

«УШУ – ЗДОРОВЬЕ ТЕЛА И ДУШИ».

Книжная выставка, посвященная Всемирному дню тайцзицюань и цигуна

3 марта – 5 мая

Южный читальный зал (основное здание, 3 этаж)

Список литературы к выставке

1. Абаев, Н. В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае / Н. В. Абаев. — Новосибирск : Наука, 1983. — 125 с.
Шифр: 86; Авторский знак: А13; Инв. номер: 1903790-ЕФ
2. Алиджик, А. Осознанное дыхание как способ работы с психосоматикой / Алиджик А. — Москва : АСТ, 2021. — 255, [1] с. — (Книга тренинг).
Инв. номер: 2434154-КХ
3. Андреев, Ю. А. Твое волшебное дыхание : энциклопедия методов лечебного дыхания / Ю. А. Андреев. — Москва [и др.] : Питер, 2007. — 152, [1] с. — (Храм здоровья).
Формат: С; Инв. номер: 2288533-КХ
4. Баоцзюань о Пу-Мине : факсимиле. — Москва : Наука, 1979. — 368, 371 с. — (Памятники письменности Востока. 56).
Инв. номер: 1765782-КХ
5. Бежин, Л. Е. Ду Фу : [китайский поэт VIII в.] / Л. Е. Бежин. — Москва : Молодая гвардия, 1987. — 271 с., [16] л. — (Жизнь замечательных людей. Серия биографий. Вып. 5 (674)).
Инв. номер: 2041614-КХ
6. Белова, Л. Б. Золотые рецепты цигун / Л. Б. Белова. — Москва. — Санкт-Петербург : АСТ : Сова, 2009. — 157, [1] с. — (Древние целительные практики).
Формат: С; Инв. номер: 2377597-КХ
7. Белова, Л. Б. Цигун для начинающих : пробуждение Ци — первый шаг к здоровью / Л. Б. Белова. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2012. — 218, [1] с. + 1 электрон. опт. диск (CD).
Инв. номер: 2334951-КХ

8. Белова, Л. Б. Цигун : исцеляющие упражнения пяти стихий на весь год / Л. Б. Белова. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2011. — 309, [2] с. + 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
Инв. номер: 2308566-KX
9. Белова, Л. Б. Цигун : путешествие с белым журавлем : практические занятия / Л. Б. Белова. — Санкт-Петербург. — Москва : Пионер : АСТ : Астрель, 2003. — 222 с.
Инв. номер: 2248573-KX
10. Белова, Л. Б. Цигун : укрепляем позвоночник и суставы / Л. Б. Белова. — Москва. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2011. — 214, [1] с. + 1 электрон. опт. диск (DVD) — (Азбука восточной медицины).
Инв. номер: 2317713-KX
11. Белова, Л. Б. Цигун-терапия времен года : помолодеть на 15 лет / Л. Б. Белова. — Москва [и др.] : Питер, 2003. — 316 с. — (Исцели себя сам).
Инв. номер: 2400720-KX
12. Боевые искусства ушу. — Пекин : China pictorial publishing house : Тянь Хуэй : Чжунго Хуабao [распространитель], 2014. — 210 с. — (Поразительная китайская культура. в 5 т. т. 3).
Инв. номер: 2388652-KX
Шифр: 75(5Кит); Авторский знак: Б759; Инв. номер: 2388653-ИНО
Шифр: 75(5Кит); Авторский знак: Б759; Инв. номер: 2388654-ИНО
Шифр: 75(5Кит); Авторский знак: Б759; Инв. номер: 2388655-ИНО
Шифр: 75(5Кит); Авторский знак: Б759; Инв. номер: 2388656-ИНО
13. Бреслав, И. С. Дыхание - ключ к здоровью : мифы и реальность / И. С. Бреслав. — Москва : URSS : ЛИБРОКОМ, 2011. — 224 с.
Инв. номер: 2329926-KX
14. Бутейко, К. П. Дыхательные практики Бутейко. Действенные упражнения для лечения пневмонии и других заболеваний легких / К. П. Бутейко. — Москва : АСТ : Времена, 2021. — 222, [1] с. — (Авторские методики: психология и здоровье).
Инв. номер: 2431646-KX
15. Вон Кью-Кит Искусство кунг-фу монастыря Шаолинь : секреты самообороны, здоровья и просветления духа / Вон Кью-Кит. — Москва : Гранд : ФАИР, 1998. — 318 с.
Формат: С; Инв. номер: 2408535-KX
16. Вон Кью-Кит Искусство цигун / Вон Кью-Кит. — Москва : ФАИР, 2009. — 315, [1] с. — (Боевые искусства).

