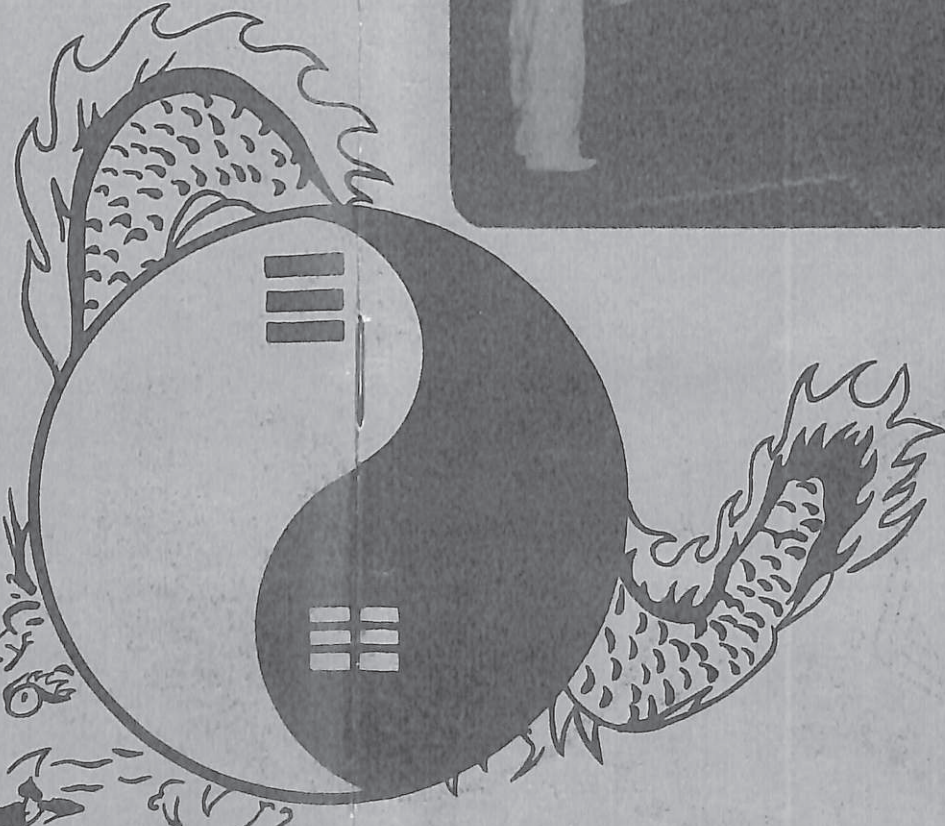
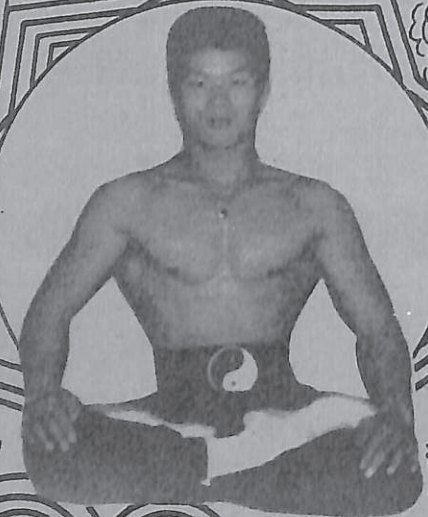
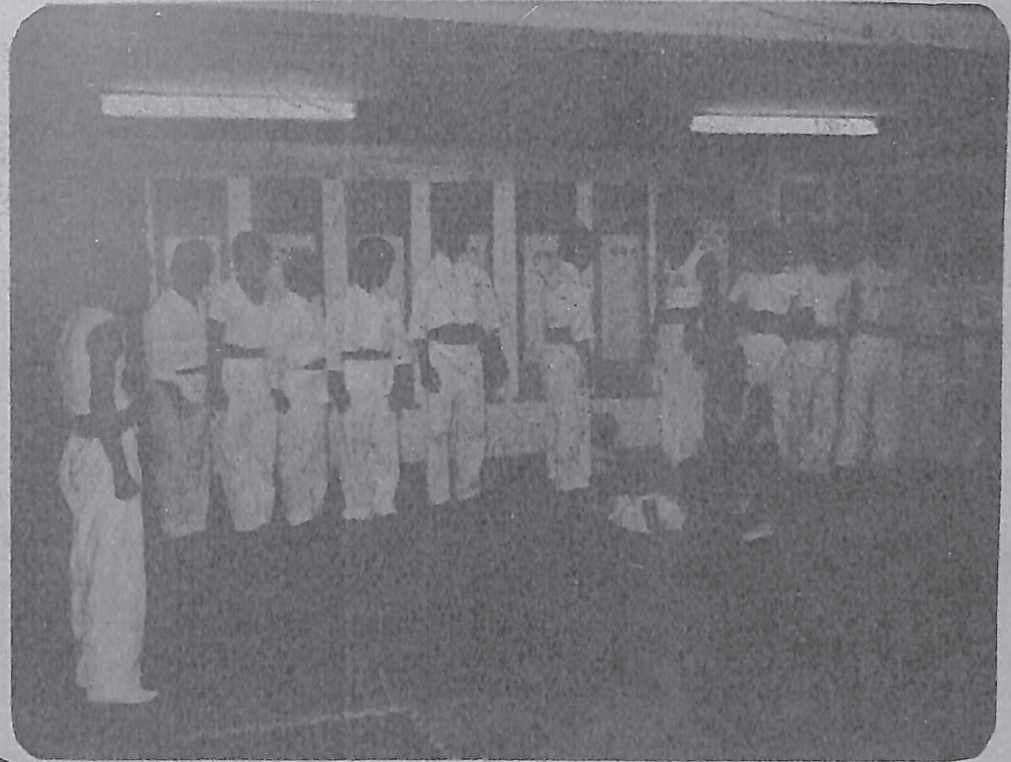


