

砭石

李相凉 编著

保健与治疗



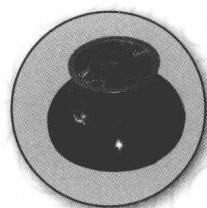
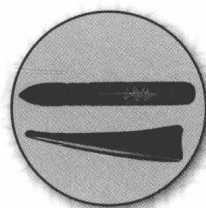
本草纲目
卷之四

保健与治疗

人民卫生出版社

结石保健与治疗

李相谅 编著



 人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

砭石保健与治疗/李相谅编著. —北京:
人民卫生出版社, 2009. 10
ISBN 978-7-117-11667-1

I. 砭… II. 李… III. 石一中医疗法 IV. R244.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第148927号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.hrhexam.com

执业护士、执业医师、
卫生资格考试培训

砭石保健与治疗

编 著: 李相谅

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 10.75

字 数: 268 千字

版 次: 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11667-1/R·11668

定 价: 56.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

作者简介

李相谅医师，湖南中医药大学博士毕业，研究古法针灸、董氏奇穴、耳针新穴30多年，美国全美(NCCA)针灸医师。任中华耳针新穴电疗学会研究所所长、中华砭石研究协会创始会长、行愿堂古法针灸研究中心负责人。曾应聘台北医学大学、国立台湾大学、国立政治大学针灸指导老师、创见堂中医课程讲师、香港中医骨伤学会中医专业课程讲师。李医师是台湾古法针灸第三代传人，华佗门派第二十代传人。

李医师长期致力于古法针灸的教学与传承，以浅显易懂、着重实用的教学特色深受学生好评。仁心仁术、宅心淳谨的特质更是深受患者们的喜爱。近年来李医师积极投入古代医疗砭石的研究与新砭石疗法的开发，不仅揭开了砭石的神秘面纱，其独特的见解与巧思将新砭石疗法的功效发挥到极致，研究成果被台湾各大媒体报道，2007年由台湾合记图书出版社出版了《砭石治疗学之一拨脉法》专著。

作者/李相谅e-mail: lee3421tw@yahoo.tw

中华砭石研究协会网址: www.bianstone.com

相諒學弟留念

無欲理自直
有志事竟成

許之夫





作者李相谅与台湾中国中医药大学创始人陈立夫先生合影（摄于1985年）

马继兴 先生

序

李相谅医师是台湾省中华砭石协会的会长，从事于砭石的医疗科研多年，由他编写的《砭石保健与治疗》一书曾在台湾出版，受到当地医生的欢迎。最近他又将该书作了进一步加工，准备在人民卫生出版社出版。

砭石疗法是渊源自中国的最古老医疗手段，迄今仍然具有强大生命力。衷心希望李医师的此书同样能充分发挥其良好的医疗保健目的，为群众谋福利。

中国中医科学院医史文献研究所

马继兴

2009-08-08于北京

始有砭术，方有针刺。君子求本，返本创新。李相谅博士，虽为我之学生，实也为我之师。因我虽研针刺数十年，但从未深探此本。

砭既是针刺鼻祖，更是独立医术。砭之断代，乃佳石难求。为此，李博士十多年钻研古籍，探究医本；往泗滨，寻奇石；据法理，精雕制；守其本，创其新。呈现系列砭具和著作，实为医界难得奇才。

《砭石保健与治疗》为李博士又一精华之作，书、具结合，方便实用，既值医者借读，又可为患者自用。在此，乐意为序。

刘伍立 医学博士

原湖南中医药大学针灸推拿学院院长
现湖南中医药大学教授、博士生导师
香港东华三院—香港大学中医药临床教
研中心顾问中医师、中心主任

使命与传承

接触砭石与研究砭石的特殊功效，缘起于如何解除病人畏针的困境，这个念头一直在脑海里挥之不去，之后常在梦中出现手握医疗工具为人治病的景象。正当我苦思不解梦中手握何物时，在因缘际会下得知梦中出现的工具可能是砭石，因此才开始着手进行砭石治病的研究。

在取得砭石后不久，有一天腰痛，请学生将泡了热水的砭石，放置在我的腰及背上，大约5分钟后，疼痛部位像气泡破了一样，瞬间疼痛不见了，趴在床上的我渐渐睡着，约15分钟后才醒来，整个过程30分钟，起身后全身舒畅，这是第一次让我感受砭石的奇妙疗效。

2000年第一次以热像仪侦测人体接触砭石的皮肤温度变化，发现2分钟后，人体的温度居然升高摄氏1.5度，令操作仪器的技术员当场惊愕，直问这到底是什么特殊的矿石？于是从苏格兰购进热像仪仪器，开始做砭石接触皮肤后的温度变化实验，之后又陆续测试砭石对十二经脉的实验，发现砭石具有吸收转换、发射渗透的功能。紧接着又着手进行砭石抑制癌细胞的实验，由学生曾松年在实验室做了十个多月的实验，也发现了正面肯定的效果。随着砭石的研究与实验资料越来越丰富，越让我窥见砭石的神奇功效，尤其当证明了《东山经》的记载：砭石的特别石材，不能用一般石材任意取代。这个前后让我花了5年多时间研究的砭石，可能是极佳的保健工具，相信它终能将我的困境去除。