Инв. номер: 2313884-KX

17. Вон Кью-Кит Искусства Шаолиня: Кунг-фу, тай-цзи цюань и цигун / Вон Кью-Кит. — Москва : Гранд : Фаир-Пресс, 2004. — 380, [2] с. — (Боевые искусства).
Инв. номер: 2284073-KX
18. Герела, Н. Ф. Дыхание, движение, самомассаж : методика самооздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой / Н. Ф. Герела. — Ленинград : Петрополь, 1991. — 27, [9] с.
Формат: С; Инв. номер: 2158825-KX
19. Главные дыхательные практики : от дыхательной гимнастики Стрельниковой до Бутейко : [простые упражнения для любого возраста : более 100 упражнений]. — Москва : АСТ, 2021. - 235, [4] с. — (Авторские методики: психология и здоровье).
Инв. номер: 2435472-KX
20. Динейка, К. В. Движение, дыхание, психофизическая тренировка / К. В. Динейка. — Москва : Физкультура и спорт, 1986. — 63, [1] с. — (Физкультура и здоровье).
Формат: Б; Инв. номер: 1989169-KX
Формат: Б; Инв. номер: 1990494-KX
Формат: Б; Инв. номер: 1990495-KX
21. Долин, А. А. Кэмпо — традиция воинских искусств / А. А. Долин. — Москва : Наука, 1990. — 427, [2] с.
Инв. номер: 2125233-KX
Инв. номер: 2132895-KX
22. Ермолаев, О. Ю. Правильное дыхание : практическое пособие / О. Ю. Ермолаев. — Москва : Флинта : Наука, 2001. — 189, [2] с. — (Здоровый образ жизни).
Инв. номер: 2240526-KX
23. Зенгер, Х. фон Стратагемы : о китайском искусстве жить и выживать: знаменитые 36 стратагем за три тысячелетия / Х. Зенгер. — Москва : Прогресс-Культура, 1995. — 380 с.
Шифр: 88.5+87.3(5Кит); Авторский знак: 3-56; Формат: Б; Инв. номер: 2189009-ЕФ
24. Зинатулин, С. Н. Исцеляющая дыхательная гимнастика "Пневмобаланс" / С. Н. Зинатулин. — Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2013. — 223, [1] с.— (Без таблеток.ru).
Формат: С; Инв. номер: 2356121-KX
25. Зинькович, В. В. Боевое искусство ушу : традиционный стиль. стиль: Пьяный кулак: Основы техники / В. В. Зинькович. — Свердловск : [б. и.], [б. г.]. — 37 с.

Формат: С; Инв. номер: 2198016-KX

Инв. номер: 2198015-KX

26. Иванов, А. Как вылечиться от разных болезней. Рыдающее дыхание. Дыхание Стрельниковой. Дыхание йогов / А. Иванов. — Москва : Фолио СП, 2009. — 148 с. — (Здоровье - это счастье).

Формат: С; Инв. номер: 2290645-KX

27. И-Цзин: древняя китайская "Книга Перемен" : [перевод с китайского]. — Москва : ЭКСМО-Пресс : Око, 2001. — 559 с. — (Антология мудрости).

Формат: С; Инв. номер: 2230510-KX

28. Из книг мудрецов : проза Древнего Китая : перевод с китайского. — Москва : Художественная литература, 1987. — 351 с. — (Библиотека китайской литературы. редкол.: Г. С. Гоц и др.).

