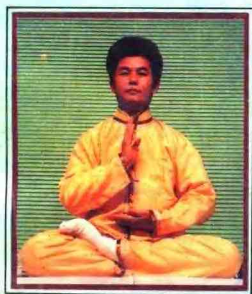


●大气功师出山系列之三

●纪 一 著



●张宏堡答弟子问

●张宏堡答记者问

●气功养生入门须知

●一部功看图修练法

大气功师答疑

中国国际广播出版社

样 本 库

21x137/26

大气功师出山系列之三

纪 一 著

大 气 功 师 答 疑



中国国际广播出版社

1208865

登记证号:(京)096号

责任编辑:唐开红

书 名	大 气 功 师 答 疑
著 者	纪 一
出 版 行	中 国 国 际 广 播 出 版 社 (北京复兴门外广播电影电视部内)
印 刷	北 京 海 淀 军 科 印 刷 厂
经 销	新 华 书 店
开 本	787×1092 1/32
字 数	150 千字
印 张	8.5
版 次	1991年10月 北京第1版
印 次	1991年10月 第1次印刷
印 数	30000册
书 号	ISBN 7-5078-0275-2/Z·64
定 价	4.30 元

友：“你知道这健身球是什么意思？”

王答：“要我们锻炼身体呗！”

张老者怒而否：“那是要我们玩蛋去吧！”

王老者大惊不语。

于是，节后新局长到王老家拜年，王老便以健身球回赠。
那意思是说，要玩蛋咱们一块玩蛋吧！

生活中，人们凭着各自的好恶主宰自己的心灵世界，这种恶性意念的结果导致了彼此情绪的升涨，从而成为疾病的再生源。气功界提倡良性意念，净身宁心，无为而为，必然有益于人们同道生息，健康自乐，颐养天年。

3

气功赐我一座圣堂，便是真。

我得益于气功而颂之，也是真。

我们拥有一个真的世界真的躯体真的境界，我们才拥有真的健康真的眼睛真的灵魂。

存在于我们大脑中的一切印记，我们统称为信息，不管现代科学的发展怎样使空间变小、时间变短，使人们的思维扩展、节制加快。三维空间、一维时间永远是世间任何信息的归

友：“你知道这健身球是什么意思？”

王答：“要我们锻炼身体呗！”

张老者怒而否：“那是要我们玩蛋去吧！”

王老者大惊不语。

于是，节后新局长到王老家拜年，王老便以健身球回赠。
那意思是说，要玩蛋咱们一块玩蛋吧！

生活中，人们凭着各自的好恶主宰自己的心灵世界，这种恶性意念的结果导致了彼此情绪的升涨，从而成为疾病的再生源。气功界提倡良性意念，净身宁心，无为而为，必然有益于人们同道生息，健康自乐，颐养天年。

3

气功赐我一座圣堂，便是真。

我得益于气功而颂之，也是真。

我们拥有一个真的世界真的躯体真的境界，我们才拥有真的健康真的眼睛真的灵魂。

存在于我们大脑中的一切印记，我们统称为信息，不管现代科学的发展怎样使空间变小、时间变短，使人们的思维扩展、节制加快。三维空间、一维时间永远是世间任何信息的归

宿。而我们的灵魂时空却遨游在四维空间、五维空间、六维空间……。这就是我们高贵的人所蕴藏着的无穷无尽之宝库。具有特异功能的被称为“超人”的人们，为这座宝库升腾了一个亮点；具有150年世界特异功能研究史的先哲们对特异功能的研究成果，为这座宝库开了一条小缝。使得我们不再那么惊奇为什么——

两千年前的预言在今天神奇实现；
一百年前的幻想在今天成为现实；
远隔千山万水治病居然颇有成效；
普普通通的眼睛透视竟敢和X光媲美；
已经撕碎的树叶在手里一捂便完好如初；
人可以穿墙；手心可以燃火……

4

没见过面的读者来函询问，见了面的朋友当面质问：你的《大气功师出山》是真的还是假的？你笔下的张宏堡是实的还是吹的？你写的那些事是虚的还是？

那言语之中蕴含不屑一顾的质疑。那字里行间深藏信否参半的苦笑。

我不知道如何回答才能使他们满意。

我知道怎么回答他们都会轻轻摇头。

相信气功的人，你一点他就明白。

不相信气功的人，你再说他也不信。

朋友，依我看，你可信亦可不信，但大可不必动不动就摆出一副架式。大千世界，奥秘无穷，非“信与不信”就能盖棺定论或掷至深渊。100年前，谁相信电视机还能带颜色？50年前，谁相信还有什么试管婴儿？但中国的气功却有几千年的历史，几千年间始终是信疑者参半。时至今日，我们再论“信否”实在是浪费心思。如果硬要我们回答，且允许我斗胆一句：《大气功师出山》仅仅写了张宏堡大师功理功法功能的一小部分，我正在写（准备写）的还有多部即“大气功师出山系列”。有众多的气功现象（不可想象的实例）还不敢写进书里，因为写了，人们很难接受。

