

现代中医药 应用与研究大系

第18卷

总主编 施 杞

气 功

主编 储维忠 詹红生

上海中医药大学出版社



现代中医药应用与研究大系

第十八卷 气 功

总主编 施 杞
主 编 储维忠 詹红生

上海中医药大学出版社

现代中医药应用与研究大系 第十八卷 气 功

总主编 施 杞

主编 储维忠 詹红生

上海中医药大学出版社出版发行

新华书店上海发行所经销

(上海零陵路 530 号 邮政编码 200032)

常州市照排中心排版

上海市印刷七厂一分厂印刷

开本:850×1168 厘米

1/32

印张:7

字数:182 千字

1995 年 6 月第 1 版

1995 年 6 月第 1 次印刷

印数:1-3000

ISBN 7-81010-292-3/R·282

定价:21.40 元

现代中医药应用与研究大系编写委员会

名誉总主编	吴阶平	
总顾问	裘沛然	
总主编	施杞	
副总主编	郭天玲	赵旭初
	张天	张晟星

总编委 (以姓氏笔划为序)

王文健	石印玉	刘嘉湘
李仪奎	朱大年	严隽陶
陈农	陈汉平	吴霞
邹菊生	林水森	周智恒
夏翔	柯雪帆	赵旭初
施杞	郭天玲	秦万章
唐汉钧	储维忠	戴德英

承先啟后继往

开来

陈敏章
九四年十月

中华人民共和国卫生部部长陈敏章教授题词

保持特色发展优势
弘扬中医中药事业

现代中医药应用
与研究大系

張文康

一九九四·九



中华人民共和国卫生部副部长兼国家中医药管理局
局长张文康教授题词

弘揚祖國醫藥
造福人類健康

談家楨
十月

上海市人民代表大會常務委員會副主任、著名
遺傳學家談家楨教授題詞

大而有序
系則成統

裘沛然



上海中医药大学专家委员会主任委员裘沛然教授题词

序

中医学是我国优秀民族文化的重要组成部分,是一个伟大的宝库。早在三千多年前的周代已建立了医事制度,《周礼·天官》中将医生分为食医、疾医、疡医、兽医等四类,说明中医学在很早就已经达到专科水平了。在以后漫长的发展过程中,逐渐形成了完整的医学理论体系,积累了丰富的实践经验。中医学者们历来有著书立说的传统,通过撰写医案、编写专著、注释典籍来总结自己的经验,或阐明前人的学说。据我国155个图书馆的调查,中医学书籍尚存有1.3万种、3.1万册不同版复本。在这些著作中不仅反映了作者们的学术观点,体现了不同的流派,同时也显示出中医学的共性特点。中医认为人是一个统一的整体,人与自然密切联系。针对每一个病人的具体情况从整体观念出发来诊断和治疗,按已知证候将病人分类定型,在处方用药时,则通过君、臣、佐、使,既考虑病人的证型,又兼顾所患疾病,进行灵活的辨证论治。中医学还将病因分为内因、外因、不内外因,既重视外邪致病,也重视七情内伤,充分考虑到生物、心理、社会等诸多因素在疾病发生、发展和结局过程中的作用。由于这些特点的存在,中医学在防治疾病中具有很大的优势,不仅对常见病有较好的疗效,一些疑难重病往往在运用中医中药治疗后也能取得满意疗效。过去,中医学为中华民族的繁衍昌盛作出了不可磨灭的贡献;今天,我们中西医同通应当很好地团结起来,尽炎黄子孙的历史责任,认真继承发扬祖国医学这份

