

杨占元 编著

青岛海洋大学出版社

中國氣功臨床學

呂炳奎題



鲁新登字 15 号

中国气功临床学

杨占元 编著

*

青岛海洋大学出版社出版发行

青岛市鱼山路 5 号

邮政编码 266003

新华书店经销

青岛海洋大学出版社文字处理中心排版

青岛新华印刷厂印刷

*

1992 年 12 月第 1 版 1992 年 12 月第 1 次印刷

32 开本(850×1168 毫米)14.375 印张 360 千字

印数 1—11000

ISBN 7-81026-344-7/R·23

定价:8.90 元

發揚氣功

造福人類

呂炳奎



前 言

气功是以外气治病,以导引自教健身;以外丹法取外补内,达到修补形宅;以内丹法积能炼丹,以求丹成自转;以五运六气,气血流注,内丹运转相结合而完成延年益寿,安享天年。然天有千变万化,人有无穷之候,欲以一功应万病,必然见效甚微。由收效差而造成练功者信心不足,产生气功不能治病的不良影响。当今气功昌盛,新的功法层出不穷一片百花散香,五光十色的繁荣景象,然究其实质,传功法者多,布道者少,推崇一法应万病者多,辨证求因,理法分明者少。凡治病首求旺其神,通畅气血,序化升降,故凡使神旺气、血畅通的修持皆称神通。本书以脏象、经络学为框架,合病因、病理、治疗原则,辨证选功为一体以作临床规范。以中医阴阳五行升降学为说理工具,以调神、调息、调形三调为纲,以声色意气形五法合一为用,以补阳升陷,平镇降逆,和调五脏,疏通,退热,消导攻下,五行和合、滋阴、安定九种治疗大法,以统分百种功法,以应百病。目的明确,便于选功。本书除对各种不同疾病,以病因分类配置百种气功临床处方外,还专门为小儿保健、开发智能、与老人保健、延年益寿作了专题探讨,并附以行之有效的临床处方。

本书分七个部分:概论包括气功临床源流简介;临床规范,包括五脏病理与五十病处方,十二经病理与十二经病处方;临床辨证求因,以气机升降失调为辨证要点;临床操作具体指导,包括三调、五法、九剂。小儿保健与智力开发、老人康复与延年益寿,最后罗列神通类功法等各种功法百余种。并对古今所谓天机不可泄的关键问题列二十一说,给以说明。任何今人的成功,均需要站在前代巨人的肩膀上,作艰苦向上的努力攀登。本人撰写这本气功临床学,因前无蓝本可循,再加本人学识浅薄,前后共花六年时间,十分吃

力。这本书是中医临床与古老气功的有机结合体,是在历代名人大师设想与论述的基础上的进一步发展,也是我对人类健康事业的一种微薄的贡献。

此书的成稿,得到多方人士的支持与帮助,尤其是吕老的鼓励、支持给我以无穷的精神力量。与父亲杨庭才老先生从小培养分不开的,与已逝的胡耀贞、陈安帮二位大师的教诲分不开的。

在本书编写过程中受到各界人士大力支持,在此一并表示感谢。并希望中医界的前辈,气功界的同仁,对本书不妥之处,给予指正,以利在国内外广泛流传,为人类的智力开发,寿命延长做出贡献。

作者

1990年5月于青岛

序(一)

中国气功源远流长,是我国传统医学的瑰宝。由于她在强身治病、延年益寿、激发潜能、开发智力等各个领域中的实际效益,因而使越来越多的人从不信到信,并积极投身于锻炼之中。

然而,如何使中国气功现代化、科学化、理论化,去掉一切宗教迷信的色彩,服务于中国,造福于人类,正是当前我们面临的一个十分严峻的课题。

青岛气功临床科学研究所所长、副主任中医师杨占元同志,根据多年临床经验,先后创编了培育神童功、神通功、阴阳和合功、道复延年功,形成了一个完整的全息气功体系。并在临床实践中,将针灸、点穴、中药、气功有机地结合在一起,开创了一条治疗疑难慢性病的新途径。他将中医的气功升降学说、维象学说、中医诊断学说、维象学说、中医诊断学说、中医辨证学说、经络学说与全息理论运用于气功临床实践中,总结出一套完整的气功临床的规范化理论。