九九神功

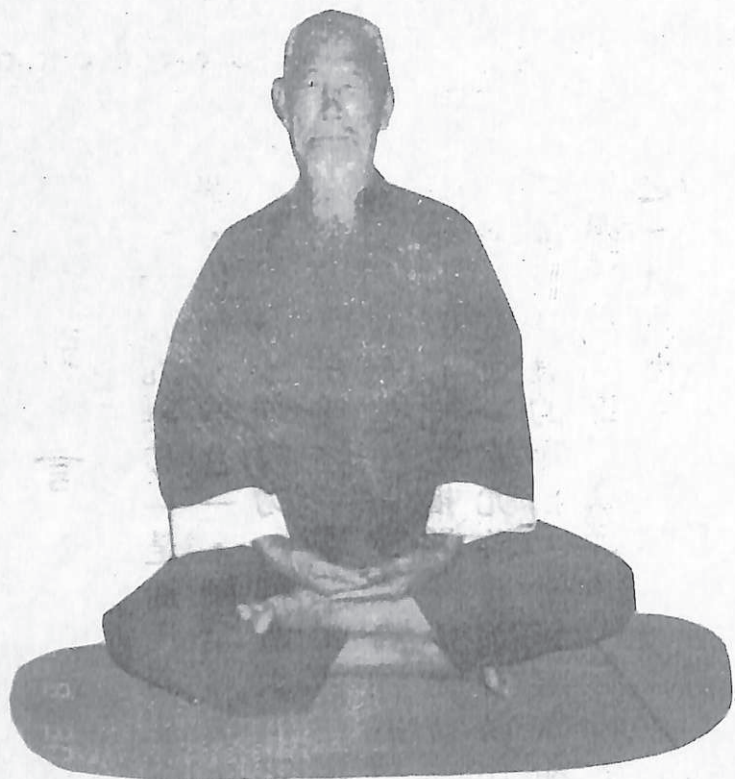
輔大學士
涂金涼
親授老師



改變體質、

身負千斤健康要你看得到





涂慶忠老師傅玉照



輔大學士涂金泉
中國醫學碩士



師大學士涂金盛
國術績優教部保送

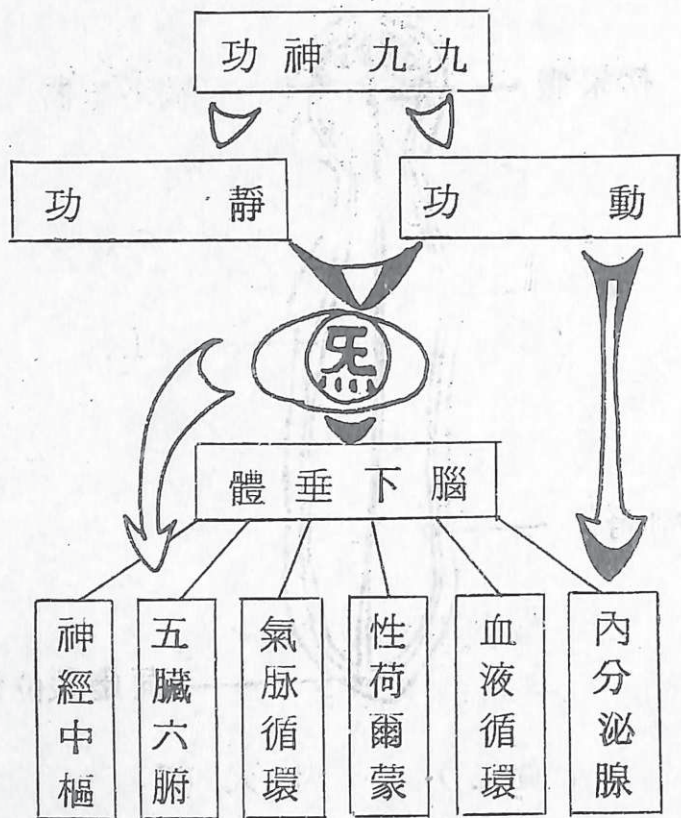
引言

「九九神功」是涂氏養生學家傳廿一代，保身之精華，以動、靜合一，剛柔並濟，溫和自然的練功方式，來增強吾人的精力，仰制疾病之發生，以却除難以啓齒的隱痛，完全附合現代人體生理，並且針對個人體質的強弱因材施教，視學習者症狀行補瀉功法以達到百分之百的功效。完全揭開千年來養生不傳之密訣。今日請得父老（家師）之允許特別將涂氏的獨門秘傳「九九神功」做更詳盡的介紹，使迷途無知者得其門而入以廣渡疾患與困苦！告慰涂氏歷代宗師，完成歷代宗師濟世渡苦之一貫目標。

