

Lan Yan  
蓝洋

# 医行天下

萧宏慈 著

一位“海归”的中医之旅

筋长一寸

寿延十年

作者从澳洲到香港，

从泸沽湖到湘西，

从武当山到青城山，

从峨眉山到西藏，

从洛杉矶到纽约，

遍访民间中医高人

学成拉筋正骨妙法

为平民、活佛、

各界名流，

拉筋正骨点穴针灸

医治数千人

蓝洋·医行天下丛书之一



广东省出版集团  
广东人民出版社

作者以一颗赤子之心，从海外归来，远走深山，遍访乡医，亲历亲为，实践中医，用自己的行动见证了中医的伟大与不朽，更替中医做了一次不同寻常的呐喊。因为他亲自考察了城市、乡下乃至国外中医的状况，所以他比一般的中医更有发言权，能毫无顾忌地说出关于中医的思考，这既是哲学的思考，又是文化的思考、战略的思考，更是一次精彩的实践总结。

——著名中医专家，北京同仁堂医馆馆长 **关庆维推荐**

长期筋缩造成的疾病非一朝一夕可以治愈，但只要坚持就会受益，天天拉筋就会天天受益，终身拉筋终生受益。……宏慈不仅学得快，用得快，而且很快有了自己的心得体会，比如他用这套正骨的手法治疗骶椎和腰椎的错位时，无意中治好了很多妇科疾病，并和国内的中医专家张世雄大夫进行探讨和验证，果然发现用正骨和拉筋相结合，是治疗妇科病的一种好方法。

——香港注册中医师 **朱增祥推荐**

我认为《医行天下》是一本趣味十足的好书。作者以其博学家的智慧和探险家的精神，采取云游天下的方式学习中医、实践中医，对中医问题进行了史无前例的考察，并把他亲历的事物及所思所想昭然纸上，给广大非中医专业人士者树立一个半路学医的榜样，为老百姓提供了一套自己动手治病养生的简便方法，也为世人琢磨玩味和权威专家判别是非提供了依据和契机。

——北京中医学学会常务理事、世界针灸联合会客座教授 **张世雄推荐**

萧宏慈所学的手法来自民间，简单、安全、有效，既可治大病，又可治未病，适合广大非中医人士自学中医和自疗。阅读《医行天下》，有种冒险的惬意和快感，我强烈地感到，云游参学，原来就是一种失传已久的生活方式啊！

