

道教学译丛（9） · 《修真图》：道教与人体



[道教学译丛（9） · 《修真图》：道教与人体_下载链接1](#)

著者:[法] 戴思博 著，李国强 译

[道教学译丛（9） · 《修真图》：道教与人体_下载链接1](#)

标签

评论

还没看，作为资料留存。

我先改一下密码。腾讯 有点想封我的号了。。。

《道教学译丛（9）·<修真图>：道教与人体》对初涉传统修真的人来说，阅读起来很困难。它是古人在若干岁月中经过实践总结出来的完整的修真理论，它以独特的理论体系，剖析了修真的概要。本书阐述了中国古老哲学思想，以道家养生修持为代表，总结了几千年来，人类与宇宙的相互关系作用下的系统内容，是古人留给我们不可多得的珍华。 作者简介

哈哈哈哈哈还好还好呵呵哈哈哈哈哈就哈哈哈哈哈呵呵哈哈

是一本有学术价值的好书。

已经收到货了！已经给5星好评了！推荐购买！……

各位同修，祝大家早登玉阶

正版书质量高，印刷工整物流超快

图书运达快捷，书有玻璃纸包装，故图书的品相完好。收到书后还未阅读，内答等读后有时间再议。

绝对是一本好书，价格便宜，值得收藏。

不错，价格便宜量又足，推荐购买。这就是篇论文

好好好好好好好好好。

这是一部外国学研究的成果，但也看出她对中国的道教非常的了解。看来，我们应该借鉴汗颜了。

京东活动时购买书很划算。

一切都和描述的无异，感觉质量不错，下次继续光临。

好。 o

没开封，藏起来了。

本次读书节活动力度较大，又买了不少好书～

京东买书是很划算的，正版，便宜

他和另外一本书啦的买了。俺这边儿书看起来，还挺烦果的那种。

正版书，值得信任，下次再来!

书是正品，看着没问题，物流小哥送货很快

此用户未填写评价内容

好好好好好好好好好好

宝贝还没看，还不错吧

宝贝已经收到，内容值得学习。包装很安全看出来很用心。谢谢了！

物流、配送、包装都不错？

道教修真图，第一次购买看看，学习道教值得参考的一本好书。

好产品盘点多网贷。。。

是正品，和书店一模一样，印刷质量不错的，价格很实惠！信赖京东！

还可以吧就是图看不了

图书给力 物流给力 慢慢读。。。

没想到是外国人写的，内容有一定参考价值。

送货速度很快，书还没看，包装很好

书还行就包装太差

修真图看起来深奥，但作者写的浅显易懂。而且，我一看到这些穴位，不觉得周天开始转起来，很舒服。值得一读

可扩大知识面，书的质量不错

标题党。我想买修真图而不是介绍修真图的书

很好！！快递员也萌帅哒！！！！

打折了，有买了许多好书，慢慢读了。

很不错的书 图像很好

已收到不错，物流也快

好，速度快

神速度，服务好，书本未读，当天有取！

帮朋友买的，他很喜欢

收到了，比较满意，下次再来。

在京东小到卫生纸大到一体机，空调，都还挺不错的，比超市便宜，但是一分钱一分货是真理。

外国人都在研究中国的传统文化，作为国人更要努力

书非常好，值得一买

没想到京东的送货速度这么快！早上订购，下午到~

质量很好，还没看呢

还没看，好好学习

哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

好书，正版图书，发货及时，服务态度很好。

不錯，簡單易懂學習起來很方便的，國家金典，值得購買

不知道该说啥！我也不懂，朋友买的！

版本正宗，服务周全，包装完好，物流快捷。

我打算收集一整套，书真的很好。

对道家知识敢兴趣的可以好好看看。

科普读物，传统文化的新视角！

老外都能研究这么深，我们要努力啊

京东购物，方便快捷实惠

东西不错，值得拥有，很好。

外国人写的中国古代道家修炼术，好！

太棒了哈哈喜歡我大山東齊魯書社

双十一购物狂欢节购买的

修真秘录，推荐一下哦？

很好的书籍！我很满意！很棒哦！物美价廉！支持京东！希望京东多搞活动…希望京东能把无货的书籍变成有货！

挺好的，支持支持

买来看看 好奇

包装比较差，书脊烂了

本译丛反映了外国学者研究中国中医人体学的情况，《修真图》详细描述了人体生理学的功能，原理，却与解剖刀下的人体生理学不同。这是道家对人体医学研究的重大贡献，也是中华文明的元文化之一。值得研究！