他十多年心血凝结而成的《中国气功临床学》、《中华神通系列功法》的问世,将对整个气功事业的发展起到良好的促进作用。

《中国气功临床学》吸取了祖国传统医学的精华,集中了古今中外气功有益的经验,将辨证与临床紧密地结合在一起。首次确立了“声色意气形”五者合一的气功处方原则,为中国与国际气功的发展开辟了一条新路子。继往开来,发扬光大,填补空白,造福子孙,为建立气功的象理论奠定了基础,使气功彻底地从玄学中脱颀出来,为广大气功爱好者与临床工作者提供了一部行之有效的参考书。

《神通系列功法》从胎教开始到儿童的智力开发,以及对百余种疑难病症的对症处理,到老年人恢复功能、祛病健身、延年益寿的自我锻炼作了全面详细的阐述,为弘扬国宝、树立国威,作出了重大贡献。

杨占元同志有志于振兴气功事业,他虚心好学,对中医与气功相结合用于临床的整理研究,颇有成效并写成了《中国气功临床学》,既系统地收集了古今中医与气功的文献中有关气功临床的论述,并使之规范化,对各种疑难病的临床治疗起到指导作用,突出了中医理论的特色,对继承和发扬祖国传统医学具有重大意义。

有鉴于此,故为之序。

胡熙明

1992年10月6日

序(二)

祖国医学,崇尚气化,为全神健体祛病之最。余数十年来为中医奔波呼叫,其志在发扬光大我中华国宝。然生老病死,乃万古不变之恒理,我已年逾古稀,切盼人才辈出,绍我国粹,故对杏林晚辈皆怀殷切之期望。

气功是中医的一个重要组成部分,历代著名医家在其专著中多有论述,然其文字苦涩、零散,无完整理论体系,故多不被医家所重视,以致造成当前气功收效奇特,而说理无力的理象。根据气功发展的需要,急需一部关于气功临床的理论专著,然中医界人士多专于中药、针灸等专业的研究,而对气功不甚了了,从事气功工作的又多缺乏中医基础理论的修养。

中华神通气功创始人、副主任中医师杨占元,出身于中医世家,又承著名气功大师胡耀贞先生之嫡传,集中医、气功于一身,融中药、针灸、点穴、外气于一炉,涉猎广博,刻苦勤奋,在疑难杂症综合治理上独树一帜,所创神通气功系列功法确系集中医与气功之大成,临床疗效,多收奇效,今其将数十年临床之经验撰写成书。该书以中医理论为指导,将病因、病理、辨证、诊断、外方融为一体,继往开来,改变了当前气功界以玄解玄的局面,一扫气功的宗教与迷信色彩。

《中国气功临床学》的问世,对气功更好地为人类的开智、健身、祛病、延年具有重要的指导意义,也必将对气功的健康发展起到积极的促进作用。

看后继有人,不胜欣慰。我殷切地期望气功界人士以此书为理论指导,使气功这一国宝为人类的健康事业作出应有的贡献。

卫生部中医局局长
中医药研究会会长 吕炳奎
中国气功协会名誉会长

一九九二年二月六日

目 录

第一章 概论	(1)
第一节 气功临床学的重要意义	(1)
第二节 气功临床学源流简介	(5)
第二章 气功临床病因病理学	(19)
第一节 五脏学总论	(19)
一、五脏疾病转变规律及调治简介	(19)
二、五脏病调治原则	(20)
三、五脏病的分类	(21)
第二节 五脏病分论	(23)
一、肺脏病	(23)
二、心脏病	(38)
三、脾脏病	(49)
四、肝脏病	(63)
五、肾脏病	(73)
第三节 经络学	(86)
一、概论	(86)
二、经络	(90)
三、十二正经自病引导法	(112)
第四节 痰火学	(120)
一、痰火发病原因	(121)
二、痰火病调治原则	(124)
第五节 气机升降学	(125)
一、升降不及	(126)