Инв. номер: 2035063-KX

29. Каталог гор и морей (Шань хай цзин). — Москва : Наука, 1977. — 235 с.

Инв. номер: 1703637-KX

30. Китайская лечебно-оздоровительная гимнастика ушу. — Алма-Ата : Инсбрук, 1990. — 79 с.

Формат: М; Инв. номер: 2130789-KX

31. Китайская мифология : энциклопедия : [древние мифологические традиции, легендарные императорские династии, мифологические каноны, конфуцианство, даосизм, буддизм]. — Москва. — Санкт-Петербург : Эксмо : Мидгард, 2007. — 415 с.

Инв. номер: 2288243-KX

32. Китайская Цигун-терапия : перевод с английского. — Москва : Энергоатомиздат, 1991. — 207 с.

Формат: С; Инв. номер: 2143769-KX

Формат: С; Инв. номер: 2144960-KX

33. Красулин, И. А. Жесткий Цигун: управление жизненной энергией в практике боевых искусств / И. А. Красулин. — Москва : Энергоатомиздат, 1992. — 149, [1] с.

Инв. номер: 2165924-KX

34. Красулин, И. А. Ушу - путь к победе / И. А. Красулин. — Москва : Знание, 1992. — 62, [2] с.

Инв. номер: 2164344-KX

35. Крюков, М. В. Китайский этнос в средние века (VII-XIII) / М. В. Крюков. — Москва : Наука, Главная редакция восточной литературы, 1984. — 336 с., [4] л. ил.

Инв. номер: 1922121-KX

36. Крюков, М. В. Этническая история китайцев на рубеже средневековья и нового времени / М. В. Крюков. — Москва : Наука, Главная редакция восточной литературы, 1987. — 312 с., [2] л. ил.

Инв. номер: 2023600-KX

37. Кунг-фу : Вып. 3 : Стиль "Длинный кулак". — Москва : Аэро-принт, 1990. — 53 с.

Инв. номер: 2127295-KX

38. Лао-Цзы Дао-Дэ-цзин : книга о пути жизни / Лао-Цзы. — Москва : Феория, 2010. — 703 с. — (Древо).

Инв. номер: 2309241-KX

39. Ли, Бо Китайский поэт золотого века Ли Бо : 500 стихотворений / Ли Бо. — Санкт-Петербург : Нестор-История, 2011. — 326, [1] с., [1] л. ил.

Инв. номер: 2353551-KX

40. Ли, Бо Нефритовые скалы : [стихи] : перевод с китайского / Ли Бо. — Санкт-Петербург : Кристалл, 2000. — 383 с. — (Библиотека мировой литературы. Малая серия).

Формат: С; Инв. номер: 2230508-KX

41. Линдер, И. Б. Останови оружие : [у-шу] : книга для учащихся старших классов / И. Б. Линдер. — Москва : Просвещение, 1991. — 78, [2] с.

Инв. номер: 2146803-KX

Инв. номер: 2147693-KX

42. Линь, Х. Секреты китайской медицины : 300 вопросов о Цигуне / Х. Линь. — Новосибирск : Наука, 1993. — 415 с.

Шифр: 53.59; Авторский знак: Л599; Инв. номер: 2172370-ЕФ

43. Малявин, В. В. Традиция "внутренних школ" ушу / В. В. Малявин. — Москва : [б. и.], 1993. — 104 с.

Инв. номер: 2177779-KX

44. Маринов, М. Б. Ушу - путь обретения здоровья / М. Б. Маринов. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. — 190, [1] с., [8] л. цв. ил. — (Мастера боевых искусств).

Формат: Б; Инв. номер: 2311346-KX

45. Маслов, А. А. Синъицюань: единство формы и воли / А. А. Маслов. — Москва : Здоровье народа : Гарт, 1994. — 176 с. — (Тайны воинских искусств. Кн.7).

Инв. номер: 2189197-KX

46. Маслов, А. А. Энциклопедия восточных боевых искусств / А. А. Маслов. — Москва : ГАЛА ПРЕСС, 2000. — 511 с.

