

# 中功秘法

咏 禅 定 清 编

四川科学技术出版社  
一九九四年·成都

## 引言

在 90 年代，中国三大著名气功之中，当数一代宗师张宏堡先生的《中华养生益智功》最为出名、尊崇者最多，练功者最广，名震海内外。

《中华养生益智功》为中华民族古老而新奇的文化遗产，是气功百花园中的一枝独秀的奇葩，是祖国医学宝典中养生祛疾除疴之瑰宝。国际著名气功大师张宏堡创立的此种功法，正以迅雷不及掩耳之势已在全国、全世界开花结果。他以简捷速成的功法和神奇的保健疗效著称。目前，在国内外到处都有“中功”的练功班、辅导站、研究学会等。

范围之广，影响之深，数量之多，实为罕见！究其原因是多方面的。该书试图主要从两方面来揭示和剖析：其一，系统全面、准确权威的详尽介绍“中功”基本的功理功法。以及入门练功的基本方法。重点讲解高级功法中的一、二部功，小周天速成法为主体工程，以命功锻炼九妙法门和性功修练的特异功能诊病、治病利他法为辅助工程，既传授度人之法，又有度己的高层次修练法。其二，笔者在大师的功理功法的基础上，科学而严谨的、精辟而透彻的、多方位

---

多视角的分析阐述之，以期达到使广大读者更快捷、更准确、更易理解地掌握运用的目的。

编写该书，也是顺应广大读者的心愿和期盼，希望这本书的出版起到推广宣传“中功”的巨大作用，如能得到全社会的支持和首肯，为弘扬和丰富祖国气功文化增砖加瓦，这就是编者的最大心愿。

编者

一九九四年二月于檀州南

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/>