西方医学好比是一位建筑工程师，他们从事人体整体的有形器官的医疗，虽然具有血液循环的架构知识，但只限于血管内的范围研究；中医学好比是一位土木工程师，除注意建筑物外，尚须研习道路系统，因为完成一栋建筑物前必须仰赖畅通的道路系统，将建材运至工地盖成大楼，再将所产生的垃圾运走。因此土木工程师除必须懂建筑工程外，还必须懂道路工程等运输系统。

西方医学欠缺的是血管外的经脉循行的知识，虽有外科手术的进步，往往看到术后之后遗症，例如发现乳癌即切除乳房，患者以为癌症已去除，殊不知六个月左右癌细胞转移现象逐渐显现，虽把积满垃圾的建筑物（乳房）拆除，气的道路并未真正疏通治疗，问题并未解决。

人体气的通道在哪里？中医学认为在经脉。解释经脉最贴切的说法，即是肌肉与肌肉、

骨与骨或筋与筋之间的隙缝，它是一条道路系统。既然是隙缝，用现代解剖方式自然看不到所谓的实物，因看不到而否定，是没有科学依据的。

古代经络循行虽有3D概念文字叙述，但只有2D的经脉图标，鉴于此我希望还原中医的高超见解，藉由核磁共振技术再加计算机3D绘图，希望能制造出3D道路系统。检查患者时再放大道路系统寻找阻塞物，即可找出器官或器质部位生病原因及治疗方法。万物靠炁存形，人靠一口气存活，气靠3D道路系统畅通。本书之一拨脉法以道路系统观念解释，虽未能作出3D效果，但皆以3D观念为指导。

人体3D道路系统犹如现实社会的地铁、平面道路与高架桥，如病理性产物沉积以沙粒或颗粒、条索状阻塞气的道路，地铁、平面道路或高架桥，即是砭石的治疗位置。运用砭石在阻塞的部位上进行拨动，可维持道路系统通畅，把气道打通，如此才能确实消除病变。即《内经》所言：善行水者不能往冰，指出人体道路结冰时，必须令其化解，才会有效果。

本书是寻求新的医疗工具，为解除畏针者困境而作。希望藉此唤起更多重视新医疗工具开发或新医疗方法的朋友一起投入。新砭石工具符合新世纪的预防医学概念，简单易行，经济实惠，如果能人手一只砭具自我保健，相信可以增进人们的健康，带来幸福快乐的生活。

我原是一位土木工程师，年轻时从父亲好友处学到传承扁鹊手法的古法针灸，后又因缘得到华佗门派第19代老师父传承针灸及天元宗师传承的天元九道脉，深深体会传承的重要性。所以陆续受聘在台湾大学、国立政治大学及台北医学大学等中医社团讲课十多年，愿在大学学子们中间播下中医的种子。

最后要感谢：学生叶秋香帮忙整理砭石一书；学生曾松年为砭石实验投注心力；学生林明正、方丽婉、戴秀芬，不厌其烦地校稿；中华砭石协会理事长赵台玲对新砭石工具研发提供宝贵的意见。

李相谅
2009年6月于台湾

卵石 保健与治疗

目 录

引言 “经络解剖”结合“砭石疗法”的新医学	1
-----------------------------	---

第一篇 “砭”的由来 5

第一章 先人智能	5
----------------	---

第二章 “砭”的传说	7
------------------	---

第一节 “砭”字考证	7
------------------	---

一、“砭”字的含义	7
-----------------	---

二、用石治病的医疗方式	8
-------------------	---

三、砭石的治疗名称	9
-----------------	---

第二节 砭石工具与医术的历史演进	9
------------------------	---

一、从古砭具探索砭术的渊源	10
---------------------	----

二、古砭具的种类和运用	10
-------------------	----

三、古砭术的治病原理	11
------------------	----

四、史料中的古砭术	12
-----------------	----

第二篇 砭石的奥秘 15

第三章 凝聚天地气的石中之神	15
----------------------	----

第一节 彗星撞地球的高质量产物	15
-----------------------	----

第二节 历经坠落冲击蕴藏稀有能量	16
------------------------	----

第三节 难以复制的珍贵之石	18
---------------------	----

第四章 砭石的能量	19
-----------------	----

第一节 砭石中凝聚大量元素	19
---------------------	----

第二节	砭石对人体的作用	21
第三节	癌症的克星	23
第四节	砭石的能量强度最适于人体	24
第五节	砭石的优势	25

第三篇 砭石的运用 27

第五章	砭石的功效	27
第一节	针刺手太阴肺经原穴的反应	27
第二节	砭石置于手太阴肺经原穴的反应	29
第三节	砭石与针刺的比较与运用	32
第六章	砭石可抑制肿瘤细胞生长	34