宝贵遗产,使之更好地为中国人民的健康服务,并造福于全人类。

我国的中医药事业,在党和国家领导人的重视和关怀下,在各级政府的保护和支持下,四十五年来有了长足的发展。近十多年来,在改革开放的方针指引下,更是欣欣向荣,生机勃勃,在医疗、教学、科研等各方面都取得了重要的成就。这是中西医结合、青老结合的结果。当前我们应当积极总结几十年来的经验,尤其是在继承整理老中医经验的基础上,努力运用现代科学包括现代医学知识和手段挖掘发扬的宝贵经验,大力开展国内外学术交流,不仅为我国医学科学事业的发展贡献力量,也要积极促进中医药走向世界。以校长施杞教授为首的上海中医药大学的一批中老年学者同仁多年来一直在从事这方面的研究工作,经过共同努力,编成《现代中医药应用与研究大系》一书,计20卷,约500万字,较全面地反映了现代我国中医药各学科领域内应用与研究的状况。这是极有意义而又十分艰巨的工作,为国内外医界同仁了解我国中医药事业的进展提供了渠道和窗口。我谨向作者们致以慰问和敬意。我国的传统医药学在当今世界上仍然有着独特的优势,我们要加倍地努力,自强不息,为中医学的发扬光大作出我们新的历史性贡献。欣逢本书出版,谨向广大医药卫生工作者推荐。

吴阶平 

一九九四年十月于北京

序

《现代中医药应用与研究大系》一书,经过全体编著者的共同努力,历时三年余终于完稿。编写这样一部系列书的初衷,还应追溯到1990年的春天。当时我还在上海市卫生局担任副局长,主管全市卫生系统的中医工作以及医学教育、医学科研工作。为迎接九十年代的第一个春天,我们召开了一个座谈会,请应邀与会的专家就新时期中医工作畅叙己见,坦然陈词。大家精神振奋,在发言中每每指出:作为中医工作者,应当自强不息,坚信祖国医学是一个伟大宝库。事实也是如此。中医学以五千年华夏文化为深厚底蕴,糅合了博大精深的中国古典哲学思想,形成以整体辨证观为核心的完整的理论体系,历代医家又积累了丰富的临床经验。世界卫生组织(WHO)呼吁建立新的医学模式,即把单纯生物医学模式改为“生物——心理——社会医学”模式,这种模式的要义,其实在中医学中早已有着十分丰富的体现,当代中医学应该也完全可能为人类作出新贡献。不少专家还强调要增强自己的历史责任感。中医学是世界各国传统医学中保存最完好、水平最高超的一门医学科学,为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大的贡献。但是进入二十世纪,由于西学的渗入和民族虚无主义的影响,却屡遭排斥,几乎濒临衰亡。直至本世纪五十年代之后,社会新生,中医学亦犹如枯木逢

春,开始得到长足的发展,经过四十多年的努力,积跬步而至千里,积小流而成江海,中医学终于再现辉煌。我们这一代中医应该继往开来,努力把继承和发扬的事业脚踏实地地推向前进。要有“桐花万里丹山踏,雏凤清于老凤声”的勇气去完成前人未了的事业。经过讨论,大家认为编著一部大型系列书,全面地回顾、总结四十多年来我国中医药事业在学科领域内的建设及发展,为同道们提供参考与借鉴,将有助于医疗、教学和科研水平的提高,这是一件十分有意义的工作。

自1991年春天开始着手编写,几经寒暑,数易其稿,渐臻完善。全书分为20卷,涉足中医学基础和临床各科。每卷内容均分为导论、专论、专病三大部分。导论综述现代中国中医药在本学科领域内应用与研究的概况。专论综述对本学科乃至对各学科具有指导意义和实用价值的某些专题的应用与研究状况。专病是综述本学科范畴内有代表性的中医病证,或西医疾病运用中医药防治及其研究内容。三方面内容的篇幅及内涵均有具体的规范和要求。这是一项浩繁的工程,内容跨及古今,信息包容达半个世纪,截止于1993年底。担任各卷主编及主要撰稿的人都是上海的名家学者,有较深的学术造诣和丰富的临床经验,但业务繁重,时间苦少,三年中几乎都在昼夜操劳,方完成这部500万字的巨篇。人是要有一点精神的。“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴”。开拓中医事业是艰苦而高尚的。“用尽登山力,方知行路难。孤峰宁久住,半岭敢求安?”我们必须继续努力。夫唯弗居,是以不去。历史将为我们这一代人的勤奋留下闪光的印记。