——欧洲、澳洲注册中医师 **郭碧松推荐**

建议上架：健康养生



总策划

北京蓝洋广版文化传播有限公司

ISBN 978-7-218-06087-3



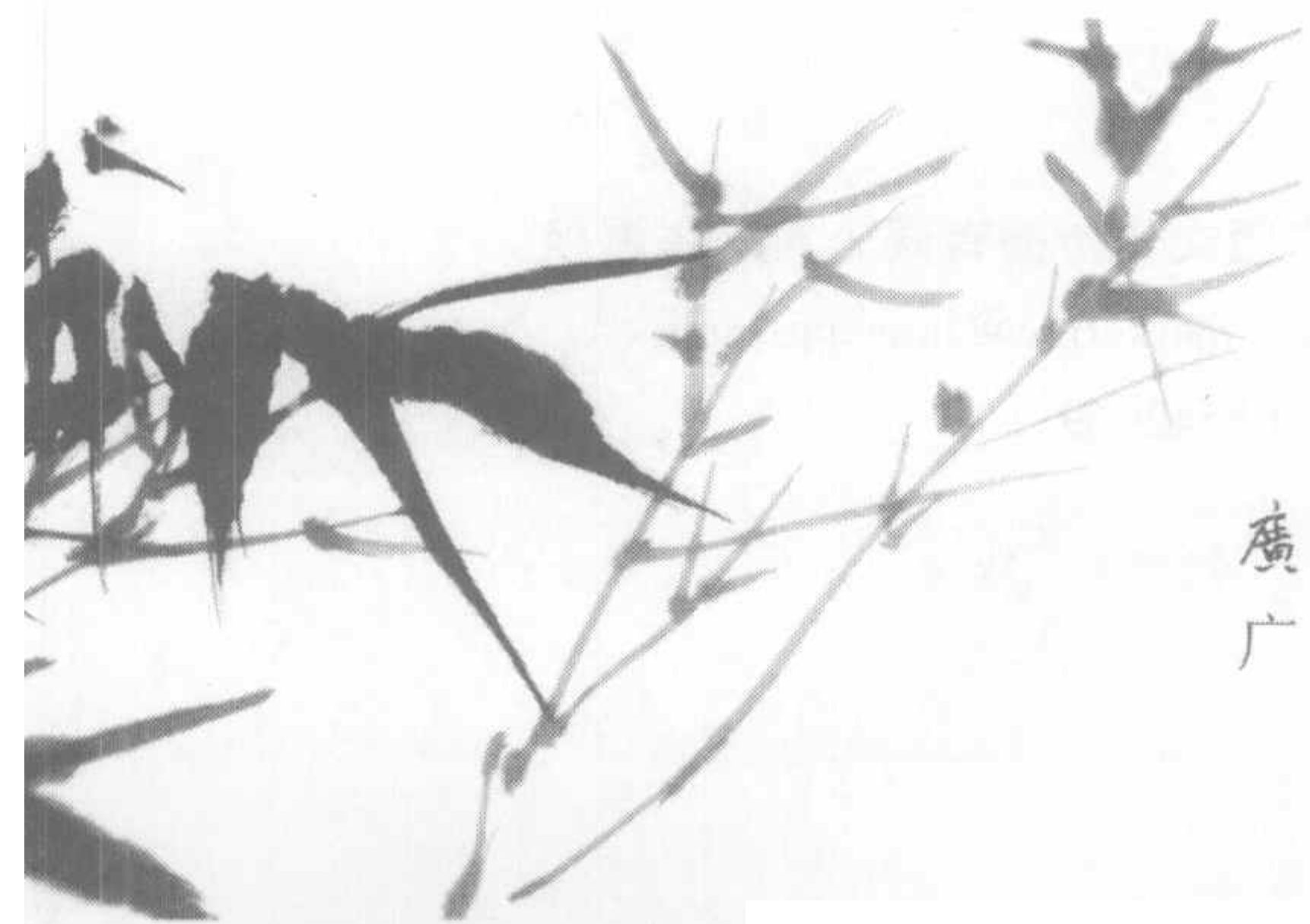
9 787218 060873 >

定价：38.00元

# 医行天下

一位“海归”的中医之旅

萧宏慈 著



广东省出版集团

广东人民出版社

·广州·

## 图书在版编目(CIP)数据

医行天下：一位“海归”的中医之旅/萧宏慈著. —广州：  
广东人民出版社，2009.1

ISBN 978 - 7 - 218 - 06087 - 3

I. 医… II. 萧… III. 健身运动-基本知识 IV. G883

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 202954 号

责任编辑	钟洁玲 蓝洋 孙裕萍
封面设计	画 龙
责任技编	周 杰
出版发行	广东人民出版社
印 刷	河北新华印刷一厂
开 本	787 毫米 × 1092 毫米 1/16
印 张	20
插 页	2
字 数	280 千字
版 次	2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 218 - 06087 - 3
定 价	38.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与北京蓝洋广版文化传播有限公司联系调换。

网 址：<http://www.lanyang.com.cn> 电子邮箱：[marketing@lanyang.com.cn](mailto:marketing@lanyang.com.cn)

销售热线：010 - 65545449 65545429 65545428 65542969

献给

睿智金融

上善若水

# 目 录

## 序 言 / 1

- 自序：朝闻道，夕死，不亦乐乎 / 3
- 序二：生死何处是寻常 / 6
- 序三：一部健康百科，一个传奇故事 / 13
- 序四：从金融界闯进中医界的野马 / 16
- 序五：因书而结师徒缘 / 18
- 序六：半路学医是智者、仁者、勇者 / 20
- 序七：云游参学，一种失传的生活方式 / 22
- 序八：着手成春“痛立消” / 25
- 序九：西藏的佛缘和医缘 / 30

