

与健康同行
做自己的保健医生



人 体 药 库 学

RENTI YAOKUXUE

民间火柴棒医生第二部力作
周尔晋 / 著

合肥工业大学出版社

人体药库学

周尔晋 著

合肥工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人体药库学/周尔晋著. —合肥:合肥工业大学出版社,2004.7

ISBN 7-81093-120-2

I. 人… II. 周… III. 穴位按压疗法 IV. R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 066470 号

人体药库学

周尔晋 著

出 版 合肥工业大学出版社

地 址 合肥市屯溪路 193 号

邮 编 230009

电 话 总编室:0551-2903038

发行部:0551-2903198

版 次 2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

开 本 889×1194 1/32

印 张 17.875 字 数 431 千字

印 刷 中国科学技术大学印刷厂

发 行 全国新华书店

网 址: www.hfutpress.com.cn

E-mail: press@hfutpress.com.cn

ISBN 7-81093-120-2/R·9

定价:28.00 元

如果有影响阅读的印装质量问题,请与出版社发行部联系调换

自序

奋力开发人体医药宝库

本书定名为《人体药库学》，既是《人体X形平衡法》的续篇，也是其姊妹篇。“人体X形平衡法”是打开人体药库的钥匙。只有用钥匙打开人体药库的大门，才能充分调动体内取之不尽，用之不竭的丰富药源。

中医有两大药库：一是大自然药库，那是中草药，是外药；二是人体经络学，那是人体药库，是内药。明确地提出“人体药库学”这个词，是我自学中医几十年来思想解放的结晶，可以说来之不易，来得艰辛。这个“人体药库学”的思想，是中医所独有的，也就是说人自呱呱坠地体内就拥有一个丰富的大药库，而且越用越丰富，直到其死亡。

《黄帝内经》是研究内药治病的经典之作，古代之名医如华佗、扁鹊，都是以调动内药治病而闻名。但中医所走之路也是曲折而不平坦的。一是由于“儒医分家”而形成大量“医盲”，不懂性命之学的第一性，不普及医学知识；二是重“外药”而轻“内药”，形成主次颠倒；三是重医疗，忽视家庭保健；四是重医生，而忽视病人之配合，不懂得即使是神医，也只是“外因”，外因必须通过病人这个“内因”，才能起到医疗作用；五是重视西医，而相对地轻视中医。

研究人体药库学，就是要充分地发挥中医的作用，切实运用好内药。单纯或者主要依赖外药，不仅使疾病抗药性越来越强，使一些可治之症变为不治之症，而且会使药费居高不下，使贫苦者看不起病，一家只要有一个顽固慢性病患者，就会使其倾家荡

产。而“人体药库学”使我们可以想象 13 亿人民就是 13 亿个“大药库”，人人都是医药的亿万富翁，其药量可与银河星系相比，那是多么巨大的财富！更何况内药是通过增强自身的抵抗力来治病，其效果也是相对巩固的。只要充分发挥 13 亿药库的能量，就无需捧着“金饭碗”要饭，就一定可以征服各种疾病，最大程度地提高全民的健康水平，有利于建设小康社会。

我之所以提出“奋力”两字，是因为我已满 74 周岁，时间于我无多；我之所以争分夺秒地去写这本书，有几点需要说明。

一是为了普及中医知识，以弘扬中医。《人体 X 形平衡法》是治病的工具书，几乎全是文配图，理论方面涉及较少，而《人体药库学》一书，则介绍一些医理研究，以“医道”来指导医术，才能一通百通。但总体说来，这两本书都是为了普及中医知识而写的。二是研究人体内药药源及其医疗作用，乃是本书的宗旨。我以为外药也是需要的，但要在重视内药的基础之上去研究外药，离开这个基础那是要花代价的。人体四肢的大 X 形治病，乃是潜力无穷。在《人体 X 形平衡法》一书之中，我着重揭示了四肢大 X 形对治疗体外病的奇妙作用。本书中则将重点放到四肢大 X 形如何治疗内脏疾病，尤其是四肢原有的经络穴位，药源极其丰富。如何依据 X 形治病原理将其合理组合，充分调动神奇平衡力治病，这是一项细致艰苦的工作，在本书之中我有所研究与发展，既研究穴位的“内药”，也研究无穴而出现的“相应高升点”（指压“高升点”）而调动内药治病的药源。而本着少而精的取穴原则，将两者有机地结合起来，其妙用是很大的。三是本书与《人体 X 形平衡法》一样，均属于“家庭保健学”范畴。我以为家庭保健是最为重要的，到医院治病是不得已而为之，希望“家庭保健学”能成为社会上的普及性学科，能出现更多的专著与人才，真正实现“小病慢性病不出家，大病急病找医院”。我愿为实现这个理想而奋斗。四是这是一本教会人们自病自医

