

经络巨子

祝总骧教授的科学人生

陈家忠 张培林 / 著



祝总骧从青年时代就深刻领悟到，只有把自己的生命与国家的兴衰和民族的荣誉紧密结合在一起，生命才具有更大的价值。因此，他以一个赤子之心，率徒周思来总理的殷望，把经络搞清楚，使凝聚着中华民族聪明才智的中医光耀世界，造福于人民大众。多年来，尽管困难与挑战和雄关漫道。祝总骧牢记马克思的一句话：“只有不畏艰难困苦的人才有可能攀上成功之颠。”所以，他以百折不挠之弥坚，以不达目的誓不休之决心，历经艰难以数十地费农吁食和殚精竭虑而奋斗，终于证实人体有与《黄帝内经》记载完全一致的经络，从而为争辩的事实向世人宣告：经络是中华民族早于四大发明指南针、印刷术、火药和火药一千余年的“第一发明”并成人类无可估价的医学财富。祝总骧即将经络医学的理论和应用到为人民群众的健康服务上。呕心沥血地编写了“312”经络锻炼法，国内外已有500余万人因锻炼“312”而获益。“312”经络锻炼法的微风吹起云涌，波澜壮阔。

经络巨子

——祝总骧教授的科学人生

陈家忠 张培林 著

中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

世界华人精品文丛. 第3辑 / 刘战英主编. —北京:
中国戏剧出版社, 2006. 5
ISBN 7-104-02282-1

I. 世... II. 陈、张... III. 文学—作品综合集—
世界—现代

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 124792 号

世界华人精品文丛(第3辑)·经络巨子——祝总骧教授的科学人生

责任编辑: 黄艳华

美术编辑: 王红玫

责任出版: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

社 址: 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码: 100089

电 话: 58930242 (发行部)

传 真: 58930242 (发行部)

电子信箱: fxb@xj.sina.net (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京世嘉印刷有限公司

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 120

字 数: 2400 千

版 次: 2006 年 6 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-104-02282-1/I. 888

定 价: 380.00 元(全 12 册)

版权所有 违者必究

导 读 提 示

上世纪 70 年代，美国总统尼克松冷丁向中国医务人员发问：什么叫经络？在场人员膛目结舌。如此无地自容！

周恩来总理郑重向医学科学界发出动员令：一定要把经络搞清楚。如此意味深长！

本属“门外汉”的祝总驤昂首请缨，历经艰难曲折，终于证实了经络这千古之谜。如此光彩夺目！

经络的发现比中国古代“四大发明”还早一千多年，一举成为世界医学宝库中一颗璀璨的明珠。如此令国人自豪！

“‘312’经络锻炼法”，只要找到‘自己的 312’并持之以恒，保证您“百病除，百岁康”。如此奇妙绝伦！

中国经络学界的
巨子祝总骧

程连昌题

程连昌系国家人事部原常务副部长、世界生产力科学院院士、第八届、第九届全国政协常委、中国老科协常务副会长、北京世界华人文化院顾问。

序 言

刘战英

《经络巨子——祝总骧教授的科学人生》的作者陈家忠和张培林嘱我为此书作序，陈是北京世界华人文化院的研究员和签约作家，张是“世华院”的副院长并为“世华院”成员中的“老大哥”，而祝总骧教授也是“世华院”的研究员，均系“一家人”，加之我对这部书的形成自始至终参与其中，虽然近来诸事杂陈，身体也觉些许不适，但还是未加推辞。

其实，真正促使我欣然为之作序的动因，是受祝总骧教授为弘扬中华民族传统医学所表现出的赤子情怀和锲而不舍的精神所激励、所感怀。祝总骧并非出身杏林，也未曾悬壶济世，其毕业于中国大学化学系。后来虽进入医疗部门，但其从事的教学和科研工作性质均属“西医”范畴。然而，二十世纪六、七十年代，中国出现的“针灸麻醉热潮”及美国总统尼克松一行访华期间对中国经络针灸的浓厚兴趣，引起中国官方的高度重视。周恩来总理召开专门会议提出“一定要尽快将经络的实质搞清楚”的重托。大批科研部门、医学院校和学者积极响应号召，国家科委（今为国家科学技术部）还把“经络研究”列入重点攻关项目，年富力强的祝总骧毅然投身其中。

