

严新气功现象

李 伦 编著

北京工业大学出版社



严新近照

前 言

气功是祖国医学的瑰宝，是中华民族的宝贵遗产。现在对气功的科学研究，早已超过了养生、祛病的范围，气功大师严新与科学家合作进行的实验，已引起了气功界与科学界的震动。《严新气功现象》一书主要收集的是：气功大师严新近几年讲述的有关功理功法的精华；科学家和严新合作进行的有说服力的、典型的科学实验；以及学术界对气功现象的论证。

本书收集了严新在北京稻香湖、燕京饭店、广播电影电视部专家楼的多次谈话的内容，以及严新在稻香湖气功现象理论研讨会上的发言。这些最新内容都是首次据录音整理成文字与读者见面的。

本书内容丰富、新颖、精辟、全面、实用，希望它有助于读者了解气功研究的现状；有助于气功爱好者学练气功；有助于社会各界人士进一步了解、理解气功现象。

在本书编写过程中，严新本人给予了热情的帮助，在百忙中抽出时间同编者交换意见，审阅部分书稿和提供部分资料；一些专家提供了科学实验报告和论证文章；刘中忱同志为本书拍摄全部照片；许多同志为本书收集素材和整理资料；中国气功科学研究会理事长张震寰同志对本书的编写非常关心，给予多方帮助；北京工业大学出版社总编辑钟佐华教授对本书的出版予以大力支持；中国科学院自然科学史研

究所编审、北京工业大学出版社兼职编审尹良教授审阅并订了全稿。在此，谨向他们表示衷心的感谢。

编者

1988年11月

目 录

第一部分 严新谈气功现象

严新在北京稻香湖气功现象理论研讨会上的发言…… (3)

第二部分 严新气功功理功法

严新谈气功功理功法

- (一) 什么是气功…… (54)
- (二) 气功的十大基本原理…… (57)
 - 松弛原理…… (57)
 - 调整原理…… (58)
 - 激发能量原理…… (58)
 - 人体生物场能量原理…… (58)
 - 人体内生物分子、电子定向运动原理…… (59)
 - 生物熵原理…… (59)
 - 生物等离子态原理…… (60)
 - 自我控制系统原理…… (60)
 - 生物序的有序化原理…… (61)
 - 电磁耦联原理…… (65)
- (三) 气功的七大本质学说…… (66)
 - 光本质学说…… (66)
 - 生命能本质学说…… (67)
 - ATP功能学说…… (67)
 - 神经体液内分泌的整体性与中心学说…… (67)
 - 活细胞学说…… (67)
 - 电子吸附学说…… (67)
 - 生命信息本质学说…… (68)

(四) 气功的十大作用机制·····	(69)
理想地改善调节神经系统的功能·····	(69)
理想地改善和调节循环系统的有关功能·····	(71)
理想地改善呼吸系统的功能·····	(74)
理想地改善和调节消化系统的功能·····	(75)
理想地改善内分泌功能·····	(77)
形成影响人体肌肉骨骼系统变化的功能·····	(78)
调整人的皮肤温度和体温中枢·····	(80)
调节皮肤的电位和改变身体阻抗·····	(81)
理想地改善和调节人体的免疫功能·····	(82)
可以使人发放外气、转移能量，从而改变生物体的特性··	(83)
(五) 什么叫带功报告·····	(85)
(六) 希望治病的人在听报告时需注意的一个问题	(86)
(七) 练气功的一个基本原则——重德为本·····	(88)
要重历史、重唯物、讲辩证·····	(88)
要明路·····	(88)
心、性、行·····	(89)
(八) 练气功要有一种吃苦精神·····	(92)
(九) 练气功要具备三个条件——松、静、自然··	(94)
松·····	(94)
静·····	(95)
自然·····	(96)
(十) 练气功的三个选择——时间、地点、方向··	(97)
时间·····	(97)
地点·····	(98)
方向·····	(99)
(十一) 练气功的三个要素——调心、调息、调形··	(100)
调心·····	(100)
常用的调心方法·····	(103)

意守法.....	(103)
存想、观相法.....	(104)
放松法.....	(105)
默念法.....	(105)
贯气法.....	(106)
调息.....	(106)
调息的方法.....	(108)
自然呼吸.....	(108)
胸式呼吸.....	(108)
腹式呼吸.....	(109)
深呼吸.....	(109)
停闭呼吸法.....	(109)
次差呼吸.....	(109)
口鼻呼吸.....	(110)
出声呼吸.....	(110)
意达呼吸.....	(111)
意气呼吸.....	(111)
意气力呼吸.....	(111)
动作呼吸.....	(111)
模式呼吸.....	(111)
胎息法.....	(111)
冬眠式呼吸.....	(111)
调形.....	(112)
调形的姿势.....	(113)
坐式.....	(113)
卧式.....	(114)
站式.....	(115)
走式.....	(116)
(十二) 练气功的四个过程.....	(116)
(十三) 练气功的五个环节.....	(119)
(十四) 气功的三个层次.....	(119)

