

新气功防治癌症法

郭林讲授
侯广灵整理

人民体育出版社

新气功防治癌症法

郭 林 讲授 侯广灵 整理

人 民 体 育 出 版 社

新气功防治癌症法

郭林讲授 侯广灵整理

人民体育出版社出版

展望印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行
787×1092毫米 1/32 90千字 印张4 插页4

1980年12月第1版 1982年5月第2次印刷

印数：200,001—237,000册

统一书号：7015·1932 定价：0.38元

责任编辑：高云 封面设计：张鉴国

出版者的话

新气功疗法是郭林同志几十年来根据自幼学习的“五禽戏”结合练功实践，创立的一套新功法。实践证明它是一种行之有效的医疗手段，对多种慢性病如高血压、心脏病、胃下垂、肾萎缩、糖尿病、肝炎、妇科病、神经衰弱等都有较好的疗效。更为可喜的是，它对防治癌症也收到了明显的效果。

每个人从降生到人间，无不受到癌细胞的威胁，但是真正患癌症的必竟是少数，因为，肿瘤的生长一方面取决于癌细胞毒性的大小，另一方面还取决于身体抵抗能力的强弱。每个人身上都存在癌细胞，它不断地产生，又不断地被消灭。有的人之所以发病，就是因为他的免疫力降低。所以目前，许多癌症专家都把控制癌症的希望寄托在如何增强人体自身的抗癌能力上面。

而新气功疗法为我们提供了增强人体抗癌免疫能力的途径。通过郭林同志十年来教授新气功疗法的实践证明：气功确实能够增强体质，调节功能，增强免疫能力，是防治癌症的一个重要手段。

对于癌症患者，过去一般都采用手术、化疗及放疗中药等。但是手术中拿掉的癌肿瘤是看得见的，仍有小得看不见的癌细胞在威胁着人的生命；在化疗与放疗过程中，杀死癌细胞的同时，也使身体中的好细胞受到了损伤。

近年来，一些癌症患者，在接受中西医结合治疗的同时，由

气功家指导练气功，也就是说，在进行综合治疗的同时，加上气功手段，可以克服放疗、化疗中产生的副作用，使患者能够顺利完成治疗取得显著的疗效。

在用气功与癌症斗争方面，郭林本人就是一个生动的实例。她曾患癌症，并由于转移，曾动六次大小手术，生命垂危。为了与疾病和死亡作斗争，她在家传气功的基础上，进行研究改革，并结合西医生理解剖和中医原理，创造出的一套易于为广大群众掌握的新气功疗法，将自己做为第一个临床实验对象，取得了宝贵的经验。郭林同志今年七十二岁，仍精力充沛，步履稳健，头脑敏捷，至今仍每天可以工作十七、八个小时，三十多年来，很少生病。在她亲自辅导的癌症学习班中，每年有案可查的一百余人，坚持练功的，均收到了明显的效果。实践证明气功对癌症是有效的，可以起到防癌治癌的作用。气功是防治癌症不可忽视的方面军。

郭林同志新气功疗法在中央电视台所拍摄的《神功之谜》、《新气功五禽戏》中介绍后，受到社会普遍重视和欢迎，广大群众希望得到防癌治癌功法的呼声很高。这本书介绍了防治癌的初级功法，供广大群众学习、锻炼使用。

气功是祖国医学的宝贵遗产，应该加以研究，不断提高、不断发展。虽然到目前为止，世界上还不能完全攻克癌症，也还不能用现代科学的仪器完全清楚地阐明气功的机理，但是，实践是检验真理的唯一标准，实践已能证明气功对癌的防治作用。有志于增强体质大干四化的人们，先抛弃怀疑、惊奇，投身于气功受益者的行列中来吧！

目 录

第一章 新气功防治癌症概论	(1)
第二章 气功锻炼的一般原则	(10)
第三章 气功防治癌症的法则	(19)
第一节 气功防治癌症的理论基础.....	(19)
第二节 气功防治癌症的基本原则.....	(21)
第三节 气功防治癌症的疗程安排.....	(25)
第四节 气功防治癌症的功法特点.....	(29)
第五节 防治癌症应学练的功目.....	(31)
第四章 防治癌症的基本功	(35)
第一节 主要预备功目的练法.....	(35)
第二节 升降开合松静功.....	(44)
第三节 简式收功式的练法.....	(51)
第五章 防治癌症的主要功	(53)
第一节 中度风呼吸法自然行功.....	(54)
第二节 中度风呼吸法定步行功.....	(58)
第三节 中度风呼吸法一步行功.....	(65)
第四节 中度风呼吸法二步行功.....	(68)
第五节 中度风呼吸法三步行功.....	(69)
第六节 风呼吸法稍快行功.....	(72)
第七节 风呼吸法中快行功.....	(75)

