内容简介

本书是按照智能气功的大专生的教学需要撰著的系列教材之三。它在对传统气功进行继承和发扬的基础上，从
意识、道德、调息、形体等不同侧面剖析了传统气功（包括智能气功）的奥秘，阐述了我国各有千秋的许多功
门的共性，而且披露了很多功门秘而不宣的诀窍。特别在 “运用意识 ” 章内，全面而深刻地阐述了意识活动的形成、规律及其对人体生命活动的影响，这是全新的气功科学的内容。
由于它抛弃了古典气功的唯心、唯神的意识观，建立了辩证唯物主义的意识观，从而使过去在气功锻炼中难以
言表的、只有靠悟性来领会的意识变化跃然纸上，让学者有文可味、有迹可循、有法可依。不仅对现阶段的练
功，对发放外气、意识感知、意识致动有指导意义，即使对以后的高层次练功也有指导意义。如本书依据经典
，征诸实践，详细阐述了练功过程中出现幻觉与真妄相攻的实质，不仅破除了气功中的迷信，而且指明了向更
高层次进取的途径。这是深究气功者必须认真研读的透关文字。

本书与《智能气功科学概论》实际上属于智能气功科学（亦可视为气功科学）总论的范畴，是从总体上论述气
功这门科学的规律和内容的，是气功这门学问的精髓所在，是贯穿各功法的生命线，故名之曰 “精义 ”。

Revision #1
Created 2026-10-07 10:38:48 UTC by 劉一木
Updated 2026-10-07 10:39:20 UTC by 劉一木