

## 前 言

我少年时多病，医药鲜效。先祖父春庭公极为忧虑，不忍心看着我夭折。在五十多年前的一个初夏，恰当我祖父的表兄海慧禅师从西藏、印度等地求法还乡，先祖父命我皈依海慧禅师，学习内养功夫，一年后，诸病消除，体质渐趋康强。

禅师俗姓范，四川彭县云华山入。青年时代因反抗洋人侵略中国，在义愤中捣毁教堂，清政府下令搜捕，禅师远遁他方，浪迹天涯。初遇一位精通中医药学，对《周易》、《内经》及道家学术很有研究的道家净明派高人，授以丹道修炼之术，遍游国内佛、道胜地，后又几翻到西藏、印度精修密法。抗战前夕，返望家乡以报国，后隐名外出，不知所终。

禅师毫无门户之见，对佛、道两家锻炼之法求同存异，取其精华，弃其糟粕，传授弟

子，因人而异。

解放后，我参加了医务工作，怕引起同志们的误会，就放弃了锻炼。

1978年、1979年，我先后两次遭遇车祸，造成严重的脑外伤后遗症，并继发糖尿病、周围神经炎，又感染了肺结核。经常头昏头痛、耳鸣、失眠、咳嗽、咯血，时常昏倒、抽搐，四肢麻木无力，形体极度消瘦。住院治疗一年，病情有所好转，但昏倒、抽搐还时常发生。每当昏倒抽搐一次，精神衰败亦随之增加，心中很悲观，以为从此成为废人了。1980年冬，在失望之中，又重新恢复练功，约半年时间，身体康复，糖尿病虽尚未得到根治，但全身情况良好，能坚持繁忙的工作，爬山涉水亦能无恙。

1984年春末，四川省中医学会要我交流气功经验。我把禅师所授予我的功法作了一些介绍，1985年春受益者一个传一个，大家都要求在成都中医学院附属医院开办气功讲习班。在院领导大力支持下，鼓励我和其他同志努力开展好此项工作。经过两期传授，多数病人都有不同程度的好转。

本功法不仅佛、道两家不相矛盾，而且与中医哲学思想相吻合。我行医五十多年，研究过的医典不算太少，多少有点鉴别能力，尤其在实践中，更体会到此种功法，不但有利于对疾病的治疗，而且有利于一切养生者强健身

体，延年益寿。因此，本人不敢自秘，经过两个多月的孤灯寒夜，初次脱稿，以公诸于世，对同道抛出这一引玉之砖。因时间仓促，思考不周，谬误良多，敬请广大同道及读者们不吝赐教为盼。

**李 仲 愚**

于成都中医学院附属医院

1986年12月

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/>