买给爸爸的 咋样不知道

好书！绝对值得一读！

正版，内容很好，值得阅读。发货快。

好好好好好好好好好好

好好好好好好好好好好

纵观三教惟道独尊，挺好的经典

很不错，很好的

道教有其独特的人体观，和现代医学观照下的人体观不一样。

好书，正在阅读中。

很好！速度很快！价钱便宜！京东正版！很赞！

有点看不懂，需要好好研究

好书，认识很学

内容丰富 值得国人阅读 看完再买其他辑的

快递好啊！九十九分

还不错吧。。。。。

这类书很少见

这次买的商品滿意

刚收到看了一会，还不错！

书是国外的，看着有点难度

很好，研究内丹学有很好的启示。

很好，价格实惠，推荐！

非常好好好非常好好好

国学经典，值得购买.

好东西，绝对值得收藏！

结合修真图看，非常好，书是繁体的，质量不错

不错，好书……………好好学习

不错，很值得学习的一本好书！

为什么是老外写的，中国人怎么就没有出版的呢？

买来看看。。

比门店便宜，赫赫……………

道家，始终也

借鉴参考收藏，没看习惯好评获得豆豆！

这一套丛书一本不拉都买了，也值得一看！

值的一读 书的质量不错，很满意

以前都在卓越买书，现在改京东啦！

传统文化 道德感知 很不错

是正品是正品是正品是正品

帮爸爸买的 他说书不错

老外写的好书，就是详细通俗，有作者的心得体会！

还没看，不过质量不错，送货也快，送货员态度也还行，基本满意。

朋友看了感觉很好……

比国人写的简洁，互相参照着看有收益

一般般，还行

齐鲁这套道教学译丛都很不错。

久闻作者大名，书还是很不错的

非常好的书 值得推荐

可以可以可以可以可以可以

符合描述，也是新书

图还行，就是图上字太小了。

[SM][ZZ]我爱读书，因为书中有一种无法抗拒的力量在吸引着我。读书陶冶了我的性情，改变了我的人生态度，使我忘却了痛苦的记忆，抹去了伤心的往事，带给我强大的动力，唤醒我沉睡的灵魂……因为读书，我学会了用双眸去关注春的神韵、夏的激情、秋的喜悦、冬的宁静。学会了用心去回忆过去、用心去畅想明天、用心去展望未来，读书让我绽放美丽

买的时候没注意，原来是个法国人写的！图配文字，不是很好懂，得多查阅相关资料，最重要是实修去验证。不过，中国老祖宗对人体的理解，很有意思的。

还不错吧，第一次有一本系统介绍人体脉络的（修真），很有参考价值。

看起来还不错，居然是个外国人写的，图太小，而且没有局部放大的图

正版吧，还行。内容需要自己去伪存真！

修行用书

我这本小图印花了吧?还没仔细看

好好好好好

很不错哦你

满意！！！！

很好的书籍……

看不进去~~~~~估计没达到一定的高度~~~~

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。

老外汉学家用西方科学方法研究和解读道教修真图，比较客观和理性

挺好的书，挺好的书，挺好的书.

