

天^{てん}の書

「気」とは

「すべての「大元」である」

21

人^{じん}の書

「気功」とは

「「気」を自在に操作する」

63

陰陽

気の質と種類

「気」は生命力

病は気から

陰陽五行説

「気」は情報

「気」の力

22

28

35

39

48

54

59

流派と特徴

道家気功

道家気功の世界は大変奥が深い

人間の一生／陰と陽の流れ

65

67

72

80

合ごうの書

運命を変える

〜心のあり方〜

89

一いつの書

感謝の心

〜すべては「世のため、人のため」に〜

113

人の本質

心の構成

脳の機能

病気と療法

運命について

ことだま
言霊

感謝と懺悔

すべては世のため、人のために

136 120 115

105 101 98 95 92

功こうの書

実践に関する理論と修練法

～真智護法 玄光氣道～

141

気軽にスタートしよう

動功と静功

腹式呼吸の必要性

腹式呼吸を身につける

リラックスをする

雑念を減らす

静かな場所を選ぶ

空気のない場所を選ぶ

反応

方位

時間

五条

三調

八要

偏差へんさ

修練法

〜眞智護法
玄光氣道〜

177

アセンション

〜世のため、人のために〜

189

あとがき

195

静功

動功

最後に……

アセンションとは

皆様へ

193 190

186 182 178