

第2版

吉良晨 著

中國氣功探秘

吉良晨題



人民卫生出版社

借

第2版

中國氣功探秘

題義
啓功



吉良晨 著

图书在版编目 (CIP) 数据

中国气功探秘/吉良晨著. —2 版. —北京:
人民卫生出版社, 2008. 3

ISBN 978-7-117-09756-7

I. 中… II. 吉… III. 气功—研究—中国 IV. R214

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 204788 号

中国气功探秘

第 2 版

著 者: 吉良晨

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 7.125 插页: 8

字 数: 142 千字

版 次: 1996 年 12 月第 1 版 2008 年 3 月第 2 版第 3 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-09756-7/R · 9757

定 价: 22.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

學習氣功研究
氣功普及氣功
造福人民

為《中國氣功探密》一書題

崔月犁

一九九三年元月



師醫良書
密驗，經博，
健可，書此，
獲功，對氣，
解。面全，
者著，可讀，
字韻，學可

一九八八年元月

黃少剛



中華氣功是探討人
體生命的科學它為
開發人類智能和延
年益壽而獻力

中國民間中醫藥
藥研究開發協會
理事長李善卿



氣功是人體生命功用的
自在顯示 應當努力發
掘研究為人類健康長壽
作貢獻

祝中國氣功探索出版

癸酉桃月呂炳奎



氣足乃神全

功夫貴自然

探尋延命術

密旨在新編

王雲苔



一九九三年四月

中國武功探源出版紀念

道本于一化生兩儀
吐故納新陰平陽秘
太極拳術養神行氣
動靜如合壽享期頤

路志正



癸酉歲月



恬
淡

提挈天地
把握陰陽

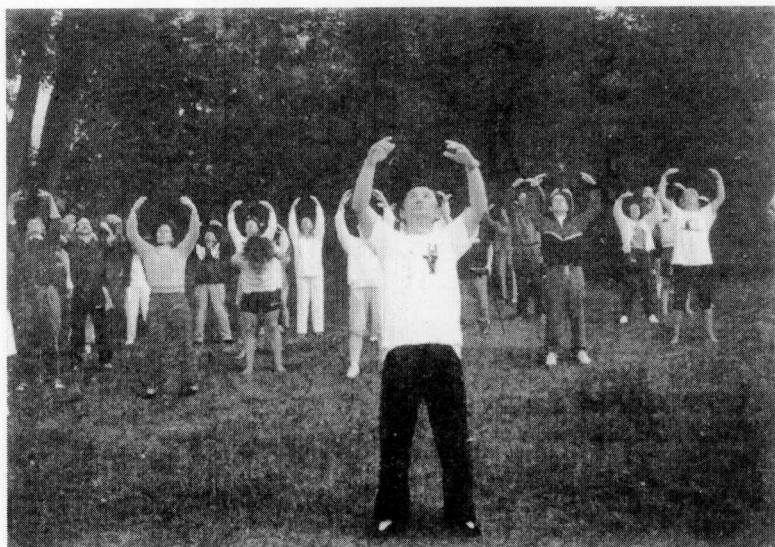
歲在癸酉春月

北京吉良晨





照片 1 作者在香港讲学时到杨守中先生家访问（杨守中名杨振铭，系杨澄甫先师长子）



照片 2 作者在美国讲学时教练阴阳行气功法



照片 3 作者于嵩山少林寺与德禅法师合影留念



照片 4 作者和形意、气功名家马礼堂、八卦掌名家李子鸣在主席台上



照片 5 作者于全国武术观摩交流大会上获银牌奖



照片 6 作者正在给患者诊病

作者介绍



吉良晨，字晓春，男，满族，生于1928年2月，北京市人。幼少庭训熏陶师教私塾9年，生平酷爱方术医药，喜嗜弄拳击剑，尤好行气功法，为买氏形意四代传人，露蝉门下五世弟子。弱冠兼攻中医经典，博览方书，随师拜读内、难、伤寒、金匱、本经等名著，学业完全出于家传、师授、自学。今虽年近古稀，但体力犹健，对于学术探讨孜孜不倦，终日忙于诊务、写作，为中医药事业不遗余力。

