

# 前言

去年我们编写出版了《中国气功四大经典讲解》，深受广大读者的欢迎。国内外不少气功研究学者和气功爱好者纷纷来信，称赞我们做了件大好事，并鼓励我们继续努力，在挖掘、整理气功文献中再作贡献。

承蒙广大读者的热情激励，并受发展我国气功事业的责任心所驱使，我们萌发了要“连续作战”，为挖掘、整理气功古籍作不懈努力的意愿。为此，我们重新组织力量，注译编写了《黄帝阴符经》、《抱朴子至理释滞合璧》等十种气功专著，作为《中国气功四大经典讲解》的姊妹篇，奉献给广大读者。

《帝阴符经》出于北朝之际，是道家名著；《抱朴子至理释滞合璧》，选自东晋葛洪所著《抱朴子内篇》之至理、释滞二篇而成，系道家养生学的重要著作之一；《孙真人养性论》，选自唐代大医药学家、气功家孙思邈的《备急千金方·养性》门之《养性》、《道林养性》、《调气法》三篇；《敲爻歌》、《百字碑》系唐代著名道学家吕岳（吕洞宾）所作；《入药镜》为唐代崔嘉彦所著，均属修炼气功内丹术的专著；《胎息经》系唐代气功专著之一，专论有关气功胎息的内容；《金丹问答》选自元代肖廷之所著的《金丹大成集》，以问答文体阐述有关“金丹”之疑；《青天歌》以元代道学家丘处机所著，它以诗歌形式，记述性命双修之法；《金丹真传》为明代孙汝忠所著，记述了正宗气功内丹术的阴阳双修之妙。以上十种气功专著，是各个时代的气功名著，它们以不同的体裁形式，运用阴阳五行、卦爻学说

等朴素的唯物主义理论,阐发道家、医家的养生、修身养性、炼丹、调气之法,记录了古人对气功的研究和应用,值得我们借鉴和学习。为了便于广大读者研读,我们沿袭《中国气功四大经典讲解》的形式,用通俗畅达的语言加之注释,汇集成册,定名为《中国气功十大名著讲解》,向国内外气功界郑重推出。

我国古代气功文献资料浩如烟海,仅《道藏》中就收有六百多种,此外在佛家、儒家、医家书籍中也有大量气功文献记载。挖掘整理工作,是一件既重要又艰巨的任务,它不仅要求研究者有较高的古汉语、现代汉语、医学、气功学等方面的知识,还须具备马克思主义的哲学素养以及娴熟的转译技巧,最好其本人又是深谙气功之妙者。所以,要担此重任,需要做大量组织选才和自身学习的工作。这次我们组成有老中青结合的古气功文献整理编写组,其目的是为满足当前“气功热”中广大气功爱好者学习气功古代文献热望,同时也是为了培养一支研究整理气功文献的队伍,以适应气功事业发展的需要。今天,《中国气功十大名著讲解》与读者见面了,愿它能给国内外气功爱好者带来福音,读者的欢迎将是对我们辛劳的最好慰藉。我们将不断努力,为发掘整理编辑出版中国古代气功文献继续作出应有的贡献。

黄光华

# 目 录

前言	1
黄帝阴符经讲解	1
抱朴子至理释滞合璧讲解	22
孙真人养性论讲解	69
敲爻歌讲解	120
百字碑讲解	155
人药镜讲解	162
胎息经讲解	181
金丹问答讲解	188
青天歌讲解	246
金丹真传讲解	255

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/>