

写在前面

气功为祖国医学宝库中的一颗明珠，它包括导引、吐纳、桩功、静坐、运气等内容，历史悠久，为别具一格的健身和防治疾病的方法。

气功是既古老又年轻的一门科学，目前已为国内外各界人士所重视。几十年来，编著者遵照继承、发掘、整理、提高、普及的精神，将流传民间的20种功法通过实践、予以总结，写成本书，名为《气功医疗经验录》。

本书内容具有对症治疗的特点，即根据病情，选择相应的功法，确定适当的练功量，除对常见疾病有良好效果外，对某些疑难重症也常常收到意想不到的效果。练功者要有“四心”——信心、决心、恒心、专心，指导者要“二心”——热心和耐心。气功既健身，又养心，而且学练容易，效果理想，无论男女老弱病残，均可适用，无不良反应及副作用。

在编写过程中，社会哲学联合会、气功科学研究会、体委、科委、武协、医院、医学院校、中小学校、工会、街办、公社等均曾给予大力支持；上海气功研究所所长马春同志为本书题字；常州市中医研究所所长邓国刚，江苏省社会学学会副理事长兼江苏省体育科学学会常委李习友，以及无锡国棉一厂职工医院院长沈正初等同志，对我们的编著工作曾给予热情的鼓励和支持；常州市广化区人民医院院长邹回春和老年退休职工委员会主任徐宗干，常州市文化馆馆长王润元，老干部局局长龚景祥和文化宫文体科长孙学博，以及江

苏省工人常州疗养院院长钱秋明和常州高级中学工会主席刘清义等同志，曾大力支持和协助创办各期气功医疗讲习班、气功医疗研究室和总结气功医疗经验，还有姜金荣和居建宁二位同志协助整理资料、照相及绘图，以及贾绣君和吴惠清两位女同志协助缮写和校对；此外，丁中希、王润、王裕民、尤克昌、毛涵林、倪进根、古国安、厉鼎禹、包澄涵、汤高峰、刘阳河、刘成勋、刘志云、刘定益、刘尚志、刘莘望、刘锡勇、阎海、许风瑞、朱龙骧、朱春娥、朱建忠、成建山、宋为真、严占国、李鸣、李毓俊、杨金海、杨树慧、肖韵馨、时源祥、吴文逸、吴明、何文耀、陆仲灵、陆泾泉、陈大隆、陈木先、陈锡林、陈斐、周士枋、周培良、郑志刚、金来娣、金豫、张玉清、张平、张礼、张金华、张若衡、张荣根、张俊、张细惠、姜庚祥、宫维嘉、施益明、项斌、赵中礼、赵永乐、赵荣金、答旦、钮淑芬、姚五中、唐宝荣、袁志焕、袁洪业、顾夫荣、顾泳源、陶宝钧、钱育寿、钱惕明、钱祖稀、徐上池、徐荷芬、章淑芬、梅润兴、曹桂林、辅逸平、崔杰、董天恩、董顺官、蒋千里、蒋明、蒋耀庭、程坚、谢中科、谢智宏、甄为民、戴旭等同志在本书编著过程中，或提供了部分资料，或审阅了部分原稿，或协助了这样那样的工作；我们在此表示衷心的感谢！

功法虽经几十年的实践，限于编著者水平，内容不妥之处，恳祈同道与读者们指正。

编著者 1984年12月于常州

陈 序

气功能否治病？答案应该是肯定的。实验表明，气功组（42名）练功时脑电积分值较练功前增加61.9%（枕区）和73.8%（中央区），约1/3练功者还伴有θ波积分值增加，而对照组（40例）闭目休息时波积分值增加仅5%（枕区）和10%（中央区），两组有明显差别。可见练气功能加强和改善大脑兴奋或抑制过程相互转化的能力及其稳定性，对机能活动紊乱的大脑皮质有积极的调整作用，可使顽固的病理性兴奋灶转入抑制状态，从而收到治病的效果。

气功是我们祖先的宝贵遗产，经过现代科学的验证，人们对气功的认识逐渐由感性认识转化为理性认识，不过对气功的普及和提高还有待于气功爱好者的努力和宣传。

目前一般群众中对气功治病抱将信将疑的态度者不乏其人。有许多参加气功医疗讲习班的学员是医院无法治愈的病人，包括一些恶性肿瘤病人。他们觉得已经走投无路了，才抱着“试试看”的心理来学练气功的。经过3~6个月的练功，一些“顽症”痊愈了，他们才确信气功医疗的效果，有的还主动担任义务气功辅导员，为气功的推广作出了贡献。

还有一些西医对祖国医学抱民族虚无主义态度，虽然不敢公然打出“反对中医”的旗号，可是他们对气功一无所知，而又不研究，却说气功治愈疾病（尤其是治愈一些疑难重病）的报道不科学，甚至说成是“骗人”，是“玄学”。

为了排除开展气功治病道路上的一切障碍，李志如医师

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/>