

Foundations of Daoist Practice

Daoist Foundation 道教基金會

Three Orientations (*sānfāng* 三方)

1. View (*kànfǎ* 看法)
2. Practice (*xiūliàn* 修煉)
3. Experience (*zhèngyàn* 證驗)

Nine Foundations (*jiǔgēn* 九根)

1. Cosmology and theology (*shìguān* 世觀: *yǔguān* 宇觀 & *shénxué* 神學)
2. Astro-geomancy (*fēngshuǐ* 風水)
3. Practice principles and guidelines (*yuánzé* 原則)
4. Health and longevity practices (*dǎoyǐn* 導引 & *yǎngshēng* 養生)
5. Dietetics (*shíxué* 食學)
6. Ethics (*déxíng* 德行)
7. Meditation (*dǎzuò* 打坐)
8. Scripture study (*jīngxué* 經學)
9. Ritual (*yíshì* 儀式)