内容还不错，就是图片不是很清楚

解析很到位

好！！

很好，很好

《道教学译丛（9）·<修真图>：道教与人体》对初涉传统修真的人来说，阅读起来很困难。它是古人在若干岁月中经过实践总结出来的完整的修真理论，它以独特的理论体系，剖析了修真的概要。本书阐述了中国古老哲学思想，以道家养生修持为代表，总结了几千年来，人类与宇宙的相互关系作用下的系统内容，是古人留给我们不可多得的珍华。

作者简介 戴思博(Cathorine Despoux)，1946年生于巴黎，法国著名汉学家，教授。曾长期任教于法国国立东方语言文化学院(INALCO)，任中文系主任及研究生院院长，同时也是法国东亚文明研究中心(CRCA。)汉学研究员。主要研究领域为道教养生术与内丹术，尤长于女道史、中医史研究，在佛教方面也多有建树。出版有博士论文《作为武术与长生术的太极拳》，及《中国古代的女仙：道教与女丹》、《禅宗牧牛图、道教牧马图与藏传佛教牧象图所揭示的觉悟之路》、《(修真图>——道教与人体》等多部专著，近期又主编了三部关于敦煌医学的研究著作。在医、道、佛古籍法译方面也有突出贡献，先后有《伤寒论》、《内丹与生理学：导论与法译》、《圆觉经》、《大乘起信论》及《禅宗著作集》等多部译着问世。

很深奥

非常好

繁体字的

不错。

没看呢

没意思

没有用

额呵呵

帮别人购买 听说还不错

看不懂看不懂

图不清楚，简介，文字繁体字。

很好

经典

不错……挺快的

可以

不错

内容太少了

好

行

??(??ω???) (ノ?`?'?)ノゝ?

[illegible][illegible]

%E6%B2%A1%E4%BB%80%E4%B9%88%E9%B8%9F%E7%94%A8

好书，视角也很别致
哎，不想打那么多的，发点有意义的吧。阴符宝字愈三百，道德灵文满五千。观天之道，执天之行，尽矣。天有五贼，见之者昌。五贼在心，施行于天。宇宙在乎手，万物生乎身。天性，人也。人心，机也。立天之道，以定人也。天发杀机，移星易宿。地发杀机，龙蛇起陆。人发杀机，天地反覆。天人合发，万变定基。性有巧拙，可以伏藏。九窍之邪，在乎三要，可以动静。火生于木，祸发必克。奸生于国，时动必溃。知之修炼，谓之圣人。天生天杀，道之理也。天地，万物之盗。万物，人之盗。人，万物之盗。三盗既宜，三才既安。故曰：“食其时，百骸埋。动其机，万物安。”人知其神而神，不知不神而所以神也。日月有数，大小有定。圣功生焉，神明出焉。其盗机也，天下莫能见，莫能知。君子得之固躬，小人得之轻命。

商品是否给力？快分享你的购买心得吧~东西不错.....

生活中我时常感受到许多人对我的关爱。母亲的爱、父亲的爱、同学的爱
其中，我的语文老师丁老师给我的关爱，最让我难忘。
我的作文成绩一向不错，可是，在四年级下学期的期末考试中我的作文遭遇了滑铁卢，被扣掉了12分！当我拿到发回的考卷时，卷子上那鲜红的“-12”深深地刺痛着我，我的眼泪不争气地涌了出来。丁老师看在了眼里。她评讲玩卷子后，走到我的面前，对我说：“杨喆，下课放学后到我办公室来一下。”我的心顿时提到了嗓子眼儿，心里如同十五只吊桶打水七上八下。
我耷拉着脑袋来到了丁老师的办公室，心里忐忑不安地等待着丁老师的批评。“杨喆，你这次作文扣分有点多呦。”丁老师严肃地对我说。我低下头，涨红了脸，心想：完了完了，丁老师一定要批评我了。丁老师好像猜透了我的心思，和蔼地说：“这次没考好下次要努力哦，我知道你是个好孩子，这次是发挥失常了。”说着，丁老师拿出餐巾纸帮我擦去脸上的泪珠。我抬起头望着丁老师慈祥的脸，心里的石头终于落了地。
丁老师让我拿出考卷，仔细地给我讲解，告诉我哪些句子不恰当，哪些语句不够精炼，又教了我一些写好作文的方法，然后，陪着我把考试的作文又重新写了一遍。写完作文，天色已晚，丁老师牵着我的手，把我送出了校门。
这件事儿已经过去了很久，可是现在想起来仍像是昨天，丁老师给我的关爱已深深印在我的心里。大地作纸，大海为墨，难写师恩。

