

詢問表（中級班）：

日期：

姓名

連絡電話 (H)

(C)

Email

參加過醫學氣功初級班： A.有: 第 期 B. 沒有，但參加其他班（詳情）：

1. 每星期練習多少次？

A. 每日 B. 兩次 C. 三次 D. 四次 E. 少於兩次

2. 每次練習, 練幾分鐘？

A. 10-20 B. 20-30 C. 30-40 D. 40-50 E. 多于 50

3. 練功 以何種姿勢為主？

A. 站功 B. 坐功 C. 正躺 D. 側臥

4. 練功時你是否有：

A. 外動 B. 內動 C. 內外動全無

5. 如有外動, 身體哪一部分在動？

A. 頭/頸 B. 腰 C. 腿 D. 肩/手 E. 其他部分

6. 如有內動, 身體 何處有氣？

A. 手掌內 B. 上/下手臂 C. 身前/後背 D. 大/小腿 E. 其他部分

7. 練功時, 是否有氣感？

A. 有 B. 沒有 C. 偶爾有

8. 如有氣感, 是何種氣感？

A. 熱 B. 冷 C. 酸/痛 D. 麻 E. 痒 F. 脹

9. 如有外動, 現在是否依然在動？

A. 是 B. 不是 C. 動幅/時間減少

10. 請寫一小段, 描述你練功的情形. (以下是我練功時的紀錄, 作為參考):

(5/26/2009, Tuesday: 晨六時半起床, 頭疼, 傷風, 流鼻涕. 心想要吃藥還是練功? 最後決定練功. 一如前三天, 三十秒內前後擺幌, 蹦跳, 下腰轉圈. 一分鐘後, 平靜了. 此時, 雙手勞宮穴, 感到氣流膨脹, 氣衝上頭. 練了三分多鐘. 頭不痛了, 鼻子不流鼻水. 而我手臂和小腿的麻癢, 雞皮疙瘩擴到背部, 而且連續一個多鐘頭.)