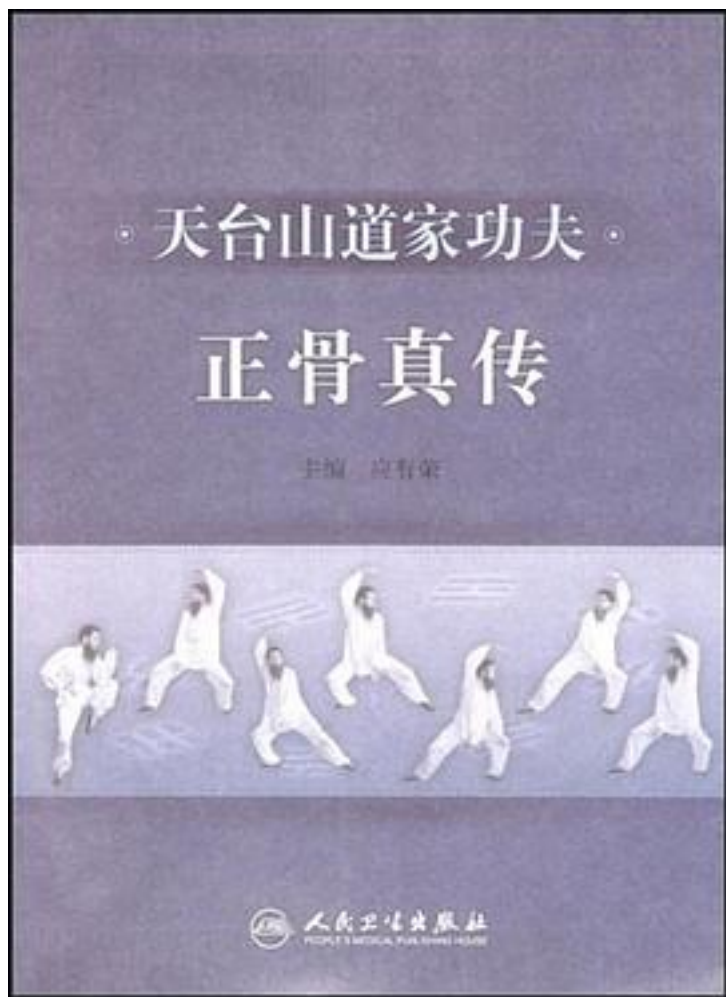


天台山道家功夫正骨真传



[天台山道家功夫正骨真传_下载链接1](#)

著者:应有荣

出版者:人民卫生

出版时间:2008-9

装帧:

isbn:9787117104692

《天台山道家功夫:正骨真传》共四篇，第一篇正骨功法基础道功密拳，重点介绍易筋经天台山道家练功法、器械练功法；第二篇练功与正骨理筋手法；第三篇天台山道家功

夫正骨，详述36种骨折和脱位的道家功夫正骨方法，且病病有案例，案案有点评；第四篇附篇，为《悟真篇》和《金丹四百字》原文。

天台山道家功夫正骨，是以道家南宗“紫阳真人张伯端”所创“金丹大道”修炼中武火（动功）“道功密拳”的训练方法为基础，结合正骨手法特点，经过数代人潜心钻研总结的一系列针对骨伤科医生的自身练功方法。此功法可显著提高手法治疗质量，指导病人康复训练。

作者介绍:

目录: 绪论[道家与医学] 一、道家功夫的形成及发展 二、道家与中国接骨学 【第一篇 正骨功法基础道功密拳】 第一章 易筋经天台山道家功法 第一节 易筋绵指功 一、仙人指路式 二、平展式 三、托天式 四、千手式 第二节 肩部开筋法 一、根开法(摩肩) 二、肢开法(转肩) 三、梢开法(摘星换斗势) 第三节 肘关节开筋法 第四节 腕关节开筋法 第五节 髋关节开筋法(仙姑采荷) 第六节 三融落地(玉柱升降法) 第七节 踝关节开筋法 第八节 开身法(躯体滚动) 一、金钟磨肋(兜排法) 二、玉带围腰(丹田火积、谷海波澄) 三、龙身翻滚(夹脊如车轮、四肢如山石) 四、合胸拔背、合背拔胸 第九节 整体组合开合法 一、大鹏展翅式(开合法) 二、青龙探爪式 三、金刚顺肘式(组合肘法) 四、神龙腾越式(腾拔法) 五、铁壁游龙式(挂沉字诀) 六、银龙穿珠式(一支劲法) 七、卧虎扑食式 八、乌龙绞水式 九、倒转乾坤式 第十节 发劲法 一、崩、砑 二、惊、弹 三、抖、搜 四、螺旋 五、钻翻 六、拧裹 第二章 器械练功法 第一节 寻摸千层纸(沙包) 第二节 卷千斤棒 第三节 拧竹筷子功 第四节 扣捏绷带卷(橡胶握力圈) 一、拇指训练法 二、2~5指训练法 第五节 解绳结法 第六节 抓酒坛子功 一、单手提控法 二、手指挣提法 三、翻转训练法 第七节 抓抛沙袋法 一、正面抛法 二、反面(背后)抛法 第八节 沙包训练法 一、按法 二、摩法 三、拿法 四、弹点法 (一)手腕弹点法 (二)前臂弹点法 五、点压法 六、旋点法 七、拍法 八、叩击法 第九节 橡皮条训练法 一、拉抖橡皮条 二、拉摇橡皮条 三、牵拉橡皮条 四、牵卷橡皮条 五、牵抖橡皮条 六、手指提拉法 七、前臂提拉法 八、整体提拉法 九、反牵橡皮条 第十节 合掌功 第十一节 石担训练法 一、开四门 二、风摆荷叶 【第二篇 练功与正骨理筋手法】 第三章 手法与练功 第一节 手摸心会 第二节 拔伸牵引 第三节 旋转屈伸 第四节 提按端挤 第五节 摇摆触碰 第六节 火挤分骨 第七节 折顶回旋 一、折顶法 二、回旋手法 第八节 按摩推拿 第九节 卷法 第十节 点法 第十一节 拔络法 第十二节 滚法 第十三节 击打法 第十四节 拿捏法 第十五节 点压法 第十六节 搓抖法 一、搓法 二、抖法 【第三篇 天台山道家功夫正骨】 第四章 上肢部分 第一节 锁骨骨折 第二节 肩关节前脱位 第三节 肩关节后脱位 第四节 肩关节正前方脱位 第五节 肩关节原位扭转脱位 第六节 肩关节周围炎 第七节 肩关节脱位伴肱骨上段骨折 第八节 医源性肱骨上段骨折 第九节 肱骨上段骨折 第十节 肱骨干骨折 第十一节 肱骨髁上骨折 第十二节 肘关节脱位 第十三节 尺骨上1/3骨折合并桡骨头脱位 第十四节 尺骨鹰嘴骨折 第十五节 桡骨小头骨折 第十六节 桡、尺骨干双骨折 第十七节 桡尺骨干单骨折 第十八节 桡骨下1/3骨折合并桡尺远侧关节脱位 第十九节 桡骨下端背对背移位骨折 第二十节 桡骨下端骨折 第二十一节 桡骨下端粉碎性骨折 第二十二节 月骨掌侧脱位 第二十三节 掌骨骨折 第二十四节 Rolando骨折 第二十五节 掌指关节及指间关节脱位 第二十六节 指骨骨折 第五章 下肢部分 第一节 髋关节后脱位 第二节 儿童髋关节骨错缝 第三节 股骨骨折 第四节 胫腓骨干骨折 第五节 踝部骨折 第六节 跟骨骨折 第七节 跖骨骨折 第八节 趾骨骨折 第六章 综合部分 第一节 清场法 第二节 腰椎间盘突出症 第三节 颞颌关节脱位 【第四篇 附篇】 一、《悟真篇》 二、《金丹四百字》 (收起)

标签

正骨

易筋经

骨骼

道

指法

哲学

修行

中国

评论

尤其看重其指法和腕力的练习。。。

[天台山道家功夫正骨真传 下载链接1](#)

书评