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。
打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候
似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。
作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味
无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。
多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。
多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。
用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。
读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；

旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好 [QY]"

：主道第五

道者，万物之始，是非之纪也。是以明君守始以知万物之源，治纪以知善败之端。故虚静以待令，令名自命也，令事自定也。虚则知实之情，静则知动者正。有言者自为名，有事者自为形。形名参同，君乃无事焉，归之其情。故曰：君无见其所欲，君见其所欲，臣自将雕琢；君无见其意，君见其意，臣将自表异。故曰：去好去恶，臣乃见素；去旧去智，臣乃自备。故有智而不以虑，使万物知其处；有行而不以贤，观臣下之所因；有勇而不以怒，使群臣尽其武。是故去智而有明，去贤而有功，去勇而有强。群臣守职，百官有常，因能而使之，是谓习常。故曰：寂乎其无位而处，渗乎莫得其所。明君无为之于上，群臣竦惧乎下。明君之道，使智者尽其虑，而君因以断事，故君不穷于智；贤者敕其材，君因而任之，故君不穷于能；有功则君有其贤，有过则臣任其罪，故君不穷于名。是故不贤而为贤者师，不智而为智者正。臣有其劳，君有其成功，此之谓贤主之经也。 [译文]

道是万物的开始，是非的原则。因此圣明的君主守着道来了解万物的开始，研究规则来了解事情成败的原因。所以要清虚平静，让事物自己给自己定名，自己来规定自己的实际内容。清虚就可以了解事情的真实，平静就可以了解变化的规律。把形与名参验比对，看是否一致，君主就可以不去做具体的事，而得到真实的情况了。所以说：君主不要表现出自己的欲望，君主表现了自己的欲望，臣下就会修改掩饰自己的想法；君主不要表达自己的意见，君主表达了自己的意见，臣下就表现自己的异常之处来迎合。所以说：去掉喜好和厌恶，臣下就表现出自己的本质；去掉机巧和智慧，臣下就谨慎自己的行为。所以即使有智慧也不用来思考，让万物来明白自己的处所；即使有才能也不用来行动，用来观察臣下行事的依据；即使有勇气也不用来发怒，而是让臣下来竭尽自己的力量。所以不滥用智慧而可以明察，不滥用才能而可以有功绩，不滥用勇力而可以强大。群臣坚守职责，百官遵守规则，依据能力来任用他们，这就是遵循规则办事。所以说：君主寂静无声，似乎不在其位却至高无上；广大无边，臣子没有人知道他心中所想。圣明的君主在上面不去刻意而为，群臣在下面就觉得惊悚恐惧。圣明君主的统治方法，是让聪明人殚精竭虑，君主借此来决断，所以君主不会觉得智力不够；贤能的人使用自己的才干，君主依此来任用他，所以君主不会觉得能力不足；做事有功劳，君主就担当贤能的名声；做事有过失，臣下就担当罪名，所以君主不会名声不好。所以不贤能的人也可以做贤能人的老师，不聪明的人也可以做聪明人的师长。臣下担当劳苦，君主享受成功。这就是贤能的君主所遵守的法则。

东胡是我国古代北方少数民族之一，与匈奴同时兴起于战国末期（公元前三世纪），至汉初（公元前206年）被匈奴冒顿单于击破，部众逃散，其中主要的两支分别逃至乌桓山和鲜卑山，从此便以乌桓族和鲜卑族出现于史册，而东胡之名遂湮没无闻。由于现时留存下来的东胡文献资料奇缺，故历来治东胡者多从乌桓鲜卑开始，对开东胡早期的历史，即被匈奴击破以前的历史，均难于详述。本书根据近三十年来国内考古发现的东胡遗迹，对它进行初步探索，试图把东胡的历史向前追溯到它的起点。

