

Оглавление

Пролог

Предисловие

Введение

ИСКУССТВО ВОЙНЫ В ДАОССКОЙ ТРАДИЦИИ

«КНИГА ПЕРЕМЕН» И ВОЙНА

ОТНОШЕНИЕ БУДДИЗМА К ВОЙНЕ

«Отринуть всё зло»

«Свершить всё добро»

«Полностью познать ум»

«Таково учение Будды»

ТРЕТЬЯ ФОРМА «Лениво подобрать [полы] одежды » (*лань чжа и*)

УПРАЖНЕНИЕ «Большое отведение» (*да люй*)

ВНУТРЕННИЕ ДОСТИЖЕНИЯ В ТАЙЦЗИЦЮАНЕ (*тай цзи цюань нэй гун*)

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Устройство печи»

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Закладка ингредиентов»

ТРЕТЬЕ УПРАЖНЕНИЕ «Кузнечные меха»

ЧЕТВЁРТОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Плавка»

ПЯТОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Отлитие в опоки»

ОБ «УСИЛИИ НАМАТЫВАНИЯ НИТИ» (*чань сы цзинь*)

ЧЕТВЁРТАЯ ФОРМА «ШЕСТЬ ЗАПЕЧАТАНО, ЧЕТЫРЕ ЗАКРЫТО» (*лю фын сы би*)

ПЯТАЯ ФОРМА «ОДИНОЧНАЯ ПЛЕТЬ/ПРЕВРАЩЕНИЕ КИНОВАРИ» (*дань бянь*)

ПАРНОЕ УПРАЖНЕНИЕ «Четыре угловые руки» (*сы юй шоу*)

О ВЕЛИКОМ ПУТИ .

«Сто дней закладки фундамента» (*бай жи цзю цзи*)

«Десять лун беременности» (*ши юэ хуа тай*)

«Три года вскармливания» (*сань нянь бу жу*)

«Девять лет лицом к стене» (*цзю нянь мянь би*)

«ЗАВЕРШАЮЩАЯ ФОРМА» (*шоу ши*)

Вместо заключения