



傳統文化之瑰寶

五千年氣功之精萃

熔功法、理論、術語於一爐

馬濟人編著

實用醫學氣功辭典

上海科學技術出版社

著名氣功學家所編寫

既是辭典又是學術作品

氣功愛好者必備

实用医学气功辞典

马济人



上海科学技术出版社

实用医学气功辞典

马济人

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路 450 号)

新华书店上海发行所发行 上海群众印刷厂印刷

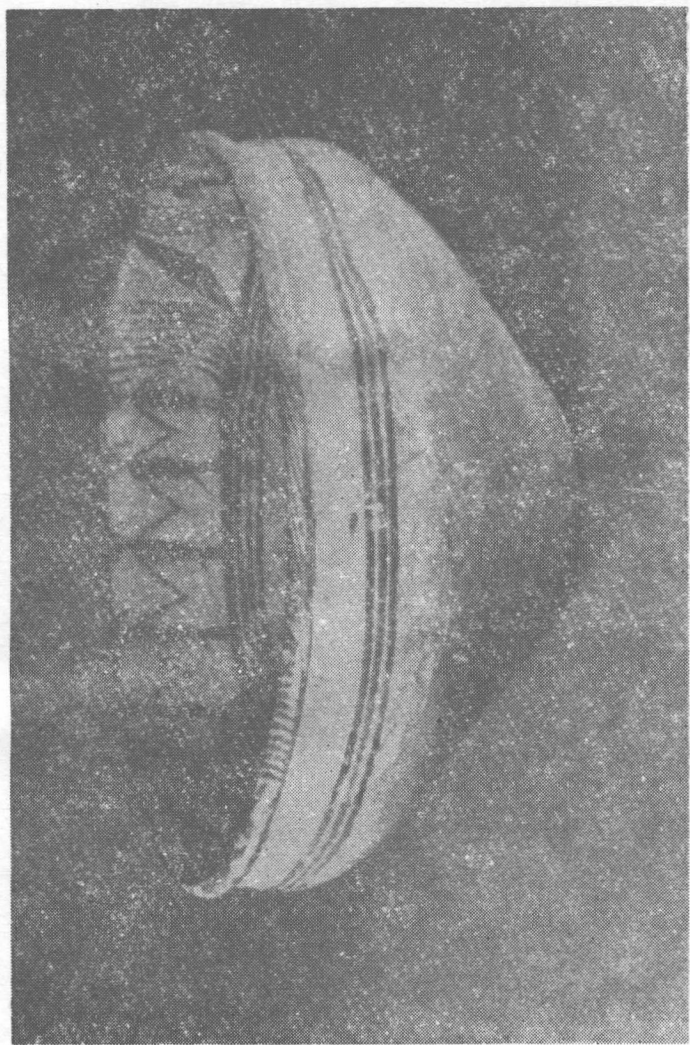
开本 787×960 1/32 印张 18.5 插页 8 字数 499,000

1989 年 9 月第 1 版 1989 年 9 月第 1 次印刷

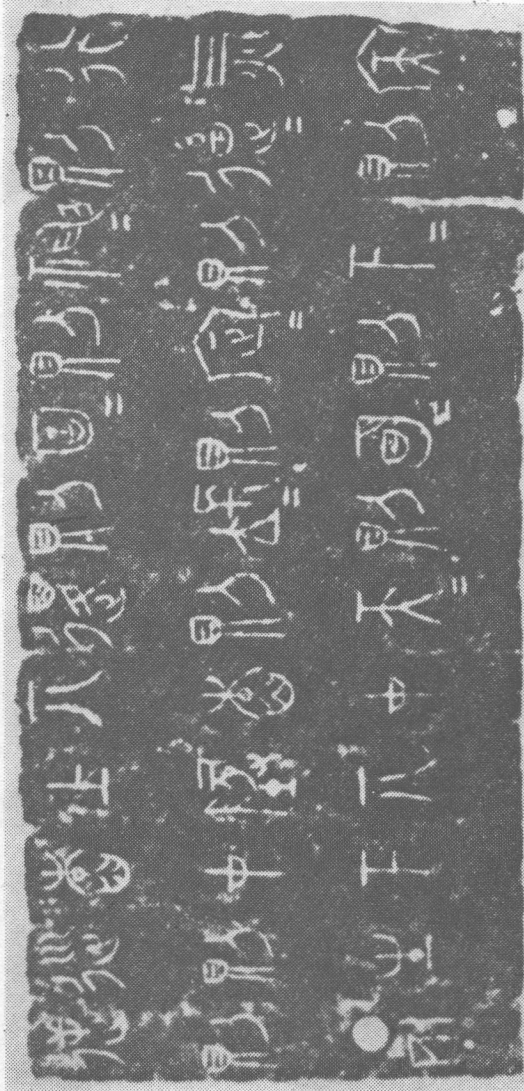
印数 1—15,000

