

前 言

“大雁”是一种高能和长寿鸟，“气功”则指激发人体生物能场的形体运动。大雁气功是因模仿大雁的动作和习性而得名。

气功这一特殊的人体科学，在中国源远流长，已有五千年历史。从现代观点来看，气功锻炼通过激导和加强人体的生物能量循环，不仅可改善人体的机体素质，而且可开发人脑的功能。

大雁气功由佛家创始，后在道教中秘传，属道家昆仑派，始于中国晋代，至今流传千余年。就功法和理论特点而言，它属于老子所创的正宗道家丹功体系。

大雁气功过去长期在道教中秘传，它具有庞大的动功和静功的功法体系，功法计有七十余套，并分为基础功和高中级功的不同层次。修习大雁气功可产生祛病、强身、增寿、益智四大效果，使人的身心功能全面改善，效果优异。

大雁气功的当代传人——著名气功师杨梅君(女)全面继承了这派气功的功法和理论，从1980年起将这派气功奉献给人民。截至目前为止，已经有计划地传授功法20种。其中，基础功法包括“前、后六十四式”、拍打健身功、大雁健美功、五行静功、排毒静功(2套)等6套；高中级功计有昆仑缠手八卦、八字拔腰功、三叉螺旋功、大雁掌、绵掌、五行八卦拳、开胸放

香功、开发拳以及安位静功、遥视炼丹静功、高级秘传静功、开穴静功、佛禅收气静功和纠偏治疗功等 14 套。

为了推广大雁气功,在国家主管部门的领导下,建立了北京大雁气功辅导总站,杨梅君亲任总站长,同时她还被聘任为中国气功科学研究会的名誉理事、北京气功研究会顾问以及一些大学的名誉教授。

大雁气功是中国气功中的一派上乘功夫。“前、后六十四式”是两套基础功法,它模仿大雁的动作,刚柔相济,动静相兼,形体姿态优美,轻松自如,可疏通人体十二正经和奇经八脉等主要经脉,产生全身的整体气场。大雁气功的高中级功则在开通前述人体“外经”的基础上,进一步打通“内经”气道,加强表里沟通,强化人体与大自然之间的沟通。开胸放香功还可将人体的“丹气”转化为“丹香”(香气),循环于体内和辐射于体外。大自然的高纯能量可采收入人体,体内病毒素可被分离和排除,从而导致人体机能和气功功能跃升至更高的层次,并且真气还丹而炼筑“内丹”。

大雁气功虽功法高深,但简单易练,入门容易,深造也不难,老幼皆宜,没有禁忌,而且安全性极好。练此功有明目醒神、疏经和血、祛病健身之功效,可改善人脑的智能,并增强和提高人体对大自然的适应能力。

大雁气功以练本、治本为主,激导人体主要经络穴位,加强整个人体的功能,优化神经和体液调节系统,调节脏腑机能,平秘阴阳,调和气血。因而可治疗各种慢性病和其它疾病,诸如:神经、心血管、呼吸、消化、泌尿等系统的各种疾病,还可治疗精神病、癫痫病、各种结石症、各类关节炎、皮炎、妇科病、糖尿病、胰腺病、尿毒症、胸膜炎、脑瘤、五官疾病、耳聋、青光

眼、白内障、各种毒症、红斑狼疮、梅毒、艾滋病、癌症以及腰腿四肢的疾病等。久练可以防止各种毒症和癌症的发生。

目前，大雁气功已在全国大部分省市普及，取得良好效果，练功者已超过二百万人。在香港、日本、东南亚、美国、加拿大、西北欧等国家和地区也赢得大批爱好者，并深受赞誉。

大雁气功以老子《道德经》和《周易》八卦为基本理论，主张松静虚空、阴阳守中、道德一体。

北京大雁气功辅导总站

1993年1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/>