

天王寺硬气功

气功大师张加陵传奇



纪实文学丛书
王 洋 著
江苏文艺出版社



天河寺硬气功初级功十八式
天河寺盘龙功导引操精法九式
天河寺硬气功高级功十式

K925
10-C



农干院 BDD44642



天王寺硬气功

气功大师张加陵传奇

纪实文学丛书30

汪 洋 著

江苏文艺出版社

天王寺硬气功——气功大师张加陵传奇

著 者：汪 洋

责任编辑：汪修荣

出版发行：江苏文艺出版社（邮政编码：210009）

经 销：江苏省新华书店

印 刷 者：江苏滨海印刷厂

787×1092毫米 1/32 印张 9.75 插页4 字数：200,000

1991年5月第1版 1992年3月第2次印刷

印数：11,000—21,000册

标准书号：ISBN 7-5399-0247-7/I-237

定 价：3.90元

（江苏文艺版图书凡印装错误可随时向承印厂调换）

张加陵硬气功表演

喷水断砖



土埋活人

学生做「刀床锤石」测试



测试。

十四岁女学生做「汽车过身」



学生练功场面





张加陵指导学生
做“头顶断砖”



学生做「头顶开砖」测试

张加陵表演「五马分尸」



张加陵表演“纸吊秋千”



张加陵表演“纸上悬人”

目 录

序章 辉煌的瞬间.....	1
---------------	---

史前篇 盘龙门演义

第一章 开山鼻祖.....	5
第二章 盘龙谱.....	19
第三章 从东蒙到东瀛.....	64

孩提篇 废墟上的梦

第四章 出水芙蓉.....	95
第五章 少年梦境.....	112
第六章 偷练.....	129

第七章 求师记·····	147
--------------	-----

青春篇 灵与肉

第八章 武缘·····	177
第九章 别了，初恋的情人·····	195
第十章 三清红玉·····	213
第十一章 爱和理解·····	230

收获篇 初绽的奇葩

第十二章 第九代传人·····	244
后记·····	264

附录：

天河寺硬气功初级功十八式·····	269
天河寺盘龙功导引提精法九式·····	285
天河寺硬气功高级功十式·····	305

序章 辉煌的瞬间

北京。一九八八年春节联欢晚会会场。

轻歌曼舞。异彩纷呈。在喜洋洋乐融融的气氛中，电声音乐奏出八十年代特有的亢奋旋律。激光灯使人眼花缭乱。美声唱法、民族歌舞、现代舞蹈、流行歌曲、相声、小品、京剧、黄梅剧……节目不断出新，观众目不暇接。会场如海，欢声如潮。就在晚会进入高潮、会场观众和电视机前观众的情绪处于波峰状态的时候，主持人姜昆成竹在胸地宣布：下面，请湖北省江陵县天河寺武馆馆长张加陵表演轻功“气球悬人”、“纸上悬人”、“纸吊日光灯管荡秋千”。一个健壮大汉疾步登上舞台，他就是张加陵。他年已四十，但从电视屏幕上看去，却象三十岁左右的人一样。几个姑娘费了很大的力气才让两个特大的气球停在舞台上，然后小心翼翼地在一块玻璃板搁在气球上。这时张加陵运足气，飘然跃上玻璃板，气球虽然显得有些瘪，但却安然无恙。姜昆激动地高呼：“成功了！”但会场上并没有掌声。老练的姜昆知道人们在想些什么，他只是用手轻轻地碰了碰那一对气球，砰砰两声，两个气球都破了。观众确信这只是一对普通的气球时，会场顿时爆发出雷鸣般的掌声。这时，一张白纸已经