本书在编写过程中得到前辈们和领导的关注与支持。全国人大常委会副委员长、上海中医药大学名誉校长、我国当代国内外著名医学家吴阶平教授欣然担任本书名誉总主编,既是对我们工作的肯定,亦是对我们的培植与期望。中华人民共和国卫生部部长陈敏章教授,卫生部副部长兼国家中医药管理局局长张文康教授,上海市人大常委会副主任、世界著名遗传学家谈家桢教授,均为本书题词赐教,使我们深受鼓舞。本书总顾问裘沛然教授博学资深,德高望重,诚为当代中医药大师,他的指导使我们得益匪浅。为使本书顺利完成编写,并争取达到高水平高质量,需要认真设计,精心审改,反复推敲,多方协调,本书各副总主编以及上海中医药大学出版社诸君均为此费尽心机,付出了辛勤的劳动,谨致以衷心的感谢和崇高的敬意。

本书出版问世之际,适逢上海中医药大学成立 40 周年,本书编著者皆为同仁和校友,我们以崇敬而诚挚的感情,将本书敬献给培育我们成为一代医才的母校。“疏枝横玉瘦,小萼点珠光。一朵忽先变,百花皆后香。”我们将迎来二十一世纪世界中医药事业繁荣昌盛的新天地。

施 杞 识于上海中医药大学
一九九四年春

现代中医药应用与研究大系

第十八卷 气 功

主编：储维忠 詹红生

编写：（以姓氏笔划为序）

陈文华 汪希文 林 海 袁顺兴

柴剑宇 盛康毅 储维忠 詹红生

前 言

气功是中医学组成部分之一,其内容丰富,涉及面广。它以中医基本理论和中国古代哲学思想为指导,并有长期的临床实践基础,特别是近四十余年来,现代医学和现代科学技术的渗入,使古老的气功开始步入科学的行列,得以涉足医学之林,成为中医学中独具特色的一门学科。

本书以气功为名,但重点是医疗气功,即气功疗法;除此以外,也涉及一些气功与人体科学、气功益智等内容。

本书内容力图反映现代气功的应用与研究之最高水平,立足于实用,着眼于众所瞩目的研讨“热点”,以及临床上确有疗效的常见病症。

参加本书撰稿的作者,多数为中年高级中医气功专业人员及硕士研究生,有多年的临床、科研和教学经验,并有一定的社会知名度。为尊重作者的观点,本书保留了某些值得商榷的内容,如有关“胎息”的看法,以及“意守”对血压的影响和“男左女右”等具体问题,凡此种仅供读者参考而已。本书尽量摒弃神秘玄虚、言之无据的内容,防止过分渲染、夸大虚浮之词,避免包罗万象、面面俱到之弊,宁缺毋滥,以保持本书的科学性。

本书适合于中医气功专业人员全面了解本学科之发展的动态;同时,也面向具有中等以上文化水平的广大读者。

最后要说明的是,本书力求反映现代气功之全貌,但也难免挂一漏万,如对气功的分类方法和流派,武术气功(硬气功)的具体内容,气功对小儿疾病的适应范围,以及气功治疗癌肿和疑难病症等内容,均未作重点专题论述。又因每篇均由各撰稿人独立撰写,撰写时虽曾相互通气,几经统稿,但为保持每篇的完整性,在侧重点不同的基础上,难免有重复之处,望读者能予谅解。

主 编

1994年5月

现代中医药应用与研究大系

总 目 次

第一卷	医经	第十一卷	男性科
第二卷	中药	第十二卷	皮肤科
第三卷	方剂	第十三卷	五官科
第四卷	伤寒及金匱	第十四卷	肿瘤科
第五卷	温病	第十五卷	老年病科
第六卷	内科	第十六卷	针灸
第七卷	妇科	第十七卷	推拿
第八卷	儿科	第十八卷	气功
第九卷	外科	第十九卷	护理
第十卷	伤骨科	第二十卷	实验研究

目 录

第一章 导论	1
第一节 气功的涵义	1
一、吐纳炼息	1
二、凝神意守	2
三、存思观想	3
四、导引按跷	4
五、虚静空松	5
第二节 气功的源流	5
第三节 现代的气功	12
一、气功疗法	12
二、气功研究	13
第四节 气功的展望	16
第二章 专题研究	18
第一节 气功的理论与方法	18
一、气功的基本理论	18
（一）气功与《周易》八卦学说	18
（二）气功与阴阳学说	22
（三）气功与五行学说	26
（四）气功与经络学说	31