

王、寅 编著

气功外气疗法

山西科学教育出版社

088935

气功外气疗法

王寅编著

山西科学教育出版社

气功外气疗法

王寅编著

*

山西科学教育出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 山西七二五厂印刷

*

开本: 787×1092 1/32 印张: 5.625 字数: 114千字

1986年10月第1版 1986年10月山西第1次印刷

印数: 1—12,000册

*

书号: 14370·63 定价: 1.30元

前 言

气功疗法，是近年来祖国医学遗产中被发掘出来的一颗明珠。它不仅涉及病者通过气功锻炼达到自身调节以抗病保健，而且涉及气功医师发放外气行施医疗的原理和方法。本书主要介绍气功外气疗法。

气功外气疗法是气功的精华，医疗范围广，疗效快而无副作用，并对病者有补养之功。治疗过程中患者无痛苦，有益无损，不仅可治愈主症，并可祛除并发症，从而使机能康复，祛病延年。因此，气功外气疗法在保健祛病中有其独特的疗效。

我于业医伊始，便对著名气功师周潜川先生的气功理论发生了兴趣，开始对气功进行研究，并探讨气功在医疗上的作用，有计划地积累这方面的临床经验。1979年气功外气之谜被揭开，利用气功外气进行临床治病的探索，自此方兴未艾。

为了更好地总结，提高这一医学疗法，使之更臻科学化，愿将自己多年来从事的理论研究与临床实践的初步探索提出来，抛砖引玉，与同道交流磋商，以期逐步完善这门科学。学者才疏学浅，仓促成稿，谬误难免，深望指教。

目 录

第一编 气与气功	1
第一章 气功外气疗法概况	2
第二章 基础知识	5
第一节 气	5
第二节 气运行的通道	8
第三节 气与血的关系	11
第三章 气功之气的产生及有关问题	13
第一节 气功之气	13
第二节 气功与精、气、神	14
第四章 气功的理论基础	17
第一节 气功与经络学说	17
第二节 经络系统的功能与本质	26
第三节 气功与阴阳五行学说	31
第二编 气功外气	37
第一章 气功外气基础知识	38
第一节 什么是气功外气	38
第二节 气功外气的机制	40
第三节 气功外气发放原理	44

第四节	气功外气发放方法	45
第五节	气功外气发放途径	47
第六节	气功外气发放姿势	50
第二章	气功外气基础功法	53
第一节	练肺、脾、肾基础功法	53
第二节	练丹田基础功法	57
第三节	马步站桩功基础功法	60
第四节	练功的时间及方向	62
第五节	练功注意事项	65
第六节	气功外气发放种种谈	65
第三编	气功外气疗法	67
第一章	气功外气疗法定义、特点	68
第一节	气功外气疗法定义	68
第二节	气功外气疗法特点	69
第二章	气功外气特殊诊断法	71
第一节	透视诊断法	71
第二节	遥感诊断法	73
第三节	气功外气探测诊断法	74
第三章	气功外气施治方法	75
第一节	气功外气施治方法	75
第二节	气功外气治疗距离	77
第三节	气功外气发放的部位	78
第四节	气功外气补、泻、散手法	79
第五节	气功外气疗法的施治部位	80
第六节	气功外气治疗时间与疗程	81
第七节	阴阳学说在气功外气治疗的应用	82

第四章 气功外气疗法的注意事项	84
第一节 患者与气功师的配合	84
第二节 患者的体位	85
第三节 气功外气治疗的气感	88
第四节 气功外气治疗时气感观察	90
第五章 气功外气临床治疗作用	92
第六章 气功外气治疗的疾病与气功师注意事项	94
第一节 气功外气疗法的适应证	94
第二节 气功师应注意的问题	95
第四编 气功外气临床运用	97
第一章 气功外气治疗各种疾病	98
第一节 气功外气治疗外科疾病	98
一、气功外气治疗肿瘤的尝试	98
二、气功外气治疗骨折的尝试	102
三、气功外气治疗老年性关节炎的尝试	114
四、气功外气治疗外伤性截瘫的尝试	117
五、气功外气治疗腰腿痛的尝试	121
六、气功外气治疗软组织损伤100例	125
第二节 气功外气治疗部分内科疾病	130
第三节 气功外气治疗神经系统疾病	136
第四节 气功外气治疗妇产科疾病	142
第五节 气功外气治疗眼科疾病	143
第六节 气功外气治疗183例临床分析	145
第二章 气功外气改善病人一些机体机能的表现	152
第三章 气功外气疏通病人经络的一些情况	154
第四章 气功外气治疗有助于他人练功	156

