

YI LIAO JIAN SHEN QI GONG

# 医疗健身气功

主 编：张六通

副主编：沈福道

编 者：莫振华 刘 莉

中国·武汉

# 前 言

气功作为一种强身健体、防病治病的方法，在我国有悠久的历史。它的应用范围，已不仅仅局限在健身和治病这两个主要方面，同时也在国防军事、工业、农业、智力开发等方面发挥着巨大的作用，这样的报道及实例已屡见不鲜，所以，越来越广泛地受到人们的青睐。

气功来源于人们的实践，其理论建立在中国古代文化、尤其是《周易》的理论基础上，故能延续而不衰。而且它的理论还在不断发展，应用范围还在不断扩大，习练人数亦在不断增加。但是我们也应该看到，气功理论中的许多深刻哲理，至今还可悟而不可言，还有待我们去深入发掘。为了使它在防病治病方面发挥更大的作用，迫切需要人们以现代研究的新成果，从祖国医学的角度不断加以整理和提高。在习功者中，有相当一部分人通过练功见到奇效，但也有不少人，虽经刻苦习练收

效甚微，还有许多人欲练而苦于无“门”。究其原因，除练功方法需规范化外，很重要的一个问题就是所练功法是否对“证”。然而，“功”与“证”的辩证统一，又非为一般人所能解决的问题。一个好的教功者或一个对自己负责的练功者，不仅要有较好的功夫，而且还必须具备有一定的医学知识才行，只有这样才能从各自实际出发对证练功，进而达到功成病除的目的。

基于上述，我们编写了本书。其目的在于，无论是教功者，还是练功者，在读过本书后，能用中医学辨证论治原理和现代医学知识，根据病情找到适宜的功法，避免盲目施教和选功，从而降低气功偏差的出现率，提高临床的有效率，达到理想的健身目的。在本书的编写过程中，张六通教授审阅了全稿，并作了细致的修改，沈福道同志编写了本书的第三、四、六章；冀振华同志编写了第一、二、八章；刘莉同志编写了第五、七章。由于我们接触和习练气功的时间不长，编写中错误难免，还望同道批评教正。

编者

1989年2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/>