书内的一切都是实情，并非一切实情都能成书。

如果还有朋友仍然怀疑张宏堡是否有其人，请允许我长话短说。他属蛇，今年38岁，大学本科毕业，共产党员，1989年《中国人物年鉴》称他为“当代气功名家”。他白手起家创办

了中美合资北京国际气功服务有限公司，世界第一家国际生命科学院，重庆国际生命科技大学。新华社报道说“国际生命科学院的成立是我国生命科学研究的新里程碑。”如今张宏堡已辞去总经理、院长、校长诸职，潜心研究作为生命科学家的新使命。

5

有人问我，你和张宏堡何时结缘？说起来，话不长。先前我和众多诸者一样不信气功也不反对气功，更不无端贬低气功。1989年9月间，我的风湿性心脏病需要做手术，当时浑身无力，上二楼都困难。我问主治教授：“不做手术还有无其他办法治疗，比如西医、中医等。”教授说：“都不行，就看气功能否奏效，不过，学气功要选好气功师，现在假气功师不少，谨防上当。”

于是乎，我请新闻界朋友帮忙挑选气功师，多数朋友认为张宏堡创编的“中华养生益智功”属现代气功，科学易学，适于知识分子修炼。

于是乎，我追到六里桥国际气功服务有限公司，得知张大师正在外地讲功，接着追，追到密云，仅听一课就入迷了，仿佛

在三小时之内悟出了几十年没有想过的东西。

于是乎，索性住下来坚持听完每一课。谁知这一住，便从此跟张大师结了缘。那一天夜晚，张大师讲完课，因故不能返京，和我同住招待所斜对门。机不可失，自报家门而入其内，寒暄后刚入座，身边有一个人，我看了他一眼，即问：“你姓赵？”对方点头。“你是不是陈某某的战友？”对方答“是”。之后，张大师问我：“你们认识？”我说：“不认识。我来密云途中碰见一位同行，他说他的一位姓赵的战友也会气功，必要时，他可以叫他给我治病，我觉得他就是。”

张大师听罢点头一笑，道：“你的悟性很好，你要好好学气功。”

我一阵激动：“我这就拜你为师！”

“不行。”张大师说：“你学好了，今后可以拜，我收你为徒。”

我很庆幸，后来，我知道这叫缘分。

已过午夜，我告别张大师回到自己的客房，发现书包里带着一本我著的《非权力影响力》，心想，张大师是气功大师又是企业家，何不送他一本呢？

第二天早晨，我跟张大师共进早餐时，问他：“我从报刊上看到不少写你的文章，怎么没人写关于你的书呢？”

“悟性不高的人是写不了我的。”他说。

“我能吗？”我毫无思索便追问。

“你能！”张大师肯定地回答道：“我昨晚把你的《非权力影响力》看了一篇。”

“我想我一定能。”我很兴奋，但言刚出口，心里不免有些怯，因为此时我还不知道什么叫气功，只凭听了4小时课的感觉（气功能治病）。

一连数日，听张大师和他的弟子们讲功，不知不觉中走入气功这座神圣的殿堂。

如今两年已去，我孜孜不倦练功并潜心觉悟气功之奥秘，金钱买不到的收获使得我不能不为颂扬麒麟文化尽微薄之力。我以为我的收获主要是“丧失”。譬如我的视力由0.1长到约1.0，眼镜度数由500度降到300，眼下戴着200度便一目了然；我的过敏性鼻炎、常发性喉炎、慢性胃炎，包括脚气全都莫名其妙地逃遁了；我的风湿性心脏病不再使我上二楼都气喘吁吁，每天两眼一睁便精神饱满；还有我的思维也比先前

活跃得多，灵感时时袭来，常常奇思倍出，我用15天至多30天写一部20多万字的书亦不觉吃力，笔头追不上思路，下笔收不住思想之野马，更甚的是我总能在冥冥之中找到有别于他人的思路，把普普通通的题材写成一部畅销书，两年间练功、养病、写作，著书两百万字出版百万言令朋友惑其“神”。