在中国古代北方民族中，根据文献资料和考古资料，根据各族的语言和活动地区，及根据各族的风俗习惯，大体上可以把它分为三个系统（族系）：一是匈奴系统；二是突厥系统；三是东胡系统。这是指狭义的北方民族，即指主要活动在大漠南北（清初以来称为内外蒙古的草原地带）的各族而言；若从广义，还应包括活动在今东北三省的肃慎

系统和活动在今新疆的西域各族。

东胡族系，源远流长。除两汉时的乌桓和鲜卑外，魏晋以后有由鲜卑分化出的段部（徙何）、慕容（吐谷浑在内）、宇文、拓跋、秃发、乞伏等部；北魏时又有柔然；唐末五代十国时继起的还有契丹、库莫奚、室韦，及辽、金时兴起的蒙古，都是属于东胡一系。本书断限，即上起早期东胡，下迄1840年鸦片战争以前的蒙古，内容遍及东胡各族的经济生活、社会结构、政权组织、文化习俗、部落兴衰、政治演变，及与他族、特别是汉族的关系，均拟作一比较全面而系统的叙述，因贯通上下左右，实际上是一部“东胡通史”。

国内学者对于东胡系统中的各族，曾经分别进行过研究，其中以马长寿的《乌桓与鲜卑》一书，最为史学界所瞩目。随后出版的周伟洲的《敕勒与柔然》、《吐谷浑史》、《南凉与西秦》；陈述的《契丹社会经济史稿》、《契丹政治史稿》，孙秀仁、孙进己等的《室韦史研究》，及国家民委民族问题五种丛书之一的《蒙古族简史》等，也都是探讨东胡各族的重要著作。但贯通东胡各族历史为一书的专著则尚未见，仅国外日本学者白鸟库吉早年(本世纪初)所著的《东胡民族考》曾被译成中文。此书虽包罗甚广，但内容并非叙述东胡各族的史事，而是用比较语言学的方法以考订东胡各族中的族名、地名、人名、称谓及其它术语等，实际上是一本“东胡民族语言考”。此书虽在学术上有一定的价值，但我们今天要求的却是一本运用历史唯物主义观点、详细叙述东胡各族的经济基础、政治上层建筑和社会意识形态史实的系统之作。

《东胡史》是继《匈奴史》（1979年再版）和《突厥史》1988年出版）之后，第三本关于中国古代北方民族史的专著，故撰写体例基本上与上述二书同，即为了兼顾学术性、知识性和通俗性，并考虑专业人员与一般读者的不同要求，内容力求简明扼要，深入浅出，以正面介绍知识为主，不作繁琐考证；对国内外学术界争论的问题虽亦注意辨明，但避免纠缠。

本书由内蒙古大学蒙古学专家林干所著，内蒙古人民出版社1990年出版。

刘汉民，1962年11月生于山东青岛，分别于1983年、1988年、2001年毕业于山东大学、中国社会科学院研究生院和南开大学。2001-2003年在天津大学博士后流动站从事博士后研究。现为暨南大学管理学院教授，广东省人民政府发展研究中心第6届特约研究员兼体制改革组召集人。2007年受威廉姆森（Oliver E. Williamson）教授担保赴加利福尼亚大学伯克利分校哈斯商学院作为期18个月的访问研究。主要研究方向为企业理论与企业制度、资本结构与公司治理、比较制度分析等。曾在《经济研究》、《中国工业经济》和《经济学动态》等学术期刊发表多篇有影响的论文，被转载、引用数百次，参与撰写的《公司治理》一书获第11届孙冶方经济学奖和天津市优秀社科著作特等奖。总序 修订版前言 前言 上篇 第一章 早期东胡

