

雷雨田 吴传先 主编 四川科学技术出版社

中國自修法

其色其香
四川科学技术出版社
成都



中 国 自 然 疗 法

雷雨田 吴传先 主编

四川科学技术出版社

1989年·成都

责任编辑: 赵 健

封面设计: 朱德祥

技术设计: 杨璐璐

中 国 自 然 疗 法

雷雨田 吴传先 主编

四川科学技术出版社出版发行

(成都盐道街三号)

七二三四工厂印刷

ISBN 7-5364-0978-8/R·140

1989年1月第一版 开本787×1092 1/32

1989年1月第一次印刷 字数 311 千

印数 1—5000 册 印张 15 插页 4

定 价: 4.55元 (平)

《中国自然疗法》编委会

主 编 雷雨田 吴传先
副主编 旷时恩 陈 超 王永强
编 委 胡步虚 刘 敏 董小龙

方 序

中医学对于人体发病学及病因学认识是“正邪论”，所谓“正”，即正气。对人体来说，亦即人体的生理调节、代偿、适应、防御能力；所谓“邪”即邪气，对人体来说，即泛指各种致病因素，亦指人体生理调节、代偿、适应、防御能力失常及其失常时所致的各种病理变化。人体的健康和疾病，取决于正邪之间的关系是否正常。一般来说，人体正气居于主导地位时，亦即人体生理调节代偿适应防御能力处于正常情况时，就是健康。虽有致病因素作用或病理改变，也不一定出现临床表现发生疾病，反之则否。这也就是《内经》中所讲的“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”。因而中医在对疾病的诊断治疗上，也就倦以正气为怀。把保持和恢复人体“正气”放在临床诊断治疗中的首要地位。

如何在临床中来保持和恢复人体正气？中医在治疗手段上分为“药疗”，“理疗”、“食疗”、“神疗”四大类。所谓“药疗”，即药物疗法；所谓“理疗”，即物理疗法；所谓“食疗”，即饮食疗法；所谓“神疗”，即精神疗法。这四种治疗，都在临床上起到保持或恢复人体正气的积极作用。但一般认识是“药疗”、“理疗”的作用，主要是“祛邪”，也就是《内经》中所谓的“毒药攻邪”，“制砭石大小”，“知毒药伪真”。“食疗”、“神疗”的作用，主要是“养正”。因而中医临床一般在对急性病的处理上主

要用“药疗”或“理疗”，而在对慢性病的康复或养生防病上则用“食疗”或“神疗”。这是中医的传统认识，也是中医在长期临床实践中所积累起来的宝贵经验。

中医治疗中的“理疗”“食疗”、“神疗”，近代一般又称之为“自然疗法”，由于它不受“药疗”中诸条件的限制，便于推广应用，特别是便于国际上的推广和应用，因而它也受到当前国内外的重视，并展示出它十分广阔的美好前景。为了更好地推进中医学中“自然疗法”的继承和发扬工作，振兴中医，雷雨田、吴传先等同志，最近收集国内学者有关研讨中医自然疗法的优秀论文多篇，汇编了《中国自然疗法》一书。书成，送我审阅并索序，余不文，对自然疗法、学验俱差，何敢言序，但一读此书后，深感选材精当，内容翔实，思想活跃，出版后定对中医学中自然疗法的继承和发扬大有裨益。因此，不揣鄙陋，欣然命笔，以示所见略同并表支持之意。

方 药 中

89年元旦于中国中医研究院

凌 序

中医自然疗法起源甚早，基于人的自我认识、对生命现象的探索和对于人与自然的关系的逐步了解，其思想萌芽和雏型形成，甚至可以追溯到医学的启蒙时代。自然疗法具有自身的特色，内容至为广泛，正如这本论文集所展示的，从临床医疗到摄生康复、老年保健、生活艺术、身心陶冶，包括了诸如饮食调理、食疗、心理治疗、针灸、气功、按摩、导引、水疗、磁疗、美容以及音乐、书法……等等。有丰富的内容、多种多样的形式和方法，很值得深入研究予以发展。所以即将召开的全国中医自然疗法研讨会得到了社会各方面的支持和帮助，是一个很有意义的盛会。这本论文集蒐集了参加研讨会的94篇文章。文章的作者有皓首穷经、学验俱富的笃学之士，更有不少思路活跃、力学不倦、富有开拓进取精神的中青年学者，论文内容既有理论探讨，也有实用技术的介绍，在继承整理中又有新意，展现了人们养生益寿的新内容，可谓蔚为大观。论文集的出版，相信将会推动中医自然疗法研究的进一步发展，对于振兴中医药具有积极的意义。

