

气功医学之经筋学说

吕嘉戈 著

中医古籍出版社

责任编辑：刘 婷

封面设计：于天水

图书在版编目 (CIP) 数据

气功医学之经筋学说/吕嘉戈著. - 北京: 中医古籍出版社, 1996

ISBN 7-80013-666-3

I. 气… II. 吕… III. 气功疗法—经筋—研究 IV. R247.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (96) 第 15059 号

中医古籍出版社出版 (北京东直门内北新仓 18 号 100700)

新华书店总店科技发行所发行

北京市兴凤印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开 4.375 印张 98 千字

1996 年 8 月第 1 版 1996 年 8 月第 1 次印刷

印数: 0001~6000

ISBN 7-80013-666-3/R·662

定价: 6.50 元

目 录

绪论	(1)
第一章 医家气功简介	(3)
第二章 气功医学与中医学	(7)
第一节 气功医学与中医学的区别	(7)
第二节 气功医学与针灸学的区别	(8)
第三节 气功医学与按摩点穴的区别	(9)
上篇 气功医学与经筋学说	(10)
第一章 经筋学说总论	(10)
第一节 经筋的概念	(10)
第二节 经筋与经脉的关系	(12)
第三节 十二经筋的循行路线	(13)
第四节 十二经筋循行的特点	(18)
第五节 经筋与五脏的关系	(19)
第六节 经筋的功能	(20)
第七节 经筋学说的形成及临床意义	(21)
第八节 经筋的特点	(30)
第九节 经筋与经脉的区别	(31)
第二章 经筋学说的临床实践	(33)
第一节 经筋病的发生	(34)
第二节 经筋病的形成	(35)
第三节 经筋病的症状	(37)
第四节 经筋病的发展	(39)

第五节 经筋病的治疗原理	(40)
第六节 经筋病的预防与保护	(43)
下篇 各论	(45)
第一章 中医学对经筋病的认识	(46)
第一节 中医学首先提出经筋系统	(46)
第二节 中医学对经筋与经筋病的认识	(47)
第三节 中医学对经筋病的治疗	(51)
第四节 中医按摩方法对经筋病具体病症的治疗 ...	(53)
第二章 西医学对经筋病的认识	(74)
第一节 西医学中的经筋内容	(74)
第二节 西医学对经筋病的认识	(75)
第三节 西医学对经筋病的治疗	(78)
第三章 气功医学对经筋病的治疗	(84)
第一节 对颈椎病的治疗	(84)
第二节 对腰腿痛症和脊柱侧弯的治疗	(87)
第三节 对漏肩风的治疗	(92)
第四节 总结及对“退行性变”说的质疑	(93)
注释	(96)
经筋与经络循行路线对照图	(98)
图 1a	(98)
图 1b	(99)
图 2a	(100)
图 2b	(101)
图 3a	(102)
图 3b	(103)
图 4a	(104)

图 4b	(105)
图 5a	(106)
图 5b	(107)
图 6a	(108)
图 6b	(109)
图 7a	(110)
图 7b	(111)
图 8a	(112)
图 8b	(113)
图 9a	(114)
图 9b	(115)
图 10a	(116)
图 10b	(117)
图 11a	(118)
图 11b	(119)
图 12a	(120)
图 12b	(121)
附录 医家气功对经筋病的认识与治疗	(122)

绪 论

中华医家气功是中华民族文化的优秀遗产之一，它是一门古老而年轻的中华传统医学。既因袭中医学基础理论的主要精华，又发现和创立了有别于中医诊病及治疗的独特方法，形成了一整套完整的气功医学理论体系。

经筋学说是气功医学理论体系内容之一。它丰富了中医古籍《黄帝内经·灵枢经》中提出的“经筋”系统。可以说，“经筋”系统在中医学中从未成为一个独立学说。医家气功通过对经筋病的治疗实践，创立了治疗该病的方法，并使之上升为理论，成为一个有别于人体其它系统学说的独立学说。

由于众所周知的种种原因，气功医学虽然源远流长，但一直处于自生自灭，濒于失传的境地。笔者在总结医家气功理论的同时，发现医家气功理论可以成为气功医学的重要组成部分，而绝不是那种认为气功治病仅仅是患者自我修练的“医学气功”的内涵〔1〕。何谓气功医学？回答是：气功医学是区别于中医学、西医学而独立运用气功点穴、布气方法进行诊病治病的医学。治病的手段以气功外气为主，同时有其独特理论。

气功医学可谓是一门新医学，其理论尚待逐步完善、总结。本书中的经筋学说，可以说是对气功医学总结的一个尝试，以此为开端，逐步把医家气功诊病、治病经验及认识，总结上升为气功医学理论。