21岁即悬壶于京都，先后结业于北京中医研究所，北京市中医进修学校。长期从事中医教学、临床工作，擅长中医内科疑难杂症，尤对养生保健延缓衰老之术颇有研究。撰有《临证治验录》、《内经藏象》、《金匱心得》、《太极拳图说》、《形意真义》、《中国气功萃义》、《中国气功探秘》等百余万字手稿与讲稿，有的已出版问世，发表有较高学术水平的论文数十篇。并多次赴日本、美国、泰国、菲律宾、香港等国家和地区讲学、会

诊、学术交流，并获得感谢和成就证书。

现任北京中医医院内科主任医师、教授，兼任中国人民政治协商会议北京市政协委员、中华人民共和国国家基本药物领导小组成员、卫生部药典委员、药品审评委员、中国中医药学会内科脾胃病专业委员会名誉主任、中国民间中医医药研究开发协会常务副理事长、保健研究院院长、中国医学基金会理事、北京中医药学会理事、北京市卫生局药品审评委员、《北京中医》杂志常务编委、北京市武术协会委员、美国太极中心教授等职。



中国人是最早了解人体、研究人体的先驱者，首先发现人体与天、地（自然界）之间整体联系的自然规律，四时气节、日月星辰的运动与人体的关系等等。这种研究不像现代科学研究那样在实验室运用种种现代科学仪器进行，而是以自身的特殊手段从直观直感所得来，是从自身的反复实践中得来的。因此它也是来源于实践的。

远在五六千年前的上古时代，人对气就已经有了认识，中华民族聪明的祖先，他们从人体先天性自发的“气功”中发现许多不可思议的人体生命运动，在漫长的岁月中掌握了这种人体的本能，并运用这种特殊手段，从自在的规律锻炼成为自由的手段，今天称之为“气功”。

总的说，世界上气功有两大派，一是中国的道家，二是印度的释家。这两派的功法、功能基本上是一致的，作用也是差不多的，但在观念上是不同的。中国的“气功”重在修身养性、练气延年，强调防病除病，健康长寿；而印度释家的“气功”着重于修炼精神，不要求长生不老，到了一定功夫，就要丢掉“臭皮囊”，坐化归天，到极乐世界。现在持后一种观念的人已经不多

了，随着时代的前进，两派基本上统一于为人类防病除病，健康长寿，身强力壮而练习气功了。

中国的医药学、天文学、哲学、数学、武学等等方面的理论，都是来源于气功的“气”，现在从实践中证明了这一点。

吉良晨主任中医师，从青少年时代学习中医药学，并得到武当、少林高师传授气功武术，行气练武。他数十年来在医学上、武术上下了苦功，对于形意、太极，动静功夫颇有心得，因此在医疗临床方面有着丰富的经验，他已写了《临证治验录》、《中国气功萃义》二书问世，在武术、练气方面有很深的造诣。他把医、武、气三者融于一身，对医疗保健得心应手。他年已近古稀，在医务、武术方面除了完成本职工作外，还身兼多职，终日繁忙，并多次出国讲学、会诊，然而他身体强健，精力充沛，这是他数十年如一日锻炼身心的结果。

他自己把所得经验和体认写成《中国气功萃义》一书前已付梓出版。现在根据读者的需要和要求，他在《萃义》的基础上对功理功法更为细致系统的加以阐明，进行修订，并突出了“阴阳行气功”和“太极拳”的内容，图文并茂，丰富了养生练气的特有内涵，这将为气功、武术、养生修持者，提供良好的读物，为发扬气功学，定有更多的贡献。

田琴城

吕炳奎

一九九三年三月北京