



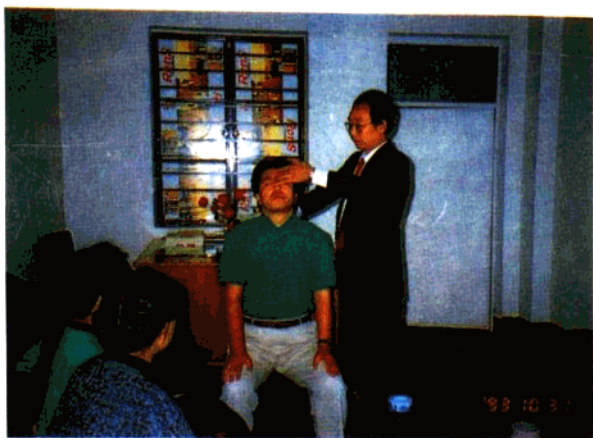


每月的第二周日,是明月大师与太极无为功专委会会员们聚会的恒定日。他和会员们在一起排八阵图组场练功、治病、咨询、合影……。内容丰富,气氛祥和,场景怡人。(上、中、下)



功法培训班每期结业时,明月大师都要与学员合影留念。(上、中、下)





日本植物学教授获巢树德先生,因车祸扭伤脊椎,明月大师正在给他运动治疗。(上)

日本友人获巢树德教授的伤被当场治好。这是他与明月大师的合影。(下)





明月大师和本书封面制作者赵维红设计师。(上)

明月大师和本书彩图的摄影师们。
左起:程冬 江欣 明月 韩仁元 王韵(下)



為明月先生無為功法面世題

無為

癸酉歲於錦官城 彦博書



無背道之行順自然
而為

癸酉冬鳳志



郑重声明

由于中国太极无为功法简捷效宏，其影响力越来越大，声誉也越来越高，这给某些急功近利者以可趁之机。为保护功友的利益，维护太极无为功法的严肃性，请广大功友、读者注意辨认：明月大师所著《无为》上集“太极无为功法”和下集“三百种特异技能十日通”以及“太极九转音乐功”、“无为戒烟戒酒功”两盒功法录音带，均有激光七彩功法标志。凡发现无此标志的盗版伪劣产品，请你拨通举报电话(028)6667486。举报情况属实者可获得明月大师特殊奖品。

四川省体育气功协会
中国太极无为功专业委员会

内容简介

如果把某个人比作一根蜡烛，那么，当他一出生，就意味着生命之火被点燃，他的整个生命过程便似蜡烛燃烧一样，烛尽火灭，生命也随之结束。这就是人尽天年。然而，许多人往往在人生的半途就因身患疾病而未老先衰，甚至失去生命。这种不幸的现象如同半截蜡烛还残存着，火焰却熄灭了。对这个严酷的现实问题，古代先哲们从未忽视过：《韩诗外传》载“哀公问孔子曰‘有智者寿乎？’孔子曰‘然。人有三死而非命也者，自取之也。居处不理，饮食不节，佚劳过者，病共杀之……’”。

本书作者以独特的见解，运用科学道理揭示了人类健康、驻颜、长寿的真谛，且以**真传一句话**的求实精神与坦诚态度，将调节机体使之不存留“疲劳”的最佳方法**一句话**功无私地奉献给广大读者，让人们在快节奏的现实生活中，不做动作，不用意守，不专门花时间，就能将科学的调节方法融入饮食起居、工

作学习、行站坐卧、休息言谈、社交娱乐等举手抬足之间，练在无形，练在不练之中，达到适时地消除机体疲劳，保持精力充沛，头脑清醒，肌肤美艳，体魄健康的最佳生理状态。尤其与“无为”上集配套的两盒录音带，更是功效奇妙，习功者只听录音，便可窥视无为功祛病强身之捷径，掌握无为功延年益寿之诀窍：获得无为功美容养颜之奇效，甚而疾病尽除，烟酒俱戒。

本书旨在让接触无为功法者的生命之火燃得更加旺盛。读罢该书，能使人对宇宙、生命、人体和气功都有一个崭新的认识。

“无为”在手，读者可终生受益不尽。

出版前言

《太极无为功法》以严谨的态度、科学的道理、朴实的笔触和得道的功法，一层层地揭开了人们有意无意给气功蒙上的神秘面纱，将气功的真实面目展示给读者，是一部理法并进的阐述和传授气功功法的科学书籍，令人耳目一新。

太极无为功法，是近年来在作者家乡影响甚深，反映良好的一套应用性功法。此功法一推出就引起了广大气功爱好者的关注，慕名求教、求医者已遍及川内各地，以及湖南、湖北、河南、北京、新疆、广东、云南、香港等地，凡习此功者，效果颇佳。由于一些地方纷纷去信去人请该书作者传授功法和索取资料，使毫无准备的作者无暇应付，

