

yjx153/07  
序

我认识青年气功师李圃甫的时间并不长，然而，我对气功这一古老的学科却在很早便有所了解和认识。在卫生部中医司任职时，我就致力把气功学说引到医学轨道上来，曾经为此做过较长时间的努力。

我一直认为，气功、特异功能与中医学是一个整体，还包括武术、按摩，是中华民族传统文化领域中的瑰宝。我们应当努力继承，加以发扬光大。

《中华儿女》杂志社，在弘扬民族优秀传统文化方面是不遗余力的。他们创办了“中华儿女传统医学研究所”，同时还主办了传统医学青年学术有奖征文活动。也许是因为我在中医界工作时间较长的缘故，他们请我参加了这两项工作；因此，我有机会认识李圃甫这位青年气功师。他的功底很好，作了不少有益于气功事业和学术研究的工作。李圃甫的思想境界比较明朗，为人敦厚朴实，对他的老师，甚至所有年长者及同辈人都十分尊重、谦和，凡接触过他的人都向我反映：李圃甫这个人，真行！

我没有听李圃甫说过很多话，但熟悉他的人都说他很能讲，无论是气功的功理功法，还是诊治病方法，甚至五行八卦，他都讲得头头是道。只是他并不吹，不虚不玄，更不天花乱坠。他把很多时间用来研究气功诊病治病，为患者消灾解难。

李圃甫写的这本书，专门谈气功养生与气功治病，深入浅出，通俗易懂，且有不少独到见解；尤其是他用现代科学语言把道家养生的一些问题讲明白了，这实属不易。这本书

也涉及到性的养生问题，李圃甫写得不落俗套，较为高雅而实用，这点更是难能可贵。

李圃甫作为大学讲师，集气功、武术、钟灸于一身，集气功理论与气功治病实践于一身，在当今气功界中，并不是多见的。我期望他能永远踏踏实实地努力深入学习研究，不断提高功理功法，达到更高的境界，为了解和掌握人身内在运动和外在关系的联系规律，探索生命的奥秘，为了人类的防病治病、健康长寿，进而为人类掌握自己的生命而努力研究。特为之序。

吕炳奎（卫生部中医司，国家医药管理局前司长、局长，现任中华医学会副会长、中医学理事会理事长、中华儿女传统医学研究所总顾问）。

一九九〇年七月

## 作者简介

李圃甫今年 41 岁，出生在北京城东的大厂回族自治县，祖上是从丝绸之路东来的穆斯林。回族人信仰坚定，清洁自善，又有摔跤习武的传统。圃甫 13 岁时便开始拜师学艺，第一个老师是回族拳师陈进桐。老先生出身弹腿门，擅轻功、摔跤，诲人不倦，为圃甫打下了良好的基础。1965 年，李圃甫考进山西太原铁路机械学校，课余时间学习通臂拳。“史无前例”来临后，圃甫无事可做，大读文史哲、中医、《孙子兵法》等，无所不览。可是他所垂爱的武功却无甚进展，原地徘徊。无奈中得遇山西大学武术教授陈盛甫，不顾禁忌，求拜高师。从此，精习长拳、刀术、鞭杆、底功拳、八卦掌、太极拳等，功夫大长。陈师见面圃甫用心极专，持之以恒，又教

他放松气功、易筋经、八段锦、五禽戏等养生健身法，使他对传统养生学有了较系统的认识。

圉甫是个孝子。当时母亲经常患病，他为无能为力而苦恼，因此对医学发生兴趣，最迷的便是针灸。从1969年中专毕业到1981年考上硕士研究生的十几年工人生活中，习武与学医一直是他业余生活的两大支柱。1979年，在太原市的山西省武术观摩表演大会上，他两次获一等奖。在这之后，他以获全国民族体育运动会武术精彩项目奖。这时的李圉甫，虽已到而立之年，却仍不失学子之心，决意报考武术研究生。两次考试总分皆名列前茅，却因外语不及格而未被获取。1981年李圉甫在恩师陈盛甫门下做武术研究生。同时，陈盛甫先生又让圉甫拜识当代杰出武术大师陈济生，学习“太极拳一百零八式”、“活步太极”和“游身八卦掌”、“静功养生秘诀”等从而把李圉甫引到了集武术、气功、道学、中医于一身的研究与实践，成为武术气功医疗领域的年轻学者。

气功师发放的外气能有效地治疗某些疾病，这个客观事实早已为许多人所认识。但并非所有能发放外气的气功师都能把病治好。特别是这几年流行“气功热”不少能发点外气的人都要给病人划拉两下，也许当时病人有点感觉，但实际上并不能解决根本问题，以致于影响了人们对气功疗效的看法。作为一个研究气功的学者，李圉甫深感自己责任重大。硕士研究生毕业之后，圉甫找到了一条适合自己的路。一些气功理论研究者本身不会发功，而很多气功师又没有条件搞科研，圉甫既有科研能力，又懂气功实践，两相结合，他摸索出一套以气功、武术点穴相结合治疗疑难杂症和常见病的特殊方法。

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/>