

米伯让先生纂并书

氣功療養彙編

米烈汉等校注



北京中医药大学出版社

## 序

气功是我国防病治病，健身益寿的一种方法。它渊源于古代「吐纳导引」，千百年来我们祖先在与疾病作斗争的实践中不断充实，不断发展，成为我国优秀文化遗产的一个重要组成部分。它的祛病延年作用不仅为医疗实践，也为现代科学所证实。

《气功疗养汇编》一书是著名中医学专家、陕西省中医药研究院名誉院长米伯让先生在五十年代中期因患严重肝硬化，为了祛除疾病，促使早日康复，先生多方寻求良方时汇编成秩，供自己练气功之用。当时先生病情严重，肝脾在肋下十一公分，经肝脾穿刺，已被西医宣布为不治之症。先生认为西医称为不治之症，中医未必不能治疗，于是多方探求医籍，寻找良策，遂决定长期坚持服用大黄蜜虫丸，并持之以恒练气功。先生鉴于古人「调形练体」、「调息练气」、「调意练神」的观点，因而将多年抄录医籍和得自方外人士传授的气功资料汇成一书，作为调病养身，战胜病魔的一种方法，故命名《气功疗养汇编》。先生以

惊人的毅力服药和练功，一年后，肝脾明显变软，且缩小到仅肋下一公分。这件事当时在西安医学院（今西安医科大学）广大医务人员和学生中引起了极大的震动，至今老一辈教授和高年资毕业生仍传为口碑，啧啧称奇，对先生的医术也刮目相看。

先生今已是耄耋之年。虽目力不济，但仍每日坚持练功。一个四十年前被宣布为不治之症的严重肝硬化患者，至今健在，不能不说与坚持练气功有关。实践证明气功对祛病延年是有有效的。

《气功疗养汇编》一书除摘录有关医籍外，尚有方外人士口传耳授的练功方法，这些内容很少见载于一般医书和气功著作中。米烈汉、田树仁等同志在整理先生临床经验时，决定将这部分影印，并附新式标点和注释，庶使初学气功者乃于学以致用，成为一本雅俗共赏，为广大群众防病健身发挥作用的书。

我五、六十年代曾忝主陕西省卫生厅工作，1965年卫生部郭于化副部长赴我省视察工作，与陕西省委、省卫生厅商议，在原陕西省中医研究所基础上建立西北五省中医药科研基地，决定先调先生为陕西省中医研究所所长，负责

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/>