ISBN7-5323-1548-7/R·433

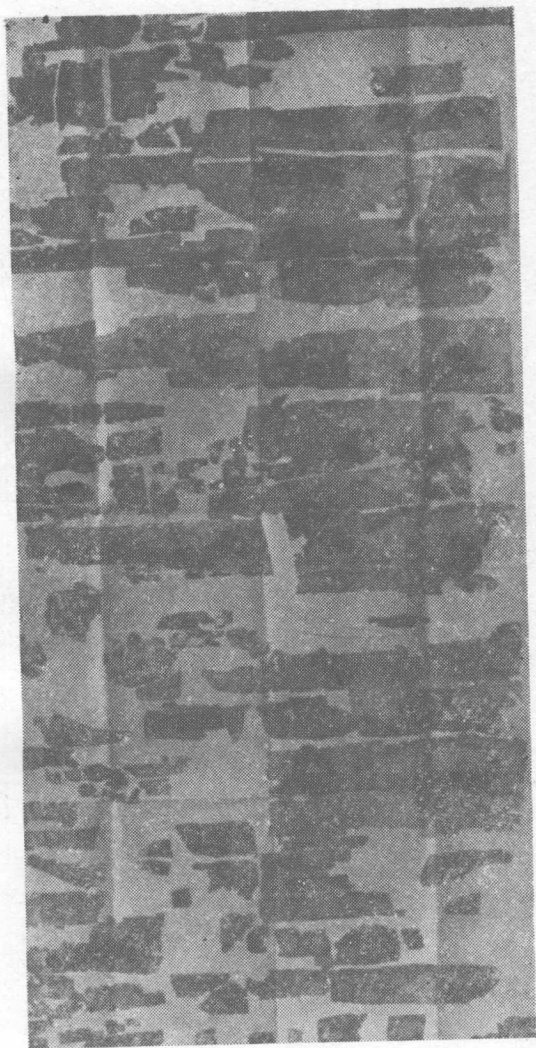
定价: 9.00 元



舞蹈纹彩陶盆



行气玉珮铭



马王堆三号汉墓导引图



马王堆三号汉墓导引图复原图

黃庭經

上有黃庭下有關元前有幽關後有命^門嘔吸癪外出
入丹田審能行之可長存黃庭中人衣朱衣關門壯蓋
蓋兩扉幽關俠之高魏丹田之中精氣微玉池清水上
生肥靈根堅^固志不衰中池有士服朱橫下三寸神所居
中外相距重閉之神癪之中務脩治一靡氣管受精荷
急固子精以自持宅中有士常衣絳子能見之可不病橫
理長尺約其上子能守之可無恙呼嘔癪間以自償保守
完堅身受慶方寸之中謹蓋藏精神還歸老復壯俠

藏其形出入二竅含黃庭呼吸爐間見吾形強我筋骨
血脉盛悅惚不見過清靈恬惓無欲遂得生還於七
門飲大潤道我二靡過清靈問我仙道與奇方頭戴
白素距丹田沐浴華池生靈根被髮行之可長存存
相得開命門五味皆至開善氣還常能行之可長生