可是，人体到底有没有经络？只是成书于战国时期的医学巨

著《黄帝内经》中有记载：人体有 14 条经络，而且还具有“决生死，处百病，调虚实”之特殊功能。然而，令人不可思议的是，在科技进步日新月异的今天，作为传统中医学重要组成部分的经络学说，不但未被重视、探究，乃至身份认定，反而自清末民初以来，直至今日还常使经络研究与探索遭到排斥性的否定与质疑。

或许有人会问：在医学界，精英荟萃，专家如林，祝总驷于中医可谓是个地道的“门外汉”，居然不知深浅，敢于破译经络这个千古之谜。况且，医学界对中医不屑之风盛行，他竟然敢于逆潮流而动，支撑他的信念是什么？读罢《经络巨子——祝总驷教授的科学人生》一书便会得到明确的回答：祝总驷从青年时代就领悟到，只有把自己的人生理想与国家的兴衰和民族的荣辱紧密结合在一起，生命才具有更大的价值。因此，他以一个赤子之心，牢记周恩来总理的殷切嘱托，下定决心一定要把经络搞清楚，使凝集着中华民族聪明才智的中医光耀世界，以造福于人民大众。这是何等纯朴的感情，又是何等的爱国情怀！由于祝总驷具备了这种心理砥砺，多年来，尽管困难与挫折如同高山叠嶂和雄关漫道，诸如科研经费一度严重匮乏，冷眼相观者的排斥，无中生有者的诋毁，认为天方夜谭者的打击甚至要予以取缔，以及工作地点几乎被“扫地出门”等等。但是，祝总驷谨记马克思的一句话：“在科学之路上，只有不畏艰难困苦的人，才有可能攀登上成功之巅！”所以，他以百折不挠之弥坚，以不达目的不罢休之锲而不舍，以舍我其谁之雄心壮志，历经难以数计地宵衣旰食和殚精竭虑，以及不息地拼搏奋斗，终于证实人体确有与《黄帝内经》记载完全一致的经络，从而以无可争辩的事实向世人宣告：经络是中华民族早于四大历史发明的指南针、印刷术、造纸和火药一千余年的“第一大发明”，是人类无可估价的医学财富。

祝总驤另一崇高之处，即将经络医学的探知应用到为人民大众的健康服务上。他认为，在医疗领域，倘若能够占据“象牙塔”固然可嘉，但作为时下医疗并不发达且数以千万计的广大农民和普通百姓仍处于缺医少药和无力支撑昂贵医疗费用的中国，为群众谋健康则是当务之急和首善之举。

于是，他呕心沥血，创编了“312 经络锻炼法”，并着力构建“共产主义大课堂”，旨在为亿万群众营造健康福祉，“百病除、百岁康、百万家”。至今，国内外已有数以万计的人们因锻炼“312”而颇受裨益。尤其是东南亚一些国家，“312”的锻炼热潮风起云涌，波澜壮阔，成为了健身时尚。

这是多么得难能可贵呀！

《经络巨子——祝总驤教授的科学人生》的两位作者，尽管重任在肩，但对这部传记文学的写作倾注了大量心血，数易其稿，精益求精。我们不难发现，在洋洋十几万言中，不乏对人生的感悟、生活的沉思以及哲理的隽永；不乏情感的跌宕起伏，有如大河奔涌，有如润物细雨；也不乏旁征博引，钩沉稽要。我一直认为，传记文学作品，在取材上，要着眼于“传”的闪光；在写作时，必须调动“文学”手段，为“传”而“记”，力避概念、空泛和事件的罗列以及过程的喋喋叙述。应该说，这部传记文学在两者的结合上做了努力。

但是，如果讲此作尚有什么不足，余认为，如果增加一些细节的描绘和对传主个性的刻画，则会愈发感人。我在与祝总驤教授直接与间接的感触中，觉得他的个性如裂帛乍响，杯瓶掷地，轰然震耳，挥斥八极，大有为实现理想“管他是什么天王老子”的豪迈，如果将他的这种个性生动地表现出来，其壮美、峻拔、傲岸、执著的气质便跃然纸上。

文行于此，捻须片刻，“打油”一首，权作此序结句：

经络耀千秋，
祝氏壮志酬。
“312”锻炼法，
旨为大众谋。
健康送福祉，
百姓口碑留。
医学之大道，
天凉好个秋！

写于 2006 年 5 月 7 日

（作者系北京世界华人文化院院长、
中国侨联《海内与海外》原主编、
国家一级作家。）

目 录

1 / 序 言.....	刘战英
--------------	-----

第一章:人活着究竟是为了什么?

