女之法 | 85 |
| 黄帝御女登仙之道 | 85 |
| 一动辄易女可获长生 | 86 |
| 数数易女则益多 | 86 |

御女之道，多多益善 87
欲得大益，当御童女 87
男女年岁补损 88
男子求女之期 88
王母养童男得益 89
女子养阴之道 89
难在去欲 90
乐中行乐如赴危道 91
第二章 还阳术 95
第一节 保精 95
玉闭坚精必使玉泉毋倾 95
动而不泄之效 97
思作日月之想可以固精 98
泄精之时须候女快 100
男子固精之法 101
还精补脑之道 101
施泻之时何以抑之 102
养阳忌女人窃窥 103
数交而一泄精气随长 103
数交而慎密音诸病皆愈 105
令人腰背不痛之法 105
法之要在于技数泻精 106
阴阳之道精液为珍 108
治身之道务在职精 109
精气乃养身之本 110
精神内伤，身必败亡 110
还精补脑诠释 111
精神魂魄乃生命之本 111
元气有限，人欲无涯 112
闭而不泄何以为乐 113
耆老接阴食神气之道 114
天师食神气之道 116
彭祖论固精之迫 118
舜之接阴治气之道 121
巫子部还梢之术 123
寒女论御女当双敌为瓦石 124
四类真人之异同 124
第二节 节欲
平实之方在节欲 126
长生至慎房中急 127
士子劳心宜节欲 129
合阴阳不可免强行事 130
阳事辄盛必遽而抑之 131
当今何以少百岁之人 132
圣人修节以止欲 133
伤寒犯色最难医 134
四十男人谨慎房事 135
三叟论节欲为长寿之本 136
巫子都施行阴阳术 137
孙判官纵欲丧身 138
崔祖武绝欲临死获救 139
野老春情猛发遭暴毙 141
百岁杨御三姬术败而死 142
得节宣之和可以不损 144

采战之术不可信 146
阴阳乏术，其理有极 147
一错认丹经，娥眉伐性 150
房中真经何为而作 151
第三节 养生 153
大成起死食鸟精之道 153
文挚论卧为道之首 155
师癸论治神气之道 158
容成论吐故纳新术 160
安身之本必资于食 165
节慎在病前，服药于病后 167
为道者可以不病 168
养生以不伤为本 169
十二少者，养生之都契 170
善养生者先除六害 172
养生者有五难 173
养生本与末 174
养生之禁忌 175
避众伤得阴阳乃不死之道 176
精神于形骸犹国之有君 177
静燥相补养之宜也 178
养生宜采众家之长 179
养生宜避众伤善调理 181
养性之道常欲小劳 183
道不在烦 184
养寿之法在于不伤 185
人之身犹一国之象 186
全身者可得地元之寿 187
勿疲精劳神佞佛求寿 188
摄养之道莫若守中实内 189
养生者忌心口不一 190
形与神俱尽终天年 191
精神安于形年寿得长焉 192
善养生者全生为上 193
不肯富贵者乃重生之故 195
养性宜避阴阳不适之患 196
人生常怀天地忧 197
长生须三者皆备 198
圣人传精神服天气而通神明 199
西王母养阴得道 200
营摄养之术常日淡泊 201
终享天年之六论 202
第三章 房中医疗术 209
第一节 禁忌 209
禁忧愁困苦之欲 209
禁饥寒醉饱之欲 210
禁劳极思逸之欲 211
禁隆冬酷暑纵欲 212
禁新婚初御纵欲 213
合阴阳有七忌 214
黄帝杂禁忌法 215
素女论房中七忌 216
男女不可过早破阴阳 217
交合五忌 219

