

## 香功簡介

中國佛法芳香型智悟氣功，簡稱「中國香功」或「香功」。源自佛教禪宗、密宗，是佛家修持的一種上乘法門。相傳香功為二千多年前一位高僧所創，如蓮花生大師，玄奘法師(陳禕)，濟公活佛(李修緣)，均屬一代傳人。

至一九八八年，中國香功才首度在河南洛陽公開。據說，當代傳人田瑞生，年幼時曾患表皮脫落症幾乎喪命，後經悟空法師以氣功治癒，因而重獲生機。便在法師指導下練習香功，其與田瑞生臨別之際，曾捻珠囑咐：「半百年後出山濟世」。五十年後，中國香功才公諸於世，自此也引發了全世界學習香功的熱潮。

香功功法簡單，易學易練，且得氣迅速。但學習者要能做到「信、練、德、悟、傳」才可不斷領悟，開發智慧，祛病強身。其口訣為：信是基礎，練是條件，德是根本，悟是關鍵，傳是天職 | 功德如水，功力如舟，水漲才能船高，無水亦不存。

而香功的療效也有實例可以佐證。一分調查報告顯示，在六十三人中，患高血壓者七人，胃病二十三人，類風濕關節炎二十人，氣管炎六人，膽結石二人，鼻竇炎一人，白內障一人，頭痛三人。練功時間一年以上有十四人，九個月的有二十三人，六個月一人，三個月左右的四十五人。習練香功後疾病因而痊癒者有十七人，好轉的有四十四人，沒有變化的僅有二人。由此可知，香功確實有它不可忽視的調理身心功效。

其他諸如近視、高血脂症、氣喘、心血管疾病、皮膚病、慢性肝炎、胃炎、膽囊炎、肥厚性脊椎炎、神經衰弱、靜脈曲張、青光眼、胃潰瘍、骨潰瘍、骨質增生等等，都有因習練香功而消除病症的實例。

總而言之，練功的目的是以保健強身為主，與宗教無關。信佛的人不一定會學香功；學香功者，未必信佛。是故，任何宗教信仰者，皆可學習香功。此種功法動作簡易，氣感卻強，有利人體氣血暢通。且練功時，要面帶笑容，全身放鬆，精神愉快。現代社會由於生活忙碌，如果人人能習練香功，藉著香功和諧優雅的動作，陶冶性情，激發潛能，祛病強身，延年益壽。並從而營造一股祥和之氣，使家庭興旺，國泰民安，功德無量矣！