经筋学说可以说是医家气功对中医学中“经筋”的更深

层认识，并且有对有关人体功能方面的新发现，已超出中医学对“经筋”的认识范围，这对于整个医学界可谓是一个新发现，也可以说是医家气功对人类的贡献。只有正确认识“经筋”，才能有效地去治疗经筋病——这个在人类中较常见、发病率较高的疑难病。

第一章 医家气功简介

医家气功是气功中专门从事医疗活动的一大家。现今中国气功，以不同派别划分为五大家，即：儒家、道家、释家（佛家）、武术家和医家。

由于近年来对气功宣传报导上的原因，人们对气功的理解往往只局限于腹卧钢叉、刀枪不入、头破砖石等或一些特异功能表演，以及气功“带功”报告治病、气功养生治病，却不大去区分气功中的派别。实际上，气功是有派别的，而这五大家各自是有区别的。

医家气功因为是专门从事医疗活动的气功一大家，故应该了解它与其它各家的区别。加上与气功有着渊源的特异功能的存在，也需要对它与特异功能的区别加以认识，这样才不致于简单地去理解和认识医家气功。

医家气功与其他几家气功以及与特异功能的区别简述如下：

一、与特异功能的区别

气功与特异功能既有联系也有区别。习练气功者，有极少数人可以开发出特异功能来，但并非人人皆可以开发出来。因此，特异功能的获得不是可以通过学习气功掌握的，而是人群中极少数人本身具有这种潜质，通过学练气功而被开发出来，现代科学至今还无法解释，但特异功能是客观存在的。由此，医家气功或气功与特异功能的区别在于：特异功能是学不会的，而医家气功或气功是可以通过学习掌握的，是可以完整的继承和不断发展的。将特异功能与气功混

为一谈是不明智的，这会误导人们去追求奇、绝的境况，容易将气功引向歧途。

二、与儒家气功的区别

现今儒家气功已不多见，大多数得以继承和发扬的儒家气功门类均来自道家气功。只是主张不同。儒家气功主张修身养性，养自身之浩然之气，目的是为了入世，即治世。要有坦荡的心怀。

三、与道家（教）气功的区别

道家（教）气功的目的是为了修炼成仙，是出世的，故要求习练者达到一种清静无为的精神境地，其中也包含了浓厚的养生健身内容。

四、与释家（佛教）气功的区别

释家气功是僧侣们修炼成佛的方法。要求习练者在精神上达到与世无争，万般皆空的境地，讲究“禅”与“悟”。

五、与武术气功的区别

武术气功是为了习武的，中国武术与气功有着不解之缘。讲求“外练筋骨皮，内练一口气”，“内练一口气”即是武术气功简释。

由上可知，各家气功均有自己的主要目的，故在内涵上是有区别的。然而，各家气功都具备了强身健体的作用，这是各家气功的同一性，并且，在道、释、武术气功中也有些医治损伤的方法。现今流传下来的属于道家气功流派的有：“湖北武当李氏正骨传入李同生及其子女李强、李斌”[2]，“江西武当程氏伤科传入程定远，其传有‘武当正宗’的推拿手法，对骨折、新旧伤损、颈椎病……等疾病都能运

用”〔3〕；属于释家气功的流派则主要是“少林寺点穴疗法”〔4〕，它也是专门治疗骨伤科疾患的。这些可以说是与武术气功共存的财富。而现代骨伤科的一代宗师王子平先生，即出身于武术家之中。

上述几家气功中的治疗方法，是气功医学中的宝贵遗产，但由于它们多是局限于骨伤科方面的医疗活动，比较单一，只能说是气功医学中的一部分。而医家气功则是比较全面地能治疗各种疾病，它的功法即包含有养生健体的效果，也有一套完整的培养训练的方法，有完整的气功医学理论及对各种疾病的诊断与分门别类论证施治的手法。它治病手段主要是以点穴布气为主，以达到患者阻滞的经络重新通畅，从而提高肌体活力，消除病灶，恢复功能。

医家气功治病的宗旨是：“点穴布气，贵乎严谨，指不虚动，下必有由。”医家气功医师除要掌握自身的一整套理论之外，还要掌握中医基础理论及中国哲学方法论，即运用形象整体思维去认识疾病。医家气功理论与中医理论一样，其理论基础来自《易经》，故二者是并行不悖的，是互为补充又相互独立的。医家气功医师还必须有强健的体魄与深厚的功力，并要掌握以气诊病，点穴布气治病的手段。

就医家气功而言，它是古人总结了按摩、点穴及运用中医基础理论，使之与气功外气结合而创立的。它是以气功外气为主，以按摩、点穴为手段进行治疗疾病的方法，在其发展中逐步形成了有完整理论体系与独立治疗疾病方法的，不同于中医治疗方法的气功医学。因为中医治病是以药行气，针灸治病是以针刺刺激经络行气，而医家气功则是点穴布气，以气行气。它们之间是有区别的。