的书。我很重视医生,但不盲目相信医生。就长远来看,你是自己最好的医生;就应急来看,当然还是得上医院找医生。把两者结合起来,而以自我保健为主,才能充分实现医疗作用。五是中医乃中国之“国粹”,其伟大与神奇,是外国医术所无法比拟的。以中医为主,实现中西医结合,西为中用,才是对的。重视中医的基础应是普及中医知识,使中医具备深厚的群众基础,我想这是紧迫的任务。六是讲自然界的生态平衡,但人体体内同样要讲生态平衡。中医的阴与阳,五行的相生(水生木,木生火,火生土,土生金,金生水)与相克(金克木,木克土,土克水,水克火,火克金),正是讲体内生态平衡,而人体药库学,正是建立在人体生态平衡的基础上,离开了平衡,人体药库学就是一句空话。

“只讲奉献,无索无求。”这是我的写作态度,也是我信心和勇气的来源。一个好的医疗法,一本好医书的问世,不可能走笔直而平坦的路,它要经得起人民、时间、实践的三重考验。我有两句写作口号:“写出来就是胜利!”“是金子总会发光!”这里我十分感谢合肥工业大学出版社,感谢那些为本书的出版付出劳动的人们!没有他们的大力支持,本书是难以问世的。我将一如既往,继续研究“人体X形平衡法”和“人体药库学”,将中医知识发扬光大。

“人体药库学”这五个字,凝聚了中华医学先辈们的心血与智慧,在世界上独树一帜,其真理的光辉将是永恒的,不但给中国,也将给全人类带来健康与幸福,我们不妨拭目以待。

作者

2003年12月8日

目 录

自序 奋力开发人体医药宝库	(1)
---------------------	-----

第一篇 总论部分

1. 人体药库学浅论	(3)
2. 内药论	(22)
3. 你是自己最好的医生	(52)
4. 人体总药库与分药库	(58)
5. 心火肺金药库(手穴)	(64)
6. 肾水、肝木、脾土药库(脚穴)	(88)
7. 人体综合性大药库(四肢穴位)	(109)
8. 人体综合性大药库(胸腹部穴位)	(154)
9. 人体综合性大药库(肩背腰尻部穴位)	(169)
10. 人体综合性大药库(头面颈部穴位)	(180)
11. 人体×形综合取药治病 148 图解	(193)
12. 人体×形平衡法治病 100 图解	(365)
13. 四肢大×形传统穴位 41 项取穴法	(467)

第二篇 分论部分

- 14. 治疗右瘫与吞咽困难 (515)
- 15. 治疗脑膜炎后遗症(癲狂)..... (518)
- 16. 治疗严重的双膝关节炎 (521)
- 17. 强肾保健按摩法 (523)
- 18. 脾土保健按摩法 (526)
- 19. 肺金保健按摩法 (529)
- 20. 强心健脑按摩法 (532)
- 21. 健心强心按摩法 (535)
- 22. 重视小肠保健法 (539)
- 23. 肝木保健按摩法 (542)
- 24. 手穴保健按摩法 (545)
- 25. 防治非典按摩法 (549)
- 26. 退除无名高热 (552)
- 27. 破译夏禹铸先生的《推拿代药赋》 (555)
- 28. 关于人体的奇经八脉 (559)
- 编后记 拜谒周尔晋 (561)

第一篇

总论部分

1. 人体药库学浅论

牢固确立人体大药库思想

自从我在《新安晚报》上发表“人体×形平衡法”有关文章以来,四川有个“无药”协会与我联系,想同我交换资料。他们这个“无药”两字,我是难以赞同的,人间岂能无医?有医岂可无药?故而婉拒。