- Шифр: 75.715.9я2; Авторский знак: М316; Формат: Б; Инв. номер: 2232391-ЕФ*
47. Масперо, А. Даосизм / А. Масперо. — Санкт-Петербург : Наука, 2007. — 293, [1] с.
Инв. номер: 2305820-КХ
48. Миямото, М. Книга пяти колец : [сборник трактатов] / М. Миямото. — Москва : АСТ, 2018. — 268, [2] с. — (Библиотека военной и исторической литературы).
Инв. номер: 2438180-КХ
49. Морозова, Н. В. "Воспаряющий журавль" : комплекс упражнений древнекитайской оздоровительной системы цигун / Н. В. Морозова. — Москва : Художественная литература, 1993. — 157 с.
Формат: С; Инв. номер: 2167174-КХ
50. Пигулевская, И. С. Восстанавливающие практики после ковида : фитотерапия, лечебные ванны, тай-чи, цигун, правильное питание, аэротерапия, йога, галотерапия, дыхательная гимнастика / И. С. Пигулевская. — Москва : Центрполиграф, 2021. — 254, [2] с.
Формат: С; Инв. номер: 2435414-КХ
51. Письмена на воде : первые наставники Чань в Китае. — Москва : Сфера, 2000. — 604, [1] с.
Инв. номер: 2412070-КХ
52. Полетт, Р. Тай-цзи для начинающих : [альбом] / Р. Полетт. — Москва : ФАИР-ПРЕСС, 2002. — 128 с.
Формат: Б; Инв. номер: 2282773-КХ
Формат: Б; Инв. номер: 2282774-КХ
53. Померанцева, Л. Е. Поздние даосы о природе, обществе и искусстве ("Хуайнаньцзы" - II в. до н. э.) / Л. Е. Померанцева. — Москва : издательство МГУ, 1979. — 240 с.
Шифр: 87.3; Авторский знак: П551; Инв. номер: 1764913-ЕФ
54. Правдина, Н. Б. Волшебные секреты молодости : практика цигун / Н. Б. Правдина. — Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2011. — 155, [1] с. — (Мастер-класс удачи).
Формат: С; Инв. номер: 2318490-КХ
55. Пэн, Р. Жизненная Сила : мастер-ключ : секреты цигун для здоровья, успеха и мудрости / Р. Пэн. — Москва : София, 2015. — 348, [2] с.
Формат: С; Инв. номер: 2379495-КХ
56. Рифтин, Б. Л. Китайская мифология, фольклор и роман : избранные труды в 2 томах / Б. Л. Рифтин. — Москва : ИДВ РАН, 2022.
Т. 1.: 567 с., [1] л. портр. Формат: Б; Инв. номер: 2441699-КХ