被负责道具的人用图钉钉在两条板凳上，形成了一座纸桥。张加陵再次运足气，轻轻地跃到纸桥上，并且在纸桥上怡然站立了一分多钟。姜昆激动地宣布：“又成功了！”会场上再次爆发出雷鸣般的掌声。姜昆依然将刚刚承受过张加陵全身重量的白纸轻轻一撕，纸破了，仍然是普通的纸。道具师已经在舞台上支起了一条单杠状的水架，然后将两条宽不盈寸的纸条儿用胶水粘成环，吊在“单杠”上，再将一根两百瓦的日光灯管的两端套入纸环，通上电，日光灯管发出荧荧的白光。张加陵第三次运足气，双手握住荧光管，双脚离地，身体来回大幅度摆动多次，然后翻身跃上“单杠”，再安然着地。姜昆面对观众激动地说：“成功了，又成功了！”喝采声，欢呼声，掌声，铺天盖地，经久不息，象钱塘江口上八月十八的涌潮。

全国至少有三亿电视观众，通过卫星传送、全世界有一百五十多个国家和地区收看中国中央电视台的春节联欢晚会实况转播。于是，转瞬之间，“天王寺”和“张加陵”这一个地名和一个人名不仅在神州大地上家喻户晓，妇孺皆知，还环绕着地球这个蔚蓝色的天体不胫而走，不翼而飞。在华夏民族文化遗产中，武术气功是永远充满艺术魅力的瑰宝，它不知多少次使人陶醉使人着魔使人倾倒。但过去，人们只知道少林武当南拳北腿内家外家形意象形峨眉八大门等等武术流派，谁也不曾听说过天王寺。即使是从事武术气功研究工作的，也不知道天王寺盘龙门硬气功为何物，至于它在当代的代表人物张加陵，人们尚来不及思索。然而，张加陵却象从地底下冒出来一样，突然站在每一个人面前。他演出的气球悬人、纸上悬人、纸吊日光灯管荡秋千三个轻功节目，

不仅是那样不容置疑，而且寓刚于柔，化千钧为鸿毛，充满了诗情画意，造型也极为优美，给人以美的享受，这是其它任何武术气功表演所不可比拟的。行家里手一眼就看出了张加陵功力深厚技艺精纯，广大武术气功爱好者则对他的表演百看不厌。张加陵，作为一颗武术气功明星，不仅一下子跃上了天空，而且放射出灼人的光辉。

张加陵在全国许多省市自治区作穿梭式的巡回演出。

一些省市自治区体委、武术气功的研究单位和表演团体，以优厚的待遇礼聘张加陵前去工作。

南宁武警总队请张加陵主持硬气功和散打擒拿训练班，几个大城市的武警总队请张加陵出任教练。

日本请张加陵组团巡回演出。

泰国邀请张加陵主持义演。

国际气功学会邀请他出席一九八九年七月在美国夏威夷召开的世界气功年会。

香港与张加陵签订开办天王寺硬气功训练班合同。

张加陵的弟子加籍华人陈志祝在蒙特利尔开办天河寺武馆加拿大分馆。

天河寺武馆在北京开办分馆。

张加陵开办天王寺硬气功函授教学。

.....

继一九八八年春节联欢晚会成功地演出三个轻功节目以后，一九八九年春节联欢晚会上张加陵又成功地表演了轻功节目脚踩青蛙喷气断砖，并由他的弟子黄幼演出软皮功钻铁笼。

最近，张加陵又推出最新功法胎吸功（或曰龟吸功）。

胎吸功是天王寺历代僧人秘不外传的益寿功法。练功者练到一定程度时，呼吸和心跳明显减缓，血压降低，最后出现冬眠状态。这时，点打练功者的有关穴位，练功者呼吸即基本停止。此时，将练功者埋入两米深的土坑内，视练功者功法，分别在半天、一天、三五天至七天挖出。张加陵本人曾创造了被“活埋”二十三天安然无恙的纪录。不仅如此，练胎吸功的人在不练功的情况下，心跳也比普通人缓慢，即心脏肌肉每分钟收缩的次数明显少于普通人，这将大大减少心脏的劳损，延长人的寿命。现代科学无法解释这种功法。张加陵以其玄妙的功法又一次叩响了当代人体科学的大门。