总之，祖国传统医学对人体生命的认识是以“气”为核心的，故各种治疗方法不外就是如何行气。只有了解了“气”在人体中的重要地位，才能彻底了解中医、气功等为什么要以行气方法达到治病目的。不同的行气方法，是它们之间的区别所在。

第二章 气功医学与中医学

由于气功医学理论与中医学基础理论并行不悖，在方法上又以点穴布气为主，故似乎又与中医按摩、点穴相似，又与针灸有着联系，但它与这三者是有区别的，不能混为一谈。

第一节 气功医学与中医学的区别

中医学治疗疾病主要是以中药为主，对症下药。除了其阴阳五行学说平衡原理外，还有“气滞血瘀”“气行血流”之说，中药的作用就是以药物归经原理使病变所属经络的滞气运行起来，达到“血流”。如何使滞气运行起来，是中医学的主要内容。先靠诊脉，获得患者信息，断定其病患属哪一经病，即哪一经的“气”滞了，然后根据中医学药物归经原理，对症下药，即用归此经的药物使其经之滞气运行起来，达到治病目的。

医家气功则是直接发放外气，以气行气。即通过点穴布气把外气布入患者体内使滞气运行起来。何处有气滞状态，何处就是患者之病灶部位。当然，这要靠医家气功医师布气诊断而获得，患者的滞气一旦运行起来，也就达到了治病目的。

由此可以看出，中医是以药行气，医家气功是以气行气达到治病目的。二者同样都是以行气为目的进行治病的，但行气的手段是不同的。不懂得二者的区别，就很难理解医家气功是如何治疗疑难杂症疾患的。其实，这是因为它比用药物能更直接更简便地达到使滞气运行起来的目的。比如中风

病人，有时因患者患病时间过长，病症严重，服药后药力无法通过患者自身功能输布到病灶及所属经脉，可是运用医家气功点穴布气，就可直接将气布入患者病灶及所属经脉，达到治病目的。因为外气可从人体任何穴位通过点穴布入人体，这是药物所不及的。

第二节 气功医学与针灸学的区别

从中医发展史看，十二经脉应是气功最先发现的。《黄帝内经》对此做了总结，并可看出，《内经》对当时流行的导引术是与医学共述的，即在《内经》时代气功（即导引术）与中医是不分的。《内经》运用经络学说，着重论述了针灸学，故各经脉中的穴位全为针灸学所用。然而，医家气功也同样运用穴位治疗疾病，但与针灸学取穴的要求是有区别的。简而要之，针灸学对选取穴位的要求是严格的，它是靠银针刺在经脉的穴位上达到行气目的而治疗疾病的，是被动的。如果银针未刺准穴位，可以说就达不到治病目的，因此，针灸医师除了运用切脉诊断疾病外，还要把握穴位的准确性。

医家气功虽以点穴治病为主，但外气在医家气功医师手里是主动的，并且，气在人体内部的通道就是经络，只要外气通过点穴布入人体，就自然会按经络循行线运行，因此，对穴位的准确性不像针灸学那样要求严格，只要掌握大致经脉及穴位就可以了，当然，这些并不是说医家气功就不讲求经脉穴位，可以随意点穴了，只是说明它不像针灸学要求的那样细致、严格。

针灸疗法是被动的疗法。因为其本身没有“气”，是靠

用针刺激人体经脉穴位，调动患者自身之气使滞气运行起来的，因此，强调诊断的正确与穴位的准确是针灸医师必须具备的条件。医家气功由于医师本身带有“外气”，并可通过布气诊断疾病以点穴布气手段把“外气”输给患者，即用医师自身之“气”去消除患者之滞气，因此是主动的。一个被动，一个主动；一个无“气”，一个有“气”，因而在治疗上采取的方法必然不尽相同，这是二者区别的要害。

第三节 气功医学与按摩点穴的区别

中医学中有按摩点穴方法，甚至还有“脏腑经络按摩”的专门理论与医师，这些是中医学中不可缺少的内容之一。这种按摩点穴方法却与医家气功的点穴布气方法不同。从医家气功点穴方法看，似与中医按摩点穴同源，但已在质上发生了变化，有着明显的区别。中医按摩点穴医师本身不能发放外气，它是通过在经脉上找按摩点穴穴位，以外力刺激经脉穴位达到行气目的，与针灸一样，是被动行气的。医家气功则是主动的点穴布气以气行气。二者主要区别是被动与主动，一个属于中医学中的辅助疗法，一个则属气功医学范畴。这是因为，从治疗疾病范围上讲，中医按摩点穴有一定的局限性，对大多数疾病它是无法医治的，只能附属中医学中，作为一主要的辅助疗法。而医家气功则是代表着一门古老而又年轻的医学——气功医学体系，其治疗疾病范围与中医学类同，它是气功医学中的主体，可以代表气功医学。