“人体大药库”的思想,我也是逐渐形成的。我的祖父周正升是当地有名的老中医。他死得早,我无缘领受教益。我离开老家时,带走他的一本遗书,名为《幼科铁镜》,作者是贵池的老中医夏禹铸。我非常感兴趣的是他在书中写的《推拿代药赋》。他将所有的小儿推拿手法与用何种药物联系起来(我已将他的《推拿代药赋》复印,又专写一篇《代药赋文解》)。这是中医直接论及“人体药库学”的妙文,对于我的人体药库学的观念形成与发展起了不可估量的作用。

人体浑身是药,浑身是宝,人人都是医药的“亿万富翁”。其根据有四:其一,所有动物都不会用“外药”,但有些动物如龟,其寿命特长,也可以说它们全是靠“内药”治病。病是失去平衡,动物体内都有“平衡力”,即是“内药”。以龟为例,它的平衡力的特征是慢与微,也是它长寿之源。人们向它学习,便有了“龟息法”的气功。再如苍蝇,它几乎是百病不侵,百菌不蚀。它本身内部就有平衡力足以抗拒百病百菌,也足见内药之强大。人寿不如龟,抗病不如苍蝇,但也毫无例外,都是靠“内药”维持

健康的。人有病,有的病不用吃药也会好,只是较慢,这是普通平衡力发挥了作用,而“外药”则必须通过“内药”,即人体内的平衡力而起作用。人死了,内药(即平衡力)消失,再好的外药也无作用了,世间并无起死回生的仙丹。许多事实证明,调动人体内药治病不但非常有效,而且是长效。

其二,“沸水中加凉水”不若“釜底抽薪”。仅仅靠外药治病,有如沸水中加凉水,而釜底烈火熊熊,马上又沸,只有调动“内药”治病,才能起到“釜底抽薪”的作用。以失眠患者为例,中医认为失眠是阳盛阴虚,水亏火旺,心肾不交引起。如果只是吃“外药”,本人房事无度,心事重重,又怎么奏效?如若节制房事,放下思想包袱,再用棒压耳穴,指压体穴,调节阴阳,准能解决失衡问题。

其三,人体不平衡是绝对的,平衡是相对的。人体健康线是相对平衡线,而当一端出现“低沉点”(即病变点),另一端必然出现“高升点”(即敏感点与反应点)。通常,只要在“高升点”上施加压力,通过大脑这个强有力的杠杆,就会使另一端的“低沉点”上升,恢复相对平衡,也就治好了疾病。这就是调动了“神奇平衡力”,也即“神奇内药”。其妙用是任何“外药”所无法比拟的,胜过“仙丹”。

其四,中医讲阴阳与五行是科学的。阴阳的相反与相成,五行的相生与相克,都是为了保持人体的相对平衡。人们认识其规律,并调动平衡力(即内药)以治病,其特征则是内药越用越多、越用越丰富、越用越熟练、越用越有效。因人体平衡力不断增强,自然可以达到健康与长寿的目的。人体的药源,尤其是全国13亿人的药源,到底有多少?怕是天文数字。这当然很值得好好研究。

充分认识“人体药库”的伟大与神奇

中医所倡导的“经络学”，也就是“人体药库学”，可以说是世界上最伟大最神奇的科学。

(一) 它有无穷无尽的防治疾病的力量。对此我体会实在太深了。我大女儿两岁时患病毒性肺炎，高烧 41 度而不降，医生下了病危通知，相比之下，邻床一男孩与我女儿同病，但情形要好得多。那时我初学小儿推拿法，便摸摸女儿手指为其降热，最终奇迹出现了：我女儿热度迅速下降，转危为安，而邻床男孩却因降热无功而夭折。此后，我便感觉中医“内药”威力无穷，如摸摸小手指便可补肾水，等于给患儿吊盐水葡萄糖；摸无名指清肺金，胜过打青霉素，如此等等。小儿推拿法是调动内药救人的“医学魔术”，创人间奇迹的魔术。我的孙女早产，落地时体重不足 2 千克，吃奶皆吐。我为其“捏脊”、“摸指”40 天，才使她得以正常吃奶。现在，其母称她为“铁胃肠”，14 岁的她，从未闹过胃肠病，身体很结实。