第八节 风呼吸法特快行功.....	(76)
第六章 防治癌症的辅助功.....	(80)
第一节 气功松腰功.....	(80)
第二节 气功按摩穴位法.....	(83)
第七章 练功中出现偏差怎么办?.....	(102)
附：气功能增强肺癌病人的体质	
.....北京市肺部肿瘤研究所 蔡廉甫 付忠立 张秀茹	(106)
典型病例摘编.....	(109)

第一章 新气功防治癌症概论

目前,癌的治疗在医学界有许多方法,其中外科手术和离子射线疗法仍然是有效的,化学疗法也很盛行。但是,新气功疗法的出现,又为我们战胜各种致命疾病提供了一种新的医疗保健手段,从某种意义上讲,我们也可以把这种气功疗法叫做一种免疫疗法。新气功防治癌症法,是当前世界上运用气功治疗癌症的具有深远意义的实验。

一、新气功防治癌症的意义

据估计,在全世界目前癌的发病率可能是千分之一至三,每年死于肿瘤的约为五百万人。虽然癌的发病率这样高,并非无法节制,由于当代医学科学技术的日益发展,各种新的医疗手段的出现,已提高了治愈率,或延长寿命率。但是目前,仍主要依赖于外科手术和离子射线的治疗。当前有一门比较新兴的学科,就是人们已把免疫疗法作为一种可靠的方法加以研究,但还不清楚如何运用这一套疗法来治疗像癌症之类的疑难病。而我们的新气功疗法,已在战胜癌症和各种疑难病方面迈出了可喜的一步,已显示出了强大的生命力。预告了人类在短期内控制可怖的癌症的一线曙光,为了战胜各种癌症和疑难痼疾,提供了一个和疾病作斗争的有效手段。

二、新气功防治癌症的功法

我自幼学习祖传“气功”和华陀《五禽戏》并对我国各流派的气功导引法进行了研究，我根据自己几十年的练功实践，并在近十年的临床实践的基础上，把气功与现代医学如人体生理学、病理学和医学相结合，对旧气功法进行了必要的改革，创立了这一套新气功防治癌症法。

新气功防治癌症法，是一种动静相兼的新型的功法。动中寓静，静中寓动。这套新气功疗法包括五种导引法，即意念导引、势子导引、呼吸导引、吐音导引和综合导引法。在呼吸导引法中打破了旧气功功法中一律要求呼吸法要“细、缓、深、长”的清规戒律，而采用风呼吸法。而医治各种常见病的调息功法多是采用气呼吸法。这是治癌与治常见病在调息功法上不尽相同的一点。我还改革了过去千篇一律的“站、坐、卧、跪”等通常普遍采用的静止状态的练功套路，创立了一套动静相兼的具有不同式子、不同要求的步行式操练功（简称：行功）。采用行功治病，也是本疗法独具的一个特色。按照患者病史、病种、体质、生活条件与环境不同的特点，到目前为止，这种行功已经有二十六种因病制宜的、针对性、适应性比较强的练法。新气功疗法的锻炼功目的是很多的，除了练功者在初级、中级、高级二个不同的练功阶段有不同的功法外，还特设有辅助功法。譬如，华陀《五禽戏》和《脚棍练法》等，治疗五脏病和各种癌症各种吐音法，循经施治的重要穴位的气功按摩法以及通经接气导引法和飞经走气导引法等，所以新气功防治癌症功法是较为丰富的。以后这些功法都要分册介绍。

三、新气功能够战胜癌症吗？

这是许多人非常关心的问题。癌症被当今人们认为是一种无法彻底治愈，而且死亡率很高的病种。误认为是“不治之症”，而谈癌色变。如果某人得了癌症，通过一定的医疗途径果真治愈了，有的人就认为：“治好了的就不是癌，是癌症就治不好。”这并不完全是因为某些人的思想顽固，而是因为要战胜癌症，的确不易。