## 第一篇 医行天下 / 33

### 第一章 云游学医记 / 35

- 一、云游缘起 / 35
- 二、在澳洲冲浪的中医 / 36
- 三、少年郎中 / 40
- 四、学中医的西医 / 42
- 五、乱世奇人 / 44
- 六、武当道士 / 46
  - 1. 贾道长和赤脚大仙 / 48
  - 2. 能反观内视的道长 / 50
  - 3. 算卦的道长 / 52
- 七、点穴高人 / 54
- 八、春节学医 / 57
  - 1. 浪迹大理和泸沽湖 / 57
  - 2. 湘西趣事 / 58
  - 3. 酉水畔过年 / 60
  - 4. 我的第一个病人 / 61



九、香港朱增祥传奇 / 62

1. 因书结缘 / 63
2. 香港拜师 / 64
3. 上海阔少 / 65
4. 名震香港 / 66
5. 与癌共舞 / 67

十、临床学针 / 69

十一、蜀山学艺 / 71

1. 当点穴、针灸、算卦的三人结伴而行 / 71
2. 拉筋奇效 / 73
3. 佛道兼游 / 74
4. 青城山之痒 / 76
5. 峨眉山的中医缘 / 77
6. 我看到了坛上的花 / 80
7. 你们是不是使用了法术 / 81
8. 农村人、道人、奇人 / 83
9. 在伏虎寺治病 / 85

十二、西藏之旅 / 86

1. 佛缘与医缘 / 87
2. 喇嘛寺变诊所 / 88

第二章 西藏医疗日记 / 91

- 一、从早到晚治病 / 91
- 二、治耳聋眼瞎，初见成效 / 92
- 三、一百一十九岁的高僧 / 93
- 四、在黑暗中感受古老和神秘 / 94
- 五、治疗耳聋老僧的戏剧性疗效 / 95
- 六、为失血过度的藏妇止血 / 96
- 七、岑觉法王与索甲的传奇 / 97



- 八、治疗三个耳聋患者 / 98
- 九、治疗类风湿、高血压引起的瘫痪 / 99
- 十、儿童眼病与骨头错位 / 99
- 十一、抖肩治肩痛生奇效 / 100
- 十二、今天治疗了十几个聋子 / 101
- 十三、活佛开始学针灸 / 102
- 十四、开始给排队的病人发号 / 104
- 十五、回阳救逆，抢救昏死的病人 / 105
- 十六、五个半边痛、麻的患者 / 106
- 十七、重病患者，其血如墨 / 107
- 十八、口舌生疮，放血立效 / 108
- 十九、终于开始拉筋，果然立竿见影 / 109
- 二十、两针治好儿童疝气 / 110
- 二十一、温泉裸浴 / 111
- 二十二、拉筋运动高潮 / 113
- 二十三、耳聋和骨骼变形患者多是西药的牺牲品 / 114
- 二十四、今天，所有患者都先拉筋 / 114

### 第三章 奥运时期的云游 / 116

### 第四章 北美云游记 / 120

- 一、北美之行缘起 / 120
- 二、飞机上的中医急救 / 120
- 三、再生能源与中医 / 124
- 四、硅谷的全球中医药大会 / 125
- 五、文化出口项目 / 127
- 六、硅谷的中医爱好者 / 129
- 七、洛杉矶拉筋的人们 / 130
- 八、华盛顿的文化冲突 / 132
- 九、医行纽约 / 136







- 十、中央公园的故事 / 140
- 十一、云游文化的纽约 / 142
- 十二、会李安，在美国大选之夜 / 145
- 十三、康州奇缘与奇人 / 148
- 十四、新泽西的太极高人 / 150

## 第二篇 如何自己动手治病 / 153

### 第一章 你所不知的另类中医 / 155

- 一、手法外治——不仅治外科病 / 155
- 二、为何中医外治鲜为人知 / 158

### 第二章 拉筋正骨治百病 / 159

- 一、人人可用的入门法——拉筋 / 159
- 二、无数痛症的真实原因——错位 / 170
- 三、腰椎间盘突出——医疗界的弥天大谎 / 177
- 四、电脑综合征——当代人的魔症 / 181
- 五、妇科病的至简疗法与预防 / 184