初级气功·····	(119)
中级气功·····	(121)
高级气功·····	(121)
(十五) 练气功的两个正确对待·····	(121)
正确对待气功的反应·····	(121)
正确对待师傅·····	(124)
(十六) 用“功”的一个原则·····	(126)
(十七) 练功形式、要领及注意事项·····	(127)
(十八) 内功的训练方法·····	(130)
(十九) 二十四个人练功过程的心理作用的训练·····	(137)
(二十) 辟谷的方法·····	(144)
(二十一) 收功的方法·····	(145)
(二十二) 简要的强迫收功方法·····	(148)
(二十三) 开智功·····	(149)
(二十四) 九守功法·····	(150)
(二十五) 调心的九转玄功·····	(154)
(二十六) 严新谈大、小周天·····	(155)
(二十七) 佛家功的“五眼通”功能·····	(157)
肉眼通·····	(157)
天眼通·····	(157)
慧眼通·····	(158)
法眼通·····	(159)
佛眼通·····	(160)
(二十八) 释家禅宗功法——四禅八定·····	(161)
小乘阶段·····	(161)
中乘阶段·····	(162)
(二十九) 几种简要的调节病变的意念方法·····	(169)

肿瘤	(169)
心脏病	(169)
关节炎	(169)
神经系统病变	(170)
结石病变	(170)
恶性病变和稀有病症	(171)
呼吸系统病变	(171)
消化系统、泌尿系统、免疫系统病变	(172)
生理功能失常	(172)
眼睛的病变	(173)
其它病变	(174)
(三十) 道家功的六个基本过程	(175)
丹田火炽	(175)
两肾烫煎	(175)
眼吐金光	(175)
耳后生风	(175)
脑后鸣	(175)
身涌鼻嚏	(175)
(三十一) 练功立志法	(176)
定	(176)
入	(176)
返	(176)
照	(177)
生	(177)
(三十二) 气功诊病术	(179)
注意事项及要求	(179)
十一种方法	(179)
感应查病术	(179)

经络查病术	(179)
虚功透视术	(180)
自身显像	(181)
显像转移术	(182)
信息物感应	(182)
信息物显像	(183)
亲人显像	(183)
亲人思维传感	(183)
点穴查病	(184)
局部缩影查病	(184)
(三十三) 气功养生术	(185)
(三十四) 气功健身术	(187)
(三十五) 气功健美术	(188)
(三十六) 练气功总的要领	(190)
贵在精一	(190)
重在微妙	(190)
要在坚持	(191)
法无定法	(191)
万法归宗	(191)
重德、有德、守德	(192)
(三十七) 严新谈练功八十字要旨	(192)

第三部分 严新与气功科学研究

(一) 严新和气功科学研究	(211)
陆祖荫(中国科学院高能物理研究所)	
(二) 气功外气对于放射源 ⁶⁰ Co-241衰变计数率的影响	(215)
严新(重庆市中医研究所)	

陆祖荫、张天保、王海东、朱润生（中国科学院高能物理研究所）

（三）一种探测气场的方法……………(225)

——气功报告现场测量

严新（重庆市中医研究所）

王耀兰、陆祖荫（中国科学院高能物理研究所）

（四）气功外气对于激光偏振面的影响的观测……………(228)

严新（重庆市中医研究所）

陆祖荫（中国科学院高能物理研究所）

晏思贤、李升平（清华大学）

（五）气功外气2000公里超距对物质分子作用研究…(230)

1) 红外热象仪对实验样品温度响应的监测

孟桂荣、李升平、崔元浩、孙孟寅、朱群英（清华大学）

严新（重庆中医研究所）

2) 激光荧光与紫外对罗兰明染料的检测……………(231)

李升平、孟桂荣、崔元浩、孙孟寅、张复实、唐应武、

邱勇、李敬虹（清华大学）

严新（重庆中医研究所）

（六）气功外气作用下对具有生理效应溶液影响的

激光拉曼观测……………(234)

严新（重庆中医研究所）

李升平、郁鉴源、李百舸（清华大学）

陆祖荫（中国科学院高能物理研究所）

第四部分 学术界谈气功现象

关于气功的三种功能

——对中国古代思想家有关气功论述的分析……………(249)

	罗国杰(中国人民大学)	
论气功与中国哲学的关系	张立文 张文勇(中国人民大学)	(264)
科学救气功	陆祖荫(中国科学院高能物理研究所)	(282)
气功的心理学研究	王极盛(中国科学院心理研究所)	(288)
中华气功与中国思维特点	于民(北京大学哲学系)	(320)
严新气功与“辟谷”现象	钱俊生(中央党校)	(339)
气功热与气功学	黄新亚(陕西师范大学)	(345)

第一部分

严新谈气功现象

这部分内容是严新在北京稻香湖气功现象理论研讨会上的发言。严新在发言中综述了气功现象、气功作用，以及气功与各方面的联系，呼吁各界人士“在气功的探讨过程中将各门学科综合起来进行交叉探讨、交叉分析”，从而“形成由若干分支学科综合起来的气功大学科”。