第五章	气功外气眼睛可以看到	158
第六章	小儿麻痹后遗症发放外气肌电图变化	160

第一编

气与气功

第一章 气功外气疗法概况

“气功”是我国古代文化的宝贵遗产之一，是我国医学宝库中一颗瑰丽的明珠。

据文献记载：早在春秋战国以前，气功作为一种养生方法就已盛行。并且，在古代朴素唯物主义思想影响下，逐步上升为医学理论，又在理论的指导下日趋完善。

成书于两汉以前的《黄帝内经素问》开篇就写道：“上古之人，知其道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽天年，度百岁乃去。”其中和于术数之“术数”，主要是指气功（古称导引、按跷、吐纳）。两汉时所指的“上古”，显然可以上溯为伏羲、黄帝时代，那么至少也有五千年的历史。

历代著名医家如扁鹊、华佗、张仲景、葛洪、陶弘景、巢元方、孙思邈乃至金元四大家、明代李时珍、杨继洲……无不十分重视气功，有的本身就是气功大师，在气功史上做出了贡献。

自东汉以后，由于佛教的传入和我国道教的盛行，形成了儒、释、道、医、武、民间各家都讲求气功的局面，门派众多。众多门派一方面彼此渗透，促进了气功的发展；另一方面也相互排斥，争充正宗，不惜故弄玄虚，使气功良莠难

辨。再由于历史条件的限制，阻碍了对气功的科学探索。然而，气功毕竟是一种养生益寿的极好方法，因此数千年来经久不衰。

解放以后，在中国共产党的领导之下，制定了正确的中医政策，并以法律形式规定下来，这就大大地保证了中医事业的发展。我们医务工作者，要以百倍的努力，积极发掘祖国的医药宝库。

气功是祖国医学中的瑰宝，它经过漫长而广泛的传播，正闪耀出夺目的光辉，目前在国内外正形成一个练气功、用气功热潮。

气功疗法是一颗古老而新颖的明珠。它造福于人类，为人民所喜爱，已引起世界人民的注目。

气功疗法应包括两方面：一方面是自身调节，自身练功达到治疗疾病的目的；另一方面是气功师发放外气，达到给病人治疗目的——气功外气疗法。

对于前者，大家都比较熟悉，而对于后者，大家就不很熟悉了，因为一般人对气功外气看不见、摸不着，不免给人蒙上一种神秘感。

以前，由于科学不发达，再加上有些人故弄玄虚，把气功说成为神功、佛力，因此使之蒙上了一层神秘的面纱，被投入玄学的范畴。人们头脑里的印象是：气功外气是迷信、巫术、邪门歪道、神学、玄说等等。这也是“气功”一直发展不起来的主要原因。

自从1977年顾涵森、林厚省二人合写的《探测气功“运气疗法”物质基础的初步实验结果》的报告发表以后，第一次用现代化科学的手段论证了气功师所发出来的“外气”是

有物质基础的。这给气功外气疗法找到了科学的根据。从此以后，用气功外气治病的报导，也才逐渐有所增加。

其实，我们祖先早已用气功外气治病。例如：宋代医家皇甫坦发“外气”疗法。皇甫坦是一位高明的气功师，他能发放外气治疗眼内云翳（白内障）及癍（器质性跛行）的疾病。而且一次施治，便能产生“气”到病除效果，真让人赞叹不已！

宋代大文学家苏轼，在《东坡志林》中记载：“学道养气者，至足之余，能以气与人，都下道士李若之能之。谓之‘布气’。吾中（子）迨，少羸多疾，若之相对坐，为布气，迨闻腹中如初日照温温也。”意思是说：养生练气功的人，练习成功以后，能够发放一种“气”给（予）他人。（当时）都下地方有个道士名叫李若之，能够发放外气——布气。儿子苏迨，小时很瘦弱，常生病，李若之和苏迨对面相坐，为苏迨发放外气，苏迨觉得肚子里好象是初升的太阳照射一样，暖烘烘的。

另外，在《彭比部集》、《遵生八笈》、《类修要诀》中都收有“布气与他人攻疾歌诀”说：“修道久专精，身中胎息成。他人凡有疾，脏腑审知名。患儿问五气，澄心意勿轻。传真令气咽，使纳数连并。作念令其损，顿能遣患情。鬼怪自逃遁，病得解缠萦。”

气功外气治病，古代有之，在现代科学高度发展的今天，一定更能用科学的态度，把这个最富有生命力、最有发展前途的、优越于其它疗法的“气功外气疗法”发扬光大。

第二章 基础知识

第一节 气

在我国古代，唯物主义哲学认为：气是构成宇宙的基本物质。世间一切事物都是由气的运动变化而产生的。人是自然界的产物，当然也是由气构成的。《素问·宝命全形论》中说：“人以天地之气生，四时之法成。”气是构成人体的物质基础，也是维持生命活动的最基本物质。