勿醉饱交接燃炉行房 220
天忌、人忌与地忌 220
房中禁忌 221
男女交接年龄 222
奸淫使人不寿 223
交合禁忌时辰 224
男子之不御 224
忌与恶女交合 225
忌五月十六日同房 225
第二节障碍 226
三诣 226
七损 227
玉茎不起，何以强之 228
玉茎小而不势之秘 229
女之胜男犹水之胜火 235
遗精之症有九 231
遗精之症静心治之 232
交接之病还以交接愈之 234
弱入强出之疗法 236
阴气先衰之故 237
妇人交接出血症因 238
妇人阴冷之症 239
用八益去七损五病不作 239
第三节 药方
补男子玉茎长大方 241
欲令男子玉茎大方 241
长男子阴茎方 241
令女玉门小方 242
疗妇人阴宽冷急，小交急而快方 242
令妇人隐急小热方 242
治童女初交阴道违理及为它物所伤，血出流离不止方 243
治小户嫁痛连日方 243
女人伤于夫，阴阳过忠，阴肿疼病方 243
女子伤于夫，四体沉重，嘘及头痛方 244
治合阴阳辄痛不可忍方 244
治女人交接辄出血方 244
疗妇人阴中生疮方 245
蛇退散治妇人阴疮 246
木杨汤治妇人阴道肉瘤 246
治妇人阴痒及阴痢溃脓方 247
疗妇人阴中突出生异物方 247
治妇人初交伤痛积日不歇 248
治妇人阴中生虫法 248
治男子欲使房事强鯁方 249
治男子阳痿不起方 249
秃鸡散治男子为事不能 250
薯蓣肾气丸治丈夫五劳七伤 250
治男子阳痿精冷方 之52
肉苁蓉丸令男子精益色好 252
远志丸治男子阳痿 253
治阳痿盗汗及臊臭方 253
硫黄猪脏丸治早衰 256
治气血亏损方 257
碧玉露浆方治虚劳 257

闻香可治弱疾 258
阿魏散治虚弱寒热 258
服地黄煎疗精虚气竭 259
麋角使人丁强不老 259
何首乌疗风疾气疾诸 260
牛膝丸壮筋骨益神 260
疗男女不育方 261
治七伤方 262
(素女经)疗房中七疾方 263
治男女鬼咬之法 269
治鬼交方 270
第四章 求子术 275
第一节 结胎 275
合与不合、机有十焉 275
结胎受孕之谜 280
阳精生男阴精生女 282
夜半施泻有子皆男 283
求子之法 284
求子时刻 284
求子泄梢时刻 285
彭祖求子秘方 285
妇人求子法 286
阳包阴则男，阴包阳则女 287
求子益服建莲子 288
五十夫人怀男婴 288
男女不育症之谜 289
妇人有怀抱素恶者不育 292
赤白二带不治阳绝无子 293
不孕者皆因气血薄弱 294
补阴之法乃培根固本之道 294
男子之病不得尽诱于妇人 295
未笄之女不得子 296
肥盛妇人不能成胎 297
五行之说不可信 299
五不男、五不女 299
男女不育杂论 300
医家无种子术 301
妇人与鬼交怀鬼胎 301
妇人怀鬼胎之谜 302
未嫁女灵魁附身则怀鬼胎 303
第二节 优生 305
交会下种之时宜择良日 305
合阴阳之时当避九殃 306
素女论播种之法 307
交合之时当择时择地 308
矮男娶高女生子也长 309
三谷道人论优生之要 310
洒性淫热乱中性乱精 310
腊月私合生鬼子 311
不可燃烛行房事 312
大雨霹雳不可私阴刚 312
带孝期不可私合阴阳 312
不可犯禁合阴阳 313
蓄妾生子何以处之 314

孙真人养胎之论 315
妊娠之期饮食禁忌 316
妊妇不可癫狂房事 317
怀孕女子须行善事 317
妊娠不忌交合主半产 3t8
妊娠期求神秘方 319
第三节催产 320
入月安产图 320
临产禁水法 321
禳谢法 322
体玄子借地法 324
催生符 325
睡忍痛，慢临盆 325
天士拾梧桐叶催生 326
方士催产片 327
附录： 331
古代房中家简二十一人 331
中国文学内的性欲描写 335
中国古代七要性学典籍篇目 347
• • • • • [\(收起\)](#)

[中国古代房室养生集成_下载链接1](#)

标签

性文化

评论

[中国古代房室养生集成_下载链接1](#)

书评

[中国古代房室养生集成_下载链接1](#)