电台为他录音，电视台为他录像，电影制片厂筹拍反映他武术气功生涯的电视连续剧，国内外各种报刊杂志争相介绍他的事迹。

由张加陵创办并主持的天河寺武馆，已培训学员九千余人，他们来自全国各地。其中有一百五十余名外国人，分布在欧洲、美洲、大洋洲、非洲和亚洲的近四十个国家。短短的几年工夫，天王寺硬气功已经走向世界。

张加陵从哪里来？他有什么样的背景经历和教养？他是怎样迷上中华武术和气功的？为了走到今天这一步，他跋涉过多少泥泞的沼泽和崎岖的山路？作为天王寺硬气功的第九代传人，他在中华武术气功的迷宫中撷取了些什么？又向这座令人目眩的宝库奉献了些什么？为了回答这些问题，让我们溯源一下天王寺硬气功的历史吧。

史前篇 盘龙门演义

第一章 开山鼻祖

明朝隆庆年间，山东泰山脚下泰安城内，有一吕姓大户。这吕家从户主吕开元上数五代，代代都是读书人。所以，在泰安城内，吕家是以诗礼传家著称的。然而吕家的官运并不亨通。五代人读书，尽管代代勤奋刻苦，个个学富五车，竟没有一个中举的，更不用说状元、榜眼、探花郎和七十二进士了。但吕氏传家宗旨不变，家教不更，一代接一代仍以五经四书训诫子弟，以科举取仕激励后人。吕家相信铁杵磨成针，功到自然成。相信愚公移山，诚能通神。儿子不能做官有孙子，孙子不能做官有重孙，子子孙孙没有穷尽。只要吕家的男儿能养出男儿来，只要吕家的男儿耐得书斋清苦，案头寂寞，有恒心把经书读破，把石砚磨穿，把竹管儿写断，就会有发达富贵之日。好在祖上在泰安城外留下了一大片庄园，守着这份产业，生计是不用发愁的。

这家人家还给世人留下了一个不解之迷：从吕开元上数五代，代代都有百岁寿星。吕开元本人五十五岁添幼子，如今虽然已近八十高龄，登泰山竟能不杖而行。这一奇迹，使世人以为吕家一定是祖辈积了德。吕家人心中却有数。他们确是忠厚善良之辈，悖人伦伤天理的事决不去做。他们却并非因此而长寿。吕家人代代长寿，是因为他们代代都秘练一种内养功。这是吕家祖先和同城外那片庄园一同留给后人的另一笔遗产，是一宗无价之宝。它是一种静气功。虽然不能以气发力克敌制胜，久练却能祛病强身延年益寿。这种内养功既是祖辈留下的一笔遗产，是吕家的长寿之~~家~~，自然被视为“家粹”，而秘不外传。所以，世人对吕家长寿的真正原因，毫无所知。

到吕开元儿子这一代，情况发生了变化。这变化是从吕开元五十五岁时生下的小儿子身上最先显现出来的。吕开元共有三个儿子。长子状魁，次子状第，三子状中。顾名思义，无非是图个吉祥，取状元夺魁，状元及第，状元中榜之意。吕开元望子成龙的一片苦心，从他这三个儿子的名字上也体现得淋漓尽致。老员外昼思夜想希望儿子们出人头地，但状魁、状第却在乡试中连连失利，全无夺魁、及第的消息。只有三子状中，多多少少给吕开元带来一线希望。

吕状中聪明绝顶，天资过人。可他既不专心读圣贤诗书，又全不习练功夫和养生之道。然而他十七岁参加院试，却奇迹般地中了秀才，二十一岁时乡试又中举人。老员外高兴得手舞足蹈，激动得老泪纵横。他说：“状中儿啊，你是我们吕氏宗族六代才出一个的奇才。以你的天资，倘能心怀孔孟，留意经典，明春会试何愁不中会元？只要我儿明白

