

内 容 提 要

太极智能气功既能健身,又能健脑,因而与众不同。本书以通俗的文字,图文并茂的形式,系统介绍了这一功法。内容包括太极智能气功的由来与特点,开发智力的基本原理,系列功法练习详解。最后列有练功问题解答和对抗衰老问题的探讨。本书内容实用,可供学生和脑力劳动者参考学习。

责任编辑 姚 磊
朱德炘

作者简介

吴一 1926年生,安徽宿松县人,高级教师。1954年山东师范学院历史系毕业,分配到宿松中学任教,历任高中历史教师和班主任工作,并坚持气功锻炼和研究,三十多年如一日。他治学严谨,博采众说,有创新精神。曾撰写《气功提高智能与智力层次的探讨》一文,经科学家钱学森推荐发表于《大自然探索》(1986年3期),1986~1988年接受航天医学工程研究所的委托,承担《气功提高智能》的协作课题,任课题负责人。退休后,受聘为中国人体科学学会第四医学专业委员会委员,继续从事人体科学和太极智能气功的研究工作。

前 言

气功是中华民族宝贵文化遗产之一。几千年来,我国人民应用气功,为健身、防病、治病起到了积极的作用。随着近年来气功的不断普及、科学探索和经验积累,气功不仅在我国得到广泛传播,而且受到国际上日益重视。

太极智能气功,是在继承和发扬祖国气功优秀的文化遗产基础上,吸取儒、释、道、医、武、科、民各家功法所长,根据不同年龄智力发展层次和结合作者长期练功实践,经祖传、师授、筛选和整理所创编,分为十二种序列功法,作为开发智力的具体方案,供大、中、小学生和中老年练习。通过在一些中、小学试验,证明此功法对开发智力,提高学习成绩,确能起到一定的作用。在练习太极智能气功时,从节约时间、提高时效和功效着眼,每人只要选择其中一套功法,掌握“六字诀”要领,站、坐、卧式均可调整身心,开发智力,激发潜能,使人精力充沛,思维敏捷,提高工作和学习时效。

气功是实践的科学,离开练功实践,就会失去气功的生命力,只要坚持练功坚持观察,就会开发潜在的创造力。把严格的科学实验与微妙的心灵顿悟,把智力因素与非智力因素,把上升理论与建立模型结合起来进行实验与研究,可为揭开人体奥秘开辟新路。希望本书的出版能在这方面起微小的作用。

本书经姚磊、朱德炘、杨学祺先生反复审修定稿;并在香港和平图书有限公司刘玉仙女士大力协助,因而保证了本书的质量与实用价值,谨此表示感谢。

吴 一

1994年7月

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/>