凌 一 撰

1988年8月

前 言

大千世界，“人法地，地法天，天法道，道法自然”。中医自然疗法是最佳医疗手段之一，随着社会心理疾病的剧增，医学模式的转变，中医自然疗法已为举世瞩目。

中医自然疗法，历史悠久、源远流长。在祖国医学的理论指导下，在千百年历史长河的演变过程中，开创、积累和发展了许多具有显著疗效的独特的治疗方法，为中华民族的繁衍昌盛做出了重要贡献。

中医自然疗法，充分利用自然因素，借助自然因素来调整增强人体的正气，它强调天人相应的整体系统观、物质世界全息统一观等思想，使失调的身心受自然因素的调节而转变。道法自然，医理深奥。

当今，由于生物医学应用人体所出现的弊端，自然疗法日益受到人们的青睐，特别是科技高度发达的国家，都在利用现代医疗科学技术来发展自然疗法，建立自然疗法医院、自然疗法学会等组织机构。

我国是自然疗法的发源地，岐黄扁华等医祖为中医自然疗法的创立发展开创了道路，奠定了基础。为进一步承上启下，发展和提高自然疗法医学并将其推向世界，造福于全人类，使这颗明珠发出更加闪烁夺目的光亮，经全国中医自然疗法学术研究会筹备组与国内有关著名专家学者反复研究，决定编辑出版《中国自然疗法》一书，由雷雨田、吴传先负责主编。

本书从全国各地近700篇论文中精选出94篇,集广益高见之精髓,采用“分则各为一文,合则自成一书”的编辑方法,共分总论、气功疗法、针灸疗法、推拿按摩疗法、食物疗法、心理疗法、书画音乐疗法及其它等八个篇章。旨在总结中医自然疗法,提高临床效果,发扬祖国传统医学,造福广大人民群众。本书选文不拘一格,广选独见,百家争鸣。临床经验,独特新颖,具有较高的实用价值及艺术欣赏价值,为集中医自然疗法大成之书。

该书的编辑出版得到了中央卫生部副部长、国家中医药局局长胡熙明、中华中医学会副会长、成都中医学院名誉院长、著名中药专家凌一揆教授、中华中医学会秘书长陆长宏先生、中国中医研究院中医药专家方药中教授、中医研究院医学史专家、著名老中医耿鉴庭研究员、四川省中医战略发展研究会会长侯占元研究员及成都大学张粹然教授等的大力支持,并蒙四川省中医研究院张晓春医师悉心整理,谨此深表谢意。

书中欠妥之处,恭请读者指正。

《中国自然疗法》编委会

1988年8月

目 录

引论

一、总论

- 自然疗法刍议 (刘敏) (8)
- 略论中医自然疗法的哲学思想 (陈超、黄勇、
许小平) (13)
- 《内经》自然疗法思想探讨 (刘春英) (15)
- 自然疗法与进化 (杨峰、李玉涛) (23)
- 系统论、控制论、信息论与中医自然疗法
(高尚社、齐小玲) (29)
- 试论养生保健的自然疗法 (周天寒) (37)
- 更年期综合征的自然疗法 (朱世敏) (41)
- 中医自然疗法在急症的应用 (刘以忠) (47)
- 中医自然疗法对中风的预防 (罗文儒) (51)
- 我国的预防保健康复医学 (谢民福) (55)
- 试论分龄养生 (胡步虚) (58)
- 从现代分子生物学角度浅谈中医养生 (杨
畔农) (63)
- 中医自然疗法在康复医疗中的应用 (张连
生、张淑芳) (68)
- 自身调理是中风后遗症重要的康复措施
(刘采倩) (73)
- 《内经》生命衰老学说探讨 (黄世明) (79)

二、气功疗法

气功理法探髓 (王永强) (85)

气功自然疗法与中医理论关系初探 (黎汉
华) (89)