一、气的生成与功能

人体的气，由禀受父母先天之精气、饮食的营养物质（由脾胃化生的水谷之精气）和存在于大自然界的“清气”三部分组成。

由于气的组成、分布和功能等特点有所不同，所以“气”又有各种不同的名称。

1. 元气：元气又称原气、真气。是人体最基本、最重要之气，是生命活动的原动力。元气以肾所藏的精气为主，禀赋于先天，又靠后天水谷精气的培育。所以《灵枢·刺节真邪篇》说：“真气者，所受于天，与谷气并而充身者也。”

元气通过三焦流通全身。内至某一脏腑即称某一脏腑之

气，分布于某一经络即称某一经络之气。可见各脏腑、经络等组织器官的盛衰，主要取决于元气的充沛程度。

练气功，最主要的就是练养元气，使之充沛，使机体各部分机能保持旺盛的状态。因此，有人把气功直接称为“真气运行法”。

2. 宗气：是积于胸中之气。所聚之处称作“气海”，又称“膻中”。是以肺吸入的清气和脾胃化生的水谷精气结合而成。主要功能是行呼吸、行气血。宗气的盛衰，表现在人的声音、呼吸、语言状况、气血运行，以及肢体寒温和活动能力、视听感觉能力等方面。

8. 营气：又称荣气。是与血液行于脉中之气。主要由水谷精气所化生，进入血脉即成为血液的组成部分，营运全身。故《灵枢·邪客篇》说：“荣气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑。”

4. 卫气：是行于脉外之气。亦由水谷精气所化生。其功能主要是护卫肌表、温养脏腑、肌肉、皮毛、调控腠理开合，汗液排泄、恒定体温等。

气的生理功能可概括为：推动（生长发育、各脏腑经络等组织器官的生理活动、血的生成运行、津液的生成、输布、废物的排泄等）、温煦（体表、内脏正常的生理活动、血与津液的循行）防御、固摄、气化等五个方面。

二、气的运行和运动形式

气的运行，中医称为“气化”。认为生命始终处于气的气化过程中，也就是说，没有气的运动，也就没有生命。

气的运动形式，可归纳为升、降、出、入四种。《素问·六微旨大论》说：“……故非出入，则无以生长壮老

已，非升降，则无以生长化收藏。是以升降出入，无器不有。”说明气在人体各脏腑乃至整体间进行活动，以维持人的各种生理活动。

气的升降出入，在人体有一定侧重。如：清气主升、浊气主降；肝脾之气升、肺胃之气降……当然，升降出入是相对而言的，是对立而又统一的，在体内必须协调平衡（即所谓气机调畅），才能维持正常生理活动；平衡失调（即气机失调）则表现各种病理状态。

练气功，就是通过调心、调意、调姿的三项练功基本要素，让气升降开合，促使气机调畅、达到强身健体、祛病延年的一种保健运动。

古人对于“气”，通过亲身体察总结了许多规律，谨择其主要的总结如下：

1. 普遍性。这就是说“气”普遍存在于宇宙之中。古人言：“万物以息相吹，其为气也，至大至刚，塞于天地之间。”“自天地至于万物无不须气以生也。”

2. 有序性。这就是说气与生命过程有密切的关系。古人有“似天地之气生”、“气者，人之根本也”、“养其气所以全其身”、“气竭则身死”的认识。

3. 传布性。指气具有延展、散布、扩散、派动这样一类特性。古人称“能自然散布者曰气。”

4. 兼容性：指气与物质体可以同时占据同一个空间。古人曰：“气，体之充也。”“夫人在气中，气在人中。”

5. 气是可感知的。但“太虚”“清静而微”。

6. 气呈波动性或冲击性。“冲”是其征，可能其波峰大，其频率低。故“不可逢”、“不可追”。

7. 气是可控制的。即“机之可发”，但又“不可挂以发”，又说明不易控制。

8. 气是流动的。并且是循环无端，终而复始的。

9. 气是呈周期性。即“知其往来，要与之期。”若掌握其活动之“子午流注”（即现在所说的生物钟）亦可知也。

10. “气”是人体内的生命原动力。它具有三个主要功能：营气，营养身体；卫气，保护身体；元气，分布全身，身体任何一部分需要时，即激发该部分的功能。

现代科学认为：“气”是一种生物场，在活机体中起“力”或“能”的作用。

第二节 气运行的通道

中医理论认为：气（也包括血）运行的通道是经络系统。它包括两大干系，一是经脉，就是气血直行的干线；二是络脉，由经脉在身体各部位分出网络。《灵枢·经脉篇》中说：“经脉者，常不可见也，其虚实也，以气口知之，脉之见者，皆络脉也。”人体的五脏六腑，所以能进行正常的生理活动，全靠经络系统将气血传注周身。

经络又是联系脏腑肢节，沟通表里上下的通道。《灵枢·海论篇》中云：“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于肢节。”经络一方面可以输送气血；另一方面还可以把人体上下内外、五脏六腑等器官、组织有机地联系起来成为一个统一整体。

经络之所以有上述的重要作用，是因为经络有一定的循