## 第三篇 至简养生妙法 / 197

### 第一章 肾与脾为何如此重要 / 199

- 一、为何肾脾是健康长寿之本 / 199
- 二、为何男人女人都容易肾虚 / 199
- 三、为何肾虚让女人的情绪起伏不定 / 200

### 第二章 肾，先天之本可以后天加强 / 202

- 一、强肾，靠吃还是靠练 / 202
- 二、补肾之乱 / 202
- 三、在美国发现练肾功的高人 / 203
- 四、强肾功法之五——扭腰功 / 204
- 五、强肾功法之二——贴墙功 / 207
- 六、脾，后天之本为何倍受蹂躏 / 209

七、如何解除疲劳综合征 / 215

## 第四篇 中医之乱 / 217

### 第一章 中医，形而上之乱 / 219

一、医道，乱世绝响乎 / 219

二、何人该学中医 / 227

三、中医亡，则中国亡 / 230

四、东学为体，西学为用 / 236

五、当神父管理和尚 / 240

六、科学、仪器、人 / 244

七、中医出口论 / 248

八、传统与流行 / 258

### 第二章 看病，形而下之乱 / 261

一、看病之乱 / 261

二、中医的消失 / 264

三、师带徒的消失 / 267

四、中医科研的西化 / 270

五、人机大战 人药大战 / 272

六、威胁与恐吓 / 274

七、被人遗忘的中医快治 / 276

八、思考针灸 / 280

九、迷人的止痛片、安眠药、激素 / 282

十、美容、露腰、减肥、做爱 / 285

十一、公费医疗造的病 / 288

十二、吃，人类最流行的自慰 / 290

十三、神医、庸医与民间中医 / 293

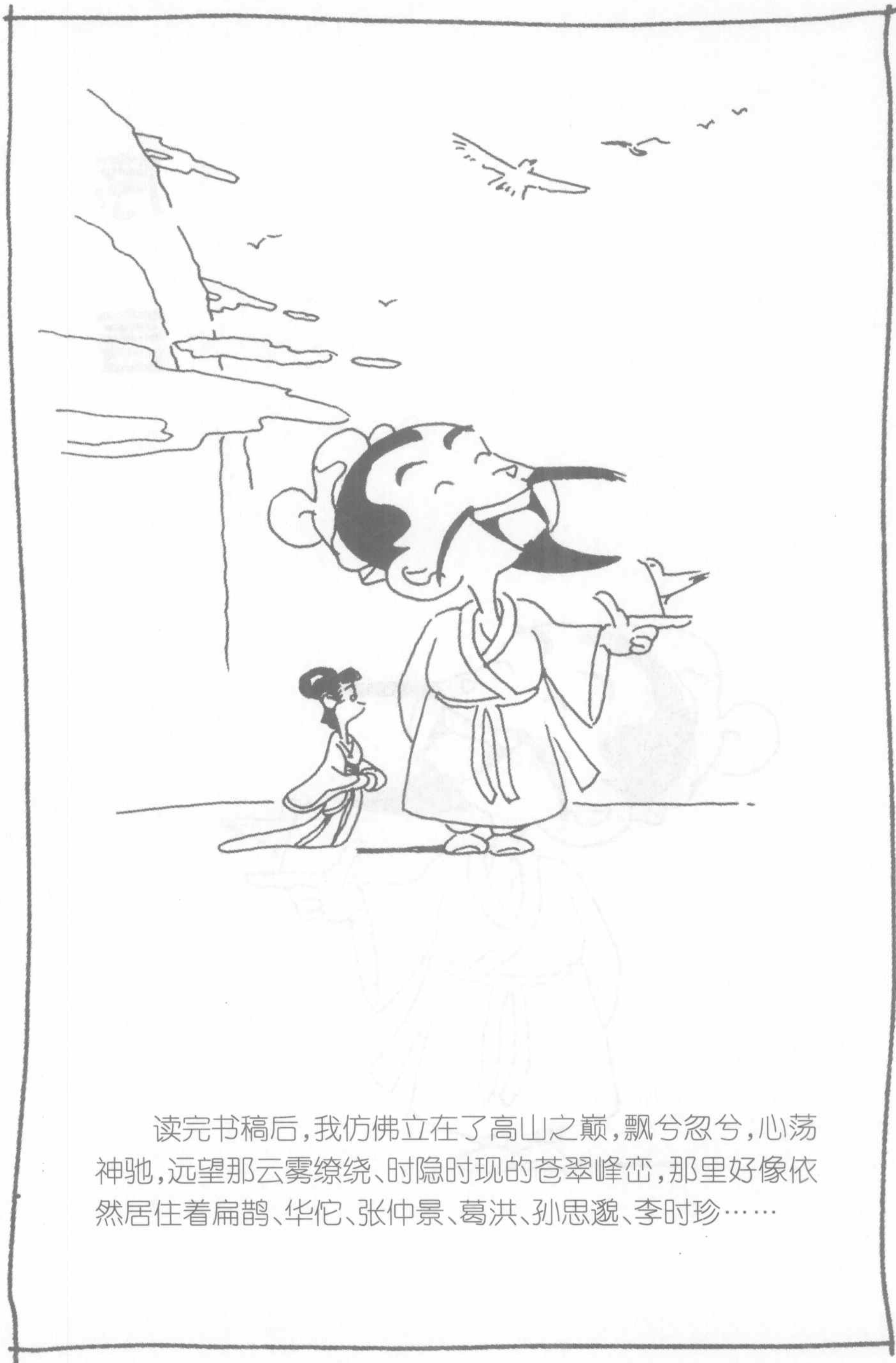
十四、与中医有缘的非中医人士 / 295

十五、中医何去何从 / 302