一、东胡早期的事迹 二、东胡早期的社会和文化 三、东胡早期的活动范围及东胡族系

第二章 乌桓的社会制度 一、乌桓人的经济生活 二、乌桓人的部落组织

三、乌桓的奴隶和母系社会的遗迹 第三章 乌桓族的兴衰及其与中原王朝的关系

一、乌桓人最初的驻牧地——乌桓山 二、西汉中期和东汉初期乌桓人的两次南迁

三、东汉中期以后的乌桓人 四、两汉王朝的护乌桓校尉及其对内附乌桓人的管理

五、曹操远征三郡乌桓 六、三郡以外乌桓的衰落、迁徙和融合 第四章 东部鲜卑

一、东汉时的鲜卑及檀石槐建立鲜卑部落军事大联盟

二、轲比能统一漠南及宇文、段、慕容各部的继起 第五章 拓跋鲜卑

一、拓跋鲜卑的远祖及其最初的驻牧地——大鲜卑山

二、拓跋鲜卑早期的经济生活和社会组织 三、代政权的兴亡及北魏王朝的建立

道教学译从（9）·《修真图》：道教与人体建议网友购买 %D%A %D%A%D%A%D%A
《道教学译从（9）&MIDDOT;：道教与人体》对初涉传统修真的人来说，阅读起来很困难。它是古人在若干岁月中经过实践总结出来的完整的修真理论，它以独特的理论体系，剖析了修真的概要。本书阐述了中国古老哲学思想，以道家养生修持为代表，总结了几千年来，人类与宇宙的相互关系作用下的系统内容，是古人留给我们不可多得的珍华。 %D%A%D%A多读书，增加一点书卷气，保持心静如水、人淡如菊的心境。书是获取知识的渠道，提高人素质的有效途径，也是涵养静气的摇篮。读书妙处无穷，书香熏

染人生。正如莎士比亚所说：“生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。”读书至少可以滋润心灵，开启心智，由琐碎杂乱的现实提升到一个较为超然的境界，一切日常引为大事的焦虑、烦忧、气恼、悲愁，以及一切把你牵扯在内的扰攘纷争，瞬间云消雾散。读书至少可以增长知识，去除无知；提高素养，除去愚昧；充实生活，丰富精神；滋润心灵，减少空虚；淡定从容，明辨是非。读书能使人时时闪烁着生命的光辉，让人欣赏到不同的生命风景，从而使自己灵魂欢畅，精神饱满而丰盈。

1. \N\N\N读书可以让人滤除浮躁
读书，撇开喧嚣，拨开冗务，于小楼一角仔细的品味，咀嚼书中的宁静和快感，在寂静中体会人生的滋味，在书海中滤除浮躁的心态，淡泊名利，淡然处世，无疑是愉悦沧桑人生的美好享受。

“贪婪、自私、急功近利”是造成浮躁的主要原因。读书最难做的“涵养之如不识字人”。读书不能“取二三诗文书求滚瓜，铭三五散句惟求烂熟，生吞活剥，断章取义，开口必曰之乎，凡言必谓者也，皮囊外曰文化人，内实盗娼之属，无非丑婆娘施了亮艳脂粉，益丑而又可怖也！”伪饰自己，急功近利，装门面，当做官场职位晋升和商场招揽生意的“敲门砖”。

培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

\N\N\N多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

\N\N\N多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

\N\N\N读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；感受世界的不同。

\N\N\N不需要有生存的压力，毕竟都是有父母的负担。

虽然现在读书的压力很大，但请务必相信你是幸福的。

\N在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的。

\N所以，你现在不需要总结，随着年龄的成长，你会明白的，还是有时间多学习一下。

。 \N古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平.读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.2读书可以让我们拥有千里眼.俗话说的好:秀才不出门,便知天下事;运筹帷幄,决胜千里.多读一些书,能通古今,通四方,很多事都可以未卜先知.3读书可以让我们励志.读一些有关历史的书籍,可以激起我们的爱国热情.4读书能提高我们的写作水书籍是我们生活的导航，它教会我们去尊重他人也尊重自己，让贫乏和平庸远离我们。书到用时方恨少，事非经过不知难。终于买的书送到了。很满意。 \N\N\N《学记》曰：“是固教然后知困，学然后知不足也。”