二、升降太过	(129)
三、升降反作	(132)
四、从升降失灵看病机转归	(139)
五、调理气机升降应注意事项	(149)
第三章 气功临床应用学	(155)
第一节 三调	(155)
一、调神	(155)
二、调息	(156)
三、调形	(161)
第二节 五法	(162)
一、意	(162)
二、形	(163)
三、气	(167)
四、声	(177)
五、色	(183)
六、五法临床扼要	(184)
第三节 九剂	(194)
一、九剂调治原则	(194)
二、九剂法及功法	(197)
三、治癌功法	(212)
第四节 气功临床诊断方法	(214)
一、“整体观”是气功临床诊断的思想指导	(214)
二、气功临床诊断中的问诊三要知	(218)
第五节 实用对症功法	(252)
第四章 “易”在气功临床中的应用	(272)
第一节 太极图说修道浅探	(272)
第二节 “易”在气功临床中的应用	(273)
一、太极的整体调论	(275)

二、阴阳论气血盛衰偏颇	(281)
三、阴阳学说的概念	(282)
四、阴阳学说的主要内容	(283)
五、用五行交叉互配调整生克制化	(286)
六、八封在气功临床中的应用	(292)
第五章 功法	(299)
一、神通说	(299)
二、神通功简介	(302)
三、中华神通功初级八式	(206)
四、提高功	(344)
五、四大不药病与中华神通功功理	(364)
第六章 培育神童临床气功学	(375)
一、胎教及婴儿早期教育是开发智力的关键	(375)
二、培育神童功	(383)
三、新生儿护理与保健	(394)
四、几种疑难病的预防与治疗	(408)
五、小儿特异功能的培训	(412)
第七章 气功在延年益寿抗衰老临床中的应用	(419)
一、守一法	(422)
二、内丹指要	(424)
三、神通内丹一贯大法	(440)
四、庭才先生修持歌	(441)
后记	(444)
参考书目	(446)

第一章 概论

第一节 气功临床学的重要意义

天有司天六气以上奉，地有在泉五运以下藏。人居中受天感而应地。天感者，人体真一之气于中升降出入受制于天之六气。应地者，五行有形之质相生相克，制而化生，生而不息，皆赖地之谷气以濡养，以完成生命的生长壮老全过程。然天有阴阳，地有阴阳，人亦有阴阳。其变化具其共性，也有其个性。这就是物象的因果。天地由万物组成，然其质皆是由大能气所产生衍化而来。人之始虽由一点父精母卵合而为命，然其五脏六腑，诸筋百骸的成长壮大，无非气与以滋养。

古往今来，上贤为万民去疾，呕心沥血总结研究真人，为人类探求延年益寿之道，冒险行功以自己生命为赌注，将自己血肉之躯作实验场，总结体察，确立了祛邪健体的方药与导引吐纳法。无名氏托黄帝名而书《内经》，为万世奠基，继则张仲景作伤寒论，称医圣，叶天士，吴鞠通作《温病论》，张元素作《脏腑标本寒热用药式》，李杲本《素问》土生万物之理著《脾胃论》，罗天益详细的论述了《三焦》证治。而薛己则合《补脾不如补肾》与《补肾不如补脾》中提出阴虚用地黄丸，阳虚用补中汤。赵养葵阐发《命门学说》用六味丸补肾水，以八味丸补命火。绮石提出“治虚有三本，肺脾肾是也。肺为五

脏之天，脾为百骸之母，肾为生命之根”的虚劳论治学说。王泰林著《肝病症治》，唐宗海作《血证论》。数千年来，数百辈人的心血和实践，积砂成塔，才有今天华夏子孙引以为自豪的中医学。然而中医学上涉天文，下括地理，中融人情，书海浩瀚，欲观窥全貌太不易，更难者以方对症，以症对人，差之毫末，失之千里，故古人云：读万卷书无不治之症，临百种病无可治之方。

