

# 中国气功 功法大全

● 主编 / 楼羽



ZHONGGUOIGONGGONGFADAOQUAN



中医古籍出版社

# 中国气功功法大全



● 装帧设计 / 于天水  
● 责任编辑 / 柳 榕

ISBN 7-80013-401-6/R·398

定价：180.00元

# 前言

中华民族在五千年文明历史的发展过程中，创造了辉煌灿烂的科学文化，具有东方文化特色的“气功”以其独特的功理、功法及临证效果而著称于世，并为人类的保健事业和整个医学科学的发展作出了巨大的贡献。

近年来随着气功的发掘和普及，这一古老的学科重新焕发出青春华采，洗刷了人们曾经对它的冷漠和歧视。气功在祛病保健，强身延年方面的积极作用和它在人体科学、物理化学和现代生物学等领域的实验研究成果，大大开拓了人们的视野，形成了一门新兴的气功科学，并受到人民群众的热情欢迎和广泛支持。一个更广泛、更深入的气功热潮正在形成，这一趋势也逐渐扩大到海外，形成世界上继“针灸热”之后又一热点——“气功热”。

气功由于源远流长，在漫长的历史发展过程中，形成了众多的流派，并各具特色，可谓“门派林立，众家各异”，气功一词包含的内容就非常广泛，如有吐纳、行气、导引、炼丹、玄功、静功、修道、参禅、禅定、定功、性功、命功、内功、养生法、止观法、六妙门、性中性、大圆满、大手印、真气运行、移情变气等。仅仅从气功功法名称上来进行分析，大致与练功的方法、目的和理论有关。如从练功目的取名的有保健功、明目功等，从练功理论取名的有太极拳、形意拳、坐禅等。古代道家气功学派云：“道法三千六百门”。可谓气功的种类和方法非常繁多。历代的道、佛、儒、医、武术与民间等流派，在练功方法上都有自己的特点。从练功要诀上讲，道家要求“修心练性”，佛家要求“阴心见性”，儒家要求“修身养性”。但这些不同的气功功法都有调动人体潜能，以达到强身延年的效果。

我国古代气功文献资料浩如烟海，仅《道藏》中就收有六百多种，此外在佛家、儒家、医家书籍中也有大量气功文献记载。挖掘整理工作，是一项既重要又艰巨的任务，它不仅要求研究者有较高的医学、气功学及古汉语、现代汉语等方面的知识，还须自身有较高的气功功底。这次我们组成有老中青结合的气功功法整理编写组，历时三载，从数以万计的气功文献资料中，选编出五百余种气功功法，这些功法或自成一体，或为一门一派，或在民间有重大影响，可谓集我国古今气功功法之大成。在本书的编写过程中得到浙江省中医药研究院图书室、浙江中医学院图书馆、浙江图书馆、北京中国中医研究院图书馆、上海中医学院图书馆、山东中医学院图书馆等单位的支持，浙江美术出版社郭奔同志以及金茂鑫同志、蔡华同志为本书绘图，著名书法家胡文科为本书题写了书名，在此一并致谢。

限于我们的水平，舛误之处敬请海内外同仁予以指正。

楼羽刚

一九九一年十二月于杭州

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>