◎復興氣功中心簡介：

復興氣功中心是由涂氏兄弟所主持，由於武術傳家，涂氏兄弟研究推展國術績優，曾先後榮獲教育部保送師大及輔大。

因此在科學與秘笈的配合下使涂家武學更爲精良可貴，然而今日爲響應政府倡導全民體育，涂氏兄弟乃以教學認真、做爲實在，博得社會各階層的支持，十年來館務經營蒸蒸日上，目前涂家兄弟在國內先後成立了近二十個道館分別由七位兄弟來管理，可說是目前國內功效最獨特規模最龐大的運動機構。

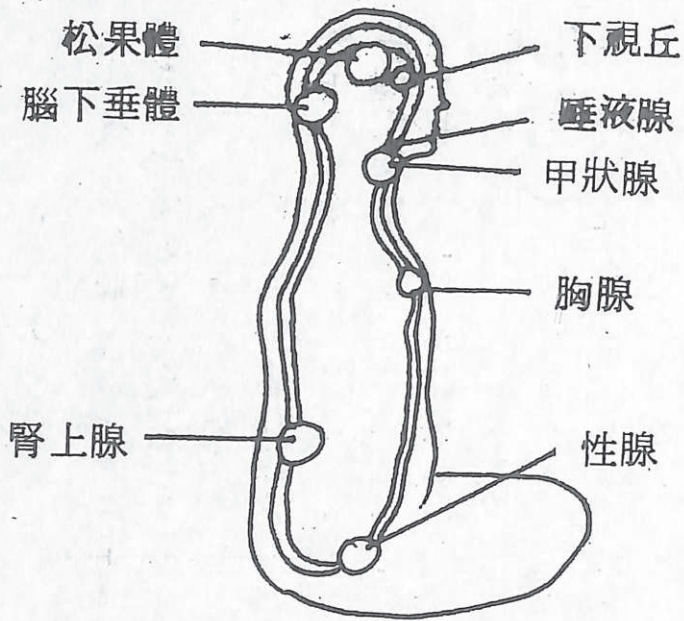


(圖一)

一 增強性機能
 一 却除痼疾
 一 却衰弱老化治百病
 一 酸痛、抽、痛、麻、
 一 怕冷、頭昏眼花、
 一 四肢無力、耳鳴心
 一 悸、精力不足、易
 一 感冒、氣血不順、
 一 腸胃不佳、腦神經
 一 衰弱、失眠多夢。
 一 精力無窮
 一 元氣、功力、耐力
 一 堅如鐵棒
 一 吊百斤。