古有小病不上脉，病色不合之说，故有病于疾者十之二三，病于医者十之七八之说。说明治病疗疾最易误诊。医者掌握人之性命，虽精通者，十治其五则谓高明，一有不慎，祸不旋踵。故古人云：无病不与药谋，五味过则害。我们的祖先为治未病，去潜疾而总结出，吐纳导引之术，这就是今人说的临床气功。

气功用于临床，源远流长，最早见于文字记载的应首推《内经》。《在素问导法方宜论》中，五种治疗大法中就包括《导引》一法。在《上古天真论》中有“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”“呼吸精气，独立守神，肌肉若一”等，关于气功运用的论述。而最早记载导引用于临床的应推《史记》扁鹊仓公列传。在春秋战国时期，诸子百家的著作中关于气功的论述是很多的。如道家的《老子》书中“虚其心，实其腹”，“绵绵若存，用之不勤”，“致虚极守静笃”等。而儒家《论语》、《孟子》、《尚书》、《大学》等重点著作无不渗透着养气修性等关于气功方面论述。最明显的有儒家十六字心传“人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允执厥中”和《大学》。“知之而后定，定而后能静，静而后能安，安而后能虚，虚而后能得”。显示了养身修性悟道的各个不同层次。而战国时代的文物《行气玉佩铭》上四十五个字则更明显的指出：人身气血流行，任督合节，天感地应，阴阳交配，合于天地大律则昌，违其律则凶的道理。展示了当时练气士的水平。而历代医学大家除处药针灸去疾外，对气功治病的具体运用也不乏其例，如华佗、仲景、葛洪、孙思邈，等都有精辟的专论。

但应该承认，气功在我国，更多的是被宗教所利用，其次是武

术健身，而系统的用于临床虽有《诸病源候论》、《肘后方》等书作了大篇幅的记载，然而与医理紧密结合，以处方的形式，出现的不多，最缺乏的是方义解释，故一直徘徊在神圣的殿堂门口，未能登堂入室。时到今天，林中鹏著《中华气功学》，林厚省作《气功学》，马济人作《中国气功学》，李志庸编《中国气功史》，孙真、韩秋生均写了《对症气功》，然而全面的将声色意气形融溶为一体，以调神、调气、调形、调声、调色合为一炉，以理、法、方、功合一，还前无古人。

《易经》、中医、气功是华夏三宝，如一巨大的蜡烛照亮了整个地球。但有人说这个蜡烛太大，容易在自身周围留下一个照不到的黑圈。究其原因，是对这支蜡烛了解研究的太少。我认为易经是这支烛的蜡油，中医理论是这支烛的蕊，气功理论是这支烛的焰，面祛病延年这支烛的光。假如有人想不知易理而求气功，或只知易理而不懂中医而求气功，或易理、中医均不通而求气功，或可见一瞬之光，但要得祛病延年之妙却是难而又难的。气功是科学中的科学，决不是用信与不信能解决的。

胡耀贞先生说：“一切气功锻炼，都是为祛病延年，而祛病延年又不是一个气功师练功的目的，气功师将健康自己的修炼，只作为总结出有利他人健康经验的手段，从而总结出整个人类祛病延年的方法才是目的。”

当前国内外正掀起一个，以自身锻炼而求祛病健身延年的热潮。其范围之广，参加人数之多，是古往今来任何一个时期都无法比拟的。由于政府的重视从中央到省、地、市、县各级政府都成立了气功组织，以领导群众性气功运动得到了正常发展。各种古老功法被挖掘公布于世，以造福于社会，新的功法也层出不穷。同时各类国际性气功组织也不断产生，无数的人参加教功治病之行列。气功热潮已深入社会各个阶层，遍及祖国乃至世界每一个角落。与此同时也出现了一些问题：一是各级气功组织多由一些德高望重，胸怀坦诚的离退干部组成，他们的出发点与愿望是好的，但他们多数不