永和十二年五月廿四日五山陰縣寫



老子

道可道非常道名可名非常名無名天地之始
有名萬物之母常無欲以觀其妙常有欲以觀
其微此兩者同出而異名同謂之玄玄之又玄衆
妙之門

天下皆知美之為美斯惡已皆知善之為善斯不
善已故有無之相生難易之相成長短之相形高
下之相傾音聲之相和前後之相隨是以聖人處



為而不爭

老子終



延祐三年歲在丙辰三月廿五日為
進之高士書于松雪齋

孟頫



墨林項元汴家藏

末 頁

趙孟頫寫的《道德經》

前 言

《实用医学气功辞典》是一部中型专业辞典。

随着我国气功事业的发展,国际上“气功热”的逐渐兴起,广大的气功临床、教学、科研工作者,医学院校有关专业师生,气功受益者、爱好者都迫切希望在学会、瞭解一些功法的基础上,能有所提高;也希望能对中国传统文化中的瑰宝,这分独特的民族文化遗产能多掌握一些;有的更希望能有机会系统地读一些古今气功著作,这就需要有一本辞典,能作为普及提高,继承发扬气功学术的阶梯,帮助扫除一些“拦路虎”,以便事半功倍地有所收益。

本辞典为适应上述需要,试图对一些较常见的气功辞目,分总类、历史与人物、传统理论、术语、功法、著作六个方面,根据实用、科学、实事求是的精神,对辞目进行解说。并尽量结合引文,以便古今结合起来地理解它。

本辞典在编写过程中,得到上海市气功研究所领导及上海科学技术出版社的大力支持,本研究室朱慧勤同志对稿件尽力抄誉,特向他们表示诚挚的谢意。但限于个人学识,又想让此书及早问世,错误遗漏均在不少,希望得到同道、学者不吝赐教,以便再版时补充修正。

马济人

于上海市气功研究所

1989年2月

凡 例

一、本辞典共收辞目1701条。分为总类、历史与人物、传统理论、术语、功法、著作六个门类。辞目按门类分类排列。

二、辞目名称，一般以习见常用者为主。其一辞数名者，酌采其中比较恰当，或约定成熟者为正条；人物以名为正条，其他为参见条。参见条仅作简要说明，或无释文。

三、一辞多义，用①②③……分别叙述。或在释文中说明不同意义。

四、每一辞目的释文，基本上包括定义、出处或文献记载及辞义解释。

五、历史纪年，辛亥革命前用旧纪年或干支，括注公元纪年；辛亥革命后用公元纪年。在使用公元纪年时，一般省略“公元”两字。

六、书前刊有按正文排列的《分类辞目表》。所分类别和编排次序，主要从编写及查阅方便考虑，不一定很合理。书末附《辞目笔划索引》，按辞目第一个字的笔画数编排。

七、气功人物编入辞典的，以古人为主，近代尤其是近年去世的、现在健全者，由于对他们的生平了解不够，故大多未列入，欢迎各方提供资料。

八、古代功法多不胜数，现代功法近年也似百花开放，大量地涌现，故均只收列了部分功法。对现代功法，希望同道们能提供500字以内的摘要，以便再版时充实。

九、附录三篇，为十四经络循行路线及穴位图、人体体表部位图及三十年来出版的气功书目。

目 录

总 类

气功	1	性命	8
气功疗法	1	养生	8
气功学	2	摄生	9
气功历史学	2	康复	9
气功应用学	2	折枝	9
气功理论学	2	真人	9
气功功法学	3	方士	10
气功原理学	3	方术	10
气功文献学	3	方技	10
养生学	3	大手印	10
生命科学	4	房中术	11
人体科学	4	守庚申	11
心身医学	4	武术	11
行为医学	4	内劲	12
运动医学	5	内家拳	12
老年医学	5	太极拳	12
身心	5	硬气功	12
心身疾病	5	外丹	13
医疗体育	6	丹药	13
心理疗法	6	三黄四神	13
特异功能	6	八石	13
导引	7	金丹	13
按蹻	7	内丹	14
术数	7	寒食散	14