上篇 气功医学与经筋学说

第一章 经筋学说总论

经筋在中医理论体系中未形成完整的学说，但它与经络学说有着不可分割的关系。中医理论首先提出经筋概念，并使之系统化。在《灵枢经》“经筋”篇中，对十二经筋的循行路线、病状、病因、治法已有了论述。但是，其对经筋病的病因的认识及治法却不够全面，故使其未能成为一门独立学说。

经筋学说是一门新的，刚刚形成的学术理论，这是医家气功通过自身理论及临床经验，结合对人体经筋的独到认识和中医理论而创立的。经筋在中医理论中不占主要地位，并且它对经筋病变的特殊性尚未有认识。现今，中、西医对经筋病的认识与治疗也一直不尽人意，从而使之成为一种常见而难以治愈的顽病，以至于经筋病患者得不到最好的治疗。因此，真正认识经筋病的主要发病原因及其特殊的病变过程，是经筋学说的主要内容。

第一节 经筋的概念

一、经筋

经筋是中医学中的专有名词。它是指人体骨骼之间相联系的束状、带状的韧性极大的组织，现代医学称之为韧带、筋膜等。经有“径”的涵义，“径”，意为通道。“筋”，为韧

性极大的组织。经筋的现代意义的解释应为：人体内具有一定走向及循行路线韧性极大的连系周身骨骼的组织。经筋与经络有相似的地方：它也分为十二条，它的循行路线以及命名均与十二经脉有相似之处。首先，二者循行路线几乎相同，但经筋的范围略大一些；其次，在命名上均沿用十二经脉的名称。经筋与经脉的关系，还表现在经筋要靠脏腑经脉气血的濡养，才能得以维持它的功能活动。经筋与经脉一样，也是呈一个网络纵横人体全身。经筋是人体运动的动力来源，即人体的运动全仰赖于筋，它既有保护人体的作用，又是力量的源泉，《素问》有“筋为刚，肉为墙”之说，就是此理。

二、经筋的历史沿革

《灵枢经》“经筋第十三”专门论述了经筋系统。中医学有关筋的论述，最早出现于马王堆出土医帛的《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》二文中。在《足臂十一脉灸经》中有：“臂泰（太）阴温（脉），循筋上兼（廉），以泰（湊）臑内……”，“臂少阴〔温（脉）〕，循筋下兼（廉）……”，在《阴阳十一脉灸经》中也同样出现筋的内容，从文字上看，这里的筋已是一个独立的概念了，说明在《内经》问世之前，古代医家已注意到了筋在人体中的作用。在《内经》中，对筋有了进一步的认识，此时的“筋”已具有独立性，由于它与经脉有着相似的循行路线，故以经脉名称缀之经筋以示区别。

历代医家似乎并不太重视这个中医学中的冷门，故很少有人专门研究经筋。所以，有关经筋的内容一直局限在《灵枢经》的论述上，基本上没有发展与创新。现代中医教科书

中，有的也只是对经筋提提而已，内容极为单薄；有些教科书竟连提也不提。

然而经筋病在现今不断地大量地发生，却没有一个根治的方法。这个令人头痛的病症，引起了医家气功继承者的深切关注。因此，总结了医家气功中对经筋病的认识与治疗的经验，以及大量临床统计，终于能够提出较为完整的经筋学说，以丰富、充实祖国传统医学宝库。

三、经筋系统

经筋系统包括筋和它连属部分筋膜。经筋部分，即有十二条之多，为主干；筋膜部分则是与经筋主干相联系的细小的、与经筋相连的相同的组织，它分布于周身。

十二条经筋是经筋系统的主体，与十二经脉有密切关系。经筋的分布主要在体表，附着在骨骼上，联系并包裹着周身每一个关节。比如脊柱，它不但有足太阳经筋在其背外侧，还有足少阴经筋在其内侧，并且各椎骨之间还有黄韧带、棘间韧带等属于筋的组织联系包裹着。但是经筋与经脉不同，它不入脏腑。

经筋靠经脉之气濡养，主要起着把人体四肢百骸连结起来及人体运动力量的功能作用。由于经筋的功能是连接骨骼及人体运动之动力，所以经筋病一般均是以人体活动受阻，骨骼变形为主要特征的。

第二节 经筋及经脉的关系

从经络学说的整体看，中医学把经筋隶属于经络学说之中。中医学认为，十二经筋是附属十二经脉的筋肉系统，是十二经之气结、聚、散、络于筋肉、关节的体系。而医家