



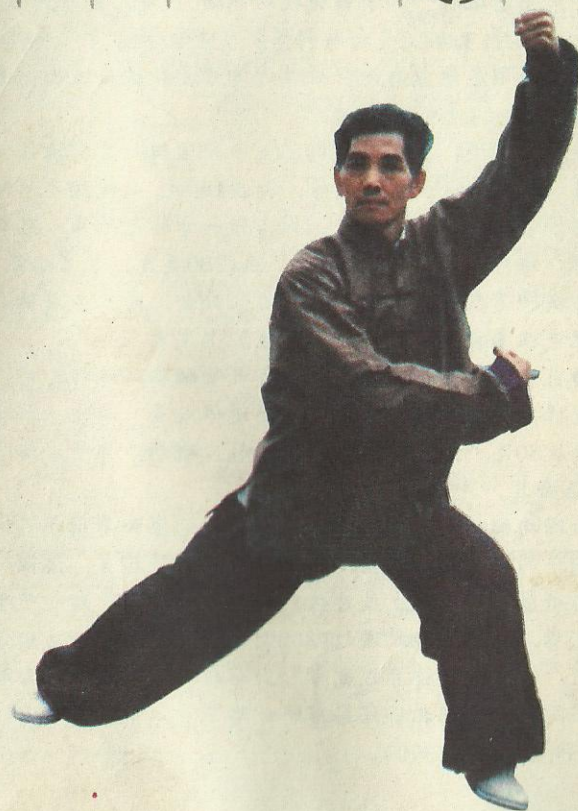
氣功

气功疗法与行为疗法

气功抗衰老的神经免疫调节作用

气功巧治脚扭伤

《性命法诀明指》功法简介



长春市春光电子仪器厂 推出最新保健产品

电子平喘器·多功能疾病探测治疗仪

最新研制成功的电子平喘器是用于治疗支气管哮喘（包括喘息性气管炎、支气管炎哮喘、肺气肿等）的特效仪器。该产品已获国家专利，专利号86204379。使用电子平喘器，能使患者即刻缓解症状，每天治疗一至两次，每次15分钟，两个疗程后（30天）可基本治愈。经532例患者使用有效率达95%，每台售价48元。

多功能疾病探测治疗仪探测诊断准确率达92%，治疗有效率达95%。该仪器几分钟内可测出人体各部疾病，并可准确治疗，是患者及家庭保健的好大夫，对风湿性关节炎、肩周炎、胃肠炎、腰肌劳损、支气管哮喘、坐骨神经痛、神经衰弱、妇科病、颈椎病、面神经麻痹、感冒及各种疾病引起的疼痛等均有奇特的疗效。该仪器分A、B二型：A型：探测治疗仪，既能探测又能治疗，单价63元/台。B型：多功能治疗仪，专用于治疗，单价44元/台。

以上产品，携带、操作方便。患者可自行治疗使用，无痛苦无副作用，保修半年，无效可退货。我厂长年开办免费邮购业务，备有现货，用户可通过当地邮局汇款购买，请写清详细地址和姓名，切勿电汇。汇款地址：吉林省长春市春光电子仪器厂 邮码：130114 联系人：王红

古朴的内丹功 神奇的磁带

势必风行国内外

经湖北省宜昌市体委批准,中国楚天内丹养生术功法研究会举办的全国首届高级师资班,面、函授开始向全国招生。

《楚天内丹养生术》是楚文化发祥地流传的道家内丹功,注意性命双修,炼津化丹,九日初成。“七七”烹炼丹成后,发放外气能量大,并可自动调气功于患处,自疗显著。该功法还可激发人体潜能,从而达到透视、远视、意念运转和宇宙交换功能场、气场,外气内收内气外放,以达到自疗和他疗。本年《气功与科学》7期19页有专题报道。

本会为在全国各地成立分会培养师资力量和适应练功高潮的需要,特举办:

1. 高级师资面授、函授班:内容①平秘阴阳;②灌清祛浊;③鼎炼金丹;④炼津化丹;⑤天人合一等,面授150元,函授80元(包括资料、教练证、磁带费等),时间一月,函授二张一寸登记照片,期满发钢印高级教练员证。海外学员面授150美元,函授80美元。凡本会高级教练员,均可在本会支持下在当地组织传功和成立分会,由本会发聘书。有论文的学员可优先在本会会刊《内丹与养生》上发表。

2. 练功自疗面、函授班:该功法可开智醒脑,练功自疗。凡久病不愈的各种慢性病患者、练功出偏者、离退休人员、学生、科研人员等均可参加。面授80元,函授35元(包括资料、磁带、邮费)。非学员咨询附寄2元,来函必复。

以上两班均配有悠悠古乐,通过强信息处理和高雅导引词的磁带。在练功期间,均接受发功试验,发功时辰见资料后页。该磁带在第二届国际气功科研成果展览会上成为热门的“抢手货”,听者能产生轻微触电样的强烈气感,陶醉入静,通过1300例不同症状患者练功验证,有效率达90%以上,被誉为“神奇的魔带”。对孕妇进行胎教也实为难得珍品。

来函汇款地址:湖北省宜昌市解放路2号(市群艺馆内)三峡武馆陈德龙收。邮政编码443000。

气功杂志

(月刊)

第十一卷 第十二期

一九九〇年十二月十二日出版

· 气功论坛 ·		
531	气功疗法与行为治疗	单怀海
534	放松及外气的效应	王嵩嵩
· 临床研究 ·		
535	现代小周天功对 HBsAg 携带者中性白细胞的影响	杨林全等
537	点穴及外气为主治疗胆石症 12 例	钱芝铭
· 实验研究 ·		
539	真气运行法对慢性病患者细胞免疫功能的影响	庞继洁等
541	气功抗衰老的神经免疫调节作用(摘要)	冀振华等
· 气功纠偏 ·		
542	不要将气窜当作偏差	柳培生等
543	一指禅外气点穴法纠偏	齐邦礼
· 气功实践录 ·		
544	站桩变换与可控自动功	艾光明
546	气功巧治脚扭伤	刘海龙
· 练功者园地 ·		
547	鹤翔壮气功使我老当益壮	张根生
547	真气运行妙用无穷	黄思刚
548	气功战胜死神	李相东
549	空松功给了我新生	朱荣鑫
550	我练新气功的收获	何毅
· 文献研究 ·		
554	略论“六妙门”修持法(续)	宋智明
557	《性命法诀明指》功法简介	何茂鸿
· 功法简介 ·		
560	白鹤双泉坐	王自强

· 气功古籍丛刊 ·		
551	试金石(续完)	傅金铨
552	康节邵子诗	傅金铨
· 读者·作者·编者 ·		
562	幻觉没有高低层次之分	陈炳硝
563	气功心理学与心理气功学之别	曾立格
· 气功拾趣 ·		
564	妙玉坐禅入邪与气功走火入魔	高 辉
565	气功谜浅解	何锡涛
· 气功博览 ·		
566	揭开气功的生理机制 “吸物人” 经络是特殊的液态物质 超然的沉思可益寿 头顶发热煎鸡蛋	苏联发现
· 简 讯 ·		
538	中国抗癌协会癌症康复会成立	
565	篆刻	
568	气功第十一卷总目录	
封面	太极打虎式	
封二	楚天内丹养生术班招生	
封三	武术器械	
封底	电子平喘器等	
本期责任编辑 方 红		

主 办 浙江省中医药研究院
 编 辑 浙江中医杂志 社
 (杭州市天目山路 26 号, 邮码 310007)
 主 编 陆 拯
 副 主 编 吕 直 方春阳
 刊 代 号 国内 32-12 国外 BM491
 出 版 浙江科技出版社
 印 刷 浙江新华印刷厂
 国内总发行 浙江省报刊发行局
 订 阅 处 全国各地邮局(所)
 国外总发行 中国国际图书贸易总公司
 (北京 2820 信箱)