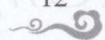
第四篇 砭石疗法 37

第七章	疏通气道	37
第一节	茂盛大树如同健康的人体	37
第二节	循经感传脉法	38
第三节	十二经筋	40
一、	手太阴经筋	41
二、	手阳明经筋	45
三、	足阳明经筋	50
四、	足太阴经筋	57
五、	手少阴经筋	60
六、	手太阳经筋	63
七、	足太阳经筋	67
八、	足少阴经筋	77
九、	手厥阴经筋	80
十、	手少阳经筋	84
十一、	足少阳经筋	88
十二、	足厥阴经筋	95
第八章	新型砭石工具的研发	97
第一节	新砭石工具的种类	97

一、熨圆	97
二、砭巢	98
三、砭锹	98
四、砭镰	98
五、砭斧	98
六、砭灸炉	99
第二节 新砭石工具的用途与适应范围	100
第三节 砭灸炉与基因疗法	102
第四节 砭灸炉治疗癫痫病临床案例	104
第五节 砭灸炉治疗小脑萎缩症	106
第六节 砭灸炉的美体作用	107
第七节 砭灸炉的时辰疗法	109
第九章 砭石的操作手法	111
第一节 基本手法	111
第二节 一拨脉法	112
一、一拨脉法在四肢与躯干上的拨筋手法	112
二、一拨脉法在不同体型上的拨筋手法	112
三、一拨脉法在季节上的拨筋手法	113
四、一拨脉法在四时上的拨筋手法	113
五、一拨脉法内外阴阳解说	113
第三节 砭熨法	115
第十章 砭石的病症治疗	119
第一节 头部疼痛	119
第二节 颜面神经疼痛	124
第三节 牙齿疼痛	125
第四节 颈部疼痛	127
第五节 肩部疼痛	128
第六节 腰背部疼痛	130
第七节 臀部疼痛	132
第八节 胸部疼痛	133
第九节 上臂疼痛	134
第十节 肘部疼痛	136
第十一节 下臂疼痛	139



第十二节	腕部疼痛	140
第十三节	手指部疼痛	142
第十四节	髋关节疼痛	145
第十五节	膝关节疼痛	147
第十六节	小腿部疼痛	148
第十七节	足踝关节疼痛	150
第十八节	砭石应用注意事项	152
参考文献		154



在以“实证医学”(evidence-base medicine)为主轴的今日,强调“有几分证据说几分话”相较于传统师徒制的经验医学,往往在拿不出实际数据时,难免会被误解为“不科学”。1991年11月美国《时代杂志(Times)》即以封面故事,探讨病人由西方主流医学出走,另寻其他疗法的现象,这些另类疗法包含:针灸、天然草药、整脊、按摩、催眠、气功、瑜伽、精油疗法等。

此外,世界卫生组织(WHO)也在2002年5月26日首度发表《2002~2005年传统医学及替代医药全球策略》,荐请180余个会员国致力协助发展各国传统医学。由此不难窥见,这些被称为“另类疗法”的传统医学,在全球日益兴盛与逐渐受到重视的程度。正当这股“另类疗法”的热潮在世界各地方兴未艾之时,传统中医的医疗体系也逐渐成为个中翘楚,而多元性的研究方向不仅肯定了传统中医学的疗效,也更丰富了中医文化的内涵。

重视中医学的传承与蜕变

中医学的“经脉学说”长久以来在学术研究领域里就占有一席之地,它受到重视的原因来自中医文化里屹立不倒的“经脉学说”基础理论,举凡针灸、汤药、导引按跷、放血、拔罐、刮痧等皆由经络的理论筑基,因此有:“医者不明经络,犹人夜行无烛”,“治病不明经络,开口动手便错”之说。

经脉学说起源于古代医家运用灸法或针法在治疗疾病中所发现的“循经感传”现象及其规律性的观察总结。近代许多科学家以不同角度的观察来诠释经络的理论,例如:生物电性(能量医学)、神经生理学、分子医学等等,然而当大家以现代的尖端科技尝试找出经络实体来回答“经络的本质是什么?”、“什么是经络现象?”的同时,难免自陷泥淖。台北荣总传统医学研究中心主任陈方佩说:“先辈先‘假设’了理论,以待后辈去证明;后辈却说,先辈已经‘设立’,而且行之已久,所以已经不证自明了。”“找来找去,以为‘总有一天’科技会发展到让我们证实‘气’的管道。”“今天中国医学探讨的症结就在‘历史’上,而不是贸然采用没有存在当时的现代技巧。”

“与其证明这些‘理论’的对错,不如证明它们是曾经存在的历史知识。”(中华针灸医学杂志. 2000, 11(22), 34)。学术研究的最终目的是想提高临床的疗效,然而,着重于实验形式与轻忽临床疗效的相乘性,只是显而易见的数据型态,对于临床而言助益不大。撇开对中、西生理学说互为羁绊的意识型态,多元化地去收集临床中的活资料,继往