

# 序

辟谷，也叫却谷、服气。气功古文献多有记载，气功修炼到一定层次往往出现这种现象。

近十年来，随着气功的大普及，特别是严新气功出来以后，全国各地获得辟谷功能的人逐渐增多，辟谷时间最长的已达11年以上。然而仍往往表现为偶然性，且多为个体辟谷现象。

1986年，王力平老师曾在办班中教学员以辟谷术，后经张荣堂老师身体力行、潜心钻研，并提出了应用于航天事业的构想，赋予了辟谷的社会意义。他在杭州先后办了十五期气功辟谷学习班，辟谷总人数达670人。浙江省中医药研究院对他的这一研究给予了大力支持与合作，许多专家、教授和医务人员投入了这项研究实验，他们用现代科学手段对辟谷前后的人体变化进行检测，取得了大量生理生化的检查数据。这一研究成果已经由浙江省

中医药管理局组织专家鉴定,认为先进可靠,有实用价值,属国内首创,可有计划地扩大临床观察,进一步发展气功辟谷的系统研究。这一研究标志着气功辟谷取得了突破性进展:使辟谷从被动转入了主动,从个体变为群体,从个人养生跃进到社会应用。

近几年来,信息气功的发展又在上述基础上使辟谷技术产生了飞跃——简易、速效、群众性,开始进入扩大应用实验阶段。

徐杰河老师就是较早掌握这项技术并有志于从事这项事业的研究者之一。徐老师是浙江温州楠溪人,现年26岁,1990年毕业于浙江师范大学化学系。他从初中起开始学练武术,后因身体羸弱转练气功。他练功刻苦,不久便出现一些功能。他以极强的求知欲,利用假期寻师访友,博采各家之长,功夫日渐增长。进入大学以后,更是勤学苦修,后开始致力于辟谷养生的研究,经反复实践,终有所悟,渐渐可为他人行辟谷之术,屡试屡验。后试验群体辟谷,信息仍能于瞬间接通,从而导引群体进入辟谷的功能态。辟谷期间辅以养生之术,加强气功锻炼,保证了辟谷的顺利进行,更好地发挥了辟谷的医疗作用,而辟谷的功能态又反过来加强了练功的效应。因此,效果是比较理想的。

1992年7月以来,我先后组织过5次由徐杰河老师主教的辟谷养生科学实验班,学员逾千人,均获得了满意的效果。我本人也先后进行过7次辟谷,受益匪浅。这本

书是徐杰河老师几年来从事辟谷修炼和教功经验的总结,它包含有大量的第一手材料,十分可贵,对辟谷养生学的发展将会产生重要影响。

中国气功科学研究会 1992 年正式成立了研究室,实行“开门办科研”的方针,选择若干具有重大社会效益和科学价值的课题,聘请有志于气功科研、乐于奉献的气功师主持,与科研人员和有关部门密切合作,以为人民健康事业和两个文明建设服务为宗旨,在党和政府领导下,以马列主义哲学为指导,反复进行气功应用的科学实验:一方面,经过现代技术手段的严格检测,取得科学数据;一方面,通过适当规模的社会实践,取得实际验证;最后经过分析、归纳、综合、按课题提出一套比较完整的唯象气功学资料。现在,研究室已将《辟谷养生》列入第一批选题之中,拟请徐杰河老师主持,计划在三年内,在不同的人群中,针对其特殊需要,进行有各自具体目标的应用实验。如健美减肥,祛除疾病,开发智力,增功激能,延年益寿,以及增强航天、潜水、矿下作业和灾区、部队的应变能力,等等。在饲养业、农业方面,也打算进行一些初步的试验。

总之,辟谷养生的发展前景是诱人的。当然,设想和计划并不等于现实。既然是科学实验,就意味着有不成功或不完全成功的可能。我们的任务就是要尽最大努力,使之获得最大限度的成功。在这里,关键是研究工作者要有高度的责任心和严肃的科学态度,重要的是要有有关专

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/>