QI-GONG

(An Exercise for Health and Longevity)

Monthly

December 1990

Vol 11 No 12

CONTENTS (Partial)

Behavior Therapy and Qigong	
<i>Chan Huai-hai</i>	(531)
Effect of Outgoing Qi and Relaxing Exercise	
<i>Wang Song-hao</i>	(534)
Having an Effect Neutrophil of Carrier of HBsAg by "Xian Dai Xiao Zhou Tian Gong" (A Type of Qigong)	
<i>Yang Lin-guan et al.</i>	(535)
Treating 12 Cases of Gaustones Mainly with Outgoing Qi	
<i>Qian Zhi-ming</i>	(537)
Treatment Foot Spraning with Qigong	
<i>Liu Hai-long</i>	(546)
Defeating Death with Qigong	
<i>Li Xiang-dong</i>	(548)
On "Liu Miao Men" (A Type of Qigong) Exercise	
<i>Song Zhi-ming</i>	(554)
A Briefing on "Xing Ming Fa Jue Ming Zhi" (A Work of Qigong)	
<i>He Mao-hong</i>	(557)
"Shi Jin Shi" (Touchstone)	
<i>Fu Jin-guan</i>	(551)

Editorial Office: Tianmushan Road, Hangzhou, China

Distributor: China International Book Trading Corporation

(GUOJI SHUDIAN)

P.O.Box 2820, Beijing, China, No BM491

气功疗法与行为治疗

上海市精神卫生中心 单怀海

气功疗法是我国传统医学的一部份, 近年来临床研究表明, 气功锻炼的过程涉及人体身心相互作用, 是一种与多学科相关的自我身心锻炼的方法。主要以自己的身体为对象, 通过有意识的控制和调节自我心理生理活动。有人从治病的角度称气功是祖国医学的一种行为治疗方法。行为治疗是一种将心理学中有关学习的理论应用于对行为障碍治疗的技术, 基本理论为巴甫洛夫的经典条件反射学说和 Skinner 的操作条件刺激强化学说, 其本质是一种心理治疗。笔者从医学心理学的角度来论述气功疗法与行为治疗之关系。

松弛疗法和放松功 松弛疗法 (Relaxation Therapy) 是一种非宗教性的松弛训练程式, 目前是医学心理学和精神医学门诊常用的行为治疗方法。其主要内容是轻装, 舒适静坐, 闭目, 顺次放松全身肌肉, 排除杂念和默数呼吸等。或肢体缓慢地欠伸运动, 伴以慢步、甩手等活动。每次训练 10~20 分钟, 每天 2 次, 可持续 3~6 个月。Jacobson (1938) 提倡的松弛疗法逐步肌肉放松和 Schultz, J.H. 提出的自我训练方法 (autogenic training) 都是指这一类松弛疗法。有学者认为它是东方瑜伽、气功的重新被发现与更名而已^[1]。研究表明, 这种松弛训练确能改变体内的某些生物学、生理学和心理学等变化。对焦虑症等疾病有显著疗效。

放松功是静功的一种, 主要内容是有意识、有步骤、有节奏地注意身体, 结合默念松字, 逐步地松弛肌肉、骨骼, 把全身调整得自然、轻松舒适, 排除杂念, 安定心神, 解除心身的紧张状态, 达到防治疾病的目的^[2]。可见放松功无论在理论上和方法上与松弛疗法均有许多相似之处。虽然放松功的全身松弛程度可能较松弛疗法弱一些, 但气功结合呼吸锻炼, 以及以静为主的肢体有节律的动作和动中有静的方法, 促进全身机体的重新协调, 疗效则更佳。气功的放松功与以学习理论为指导的交互抑制法, 即采用深度肌肉松弛结合系统“脱敏” (desensitization under relaxation) 的方法也颇为相似^[3]。因此, 放松功是中国式的松弛疗法, 不仅可以治疗高血压、支气管哮喘和溃疡病等疾病, 也可以治

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/>