书是好书，繁体字。很佩服外国人的学术精神，非常值得国内搞研究的人学习。书籍的质量也很好，翻看起来很舒服。学术性质浓厚。现在咱们网站的书籍类货品积分规则改了以后，拿评论的分真是难上加难啊！其实我觉得没有必要这样，如此显得咱们网站很小气哦，也有逼良为不良的嫌隙。

《修真图》远溯老子、吕纯阳、陈抟、张三丰祖师，又称之为《丹成九转图》，以养性

炼生为基础，图文并茂。近几百年来，在学术界有深刻影响，为儒释道三家修持所推崇。在传统修持过程中，该图是圆融三教的修持典范，是传统修真的总纲，图中记录了从百日筑基开始，到修真的理想境地。甚至相传，道家的羽化飞升，佛家的如来静定，儒家的浩然正气，均未离开这张图。本书有多种版本，常见的有北京道教协会白云观存的拓片等，而明末清初“龙虎堂”的藏版是初扬于世的珍品。这本书对初涉传统修真的人来说，阅读起来很困难。它是古人在若干岁月中经过实践总结出来的完整的修真理论，它以独特的理论体系，剖析了修真的概要，阐述了中国古老哲学思想，以道家养生修持为代表，总结了几千年来，人类与宇宙的相互关系作用下的系统内容，是古人留给我们不可多得的珍华。

《修真图》基于历史遗留下的原因，难免对于修真过程，言辞里有些迷信色彩。因此，要阅读其内容，首先要明确掌握古汉语、古文化的基本知识，区分古语（古人的习惯用语）和修真术语，进一步剖析古语之意，详推修真之旨。明白哪些内容是古语论说及术语的交待；哪些内容是立意修真之法，以及修真之隐语与术语，而清楚修真的概念。全书是由卷首、中轴柱体和两翼图文三大部分组成。卷首的文字是总论概说，指示人与宇宙的关系。文字分布在图中柱的左右，形成卷首概要二论。图中文字说：“人之一身有三百六十骨节……此人身之关窍也。”“天有九宫地有九州……修真之子不可不知也”。卷首二论，系先人古朴的宇宙观。若干岁月里，古人于自然界的观察中，发现了天地间万物生化之规律，创造了“人天我象”的概念，即传统医学中的“天人合一论”。古人以自然界中的物象境界比拟人身，提出光耀古今的《周易》之理。独特的两元论，用阴阳互为转化表示相互生养的复杂关系。

《修真图》是古人在漫长的岁月中征服自然，提示人身通过净化统一自我的元真之气，而得到的成就。这就是古人于生命科学，探索宇宙自然之体源所取得的辉煌硕果。其中的天人合一论，所以能言圆融三教归为一统，其完整性、深奥性，是诸家散籍所不能代替的。书中的修真是当时传统的文化思想和社会发展必然之产物。

文献记载，最为古老的人体内境解剖图，是远在五代十国、后晋天福年间的古“烟罗子朝真图”（详见《正统道藏》中《修真十书》）。其文字经世则是中国最为古老的医书《灵枢》、《素问》。其中的内容可以反映出古人对自然界的古朴认识。它的两翼以“六兽”形象向人们交待人体中的脏器功能，在修真中的主要作用。以兽形吉象模拟人体的器官。而六兽的比拟，融汇了古代文化中的哲理（如以东方为肝属木），化合人身。是形象思维的解剖表现，进而比拟人身即宇宙的概念。书中柱轴体则是复杂的整体。以各部位人身的构造功能来导示“气化修真”，表示诸中次第和清晰的修持层次。即传统的行功：炼精化气，炼气化神，炼神还虚，炼虚合道的完整过程。

《修真图》又有《丹成九转图》之说，反念为“图转九成丹”，这也是告诉人们，传统的炼丹要通过九个复杂的层次才可达到一个完整的境界。图中的内容剖开了炼丹过程中的九个层次。

