

序 言

乙丑岁暮，伟中在河南创办气功界第一个外气诊治训练班，将峨眉临济宗之外气诊治初步功夫及施术治疗方法公之于世并传授国人。自是而后，学子遂广布海内外。

中华气功之学融于经、史、子、集各部，卷帙浩繁，历时绵邈，以致医工疑义，儒子嗟夫，羽士鲜学，释者罕悟，或人畏难。凡三千六百门，八万四千法，詎可同日而语之。然则挈其纲维，排比推考，晤度三调，因明四正，尝齟异同，则殊途同归，果信在其中矣。

医本期于济世，功原寿在葆元，金筏开渡，首率意哉。试观外气诊治训练，古贤圣哲，罔缺蹊径。是故兹书为启关机之枢要，开作进学之牂牁，其所承纲目，广利有情，尊古不泥，盖以躬逢实践为验，勿以经治经而貽人，发挥心旨，要在妙效，临证备彰，有验无伤，过此以往，则凤距麟角可以为用矣。

是书初草，帙汇宗门，殆忧字患，遂撰蹟理，挽白言，避溟濛，开验案，然斯时尚疑非郑卫焉！复思天地难全，四九贞一；筌蹄器统，上流未踞。但若阅君志救礼恭，语大心小，则己身之厄得免，救人之危可成。但出主入奴，贪饕沉

凶，不尽潜心道德修者，勿读吾书。其中末章所陈之伪术，望读者明悉，以免受其愚。噫！君子处世，树德建言，岂好辩焉，不得已哉，读者兹悉判厘可也。悲夫，予何赞言耶！？

人生有涯，无涯学识，中以末学，俟诸补苴，庶几愚壺易外气诊治，为解顿渐之恍惚，是为志望。

傅伟中于京庐

时一九八八年初春

目 录

第一章 中华气功“外气”诊治疗法 的回顾与展望.....	(1)
第二章 气功“外气”锻炼.....	(11)
第一节 气功“外气”锻炼的基本要求.....	(11)
一、练功应具有诚心、决心和恒心.....	(11)
二、树立高尚的情操和乐观主义精神.....	(13)
三、循序渐进，功成自然.....	(14)
第二节 气功“外气”锻炼的注意事项.....	(17)
一、练功环境.....	(17)
二、练功的方法、时间、方位.....	(18)
三、练功前后须知.....	(20)
第三章 “外气”诊治训练法.....	(21)
第一节 “外气”诊治的动功训练法.....	(21)
一、基本功训练.....	(21)

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/>