历史与人物

舞蹈纹彩陶盆.....15	尹喜.....23
宣导舞.....16	宓喜.....23
行气玉佩铭.....16	关尹子.....23
马王堆三号汉墓导引图.....16	亢仓子.....24
气功流派.....17	孔子.....24
吐纳派.....17	孔丘.....24
禅定派.....17	颜渊.....24
存想派.....17	颜回.....25
周天派.....18	列子.....25
内丹派.....18	列御寇.....25
导引派.....18	扁鹊.....25
天台宗.....18	庄子.....26
密宗.....18	庄周.....26
南北宗.....19	王子乔.....26
南宗五祖.....19	王玄甫.....26
南宗七真.....20	董仲舒.....27
紫阳派.....20	王充.....27
北五祖.....20	魏伯阳.....27
北七真.....20	于吉.....28
龙门派.....21	左慈.....28
隐仙派.....21	左元放.....28
黄帝.....21	郝孟节.....28
赤松子.....21	蒯京.....28
广成子.....22	甘始.....29
彭祖.....22	王真.....29
钱铿.....22	曹操.....29
老子.....22	荀悦.....29
李耳.....23	张仲景.....30
老聃.....23	华佗.....30
太上老君.....23	华元化.....31

吴普.....	31	柳宗元.....	40
葛玄.....	31	钟离权.....	41
石春.....	31	正阳子.....	41
嵇康.....	32	吕岳.....	41
许逊.....	32	吕纯阳.....	41
许旌阳.....	32	吕洞宾.....	41
魏华存.....	32	施肩吾.....	42
南岳魏夫人.....	33	陈朴.....	42
葛洪.....	33	崔希范.....	42
抱朴子.....	33	刘海蟾.....	42
王羲之.....	33	刘操.....	43
张湛.....	34	谭峭.....	43
幸灵.....	34	彭晓.....	43
寇谦之.....	34	陈抟.....	43
陶弘景.....	35	陈希夷.....	44
刘勰.....	35	张君房.....	44
菩提达磨.....	35	张伯端.....	44
晁鸾.....	36	张紫阳.....	45
慧思.....	36	张用成.....	45
颜之推.....	37	张平叔.....	45
苏元朗.....	37	石泰.....	45
智顗.....	37	石杏林.....	45
孙思邈.....	38	薛道光.....	45
幻真先生.....	38	薛式.....	45
李奉时.....	38	陈楠.....	46
司马承祯.....	38	陈泥丸.....	46
白云子.....	39	白玉蟾.....	46
王焘.....	39	葛长庚.....	46
王冰.....	39	紫清真人.....	46
刘知古.....	40	彭耜.....	46
白居易.....	40	彭鹤林.....	47
白香山.....	40	欧阳修.....	47

〔 4 〕 实用医学气功辞典

陈直.....	47	李道纯.....	55
沈括.....	47	莹蟾子.....	55
沈存中.....	48	萧廷之.....	55
二程.....	48	萧紫虚.....	55
程颢.....	48	邹铉.....	55
程颐.....	48	黄元吉.....	56
苏轼.....	48	刘完素.....	56
苏东坡.....	49	刘河间.....	56
曾慥.....	49	张从正.....	56
至游子.....	49	张子和.....	57
陆游.....	49	李杲.....	57
陆放翁.....	50	李东垣.....	57
朱熹.....	50	朱震亨.....	57
邹朴庵.....	50	朱丹溪.....	57
张杲.....	50	张三丰.....	57
真德秀.....	51	冷谦.....	58
王嘉.....	51	楼英.....	58
王重阳.....	51	朱权.....	58
马钰.....	51	王守仁.....	58
马丹阳.....	52	王阳明.....	59
孙不二.....	52	万全.....	59
王处一.....	52	王畿.....	59
谭处端.....	52	王龙溪.....	59
郝大通.....	52	罗洪先.....	60
刘处玄.....	53	罗念庵.....	60
丘处机.....	53	李时珍.....	60
邱长春.....	53	徐春圃.....	60
李鹏飞.....	53	陆西星.....	60
俞琰.....	54	陆潜虚.....	61
俞玉吾.....	54	杨继洲.....	61
陈显微.....	54	王文禄.....	61
陈致虚.....	54	憨山.....	61