《老子》一书中寓于哲理的气功 (赵光) (94)

试论气功入静的机理 (谢亚江) (97)

气功、负熵、有序性——气功的祛病延年
机理探讨 (李翼) (104)

气功疗法的生理学作用探讨 (凌绶白) (107)

意守丹田说 (舒应德) (111)

“导引”疗法新探 (许耀恒、范新奇) (113)

保健功与神仙导引 (宋天彬) (117)

气功的偏差和防治 (柴岩寿) (121)

浅谈辨证施功 (胡克杰) (130)

医疗气功治疗高血压病的疗效观察 (李鸿
义) (136)

心理疗法结合气功对强迫状态治疗的疗效
观察 (周康) (143)

劳宫发气治疗梅核气 (曾汉章) (146)

练功前后生理、生化四项指标观察——气
功应用于消除运动疲劳的研究 (叶锦先、
刘福英、胡建周、吴瑞荣、陆启铨) (147)

三、针灸疗法

经络实质之我见 (周然宓) (150)

脏腑经络的时空网络结构和子午流注针法
(吴传先) (157)

针刺补泻浅谈——附癫狂两案例 (陈建平) (163)

《内经》针灸治疗急重症 (张吉)	(168)
针刺睛明穴和耳穴压豆治疗老年性白内障	
91例疗效分析 (王福隆)	(173)
针罐并用处理急症举隅 (鞠颖)	(177)
针刺体疗治疗腰扭伤20例 (栗敏)	(181)
全息针刺法 (陈洪钦)	(182)
舌下针治疗中风50例血液流变学观察 (刘	
济生、侯安乐)	(189)
浅针初探 (梁清湖)	(194)
指针在急诊中的应用 (杨德明)	(201)
一穴止衄法——太溪穴新用50例 (郝宏奇)	(204)
火针美容 100 例 (兰茂璞、丛吉发)	(207)
火针治疗阳萎54例 (郑学良、黄晖)	(209)
激光针刺治疗慢性前列腺炎的研究 (陈超)	(211)
TDP配合针刺治疗面神经麻痹72例疗效观	
察 (李晋梅)	(219)
刺血疗法临证应用 (谭德福、王武兴)	(222)
耳背静脉放血治疗急性扁桃腺炎500例 (胡	
平)	(232)
拔罐疗法的临床应用 (兰茂璞、于然锡)	(234)
《伤寒杂病论》灸法禁忌症刍议 (赵进喜)	(240)

四、推拿按摩疗法

推拿原理初探 (焦平)	(243)
牵、举、收、旋推拿法治疗“冻结肩” (周	
焕钧)	(247)
点穴按摩治疗肠粘连19例临床体会 (李永	
新)	(252)

颈椎综合征点穴按摩疗法 (附90例疗效观察) (旷时恩)	(256)
点穴按摩治疗踝关节扭伤52例临床小结 (邹声刚)	(261)
捏脊疗法在儿科临床的应用 (罗康华)	(264)
降压保健操治疗高血压病的临床疗效观察 (刘军)	(268)
按推旋手法治疗腰椎小关节紊乱68例小结 (谢心刚)	(270)

五、食物疗法

中医食疗渊源与发展 (李中原)	(274)
古本草益智类食物的整理 (党毅)	(282)
脾胃病食疗经验探微 (裴凤玉)	(286)
节食疗法在温病治疗中的意义 (邱模炎)	(294)
调节饮食, 防治癌症 (薛铭)	(298)
鸡蛋食疗的源流与发展概述 (王纯义)	(302)
胡桃肉的食疗功用 (陈淑芬)	(307)
食疗免疫药理研究进展 (范青生)	(310)
软枣猕猴桃鲜果抗癌效应的实验研究 (方永璋、孙向春、裴廷辅等)	(317)

六、心理疗法

中医心理卫生的溯源与发展 (王廷羨)	(323)
心理治疗研究纵览 (王米渠)	(329)
中医心理治疗的言语功能和效应 (鲁秀荣)	(337)
论中医心理治疗学说 (陶先军)	(342)
“激将法”在治病中的运用 (刘向东)	(345)
移情变气古今言 (李林默)	(349)

