

CONTENTS

まえがき	2
～龍鷲のつぶやきコラム～	5

1 章 中医学で説く氣功

1. 氣功で奇跡を見る！	
～奇跡を起こすには自分観察から～	10
2. いろいろな氣	14
3. 中医学から見た氣功	17
4. 陰陽・氣血津液	22
5. 天人合一・五行	30
～龍鷲のつぶやきコラム～	34

2 章 自分に人に！ 氣功にトライ

1. 氣はどこからくる？ 氣を扱うときの意識	38
2. ウォーミングアップ、氣を感じてみよう！	44
3. 氣を強く太く！ 動功で自分に氣功を	51
4. 人や動物への氣功施術の方法	58

5. 遠隔氣功施術方法とその理屈!?	64
～龍鷲のつぶやきコラム～	71

3 章 「氣の持ちよう」は何より大事

1. 氣功院開業と龍鷲	74
2. 自分の身体の存在に気づいた日	83
3. ご自愛、できていますか?	87
4. 習慣になるとイイコトいっぱい!	93
5. 氣を周りにコッソリお裾分け	97
～龍鷲のつぶやきコラム～	102

4 章 イメージ力を強めて味方に

1. スピリチュアルテクニックも取り入れよう	106
2. 脳氣功でマンゴーアレルギーを克服	111
～龍鷲のつぶやきコラム～	115

5 章 「生きる」を心地よくしてみた実際

1. 氣功師冥利に尽きると感じること	120
2. 氣を扱えるようになると	124

3. ご自愛chi氣功®講座受講生様の声	128
4. まとめ	134
～龍鷺のつぶやきコラム～	137

おわりに

思いこそすべてを動かす原動力	139
----------------	-----

スペシャルサンクス 141