新气功疗法到底能否战胜癌症呢？回答当然是肯定的。气功不但对各种早、中期癌症，而且对一些尚有活动能力的晚期癌症患者，也有一定的治疗作用。十年的临床实践，证明了这一点。如解放军海军某部副部长高××同志患右肺门淋巴腺癌转移症（本书附有他的病例和自述）。1976年8月30日在医院开胸检查，发现肺淋巴纵膈转移，已是晚期，无法手术，死亡严重地威胁着他，有的医生认为他的生命只能维持“半年”。在这种情况下，他于1977年5月参加了气功治癌学习班，通过练功，获得了新的生命。1979年3月他已上班工作了。高××同志说：“当我去医院复查，第一年大夫见我活着，就说：“不简单！”第二年又见我去检查，便说：“真不简单！”第三年我再去检查，大夫惊异地说：“真是奇迹！”。现在他度过了四年大关，通过气功锻炼，他的存活期和寿命已大大超过了医生的“宣判”。至今他的健康情况很好，精力充沛地战斗在岗位上。又如，南京工学院教师岳荣富同志，男，42岁，患右肺中心型肺癌（即未分化细胞型腺癌），1978年6月5日在南京某总医院开胸检查，已是晚期不能作切除手术。从南京转到北京来治

疗，经北京两个医院的医生会诊，一致判定他：“三个月也活不了！”动员其回家。他打听到新气功疗法可以治癌，便于1978年8月26日开始行功锻炼。练功至今，已二年零三个月，存活期已大大延长，健康情况亦在迅速恢复中。据1979年6月20日解放军第八一医院X线检查诊断为：“原右肺门阴影，本次摄片与前片相比，病灶明显吸收，肺门影较前清晰”。再如，红斑狼疮患者的死亡率也是很高的。而通过练气功也获得了痊愈。北京玉器厂女工杨新菊同志，47岁，患红斑狼疮住院“三进三出”，身体越来越坏，她绝望地想抛弃一家老小，一死了之。后经人说服动员，于1972年3月开始用新气功疗法治疗。练功一个多月症状就见好转，关节疼痛减轻，到五月份全部停用激素，只配服中药治疗，以后连中药也不吃了。至今她坚持练功八年，健康情况一天比一天好，连感冒也不易得，干劲十足地战斗在生产岗位上。又如食道癌也是死亡率极高的，而北京第二外国语学院的孙幸同志，患的就是这种病。经过医院的两个月的放射治疗，边吃中药，边作气功将近一年，1980年9月24日，经医院复查上消化道双重造影，大夫确诊为：“食道钡剂通过顺利，边缘光扩张度好，病变区已恢复正常。胃和十二指肠正常。”

“练得好，死不了。”这就是许许多多进行气功锻炼的患者病愈后的一个经验总结。“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来。”这是古今人们练气功的经验之谈。

新气功疗法为什么能对世界上至今仍然被认为是难以治愈的病症起作用呢？很多人不理解。有的人看到病人在练功就认为：“摇摆着胳膊像扭秧歌似的，就会把癌症给扭没有了！”但凡是经过新气功疗法治疗的各种癌症患者，他们

都确信气功是能够战胜癌症的。

四、气功治癌的医疗效应与特异性

多年实践证明，运用新气功疗法防治癌症是一种行之有效的。实践证明：新气功疗法不但对高(低)血压病、心脏病、肾萎缩、糖尿病、青光眼、肝炎、胃下垂、半身不遂、气管炎及妇科疾病等都有很好的疗效外，而且在治疗癌症方面，也能使癌症病员转危为安，起死而回生，疗效的确是可喜的。坚持练功好的，成绩就突出，可以使癌瘤肿块迅速地变软变小，枯萎和消失。能大大延长病人的存活期和寿命。学习气功治癌的患者大体有如下三种情况：

- 1.采用中、西医的综合疗法，服用各种抗癌药物，经过一次或两次以上手术而癌症又转移扩散，已失去救治条件，被医生判断存活期不超过“三个月”或“半年左右”的晚期癌症患者。

- 2.手术后有转移扩散现象，或病灶未作任何手术（包括开胸检查的），继服中西药，配合西医的放疗和化疗，加练气功，采用综合治疗方法，待病情好转，有所控制不发展之后，抛掉其他疗法，专门进行气功锻炼。

- 3.发现癌病变以后，经过中西医的多方会诊，未采用其他疗法，专门采用气功锻炼为其唯一治疗方法。

上述三种情况，通过练功，均获得可喜疗效。有人提出：“气功能治癌吗？”事实是最好的答复。30年前我不幸患了子宫癌，先后动过六次手术，生命危在旦夕，为求生路，才对气功疗法进行了深入研究。我以亲身的体会证明，家传的硬气功是治不了癌症的，于是我就把自己当作第一个临

床对象，对旧气功进行必要的改革，变静功为动静相兼的以气功导引法为主的医疗手段，增强自己的抵抗力，调动内气与癌毒病邪作斗争，终于战胜了癌症，我今年72岁了，由于每天练功，身体仍然很健壮，精力也很充沛，有时讲课三、四个小时，我一点也不觉劳累。