6 / 祝总骧的人生感悟
10 / 平凡的爱情
13 / 参加“六二六”医疗队

第二章:破译千古之谜

17 / 周恩来总理的嘱托
26 / 经络就是这样被证实的

第三章:漫漫科研路

34 / 经络研究课题受阻
40 / 成立北京炎黄经络研究中心
43 / “会议纪要”与学术分歧

第四章：祝总骧与郝金凯组合的“双子星座”

- 56 / 郝金凯的困惑
- 60 / 创造“实验经络针灸疗法”
- 65 / 为大数学家陈景润治病

第五章：让经络学走向世界

- 70 / 出国讲学
- 75 / 祝教授的忧虑和不歇的脚步

第六章：创编“312 经络锻炼法”与构建“共产主义大课堂”

- 81 / 关于“312 经络锻炼法”的对话
- 108 / 和死神赛跑
- 113 / 疗效是最好的证明
- 116 / 祝总骧的名利观
- 120 / 英雄本色
- 128 / “经络歌”与“经络舞”

第七章：“312”在阻击“非典”战役中

- 134 / 为国分忧
136 / “312”防治“非典”

第八章:风靡东南亚的“312 经络锻炼法”

- 141 / 有这么一群开路先锋
149 / “312”在国际医学学术会上独占鳌头
154 / 历史的见证
158 / “312”进入千岛之国

第九章“312 经络锻炼法”下农村进社区

- 166 / 召开“312 经络锻炼法”下农村进社区誓师大会
175 / 要把翟城村建成百岁健康村
178 / “312”在厦门

187 / 尾声:让全世界人民都能健康长寿

- 201 / 附录:1. 祝总骧简历和科研成果
203 / 附录:2. 锻炼经络 百岁健康
——给你一把健康长寿的钥匙

鉴于祝总骧教授在经络学界的卓越贡献，无论是在国内，还是在国外，都堪称凤毛麟角，把这顶华光闪耀的“中国经络学界的巨子”之神圣桂冠赠予给他，可以说其是受之无愧！

开场白

马克思曾经引自《摩尔和将军》一书中的一句话：“科学绝不是一种自私自利的享乐，有幸能够致力于科学研究的人，首先应该拿自己的学识为人类服务。”这段话可以说是祝总骧教授一生执著地耕耘在祖国传统中医瑰宝——经络学研究事业的真实写照。

早在 1972 年，周恩来总理曾经指出“尽快将经络的实质搞清楚”，“中医的经络理论，不要墙内开花墙外结果”。为了周总理这一沉甸甸的嘱托，祝总骧从此矢志不移地投身到经络学艰苦卓绝的研究和探索之中。

如果说经络学说是浩瀚无边、缥缈溟濛太空中一艘航船，牵引着他向着人类未知领域探寻与翱翔，那么周总理沉甸甸的嘱托则是给了他一副坚不可摧的翅膀，引擎他向着生命科学的未知领域飞得更高、更远。

一部不朽的上古时代的医学巨著——《黄帝内经》和一尊锃亮的宋代铜人，犹如神圣而美丽的生命图腾，让祝总骧顶礼膜拜，每每精灵般地飘忽在他的梦乡。

《黄帝内经》(又称《内经》),是我国现存最早的一部医学典籍,包括《素问》和《灵枢》两大部分。成书于战国时期的这部大书,是一部极其罕见的养生学巨著,与《伏羲八卦》、《神农本草经》并列称为“上古三坟”。

《黄帝内经》全书内容,是以黄帝同巨子岐伯、伯高、少俞、雷公等以问答讨论形式展开的。之所以托名黄帝,大概主要原因是受尊古之风的影响。该书清晰地描述了人体的解剖结构及全身经络的运行



祝总骧教授的近照

情况,而且对人体生理学、医学病理学、医学地理学、医学物候学等进行了颇为精深、全面的论述。中医传统的望、闻、问、切四诊法,就是从《黄帝内经》开始的。此外,还涉及到天文、历算、气象、生物、农艺、哲学、音乐等诸多方面的知识和内容,阴阳五行学是其理论基础。书中已有尸体解剖的记载,为人体解剖学开了历史先河。书中对针灸有着详细的描述,直至今天还令国外医学界叹为观止,成为中华医学史上的瑰宝。