- Т. 2: — 414, [1] с., [1] л. портр. Формат: Б; Инв. номер: 2441700-КХ*
57. Сарадананда, С. Энергия дыхания : искусство правильного дыхания - путь к гармонии, счастью и здоровью / С. Сарадананда. — Москва : ФАИР, 2010. — 159, [1] с.
Формат: Б; Инв. номер: 2313870-КХ
58. Стратегемы власти. Наставления императору. — Москва : РИПОЛ классик, 2017. — 362, [1] с. ; 18 см. — (Кофе с мудрецами).
Формат: С; Инв. номер: 2408333-КХ
59. Сунь-Цзы, Искусство войны / Сунь-Цзы. — Москва : Яуза : Эксмо, 2021. — 301, [2] с.
Формат: Б; Инв. номер: 2427733-КХ
60. Триняк, Н. Г. Управление дыханием и здоровье / Н. Г. Триняк. — Киев : Здоровья, 1991. — 158, [1] с.
Формат: С; Инв. номер: 2152777-КХ
61. Упражнения Цигун и приемы массажа для мозга и нервной системы. — Ростов-на-Дону. — Краснодар : Феникс : Неоглори, 2009. — 125 с. + 1 электрон. опт. диск (DVD-ROM) — (Яншен).
Инв. номер: 2310819-КХ
62. Ушу : китайские боевые искусства : перевод с китайского. — Москва : Наука - Восточная литература, 2017. — 239 с. — (Китай на Шелковом пути). — (Китай).
Инв. номер: 2398643-КХ
63. У-шу. Китайская оздоровительная гимнастика : методические разработки. — Свердловск : [б. и., б. г.]. — 15 с.
Формат: С; Инв. номер: 2136998-КХ
64. Ушу. Начало пути. — Барнаул : Алтайское книжное издательство, 1990. — 79 с.
Формат: С; Инв. номер: 2133593-КХ
65. Уэйн, Питер. Анатомия тай-цзы : возможность за 12 недель сделать тело здоровым, сердце неутомимым, а ум - острым / Питер Уэйн в соавторстве с Марком Фюрстом ; перевод с английского: Анваер Александр Николаевич ; Harvard Medical School. - Москва : АСТ : Кладезь, 2023. - 382, [1] с. : ил. - (Атлас человека : профессионально-популярное издание).
Инв. номер: Б 2451204-КХ
66. Форстейтер, М. Даосские притчи / М. Форстейтер. — Москва : София, 2003. — 254, [1] с.
Формат: М; Инв. номер: 2420537-КХ

67. Цзе Сюань Военный канон в ста главах : [трактат] / Цзе Сюань. — Москва : Европа, 2011. — 170, [1] с.
Инв. номер: 2367042-KX
68. Цзи Ц. Техника самообороны Дуаньда / Ц. Цзи. — Москва : Прасковья, 1995. — 285с.
Инв. номер: 2190381-KX
69. Цэнь, Юйфэн Глубокое дыхание Цигун против болезней : современное руководство по древней методике исцеления / Цэнь Юйфэн. — Москва : Эксмо, 2020. — 303 с. — (Главные секреты медицины Востока). — (Народная медицина Востока).
Инв. номер: 2428934-KX
70. Шабшин, И. И. Восток - Запад. Управление эмоциями : книга о психологии с восточным акцентом / И. И. Шабшин. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. — 119, [5] с. — (Психологический практикум).
Инв. номер: 2351582-KX
Инв. номер: 2355617-KX
71. Ши Най-ань Речные заводи : [роман : в 2-х томах] / Ши Най-ань. — Санкт-Петербург : Наука, 2014.
Т. 1: 2014. — 606, [1] с. Инв. номер: 2374421-KX
Т. 2: 726, [1] с. Инв. номер: 2374422-KX
72. Шишонин, Александр Юрьевич (1978-). Дыхательная гимнастика доктора Шишонина : [лечение без лекарств, 30 минут в день, крепкий сон, снижение тревожности, здоровые легкие] / Шишонин Александр Юрьевич. - Москва : АСТ, 2022. - 46, [1] с. : ил., портр. - (Азбука здоровья).
Инв. номер: 2442737-KX
73. Шоу, С. Цигун для начинающих / С. Шоу. — Москва : Фаир-Пресс, 2006. — 173, [2] с. — (Для начинающих).
Формат: С; Инв. номер: 2282943-KX
74. Щетинин, М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой / М. Н. Щетинин. — Москва : Метафора, 2008. — 128 с. — (Посоветуйте, доктор!).
Формат: С; Инв. номер: 2312210-KX
75. Юань Кэ Мифы древнего Китая / Юань Кэ. — Москва : Главная редакция восточной литературы, 1987. — 526 с.
Инв. номер: 2021128-KX

76. Ян Цзюньмин Корни китайского цигун : секреты успешной практики / Ян Цзюньмин. — Москва : София, 2007. — 335 с.

Инв. номер: 2282308-КХ

77. Ян Цзюньмин Цигун : медитация : зародышевое дыхание / Ян Цзюньмин. — Москва : София, 2007. — 212, [1] с.

Инв. номер: 2284659-КХ

[Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В. Г. Белинского](#)
г. Екатеринбург, ул. Белинского, 15. Единая справочная: (343) 3046030