# 序言





读完书稿后,我仿佛立在了高山之巅,飘兮忽兮,心荡神驰,远望那云雾缭绕、时隐时现的苍翠峰峦,那里好像依然居住着扁鹊、华佗、张仲景、葛洪、孙思邈、李时珍……



## 自序：朝闻道，夕死，不亦乐乎

萧宏慈

从热闹无比的金融界投身于寂寞冷清的中医江湖，皆因为一个“道”字。本书是我学医求道的部分记录，也是我对身体与灵魂，传统与现代的反思录，其中的契机和法门便是中医。为何是中医？因为医中有道！对中国人而言，中医的确是个悟道的方便法门。至少，我在试图用中医来靠近那渐渐远离我们的道。医道，非常道！即使我们不能进入通医达道的理想境界，能靠近道，亦属妙不可言矣！

古人云：大乱非兵荒马乱，而是人心之乱。又曰：乱世现，奇人出。吾有幸，在中国历史的转折时代碰见一位奇人，并读到他写的一部拨乱反正的奇书，这就是佛家弟子乐后圣（释新德）写的《医道》。也正是这位奇人的指引下，我见到了一个又一个中医高人。于是我不再忙于赚钱和空谈，而是云游四海，到民间拜师学医。我认定中医的精华在民间，我也在行动中不断发现、证明了自己的判断；我认定中医的学习和临床应该同步，所以我的学医与临床一直同步；我认为农村更需要医疗服务，所以我就到农村免费给人治疗；我认为这个时代有太多的空谈，太少的行动，所以我就直接行动、行动、再行动，用行动去平衡被空谈搅得失衡的人生。最初，我从湘西的一个渔民兼武师那里学到了点穴疗法，于是我开始用点穴治疗偏瘫病人。我的第一个病人是个半身不遂的七十岁老人，我每天给他点穴两次，每次约五分钟，五天后他就下地走路，十天就出院回家了。随后我又用点穴治好了一系列高血压、头痛、失眠和抑郁症。后来，一个看似偶然的机遇让我结识了香港的伤科名医朱增祥。我和这位年近七十的长者一见如故，很快成了忘年交。他毫无保留地将其拉筋、正骨绝技倾囊相



授,大大提高了我医治颈椎痛、腰腿痛等痛症的疗效。我用大量临床病例证实了朱大夫的判断:绝大多数椎间盘突出其实是误导众生的伪症。我还意外地发现用这种疗法治疗腰痛、乏力、膝软、失眠、抑郁症和妇科病有着很好的疗效。