此书的《灵枢·经脉篇》中有这样的记载:“黄帝曰:人始生,先成精,精成而脑髓生,骨为干,脉为营,筋为刚,肉为墙,皮肤坚而毛发长,谷入于胃,脉道以通,血气乃行。雷公曰:愿卒闻经脉之始生。黄帝曰:经脉者,所以能决死生,处百病,调虚实,不可不通。”

那尊古老又肃穆的宋代铜人神祇般地在祝总骧的梦里闪

烁,在它的锃亮亮的身上,一根根来龙去脉确切无疑的经络线,恍若掌握人类生命所有奥秘的钥匙,有了它便能开启人类百岁健康的长寿之门。宋代铜人以铜铸的事实告知后人经络的存在,然而却闭口不言证实它的方法,这为《黄帝内经》笼罩着一层神秘的面纱,给后人留下一个高深莫测的千古之谜。

祝总骧成为这千古之谜的“破译者”。他自1976年首次发现人类存在隐性循经感传线(祝氏命名而为国际公认为LPSC线)。这一发现是人类第一次揭示了人体体表普遍(人群中95%以上)存在14条与古典经脉线相吻合的、连续而均一的、能够重复而确切定位的、高度敏感的线,其宽度为1~3毫米,其位置稳定不变。

16年来,祝总骧在对经络生物物理学研究方面取得了许多突破性进展。

20世纪的1987年9月下旬,祝总骧教授应英国针灸学会之邀,出席了在伦敦举行的国际经络生物物理报告会。他微笑地走上讲台,通过录相带和幻灯片等图像资料,用流利的英语作了长达200分钟的经络学术报告。

祝总骧的学术报告,把与会各国专家、学者引领进有着五千年灿烂文明的古老中国。他充满自信而又审慎地向全世界发表了作为一名中国经络学家的声音:



祝总骧教授与本书作者陈家忠(左一)、张培林(右一)合影于故宫角楼前

针灸经络较指南针、印刷术、纸和火药这四大发明更早一千余年,作为中国对世界科学之贡献的第一大发明,可以说是名符其实、当之无愧!

与会的各国专家、学者,听着这位来自中国经络学专家的学术报告后,报以雷鸣般的掌声。此刻,他们深深地被祝教授的学术报告所折服。闻名世界的中国古代科学史专家、英国剑桥大学名誉校长、耄耋之年的李约瑟博士兴奋地说:“我曾预言,经络之谜,终将由中国人自己揭开,有幸言中,实是我余生之幸!”

1990年,祝总骧创编了“312经络锻炼法”。祝总骧虽然不是知名大夫,但是他应用经络理论指导健身实践创编的“312经络锻炼法”是集穴位按摩、腹式呼吸和体育运动为一体、通过身心锻炼便可达到强身健体、防病治病的一种全新的健身方法,业已被国家体育总局选入全民健身工程——“121计划”,并在《人民日报》上刊登。“312经络锻炼法”自1990年向社会推广以来,神州大地到处掀起学习热潮,更为广大的城市社区和农村所钟爱,国内外已有500万人掌握了这种强身健体的锻炼方法。

鉴于祝总骧探秘经络的执著努力和取得的卓越贡献,无论在国内还是在国外的经络学界都堪称凤毛麟角,把“中国经络学界的巨子”这项华光闪耀的神圣桂冠赠予他,其应该是受之无愧的。



2005年祝总骧教授在马来西亚荣获“黄帝内经”奖

究竟什么是经络？祝总骧是如何对中国“第一大发明”——针灸经络进行艰苦卓绝的科学验证的？他创编的“312 经络锻炼法”又为何能帮助人们祛病强身，健康长寿？祝总骧教授是怎样一个人？等等充满玄机的奥秘，本文作者通过采访祝总骧本人及其亲友和身边的工作人员，以翔实的史料、优美的笔触，带您走进祖国传统中医瑰丽而又神圣的殿堂，认识祝总骧、了解祝总骧，更重要的是向您叙述祝总骧教授鲜为人知的科学人生的故事。