

自序

我从事气功修炼已达十余年，开始仅仅是为了满足好奇心。80年代初，港台一些武打片在国内的上映以及国内《少林寺》影片的轰动，对我这个从小对武术有极其浓厚兴趣的人来讲，无疑是挡不住的诱惑。这给我开阔视野、增加武术知识提供了一个学习借鉴的机会。我常为屏幕上那些英雄们的高超技艺和绝伦无比的气功功夫而赞叹不已。当时我大学毕业好几个年头，在温州市一家颇具规模的综合性医院里担任外科医师，但小时候的兴趣与爱好，常常萦绕在心头，不时撞击着我的心灵。一个偶然的机，我奉命赴沪进修整形外科，在完成学业的同时，我开始了真正的气功的学习与修炼。在沪的十五个月中，我潜心修炼，加上儿时习武打下的基础，在气功方面长进较快。随后的几年里，我一面到处访师问友，一面潜心钻研，用自己所掌握的现代医学知识和传统医学知识，加上自己练功中的经验、体会和教训，逐渐创建了“浩源医疗气功”。在长期的气功教学、临床实践中，不断地将“浩源医疗气功”进行修改和补充，使之更加完善。

我在气功临床和教学中，采用了与传统气功完全不同的理论、练功方法、意守部位，使修炼者在较短的时间里就能根据我所创悟的气功原理进行修炼，使身体恢复健康，特别在治疗那些被认为是不治之症及那些长年困扰人们的慢性病方面有较好的疗效。我认为脏腑器官有病变的人，不妨按此法一试。只要认真修炼，持之以恒，绝大多数的病人都可以有所收获。因为该功法疗效快、时间短，虽源于气功却又与传统气功有所不同，故我将“浩源医疗气功”的一步功修炼方法单独提出，暂定名为“齐氏

“气功快速自我祛病法”，编写成册，奉献给大家。谨望读者能够耐心地读完、搞懂、悟透，依靠自己的潜能，祛除自己的痼疾，使自己有一个健康的体魄。这是我最大的心愿，也是我写此书的最终目的。

齐 永
1999年1月

目 录

自序	(1)
一、功法部分	
(一) 定义与特点	(1)
(二) 解剖学知识	(8)
(三) 适应范围	(25)
(四) 辅助功法	(27)
(五) 主体功法	(35)
(六) 他人助功	(40)
(七) 有关事项的说明	(46)
二、理论部分	
(一) 医疗气功的定义	(50)
(二) 浩源气功的概念与特点	(50)
(三) 医疗气功与中西医的关系	(51)
(四) 气功医学与中西医的不同之处	(51)
(五) 气功使人健康长寿的理论探讨	(54)
(六) 心理疲劳与生理疲劳的概念	(63)
(七) 气功修炼与其他体育运动的区别	(64)
(八) 气功的分类	(65)
(九) 对气的实质的探讨	(77)
三、修炼核心	
(一) 气功修炼中的“调形”	(79)
(二) 气功修炼中的“调息”	(85)
(三) 气功修炼中的“调心”	(99)
(四) 气功修炼中的“调饮食”	(106)

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/>