2002 年我走出省门，到了青岛、北京、浙江等地，又真切地体会到“内药”的伟大与神奇。路过合肥时，我运用 X 形法为 82 岁的老友曾先生治疗左瘫，他瘫痪坐轮椅 3 年，又是严重的肺心病患者，我只用一次，为他按摩不到 40 分钟，奇迹便出现了：他居然能站起来行走，将我们送到门口，使我自己也难以置信，但铁一样的事实却摆在眼前。接着，在合肥市一家大酒店中发生的奇迹，证明此事并非偶然。那天新安晚报社社长请我到酒店用餐，该酒店店主老父 70 余岁，右瘫长达 8 年之久，我当众“表演”X 形按摩，又是不到 40 分钟，奇迹再次出现了！他那瘫痪长达 8 年之久的右腿，竟然能抬起又放下，全场沸腾了。患者妻子上来抓住我的双手激动地说：“谢谢周老先生为我丈夫治

病!”其子是该酒店董事长,其女是副董事长,也都上来紧握我手说:“谢谢您为我父亲治病!”酒席之上,宾主尽欢。此事其实比曾先生站起走路还神奇,一则这是8年顽疾,非同小可;二则这是右瘫,难度大于左瘫。它同时生动地证明了中医调动内药治病之迅速与神奇,真的是任何西药所无法相比的(此老之病并未坚持治下去,以致有反复,遗憾!)

在青岛,我面临着严峻的考验。这是我第一次走出省门,无偿地为他人服务。请我的是青岛市政协的尹老先生,其两子、一媳、一女都是医生,其本人既是政协副主席,又是大学教授,对中医也颇有研究。折腾他20余年的双膝关节炎(其中还有一膝内有肿块),我能否在短期内为其治愈呢?我还是立足于采取×形,调动内药治病之法,奇迹再次出现了,我只用4次按摩,就基本上治愈了他20余年的顽疾,以致两周之后他到南京接待外国代表团打电话给我说:“周老,形势大好,我站了70分钟,也不觉得腿痛了!真的是太谢谢你了!”这样快就治好顽疾,不能说不是奇迹!只有“人体药库”中的“内药”,才能产生如此神效、奇效、速效!

在北京,我为一安徽籍高干的儿子治病,与我随行的朋友都十分担心。小伙子28岁了,19年前因病毒性脑炎而留下后遗症,症状是癫狂,行走失衡,整日地胡说八道,晚上不能睡眠,其状如同关在笼子中的猛虎。我诊断为服药过多过乱,形成心火、肝火两旺,肾水又亏,其人如同一团“熊熊烈火”,便以×形法调动内药,以清心火、肝火,补肾水为主穴,取了三个×形,终于出现奇迹,一次按摩就控制了癫狂,当晚从22时睡到凌晨6时,4次按摩,效果甚佳,尤其是第二次按摩,按摩停止即呼呼大睡3个小时。此人不仅控制了癫狂,而且能睡眠,行动失衡也有所好转。这也是“人体药库学”所创的奇迹,同行的朋友不禁大大地松了一口气。

在浙江永康,我为友人之母治疗由右瘫引起的咀嚼、吞咽困难,应该说这不仅是瘫痪问题,更危及生命。心开窍于口,舌是心之苗,我运用×形法,调动“内药”,将主攻方向放到心、口、咽喉,也只按摩4次,后由其夫续按。不久,友人打电话报喜,其母已能自己吃下一大碗饭,行动与语言能力也有所好转,已从城里回到乡下安居。

(二)青春活力与心药是“人体药库”中最重要、关键性的内药,调动治病,妙用无穷。一般说来年轻人与小儿之病,调动内药易治。合肥有个10岁左右的男孩,患漏尿症,长期漏尿,父亲教他用×形法压耳穴,他压了一个多月,终于治好了漏尿症。一个小孩自己动手治好自已的顽疾,这只有“人体药库”的“内药”才可以办到。我这里所说的心药,指的是心诚,是信任。我楼下一老妇胃病很严重,我教她压手穴胃脘点、中魁,她十分信任我,劲头特大,坐在那里,无事就压,就只靠这一项,一个月之后,她的胃病就彻底好了。她成了我家“守门员”,患者来得太早,她就会挡驾,希望患者莫影响我的休息。无数事实证明:越是相信,越能坚持,就越有效果。年老之人,若有一颗火热的心,也同样能保持青春活力,其病也就易治。有位九旬老妇,压耳穴手穴治耳鸣,每天压每穴40分钟,只用两天,耳鸣就好了。

(三)“人体药库”与你相伴,无所不在,无时不在,随取随用,取之不尽,用之不竭,越用越丰富,无需付出金钱与报酬。此药库伴你一生,直到死亡。只要懂得×形平衡原理,便可以随取随用。贵池有位朋友购得拙作一本,只用两次就治好一人的严重腰扭伤,又用两次治好一人的膝伤,打电话向我报喜与致谢。他说:“28元钱一本书,只要治好一次病,老本就收回了!”一般说来,调动内药治病,还可以增强抵抗能力,当然是越用药源越是丰富,又不用花钱,又不愁用完用尽,这实在是太妙了,太好了!