“元命真人”是经过修炼后所形成的真正自我，是自己的真性；未经修炼的人，是不健全的人，在修持过程中，自己逐步完善维修自己，经过自然的统一净化，而达到心理生理处于最佳的状态。图的下部：天一生水，先天肾水（元气），后天脾胃（土），先天元气是生命存在的动力，有先天元气，有后天饮食，这样人就有了生存的基本条件。这也就指出修真是从后天入手，用后天的手段和方法去弥补后天形成的不足，从而来修持真正的自我，形成完整的人。

书还没看，快递很给力在商店里我们可以看看新出现的商品，不一定要买但可以了解他的用处，可以增加我们的知识广度，扩宽我们的视野，同时随着社会的发展，科技不断更新，新出现的东西越来越多，日益满足社会发展的需要，使我们的生活越来越精彩，而我们购物要根据自己的情况分析，不要买些外表华丽而无实际用处的东西，特别是我们青少年爱对新生的事物好奇，会不惜代价去买，这是我们要注意的！京东商城的东西太多了，比淘上的东西还要多，而且都是正品，我经过朋友的介绍来过一次，就再也没有去过别的购物网站了。书的内容很好，就是快递寄到时外面的塑料包装都破损了，幸好书未烂，希望京东在快递上更加强一点，正在阅读中，书不错，是正版，送给老公的。做父亲的应该拜读一下。以后还来买，不错给五分。内容简单好学，无基础的人做入

门教材还是很不错的，配料的讲解很细致，雕塑技法讲解也很细致。人物雕塑难度不大，也有鲜明的形象个性，但算不上精美。的确有可学之处，做入门教材还是不错的。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。据了解，京东为顾客提供操作规范的逆向物流以及上门取件、代收货款等专业服务。已经开通全国360个大中城市的配送业务，近1000家配送站，并开通了自提点，社区合作、校园合作、便利店合作等形式，可以满足诸多商家以及消费者个性化的配送需求。为了全面满足客户的配送需求，京东商城打造了万人的专业服务团队，拥有四通八达的运输网络、遍布全国的网点覆盖，以及日趋完善的信息系统平台。所以京东的物流我是比较放心的。好了，现在给大家介绍两本好书：一、致我们终将逝去的青春。青春逝去，不必感伤，不必回首。或许他们早该明白，世上已没有了小飞龙，而她奋不顾身爱过的那个清高孤傲的少年，也早已死于从前的青春岁月。现在相对而坐的是郑微和陈孝正，是郑秘书和陈助理是日渐消磨的人间里两个不相干的凡俗男女，犹如一首歌停在了最酣畅的时候，未尝不是好事，而他们太过贪婪固执地以为可以再唱下去才知道后来的曲调是这样不堪。青春就是用来追忆的，所以作者写的故事是来纪念。不是感伤懊悔，而是最好的纪念。道别的何止是最纯真的一段唯美，而是我曾经无往不胜的天真青春啊。请允许吧，那时的少年，尽情言情。一直言情，不要去打扰他们，他们总有一天会醒来。告别青春，因为青春，终将逝去。陪你梦一场又何妨。二、写不尽的儿女情长，说不完的地老天荒，最恢宏的画卷，最动人的故事，最浩大的恩怨，最纠结的爱恨，尽在桐华《长相思》。推荐1：《长相思》是桐华潜心三年创作的新作，将虐心和争斗写到了极致。全新的人物故事，不变的感动、虐心。推荐2：每个人在爱情中都有或长或短的爱而不得的经历。暗恋是一种爱而不得，失恋是一种爱而不得，正在相恋时，也会爱而不得，有时候，是空间的距离，有时候，却是心灵的距离。纵然两人手拉手，可心若有了距离，依旧是爱而不得。这样的情绪跨越了古今，是一种情感的共鸣。推荐3：唯美装帧，品质超越同类书，超值回馈读者。《长相思》从策划到完成装帧远远领先目前市场上同类书，秉承了桐华一贯出产精品的风格，将唯美精致做到极致，整体装帧精致唯美，绝对值得珍藏。京东有卖。

[道教学译丛（9）·《修真图》：道教与人体_下载链接1](#)

书评

[道教学译丛（9）·《修真图》：道教与人体_下载链接1](#)