与此同时,乐后圣又带我结识了杨真海,一个搞了几十年地质探矿后半路学医的针灸高人。他教我针灸,我教他点穴、拉筋。我学针的第一天就开始在自己身上扎针,并很快就治好了周围一些亲友的病。然而真正跟师傅的临床学习是在云游四川雾中山、青城山、峨眉山的路上,学习与临床同步,使我很快将针灸、拉筋、正骨、点穴等疗法运用到实践中,并达到了立竿见影的效果。在师傅的指导下,我治好了种类更多的病人,心中充满了艺术创作和治病救人的愉悦,遇到大批病人时我们简直像在欢度狂欢节。我突然发现,自己真正由衷感到身为中国人而自豪的原因来自中医。我们从小到大所学的课本知识,无论理科还是文科,基本上都不是中国的原创,惟有中医是!而且中医的博大精深不仅在于其术、其法、其效,更在于其道,亦即不同于科学思维方式的阴阳之道。中医的任何疗法都不离此道。比如针灸就如同精确制导的导弹,无论何病,只要抓住病机,辨清阴阳再寻经而治就有效。为人解除病痛的快乐是赚钱的快感无法比拟的。连我这个半路学医的人也能用中医的“低科技”治好这么多“高科技”不好治的病,不得不让我深度思考中医、西医,进而思考东学、西学。

在云游川地的一个月內,我虽然只治好了上百个病人,但奇妙的疗效令我对中医充满信心。在紧接着云游西藏的两个星期內,我一个人治疗了一千多病人,有时一天治一百多个,几乎每天都从早晨一直治疗到半夜,而且90%的病人都有显著疗效。除了各类痛症,我还治了一批耳聋、耳鸣患者,最多时一天治十几个,绝大多数都有显著效果。有位双耳全聋的老喇嘛被治了一次就能听到十几米以外的讲话。显然,那无形无象却无所不在的道,在通过我的手彰显。有道是:手随心转,法从手出!心最重要!有了这颗心和这样的实践,我就不再仅限于对文化、宗教的高谈阔论,而是身体力行地治病救人,并通过中医向世人普及失传已久的道统和传统。

云游学医的结果,彻底改变了我的生活:从前我出差都是为了看投资项目,如今我出差多是给人看病、讲中医。连我这种“不务正业”者也被人频繁邀去治病,不是因为我高明,而是因为中医被国人抛弃了,后继无人,否则谁愿冒如此风险?越投身中医我才越坚信,被许多人视为迷信的中医原来是超越科学的道,而被大家视为神圣的科学和西医却屡屡误导众生,比如光一个“腰椎间盘突出”就害得多少人吃药、手术,花钱买罪受!其实“腰椎间盘突出”对



于绝大多数患者而言是个弥天大谎,因为他们的腰腿痛并非源自“腰椎间盘突出”,真正的原因是筋缩和错位,只要用拉筋手法做几次就好了,甚至可由患者自己拉筋逐渐治愈(拉筋法详见本书“拉筋治百病”等章节)。光我自己治好的“腰椎间盘突出”就不下数百,而且只用手法。既然治病如此简单,为何非要用刀斧锯钳来做手术?为何要开肠破肚伤气血?能不战而屈人之兵,何须航空母舰?这就是中医的魅力,这就是文化的力量,亦即所谓软实力。中医不仅疗效显著,而且成本低,副作用少,操作简便自然,几乎符合当今人类对于健康、自然、环保、预防的一切诉求,这正是中医可在全世界大行其道的基础。如此强大而优美的软实力,岂不更优于战舰与核武?

人若离道,科学会把世界搅得更乱。我们很幸运,也许正因为生逢科学搅局之乱世。

我在海外漂泊多年,人到中年后以一个外行的身份学习中医、实践中医,对中医的体验应该具有广泛的代表性,因为大多数人不是搞中医专业的。但谁不关心生命和健康?谁不关心中国的未来?在现代化浪潮的冲击下,国人对传统的迷失和无知已经造成无数乱象和悲剧,所以谈论中医既不可离开传统也不可离开现代,既要说理又要论道,既要务虚,也要务实。若只谈形而上之道,则未免侧重理论务虚;若只谈医病疗伤,又太专业务实,人间不过又多了个医师而已。如果既能坐而谈医论道,又能起而动手治病救人,而且有立竿见影的疗效,则虚实相间,道理更令人信服。本书就是我以行动平衡空谈的一部分,我会将自己的所学所悟一一道来,力争让你看完此书也马上能用简单的疗法给自己和家人治病,其疗效之神奇也许让你难以置信!请相信我,这不是吹牛,也并非因为特异功能,而是因为中医有道,大道至简!