在認識九九神功之前我們必須先瞭解吾人之生理，也就是要知道吾人體內各種內分泌的功能以及九九神功的作用在那裏。首先談到的是在位於頭部中央，大腦下方橋腦前方的腦下垂體（見六頁）在他分泌的各種激素中有「卵泡刺激素（FSH）間質細胞刺激素（LCH）與吾人的性荷爾蒙最為密切，其中FSH作用可使男子睪丸生長，並促進生精作用，LCH可促進男性睪丸固酮之生成，以保持生精作用及使附屬性器官（輸精管、攝護腺、精囊等）正常發育。（摘自吳慶餘教授著之健康教育）。

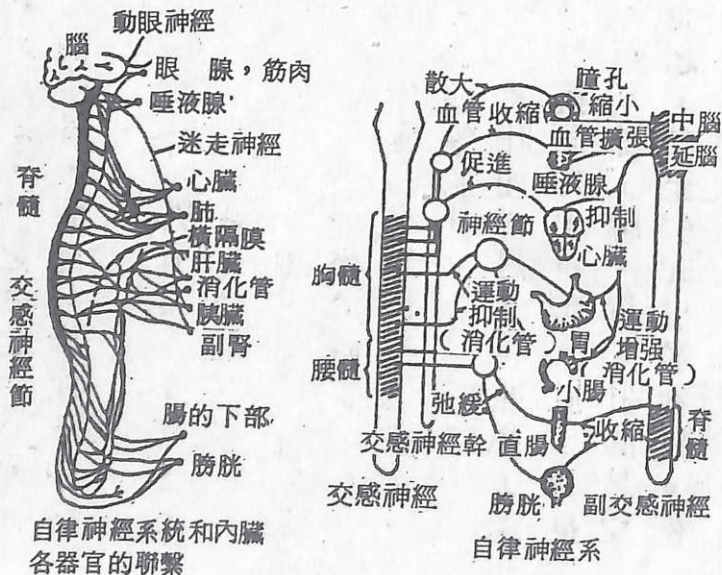
談九九神功首要的是：（一）動功：主要在生精及鎖元使精氣之滙集潤養各器官，（二）是靜功：在化精固精培養強勁的內力，來打通經脈，刺激內分泌，溫養器官臟腑，並令氣、脈結合、直接可刺激全身各部內分泌腺，間接的能運氣行中脈以增腦下垂體的機能，使達到人體生理機能之所不及的「力量」，尤其是中老年人肝腎機能失調腰背酸痛、氣血不順、性功能障礙、精力不足者最具功效。