情志病的心疗实践 (李贯彻)	(351)
情志相胜三例 (毛长岑)	(356)
略论内科情志异常病人正确选择应用心理 疗法的必要性和重要性 (熊家平)	(358)
中医妇科心理学病证纲要 (巢伯舫、巢建 中)	(363)
试论崩漏证的情志因素 (曾令松)	(366)
口吃的行为疗法 (金共友)	(369)
行为治疗与开导治疗 (余建忠)	(371)
试论中医诊治中的灵感思维 (刘翅)	(375)

七、书画音乐疗法

书法治病养生延年益寿论 (雷雨田)	(377)
试谈书法治病养生益寿之道 (屈趁斯)	(383)
五音论治及实践 (毛丽、张武、邓景贵)	(387)
音乐治疗 50 例精神分裂症病人的临床分 析 (钱建明)	(392)
中医书法疗法初探 (郭晓明)	(394)

八、其它

泥疗法 (张建东)	(398)
试论汤疗法 (杨维益)	(401)
论“三浴”疗法 (刘明)	(407)
磁场疗法初探 (史庆藩、刘丽)	(411)
嚏法的临床应用及机理初探 (李浩)	(416)
刺鼻引嚏法及其临床应用 (罗康华)	(424)
耳穴压药丸法耳穴通电法治疗 50 例胆石症 的体会 (臧胜义、卿三凯、田国立)	(426)
《本草纲目》水疗法探析 (吴国传)	(429)

CONTENTS

PREFACE

FOREWORD INTRODUCTION

RESEARCH ON NATURAL THERAPY

- My Humble Opinion on Natural Therapies (Liu Ming) (8)
- A Brief Discussion on the Philosophical Principles in Natural Therapy of T.C.M. (Chen Chao, Huang Yong Xu Xiao Ping) (13)
- The Exploration on the Thought of the National Therapy in The Canon of Medicine (Liu Chun Ying) (15)
- The Relationship between the Natural Therapy and Evolution (Yang Feng, Li Yu Tao) (23)
- The Relationship between the Systematic Theory, Cybernetics, Information Theory, and Natural Therapy of T.C.M. (Gao Shang She, Qi Xiao Ling) (29)
- Exploratory Discussion on the Charact-

eristics of the Health-care With Natural Therapy (Zhou Tian Hang)	(37)
The Treatment of Climacteric Syndr- ome with Natural Therapy (Zhu Shi Ming)	(41)
The Application of Natural Therapy of T.C.M. to the Treatment of Acute Disease (Liu Yi Zhong)	(47)
The Prevention of Apoplexy with Natural Therapy of T.C.M. (Luo Weng Ru)	(51)
The Application of Rehabilitation Medicine to Preventive Health-care in China (Xie Ming Fu)	(55)
A Preliminary Exploration on Health- care According to Age-group (Fu Bu Xu)	(58)
The Research on Health-care of TCM on the Bases of Molecular Biology (Yang Bang Nong)	(63)
The Application of Chinese Natural Therapy in Rehabilitation Medicine (Zhang Lian Sheng, Zhang Shu Fang)	(68)
Self-recuperation is the Important Measure of Recovery of Sequelae of Apoplexy (Liu Chai Qian)	(73)

The Exploration on the Thought of	
Senility in The Canon of Medicine	
(Huang Shi Min)	(79)

RESEARCH ON QI GONG

The Exploration on the Theory and	
Method of Qi Gong (Wang Yong	
Qiang)	(85)
An Exploration on the Relationship	
between Qi Gong Therapy and the	
Theory of T.C.M. (Li Hang Hua)	(89)
The Philosophy about QiGong in	
Classic "Lao Zi" (Zhao Guang)	(94)
The Mechanism of "Sit Still" of Qi	
Gong (Xie ya Giang)	(97)
Qi Gong·Negative Entropy·Sequence	
(Li Yi)	(104)
The Exploration on the Effect of	
QiGong Therapy According to	
Physiology (Ling Sui Bai)	(107)
The Reseach on the Theory of	
Concentrating Mind on "Dantian"	
(Shu Ying De).....	(111)
A New Exploration on "Dao Ying"	
Therapy (Xu Yao Heng, Fang Xing	
Qi)	(113)
The Relationship between "Health	