“锲而不舍，金石可镂”的圣训，不骄不躁，百尺竿头更进一步，殿试大比，进士是十拿九稳的。如若祖宗有灵，上苍保佑，中个头名状元也未可知。可是，我家的内养秘功你也要练。否则，纵有凌云壮志，也难堪漫漫寒窗之苦。你如今一不读书，二不练功，全凭一点小聪明招摇过市，岂不是白白糟践了上苍给你的资质吗？”老员外语重心长，说到慷慨激昂处，不觉涕泪横飞。状中竟完全不为所动。他冷言反问：“爹爹，您的意思是要孩儿也象吕家的祖祖辈辈一样？”吕开元说：“正是此意。”状中两扇鼻翼微微抽动了几下，不屑地看了老父一眼，说：“那样的话，再过八辈子我们吕家也不会造化的。”此后，状中依然风流倜傥，我行我素。

吕状中二十二岁时，同泰安鸿儒阮成佑之女阮倩娘成亲。那倩娘芳龄二八，生得面若春桃，肤如凝脂，腰如柳枝，不仅春容佳丽，风姿绰约，而且绝顶聪慧，工诗词，善歌赋，熟谙琴棋书画，更兼温柔灵秀，善解人意。因此，吕状中对阮倩娘万般怜爱。他把倩娘当作一朵解语花，自诩“日偎牡丹听琴瑟，夜拥芙蓉对月眠”，两情相洽，如胶似漆，全不把科举取仕当一回事儿，压根儿没有参加是年春天的会试。老员外虽然气得七窍生烟，却也奈何状中不得。他没有力气把儿子背到贡院去应试，就算他有本事把状中逼进试场，文章也只能靠状中自己去作。老员外知道儿子此刻满脑袋里装的全是倩娘。即便上阵，也必然败北。吕家出不了做官人，这或许是天意吧？罢了罢了！老员外只得认命。吕状中和阮倩娘这对郎才女貌情投意合的新婚夫妇蜜月整整持续了三年半。转眼又是迎春花黄，会试期近。奇怪，未经任何人提醒，状中竟主动提出赴京应试。倩娘自然高兴。她了解丈夫的才情，

相信状中此去必中会元。状中当然更是信心十足。心灰意冷的老员外见儿子媳妇终于在为会试张罗，真是喜出望外。他对儿子平白无故地误了一期一直耿耿于怀，如今虽然迟了，但迟试总比不试好啊！想到此，又暗自抹几下欢喜的眼泪。

状中启程赴京之前，老员外提议儿子媳妇一同到城北文庙去祭祀一下，祈求大成至圣文宣王孔老夫子在天之灵保佑状中文思如泉笔走龙蛇考场吉利。状中离家赴京之前，也正想携爱妻到郊外一游，觉得老父之意正合他意。于是，择了一个晴好天气，携了香烛供品，小夫妻俩一同欢欢喜喜地前去祭祀。不料此行竟招致了一场飞来横祸。

倩娘烧过香，叩过头，许过愿，正要从拜垫上站起来，忽然感到有人轻轻地拉了自己一把。她本能地想到是丈夫状中在捣鬼。婚后三年多，丈夫对她始终是看不厌爱不够恨不得一口将她吞下肚里去。那无限深情，她是受之弥深刻骨铭心的。倩娘知道，在自己的美貌面前，状中常常无法自制。但此处是什么所在？闺中之乐岂可在这儿公演！众目睽睽且不说，还有孔老圣人在暗中监视哩。她得狠狠地责备一下这个浪荡子了。想到此，倩娘收敛笑容，粉面佯嗔，挑起柳叶眉，降圆杏仁眼，扭头朝丈夫瞪去。不对，丈夫正全身俯伏在地诚惶诚恐地祈祷哩。倩娘一惊，前胸后背早已沁出了冷汗。她明白刚才拉她的不是丈夫。那么，在圣贤神像面前，是谁竟敢如此无理呢？正在此时，她觉得那人又轻轻地拉了她一下。倩娘扭头看看身后，只见一个轻浮浪子正用脚死死踩住了自己的裙裾。细看，那轻浮浪子不是别人，是泰安城内妇孺皆知的府衙内周步池。此人生得獐头鼠目，矮小黑瘦，劣迹昭著，恶名四播。倩娘想如此羸弱不堪一击的周