严新在北京稻香湖气功现象理论研讨会上的发言

各位领导、各位老师：

今天，我参加这个研讨会，是再次向各方面，特别是向在座的各位老师请教的一个极好机会。所以，首先向各位表示敬意和谢意。

由于气功是既古老又新兴的一门学科，所以有些气功现象以及一些气功的内在道理，包括它的本质性问题，从目前来看，还不容易用现在公认的理论来阐明、或者用一些现代仪器来分析观察。因此，现在讲气功的有关问题，很难讲得比较贴切，也就是说，很难讲得符合气功本身的情况，并且可能在很大程度上有不成熟和误差的地方，甚至完全可能与气功本来的东西相悖谬。许多事物的表象和里象是有一些距离的，有时甚至是倒装的、相反的。气功就是如此。正如中医所说的热极生寒，寒极生热，明明是体温升高，可是病人表现出来的却是发冷，甚至还喊冷得很厉害。如果不深入地去分析这种发冷症状，不用体温表去测一测体温，那么仅仅根据病人表现出来的发冷现象或者病人的感觉来判断，就很容易把病人这种发冷的症状误解为受凉了。事实上，临床看病人发冷，常常就是发热的表现。可见，有些事情的表面现象和内在实质有不相符合的地方。这当中肯定有原因，然而现在好些情况还说不清原因。在说不清真正原因的条件下来探讨有关的内容就很不好讲。以前我在多处讲的和现在

要讲的有关问题，难免存在这种现象。也就是说，仅仅根据某些现象就提出一些可能性的内在道理，难免有不恰当之处；特别是在讲课过程中涉及到多门自然科学如物理学、化学、高能物理学、生物学等，更难免出现贻笑大方的情况。现在看来，迫切需要有人对气功这门学科进行深入细致的研究，探索它内在的科学道理，正确分析解释气功现象，这样才有利于在越来越多的人愿意学练气功的热潮中，不至于使人只用一些古代的名词术语、只用传统气功中朴素、原始的理论体系来阐述气功问题，也不至于使广大气功爱好者盲目地相信过去所说的带神秘色彩的、甚至一下子就被看成是迷信的一些术语。出于这个目的，我在讲课中引用一些科研资料 and 现代科学理论等来加以阐明。可是，由于本人学习不够，造诣很浅，在有些方面完全是个外行，外行人说内行话，难免出笑话。因此，恳请在座的专家、教授、研究员和其他老师们本着对气功事业的支持，本着对广大气功爱好者和病人的爱护，本着对科学负责的精神，对本人讲的不成熟、有漏洞或错误的地方，给予批评指正。

这次研讨会主要讨论有关气功的现象问题。所以，我先讲一下个人的一些想法。根据我个人琢磨体会和观摩一些气功界的前辈同道，自己在结合中西医及非药物治疗法，去治疗一些常见病、多发病和当今所说的三大绝症(癌症、冠心病、外伤性截瘫)以及急症等方面，试验性地运用了一些有关中医传统内容中所涉及的吐纳导引、补气等内功手段，这些内功手段现在统称为气功的有关方法。在试验气功方法用于部分病症、病源的过程中，我发现一些不可思议、难以解释的现象。也就是说，在治病方面气功存在一些异常现象。这些现象我想从以下若干方面来说明：

第一点：气功诊病不同于常规医疗手段，它存在不易理解、不易阐释的异常现象。

我在广州曾经讲过十多种气功诊病的方法和训练方法。那是针对练功的人说的，以使练功的人通过训练获得一些气功诊病的技能。后来整理成书面资料，共有11种方法。这里不详细说，只说个别现象。

气功诊病，是通过感应诊病的。每一个人可能都有生物电磁场，或者如现在所说的叫光辐射，或叫辉光，国外有人叫“奥拉”，在气功上则称为“气”。这是说每个人体内都有气，体表也有气，而体内之气又分为物质的和功能的。物质之气和功能之气综合起来又统称为真气或者元气。这种真气或元气，通过有功的人在用功状态下有可能从病人体内将它推动，或将它激发，或将它诱发，或补气，或提气，或散气。这个意思是说，医生在发功状态下使自己的气感加强并发出部分外气，作用到病人身上，与病人的气相互发生共振，不发生共振也没关系，尔后再吸收回来。在这个过程中，医生就可能感应到、体察到病人的一些异常现象，这就叫做感应查病。比如，如果病人头疼，那么我在用功的时候，也会有类似的头疼感应，即病人有什么反应，我就有什么反应。因此，不需要病人说出症状，甚至有时病人还没有出现的症状，也能提前在我身上反应出来。

我遇到过《重庆工人日报》的一位编辑，他请我给他查病，查到其它的病症他都承认，可当我说到他头部后脑小脑部位有病变时，他立即否认，并说从来没出现过不舒服的症状。我告诉他，一个月后他的头部病变症状就会出现，疼痛起来用一般的止痛药是止不住的；如果止不住，再来找我治疗。后来他到北京开会，一天突然感到头疼，他以为得了感冒，