更难使分身之术。为满足功友们要求和能使自己抽出身来，作者曾试着印制小册子来满足索取资料者所需，也曾自录授功磁带赠予友人和患者。这“一发”却不可收拾，引来各地功友登门造访，皆谈此功简便易学、效果良好。尤其是听过录音磁带后就戒掉了烟酒的人，更是认为有了书和磁带，便可以无师自通，纷纷要求邮购书和磁带。为此，出版者特促成此书面世，以满足广大气功爱好者的要求。此书的形成，委实是功友们热情所至，这是作者自己始料未及的。

该书作者为多年居山练功之隐士，自幼通晓音乐、武术，音乐曾作为他少时谋生的职业，而武术则是家传之道。由于“文革”对其“海外特嫌”家庭的压制及作者本人所遭遇的坎坷经历，激发了他对人生、社会、自然等各方面知识的渴求心理。据作者自叙，他能对气功产生如此巨大的兴趣，完全得益于

“文革”中尊师的指点，其影响之深，始终支配着作者的观念。因此，二十多年中，不管政治风云如何变幻，人们如何追求思想潮流的时尚，都没有影响和动摇过他探索气功与人体奥秘的信念。在“文革”和冤狱中，他只是偷着学，尔后，便干脆退离市区，隐入山林，潜心修炼气功与钻研有关学说，对传统气功、“周易”、医学、阴阳五行、天干地支、律吕数术、天文、地理等学科作了深入的研究。运用这些学科的知识，对传统气功医学中许多不见经传的“奥秘”，作出了科学的解释，并创建出一套太极无为功法（即本书内容），继承和发扬了祖国气功医学。同时，还破译了现在流行于世的数百种所谓特异技能现象，这部份内容将在《太极无为功法》的姊妹篇《三百种特异技能十日通》中详细阐述，此书已在付印之中，到时，读者自可“参悟彻底”，这里不再赘述。

本功法系列所示功法，皆无装腔作势之形态，也不考究练功的方位、时间与场地，可在日常生活中随时进行。正所谓“练在无形，练在不练之中”，是一种简便易学，行之有效的功法。

与此书配套的《太极九转音乐功》和《无为戒烟戒酒功》两盒录音磁带已随之录制完成，本出版社不负责磁带发行，读者有什么需求请与作者直接联系。

成都科技大学出版社

李 林

一九九三年三月

目 录

出版前言	(1)
总 论	(1)

第一篇 太极无为高级功 ...	(12)
-----------------	------

第一章 太极九转音乐功.....	(13)
------------------	------

第一节 太极九转音乐功的哲理	(15)
----------------------	------

一、《九转功》的数术哲理 ...	(15)
------------------	------

二、《九转功》的律吕数理 ...	(17)
------------------	------

三、《九转功》与现代音乐 …	(18)
第二节 《九转功》的特性 ……	(20)
一、《九转功》的优越性 ……	(20)
二、《九转功》录音带的特点 ……	(20)
三、练功的时间、姿势 及准备工作 ……	(21)
第三节 《九转功》功法 ……	(23)
一、掌中乾坤 ……	(23)
二、和气千秋 ……	(23)
三、灵光照顶 ……	(24)
四、神道相通 ……	(26)
五、泉声醒哑 ……	(26)
六、遥观启明 ……	(27)
七、通天彻地 ……	(28)
八、太乙循经 ……	(29)
九、双龙入海 ……	(30)
十、习练《九转功》 应注意的问题 ……	(31)
第二章 无为戒烟戒酒功 ……	(33)
第一节 无为戒烟戒酒功的 功法与功效 ……	(35)
一、练功姿势 ……	(35)
二、功效 ……	(35)

第二节	无为戒烟戒酒功 的科学性·····	(37)
一、	心理暗示与催眠效应·····	(37)
二、	刺激快感与音乐节律·····	(39)
三、	条件反射与消退性抑制·····	(41)
第三章	非眼视觉速成法·····	(44)
第一节	江湖上的“开眼”之谜·····	(45)
第二节	非眼视觉功法·····	(48)
一、	凝神净目·····	(48)
二、	意观日出·····	(49)
三、	振谐成象·····	(50)
第三节	非眼视觉功法原理·····	(51)
一、	常见的几种异常眼·····	(51)
二、	“透视眼”·····	(52)
第二篇	无为养身驻颜术·····	(56)
第一章	驻颜术(一)	
饮食起居功	·····	(58)
第一节	起居功·····	(58)
一、	功法·····	(59)
二、	功效·····	(59)
三、	功理·····	(59)