

# 峨嵋臨濟氣功

——峨嵋十二庄述真



傅伟中 编著  
北京体育学院出版社

001341489

气功

2.

吴硕

# 峨眉临济气功

——峨眉十二庄述真

傅伟中 编著



贵阳学院图书馆



GYXY1341489

北京体育学院出版社

（贵阳学院图书馆藏书）



# 峨眉十二庄述真

——真五十二庄真——

傅伟中 编著

## 峨眉临济气功

傅伟中 编著

——峨眉十二庄述真

北京体育学院出版社出版  
(北京西郊圆明园东路)

新华书店总店北京发行所发行  
北京顺义曙光印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 5.75 字数 130千字 印数 60000册  
1988年9月 第1版 1988年9月 第1次印刷 定价：2.20元 (压膜装)

书号：ISBN7-81003-149-X/G·99

(凡购买体院版图书因装订质量不合格，本社发行部负责调换)



成之者以共心信付

巨擘同持昭定允禱以砂

明身瑞霭生歛以

為柳身發嶽巖垂世若

以無道而孤而丹

池像之機繁卷

亦不者重且遠矣吾老

且新矣多如流也惟

公範三

佛德信中敬白

注：1958年春，周潜川居士写委托书于巨赞法师。这是其中之一。

巨赞大法师（1908—1984），原籍江苏省江阴县。

周潜川居士（1907—1972），法名镇健，原籍四川省威

远县。

# 序 一

中国性命之学，养生之道，源于远古，至今不衰。其浅者通于医，其深者合于道。通于医者或疗已成之疾，或防未然之病；合于道者或延性命，或益智慧，其用多端，并著功效。

千百年来，此专门学术或传于宗教，或流于民间，其内容日丰而流演日繁。究其方法，各有偏重。或重于药食之服饵，或重于身心之锻炼，虽各极其妙，多不得其全。惟以峨眉临济一派，融汇诸论，自成体系，首依经络脏腑而立论立法。属于身心锻炼者则有十二庄、小练形、六大专修等法门，属于医疗者则有指穴导引、布气针灸暨修治丹药之秘授，甚至饮食、起居皆具独到之研究，可谓功兼内外，性命双赅。惟此派历来保守，除于宗教内部师徒授受外，世人鲜有知者。1959年，山西省中医研究所周潜川医师曾以《峨眉十二庄释密》及《气功药饵疗法与救治偏差手术》2书公开其部分内容。但前者文义复涩，未附插图，读者难于索骥；后者亦稍嫌简略。研习者渴望新著问世。今者我佛协巨赞大法师以多年锻炼、研究所得授之傅伟中同志，并嘱其公开，冀于人民保健事业有所贡献。

综观全书以自利利他为旨，内容丰富，其于增进人民健康与气功事业的发展，良有裨益。

是为序

王松龄谨识

1982年6月于北京

## 序 二

源远流长的中华气功，经过历代的开掘，吸取无数人生生死死的经验，蕴藏了对生命真谛的认识。中华气功博大精深，它概括了儒、释、道……三教九流，诸子百家以及中医、武术的气功精华，据不完全统计，气功有3600门派，可所谓丰富繁多，朗朗大千。气功在它特殊的历史发展中所演变成的众多流派，皆有独具的特点。峨眉临济气功，是这许多流派中的一支，为南宋末年峨眉山临济宗白云禅师所创（白云禅师由道入释，兼研密宗，精于岐黄之术）。它集医、释、道，武功之精华于一炉，寓内功导引按跷术、点穴、布气、针灸于功法中，融养生、医疗、技击、开发智能为一体，迄今已有近800年的历史。峨眉临济气功历经数百年实践，早已形成一整套独特的民间治疗专技和理论，现已被社会公认是门较理想的功法。