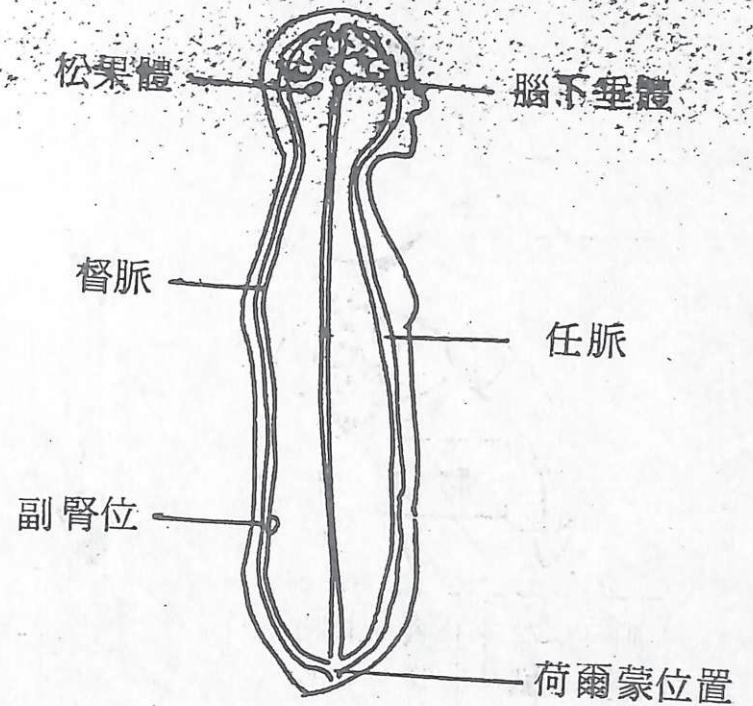
(一)上圖：小周天與腺體位置

(二)下圖：腺脉及神經系統

九九神功，並可節各神經系統。



自律神經系統和內臟各器官的聯繫



(圖二) 小周天圖

※腦下垂體是控制性素、內分泌、性機能、性器官的重要地點。

「督脈是還精補腦要道，任脈乃潤養臟腑之途，練精衝脈不可缺氣通三脈引入髓，神功強精首要訣」。

論腎虛之理

素問六節臟象論云：「腎者主蟄，封藏之本，精之處也」。腎主藏水，承受五臟六腑之精氣而藏之，以化髓生骨，而能分析血液中之廢物，以下注膀胱成尿液。

內經云：「腎者作強之官，技巧出焉」又曰「男子二八腎氣盛天癸至，精氣溢瀉，陰陽和，故能有子。」引此二句話：足而證明，腎臟的伎能精巧。對全身活動，生殖器官發生強大的作用。故稱作強之官，巢氏曰：「腎開竅於陰。若勞傷於腎，腎虛不能勞於陰器。」故陽萎筋弱。倘若腎臟機能藏精失職發生毛病。極易導致性機能減退。陽萎、早洩、精關不固，小便白濁，神經衰弱等病症。

腎為先天之本以藏精。由是精生氣旺，氣旺而神昌，精生氣，氣生神。精氣神三寶充盈于體內，則能增強抵抗病力，身體強壯，百病不生。腎臟充實強壯。精神飽滿。則腦、心、肺、脾、胃、肝胆皆受其蔭而強矣。腎臟虧損則各種疾病隨之而起，甚至引起併發症狀。例

如：神經衰弱、頭暈眼花、耳鳴心悸、失眠多夢、手足冰冷、四肢酸軟、腰酸背痛、夢遺滑精、陽萎早洩、小便白濁、記憶減退、肝脾不調、氣血虧損、血壓不正常、風濕症；甚至腎水不足，即水火不能既濟。肝陽亢盛以及容易感冒。若陰分越虧，則陽氣越亢。上沖難免有鼻病隨之而起。例如：噴嚏、鼻炎等過敏性之疾病。

內經云：「腎主藏精，精傷則失守、而陰虛，陰虛則無氣。」又云：「冬不藏精。春必病溫。」腎者所以藏精，精藏則健，若封藏失職，則腎易虧損。併發症亦隨之叢生。實不容忽視，然而對腎臟應適時保健。切忌亂投補藥。雖補之亦不得其道。很容易發生危險、枉費金錢又延誤病期，唯有借千年來涂氏養生絕學「九九神功」來救治最可靠，又沒副作用的方法。

◎九九神功的原理是什麼？為何可壯元強精？

九九神功的主要功能在強腎以強精，在強元以壯陽，是由內而外的功夫，並非外在技巧，可令病者健、健者壯，九九神功是有形之功與

無形之功的配合的功夫詳細如下：

△有形之功：以動作爲主溫養命門（火鞏）固腎陽及陰部性腺分佈之處，使產生更豐富男性激素以及性素（睪固醇）荷爾蒙以分泌更充裕的「精元」而達到強精的效用，並且以特殊的練功方式使性器短小者增長與加大，並可消除敏感而控制房事時間，使失去性機能者重現生機，猶枯木再春之術，強種強身，擁無窮的精力。

△無形之功：首重運氣法，爲本功之要點，運用潛在之「先天炁」來運行周身，練氣、採氣、用氣來維吾人體之精元的巔峯狀態，即使您以七老八十乃能擁年輕小伙子般的精力而永不衰退（故楊森將軍楊前輩是一實例）特殊的運氣法，在腦下垂體以使各分泌正常，在陰部、腎部溫養同時滋養命門、強化肝腎兩經，使性器更堅、更強、進而運氣還精補腦是道家強身法中最高境界。

◎爲什麼會頭暈眼花、腰酸背痛、失眠、與精神不振？該如何？

（一）以上之情形大多由於「精元」虛弱引起，有人謂之「敗腎」（腎

虧）因腎主藏精，腎與腦髓相通，因此有關腦機能與筋骨方面的毛病皆由此而生（此乃是因腎氣虧損命門火衰引起）。

（二）練九九神功沒有噱頭，是一種內在的運動法，不必服藥，也是內養的功夫，因此是在強元以治本，而非治標的外在技巧。

◎什麼叫遺精、滑精、因何而生？

遺精就是睡眠時精液外洩的一種疾病，在臨床上可分爲有夢和無夢兩類，有夢而遺的叫遺精，無夢而遺的叫滑精。考遺精一症與肝腎二臟有著密切關係，因爲腎主藏精，肝司疏泄，腎之陰虛則精關不固固而滑脫，肝之陽強強則相火內熾而遺泄。