懂中医、《易经》与气功理论，因而对气功的认识常有偏颇，常会被一些假象所蒙蔽，使健康的群众运动，走上偏激，造成夸大的宣传，甚至搞成了个人崇拜。由于各自炼的功法不同而取互相排斥的态度，造成了混乱与不团结。二是一些教功的人，为了搞个人崇拜，推广自己的功法，以谋求名利，将一些魔术把戏搬上了讲台，一旦被人们所认识与戳穿，就造成了较坏的影响。而一些本来不懂中医、易经、经络、与气化学说的人，为了做宗师就随心所欲的“自创”功法，造成了气功锻炼者的走偏与不适。三是一些江湖术士，应运而生，打着气功的幌子到处骗取钱财，由于他们一不懂医道，二不懂气功的具体功理功法，只搞一些骗人的玄术，造成草芥人命，延误病机，严重的损害了气功的形象，损害了广大群众的利益。

以上这些现象的产生原因，是由于我国到今为止还没有一部简单易懂、说理全面、专门以临床治病为目的，并附以理、法、方、功全面完整的气功书问世。为了适应当前国内外气功发展的需要，我从85年开始着手写这本气功临床学，从胎教、儿童智力开发、常人祛病健身到老人延年益寿，将人从生到长、壮、老的全过程修持集中于一作；将中医基础理论、《易经》初步知识、经络分野、气化学说合为一体；将病症与功法相配合；将古往今来说不清，秘不传的练功诀窍一一例说，作以解释；将气功中的咒、光、诀、功作了抽象定义；使孕妇知道修持而杜绝小儿先天性疾患；培育神童功法与小儿气功临床学的介绍，既给治疗小儿疑难病提供了行之有效的方法，又可预防小儿疾病，开发儿童智能，为人类增智准备了简单易行的工具。本书根据儿童要养神，中年要保精，老年要助阳的三个特点，分别作了详尽的论述。本书因无门派之见，故集古今各家之长，可作为气功爱好者的良师益友，亦可作为临床气功医生的教课参考书。本书的宗旨在于弘扬祖国医学遗产，正本清源，为气功这棵康寿之树梳头净面。使广大气功爱好者与工作者对气功有个正确的理解与认识。

第二节 气功临床学源流简介

中国气功源远流长,其特点,一是仿生,二是内省。气功之初是劳动与静息二种形式的需要,故《素问·移精变气论》记载:远古时期人居禽兽之间,动作以避寒,阴居以避暑。汉代封衡也曾说:“能从朝至暮常有所为,使足不息乃快,但觉极当息,息复为,乃与导引无异也。”随着岁月的流逝,人类的大脑与四肢逐渐完善,思维能力与模仿能力都在增强,开始在原来运动静息的基础上加上一些模仿动物的运动形式,将这些运动与静息相结合则成了原始的气功。

一、远古时期

我国气功最早是以舞的形式出现的。这种舞的基本作用是宣达腠理,通利关节。到了黄帝时代气功已成为一种完全独立的医疗保健手段了。黄帝手下的名将俞跗就相当于今天的气功师。当时的气功已达到较全面的高层次。据《庄子·在宥篇》记载,黄帝曾向广成子求教治身长存之道,其中广成子的一段话:“至道之精,窈窈冥冥,至道之极,昏昏默默。无视无听,抱神以静,形将自正。必静必清,无劳汝形,无摇汝精,乃可长生。”既说出了大道的深邃性,恍惚性,也说出了具体修持方法:收视返听,安静内守,安静于内,清静于外。广成子格,守一、处和、之道活 1200 余岁。从夏到商气功不断的实践,有彭祖者活 800 余岁。到春秋战国时代“道教之祖”老子活 200 余岁,庄子年仅 70 余,何也,上古之人不惑于心,自然了道,而庄子之道已趋强求,所倡坐忘一法,已非老子法自然可比。

到《内经》问世,确立了中医气功理论的原则。全书对导引方法论述有 14 次之多,对治病的范围已包括了内、外两科和急慢性两