本书所述内容，是已故中国佛教协会副会长巨赞大师长年坚持锻炼研究的气功方法之一。峨眉临济气功于50年代得之于周潜川医师，1958年，周先生又将峨眉临济宗养生学密要心法全部授予巨赞法师，并在峨眉宗莲花宝笈中朱墨挥毫，以示倚重：“受闻此法，永宝用之。戊戌之春，以此心法付巨赞同门道兄，愿以沙门身满众生，愿以药师身渡无边苦，则吾道不孤。而丹道绝续之机，系于座下者，重且远



矣！吾老且病矣，无能为也。唯公勉之。镇健合十敬白”  
(手迹见前页)。从那时起，巨赞大师即与其共同研究峨眉  
功法、功理及其普及应用与提高工作。

我因先天不足，自出生后一直骨瘦如柴，体弱易病，因此  
在青少年时期曾在著名武术家骆兴武先生门下学习少林、  
形意、八卦掌诸拳法，同时广涉内外家拳术与养生书籍，稍  
悟拳禅一体，功气一如之妙，身心也日趋强健。后下乡在黑  
龙江生产建设兵团做兽医工作时，经常在业余时间以武功心  
得结合按摩疗法及一些民间疗法为当地病者解除疾患。返京  
后，曾拟报考社会科学院宗教研究生，后由友介绍拜见了巨  
赞大师，做我的佛学自学导师。从那时起7年间，一直追随  
大师研修传统气功学问，后赐法名“之裔”。先师言传身教，  
为法为人圆音霭霭，予学聆慈诲，依止高风，方得稍执中瓶，  
永志难忘。

1980年，我在北京气功研究会的统一领导下，进行了一些  
试点教练和培训气功辅导员活动，于实践中证明了峨眉临  
济气功的显著疗效。与此同时，北京和外省市很多同志索要  
材料及要求出示练功图解。故此，我编撰整理了《峨眉气功  
疗法第一辑》，并经先师亲自校阅。此后，为取得实践和时  
间的再度检验，我一直致力于它的普及应用事业，并将部分  
内容在有关刊物上陆续发表介绍。

兹后，为不负先师重托和人民群众厚望，我又于1985年  
陆续受邀在河南省举办了数届“全国峨眉临济气功外气诊治  
训练班”、“全国峨眉临济气功辅导员培训班”、“全国峨眉临  
济气功患者健身班”，在南京举办了“全国峨眉临济气功外气  
诊治提高班”，面授训练了来自全国以及香港、美国、澳大

利亚、新加坡的数千名学员（以外气诊治班为主），均获得圆满成功，得到国内外气功界人士的好评。从那以后，我又将经这几年社会实践的《峨眉气功疗法第一辑》中的“峨眉十二庄述真”加以文字补充，按《莲花宝笈正本》暨《峨眉宗修持内景气脉十二庄口诀》依次述真以奉此门气功的爱好者。同时，再慰先师“得之于民，还之于民，理所当然”的夙愿。

不过，笔者学问肤浅，功力亦无甚造诣，书中挂一漏万之处在所难免。即使有些体会，也无揣一杯之土，而掩四路之径之意，旨在叩其圣者门扉，祈政于诸高明，是为幸。

傅伟中











# 目 录

- 一 十二庄图解品 ..... ( 1 )
  - 二 天地庄合诀诀章解句品 ..... ( 7 )
  - 三 之心庄诀解合一品 ..... ( 59 )
  - 四 游龙庄鹤翔庄合诀诀章解句品 ..... ( 76 )
  - 五 拿云庄旋风庄合诀诀章解句品 ..... ( 96 )
  - 六 大小庄诀解合一品 ..... ( 114 )
  - 七 幽明庄诀嘱咐品 ..... ( 132 )
- 附 “峨眉十二庄”释名 ..... ( 155 )
- 峨眉宗丹道动静功九次第 ..... ( 155 )
- 峨眉宗莲花宝笈·谨持五戒品 ..... ( 162 )
- 力行十律品 ..... ( 163 )
- 六大专修功品 ..... ( 163 )
- 峨眉宗十二庄及六大专修合赞品 ..... ( 164 )
- 峨眉十二庄功法草图示意 ..... ( 165 )



