

前 言

气功是中华民族宝贵的文化遗产。它历史悠久，源远流长，在我国已有数千年的历史。气功门派繁多难以计数，据传有3600种。功法可分为软功、硬功、静功、动功。最近十几年实践中出现的无数事实证明，气功用于强身健体、防病治病、延年益寿确有神奇的功效。因此，在我国神州大地掀起的一股气功热，已冲破国界推向世界。现今我国越来越多的人热爱气功并身体立行的加入到练功的行列中来，“气功热”方兴未艾。

我们在实践活动中遇到的患慢性病练功者要求对症练功，练功中出现偏差不会纠正，初学气功不得其法等问题，为了帮助他们解决寻师难、找资料难的问题，我们选编了这本《实用医疗气功》奉献给广大的患者和气功爱好者，希望他们能终身受益。

编者

1989年8月

目 录

前言

第一章	气功疗法基本教程	(1)
一、	正确认识 and 对待气功疗法	(1)
二、	气功疗法的注意事项	(2)
三、	气功的意念部位	(4)
四、	气功功法集锦	(6)
五、	气功的效应	(12)
六、	气功的运用	(14)
七、	气功纠偏的方法	(15)
八、	气功文献辑解	(17)
九、	气功名词辑解	(26)
第二章	气功功法介绍	(29)
一、	如何选择气功功法	(29)
二、	长寿功	(34)
三、	九子长寿功	(37)
四、	吐纳气法	(40)
五、	坐式八种	(48)
六、	真气运行法	(53)
七、	苏氏养生法	(56)
八、	苏氏气功疗法	(58)
九、	三 8 运气法	(63)
十、	益智动静功	(64)
十一、	太极运气功	(67)

十二、金陵太极功	(72)
十三、太极尺气功	(77)
十四、混元桩	(79)
十五、铁裆功	(83)
十六、五官按摩强壮功	(86)
十七、六合心意拳内功	(89)
十八、意拳健身桩	(93)
十九、武当明目功	(97)
二十、眼耳鼻保健功	(100)
二十一、四合功	(101)
二十二、气功接桥术	(104)
二十三、铜钟劲气功操	(108)
二十四、采日精月华功	(111)
第三章 疾病气功疗法	(114)
一、神经性头痛的气功疗法	(114)
二、神经衰弱的气功疗法	(117)
三、神经官能症的气功疗法	(120)
四、脑动脉硬化的气功疗法	(123)
五、中风的气功疗法	(127)
六、癌病的气功疗法	(130)
七、冠心病的气功疗法	(134)
八、风湿性心脏病的气功疗法	(138)
九、心律失常的气功疗法	(141)
十、心肌病的气功疗法	(145)
十一、血栓闭塞性脉管炎的气功疗法	(149)
十二、高血压病的气功疗法	(151)
十三、低血压病的气功疗法	(155)

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/>