尽管有好心人劝我别太幼稚，但我不能不笃信气功。我的感知与预测功能，我的透视诊病功能，给我的生活和交往提供了诸多方便。在我情形好时，我预测、诊病与透视几乎不出差错，有时候自己都觉得奇怪，开口便说，举目便视，使对方吃惊得张大嘴。如今年春节，我从老家灵宝西华村回北京时，镇长马创兴、村长程宽群、张军成和我同行，到了车站买了票才知279次车因铁路故障晚点，晚点时间等候通知。大冷的午夜，镇长和村长耐不住了，对我说：“咱们回去吧，明晚再走。”我说：“没关系，咱们1点17分（正点零点17分）就能坐在车上。”他们半信半疑地随我一起等候，结果1点17分列车进站，20分我们便坐在了软卧车厢里。旅途中我给几位列车员诊了病，也无一差错。这使得我的三位“父母官”吃惊不小，他们说：“怪不得你为张宏堡写书，这气功硬是有门道。”

我想，不管别人怎样高谈阔论，褒贬气功，我都能理解一个人没有进入一种状态中，他便不可能享受这个状态带给他的快慰与欣喜；一个不懂气功的作家，固然也能洋洋洒洒写气功，但他心里总是不踏实的，他似信非信的心境必然影响他对气功的彻悟。我用自己的实践写我的宗师张宏堡，因为我笃信气功的那种境界可以改变人们固守的那种思维模式。

你乞求一种境界，你便不会为眼前暂时的不满足而沮丧，你视野顿开；

你认为自己就是一个小宇宙，你便执拗你的宇宙在自转中必然有自己的运行轨迹，你不会随大流，人云亦云；

你成功了，你便会明确地告诉自己你实现的仅仅是你智慧的点点滴滴，你追求不止；

你在修炼气功中发现了人体奥秘无限，你便会更加珍重属于人的那种灵性和无穷无尽的美的渴望，你超越自我……

6

时不时有朋友带着疑问的目光问我：张宏堡的功力到底有多大？他的功能到底有多少？我们能否亲眼看看？最后还少不了来一句倒装：否则，我不会听你瞎胡吹！

对此等朋友，我也只能笑笑，权作答。气功师不是耍猴的，你不信，他就当场给你表演表演。但倘若真的表演了，你不定又生出什么新的疑窦来，诸如“他是不是会变戏法”之类。所以我说，你可以尽其所能而不信，但大可不必尽其所能而贬之。我们生活中总有那么一类人，他信什么，他便能找出论据说明其存在，不能排除临时胡编乱造；他不信什么，更能扯一筐证据来，而且少不了“我的朋友怎么怎么了”、“我们家的邻居又怎么怎么了”，以示论据的可靠程度。

其实，解释信与不信非常简单。仅用有些人或一类人的“信否”，肯定或否定什么，都不是辩证唯物主义的态度。

1991年3月·北京

目 录

总 序 气功赐我一座圣堂

上 篇 张宏堡大师答弟子问(1)

中功思想体系是怎样形成的?

中功思想体系还有些什么内容?

练中功能否同时练其他功法?

练中功对饮食起居有何要求?

饭后能否马上练功?

练中功有没有方向性要求?

雷雨大风天气是否影响练功?

中功为什么主张入世修炼?

练功能否戴戒指或者戴手套?

练功期间能否抽烟喝酒?

练功期间如何安排性生活?

妇女在经期和孕期能否练功?

腹部做过手术会影响运气吗？
练功怕风，在室外怎么练？
一定要穿布底鞋在土地上练功吗？
在船舱里练功是否合适？
练功期间可否献血？
在遥远的地方能否接到大师的功？
中功是否适合少年儿童练？
各种功法分别适合在什么时候练？
速成班学员毕业后能否传功？
对各种常见病症应侧重练哪些功？
练功的同时能否进行药物治疗？
为什么参加学功班期间气感较强，
回家后气感慢慢变弱？
如何防止丢气、散气？
怎样防止被别人偷气？

练功出偏后怎样纠正？

辟谷是怎么回事？

中功到底能治多少种疾病？

练功以后病症明显能否继续练？

心脏病病人能否练武火周天？

身患多种病该意守何处？

给病人治病时对病人有何要求？

自身有病的人能否给别人治病？

给他人探病治病会影响功力吗？

能否用手感探病给自己探病？

给人治病时自身感觉不好是怎么回事？

病人被治时感到有阵阵凉风是否正常？

能否在病人入睡后给其发功治病？

练功以后打嗝放屁是怎么回事？
练功后出现各种形式的自发功怎么办？
练功和接功没感觉是否属迟钝型？
练功不能入静怎么办？
用什么办法可以尽快打通小周天？
练功时一入静就昏昏欲睡怎么办？
经络穴位开通后如何防止病邪气侵入？
哪些功法要求闭目，哪些则不需？
练功后感到头昏怎么办？
练周天功时产生啥感觉才算打通了任督二脉？
身体两侧敏感程度不同是怎么回事？