(四)“人体药库”是十分神奇的。它的安全可靠性可称冠军。因为它既继承了传统(《黄帝内经》中的缪刺论),又发展了传统,不记穴,不认穴。“全身是穴,全身无穴”,从来不在患处取穴,而是远道取穴,其安全性与可靠性是其他任何疗法所无法相比的。根据我个人40余年的经验,从未出现医疗上的问题,只是个别情况之下,效果差一点而已。

(五)它的疗效迅速而巩固。如在15分钟之内可以治愈严重菌痢;8分钟之内治好产后宫缩痛;可以使内外踝伤不能站立的患者,只要不发生骨折,8分钟便可站起行走如常;可以在30分钟之内,使卧床的腰椎间盘突出症患者、坐骨神经痛患者站起行走。这一切简直是人间奇迹,且治疗效果还相对地巩固,小反复也许会有,但大反复则很少。这些都是内药治病的神奇与值得骄傲之处。

(六)适应性很广,实用价值很高,适用于战争、灾难、体育与和平生活中的保健。战士如受枪伤,在取出子弹头与包扎之后,可以按×形原理,取相应高升点指压,调动内药治伤,既可速愈,亦可防发炎;火灾中的烫伤,雪灾中的冻伤,均可按×形原理,取“相应高升点”指压速治;运动员在受伤之后,按×形调动内药,可以速愈;日常生活中之保健,更要处处调动内药,把保健与治病有机地结合起来,贵在坚持,妙用无穷,保你一生平安。

“人体×形平衡法”是开启人体药库的钥匙

本书与《人体×形平衡法》有何关系呢?我以为她们既是姊妹篇,也是续集,但更准确地说:人体×形平衡法是为开启人体药库而创的,她是开启“人体药库”的钥匙。这里就重点介绍它对于开启人体药库的具体作用与特点。

人体×形平衡法是继承与发展传统的,既继承了针灸与经

络穴位之原理,又有两个显著变化:一是继承与发展了《黄帝内经》中“缪刺论”的原理,按×形平衡原理,不记穴、不认穴,不记经络、不认经络,使得人体全身是穴,全身无穴,以“相应高升点”指压或棒压治病。二是改变了针灸法,完全采用了微端按摩的指压与棒压法(主要是耳穴与手指穴),这就使本法不同于针灸传统,简单安全可靠,易于推广与使用。

何谓×形?研究×形的意义是深远的。×形也就是“上下左右中”。人的大脑是×形,人体是×形,金木水火土是×形,×形无处不在。以大脑而论,左大脑主管人体右半身活动,右大脑主管人体左半身活动,这是×形。就脑实质而言,皮质下属心肺,枕属肾水,偏头属肝木,前头属脾土,金木水火土均在其中,亦是×形。人体本身有上下左右之分,大脑以×形为之区分。仰天而眠,四肢展开,不是大×形又是什么呢?金木水火土,就其性质说也是×形,上为火(火性向上,永远向上),下为水(水性向下,永远向下),左为肺金,右为肝木,中为脾土。在面部表现更为明显:额头属火,嘴巴属水,左颊为金,右颊为木,鼻为脾土。

何谓平衡?平衡就是人的身体各方面都处在健康状态。平衡是相对的,不平衡是绝对的,这是哲理,是不可以违反的。就人体健康来说也是如此,只有相对健康之人,没有绝对健康之人,但一旦相对健康被打破,形成不平衡,那便是有病需要求治了。大自然需要生态相对平衡,人体同样需要生态相对平衡,那就是阴、阳、金、木、水、火、土之间的相对平衡,心、肝、脾、肺、肾之间的相对平衡。就人体来说,心脏为皇帝,肾脏为皇后,帝后结合,便是人体最高权力机关。肺为宰相,是文官,肝是大将军,是武官,一文一武,辅佐帝后,治理国家,而脾则是大众,是基础,万物皆生于土。

所以讲相对平衡,就要清楚这些内脏的密不可分的关系。