遺精、滑精若偶而發生是正常生理排泄，是發育成熟時精囊盛滿的自然現象，若經常發生則屬於病態，而有妨健康導致精神萎靡，頭昏目眩，面無血色，腰酸腿軟等。

◎什麼叫早洩？因何而生？

早洩一症：是男性專有的名詞：即與女性行周公之禮時，一觸即洩

也。本症與遺精，病狀雖不相同，在病理方面實同一因素。其造成的因素有二；一是過份勞累、生活緊張所致。二是「水火」不能相濟引起，因腎「水」不能抑制心「火」之實而生成。

◎九九神功的特色是什麼？

九九神功是以動靜合一的配合視個人體質再行補瀉功法，主張先瘉而後强身。

强精法：在練精化氣，以導氣歸元，特重行氣法、以氣强元、導氣生精、對已失去的性生理機能有再造之功，可謂令枯木再春。簡單易學。守精法：以氣易神、以氣易精、令坎離不虛、真元不散，即使之交歡之中也不會輕易的走洩真陽，是强身保元真方，首功生精與强其次固精和鎖元，再者化精成元陽。

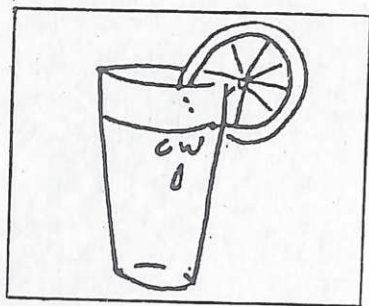
◎九九神功的練法容易嗎？師資情形如何？

練習九九神功是不須要任何功力基礎的，而且由首至終均由可自由已採練，不必教練或他人幫忙的，由於不受時空的限制，因此；不

管你走到任何地方都可練習。三個月當中均由涂老師兄弟親自傳授，並採永久會員制，只要加入練習，終身義務指導，效果絕對可靠。沒有商業氣息。

◎陽萎是什麼？

陽萎：是生理上的疾患，陰莖缺乏興起的能力，古時稱爲陰萎，此症與肝、腎、陽明有著密切關係。因爲莖爲厥陰肝木之所經，又爲宗筋之所聚；陽明主潤宗筋，陽明氣衰則宗筋不振；腎主藏精，腎虛則陽事不舉，打針吃藥往往枉費心機，唯有藉運動方式——「九九神功」效果最可靠，既不必打針也不吃藥，絕對沒有副作用。



SEX

飲酒、敦倫、冰水
是一般××功提吊
不起來的原因（也
就是練不成的原因）

來是必要的，況且精滿則溢，練九九神功是不必「閉關」的，並且要有一定的放泄時間以練「收攝」之功。可以說在今日各種「強精法」的功中唯一不受房禁的功夫，然而對於酒類、冰水及食物，則只需稍加節制即可。

◎練九九神功要不要「閉關」（※與太太分房）百天與其他禁忌？（酒、冰冷食物、刺激性藥物）。

不必要！在練精三階中首重收攝之法，適當時機的「排洩」，對練氣者來說是一種代謝作用，然而適當的禁慾對一個追求健康的人說



看！驚人的功力

——陰吊 600 磅——

◎練九九神功有何效用！

主要功能在加強性機能之疾患，其效果如下：

一、精神不振，力不從心，缺乏幹勁者。

二、免服藥增強性機能能力。

三、是短小者的福音。

四、調節時間、却除陽萎、早洩。

五、消除敏感症、增加個中樂趣、減少精元流失。

六、改變體質、加強性能力，達到堅硬之要求，練成吊重百斤功力。

七、其他有效範圍如下：腰酸背痛、失眠、腦神經衰弱、耳鳴記憶力

減退，精神不振、攝護腺腫、夜尿、怕冷心悸、長期感冒、四肢

麻痺酸軟無力、高血壓、遺精、氣喘、鼻炎、肥胖等等慢性病。