我笃信,中医即使还没将你带入道的境界,至少也会让你减少人生的痛苦,领略道的美妙风景。因为中医就是道!

朝闻道,夕死,不亦乐乎?



## 序二：生死何处是寻常

释新德\*

桶底脱时大地阔，  
命根断处碧潭清。  
好将一点红炉雪，  
散作人间照夜灯。

希望的灯，  
照映了，  
药师古佛的琉璃光。  
生命的花朵，  
闪烁着，  
无量寿佛眼中的灵耀。  
光明照亮了我的心，  
灵耀扬起了我生命的帆，  
我惊喜看出，  
何处是波罗蜜，  
在无量寿佛的殿堂，  
亮丽的毫光中，

\* 释新德，俗称乐后圣，湖北宜都人，自幼熏染儒释道医。曾担纲北京海潮音医学研究中心主任并出版《医道》等著作，现行证于药师琉璃法门与东方文明的融合。



我看到希望，  
映在童稚好奇的明眸，  
泛起天真烂漫的欢颜。  
我看到希望，  
闪烁在晨曦的露珠里，  
化作生死何处是寻常？

红尘中，能让我们安静下来，反观自照，见微知著，通常是些类似疾病之类的痛苦事物。如雷雨后彩虹般，一沙一世界，一病一天堂的生命境界，本身是美丽自足的世界，无须添加任何形而上的意义以增益它的价值。但从简单中发现壮阔，从平实中洞悉奥义，再回到不损不益的本身，去亲近它的本来面目，却是观照生命的那颗心，必然经历的漫长乃至血泪斑斑的智慧之路。

涵养一颗清净灵敏的心，触目遇缘都是心光，在浮晃交错的心光中，优游任运，得大自在，就是禅之一瞥。当这抹随缘观照的心光，和一朵花相契、融合，瞬间完成一个如如之境，那圆满、美丽的当下之味，就是生命的况味。而对这种味道的感知从朋友宏慈的身行中感触犹深。

宏慈近日出版《医行天下》，嘱我为他的书写几句寄语之类的话，备感惭愧。我乃红尘一浪子，蒙佛祖慈悲，摄入释门参学，业深慧浅，始终不得要领。宏慈虽为后学，有累劫世的福慧资粮，实为龙相根器。宏慈西学归来，游弋于国际资本市场，成就非凡，有著作《股色股香》为证。宏慈敢于革新人生，放下自我，他为了求证生命真谛，以医方明为入门，谦虚行学参访于大江南北，以文字般若、眷属般若、智慧般若为方便接引有缘，解救众生病苦，从宏慈的身行中让我感受到什么是“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之”。从宏慈的语言文字中我似乎听闻到一种来自于般若海的声音……

在大千世界中有一种透明的声音，曼妙清凉，从一切有情无情身上流泻出来，你能听见吗？在娑婆世界中有一种语言超越世间的听觉，深沉辽阔，大音希声，从一切生命物命心中发抒出来，你能听见吗？

这是洞山良价心中的疑惑，耿耿然，如胸中的垒石。他拿这个胸中块垒，去参访名师，去叩问生命的晨钟，期望一叩，胸中块垒顿时崩解，心地豁然开朗。四处云游，他带着生命的疑惑，成为逐智慧而居的牧心人。他参访过许多名师，如南泉，如汾山，到处问：“如何是无情说法？”他也如此叩问云岩禅师。“无情说法，何人得闻？”洞山问。云岩回答：“无情得闻。”他又问：“和尚闻否（那你听得见吗）？”

云岩答：“我若闻，汝即不得闻吾说法。”他又问：“何故不闻？”云岩禅师就