1979年6月，为了向我国卫生部作汇报，曾对新气功疗法的治癌情况作过一个初步调查。在我亲自辅导的有122名学员的癌症班中，调查了20个病例。所调查的对象大多是医院大夫曾经预言存活期不会超过“三个月”或“半年”的。但是他们通过练功，这20个病人的存活期分别超过了1至5年以上，而且有的患者通过练功，病情好转很快。经过医院检查，8人已重返工作岗位，上了全日班，7人也能从事半日工作。其疗效最明显的是气功可以改善癌症患者在接受其他各种治疗过程中所出现的不良反应。患者在接受放疗或化疗的过程中，一般都发生食欲不振、恶心、呕吐、失眠、面色苍白、全身倦怠、精神萎靡、体重下降、红血球降低、血小板数目减少等不良现象和反应，这些症状往往成为不能战胜癌症的一个重要原因。但在配合新气功疗法的情况下，却能较快较明显的改变这些症状。如北京市肺部肿瘤研究所蔡廉甫、付忠立、张秀茹三同志写的实验报告：《气功能增强肺癌病人的体质》一文（详见本书附文），就是我们与该所合作，把新气功疗法用于治疗肺部肿瘤实验三个月后的真实记录。病员通过练功，毫无例外地可以增强体质。在练功过程中均能出现吃饭香、睡觉好、血象正常、脸色红润、四肢有力、体重增加、精神振奋等现象，从而使患者能够顺利完成化疗或放疗的治疗，进而为彻底根治癌瘤创造了有利条件。

五、气功防治癌症的前途光明

我们应用新气功防治癌症法，为医治各种癌症开辟了一条新的道路，这是当代医学领域中比较合乎理想的一种新疗法。也可以说，这是一种具有光明前途的行之有效的免疫疗法。这种“免疫”不用药物和“疫苗”，而是运用练功时体内所产生的“内气”来医疗自己的疑难痼疾和致命的癌症。这种疗法的主要优点有三：

第一，经济适用。练气功可以不花钱或者少花钱。国家或医院采用这种疗法，可以节省大批医疗经费，若是个人采用这种疗法，无论是男女老少，均可按图照法进行锻炼，自然能收到应有的效果。身在繁华闹市而医疗条件特别优越的人，可能体验不到此法的宝贵。而身居穷乡僻野，处于缺医少药困难境地的人，只要能有一本新气功防治癌法在手，脚踏实地进行锻炼，就能收到祛病延年的效果。

第二，祛病强身。本气功疗法动静相兼，功法简明，易学易练，无药害和痛苦。无论是集体或个人，只要能在工余闲暇时间，细心揣摩，精心习练，就能体验气功治病之妙，达到保健养生之目的。

第三，延年益寿。根据我们探索长寿之迷，撮生抗老的实践而论：若要祛病强身，气为命根，御神守真，长寿之本。

我国古书中的导引行气法，就是我们现代人所说的“气功”功法。古代不少著名科学家，医学家，气功家，在他们的著作中都有这方面的论述。如东汉著名医学家华佗，把导引式子编成“五禽戏”（即模仿虎、鹿、熊、猿、鹤）等五种飞

禽走兽的动作姿势和精神情态，来进行锻炼，并从理论上加以说明。他说：“人体欲得劳动，但不使极耳。动摇则谷气得消，血脉流通，病不得生，譬犹户枢不朽是也。”“为导引之事，熊颈鸱顾，引挽腰体，动诸关节，以求难老。”

（《三国志·华佗传》）我在新气功疗法中，吸取了不少华佗五禽戏的功法特点，丰富了新气功导引法的内容。我们研究新气功疗法的宗旨，也是一种完全以调动人体内部器官机能和自身的免疫自卫系统来根治各种疾病为其主要目的。所以新气功疗法是一种主要以调动内因为主的整体疗法。患者通过一定的功式功法的锻炼，以自身所产生的“内气”（即生物电能或称生命之光能）来代替药物功能。其要领是“以意引气”。即是通过“意念导引法”，在有意识的自我控制下发动人体的“内气”，来为所练的功服务。根据气功家所发放的“外气”（由人体内放射而出的“气”）的测定，我国有人研究成功一种能够代替气功医生为病人治病的“远红外信息治疗仪”。临床应用证明疗效不错。在国外，尤其在西方世界盛行一种美国首创的“生物回授疗法”。这种方法是，通过精密的仪器，把病人的一些重要“信息”，以悦耳的音响，或是清晰的图象，直接反映出来，再通过这些仪器的先进电子装置“反馈”给病人，帮助病人纠正偏差，用它诱导练功人“静”，也很受患者欢迎。

随着现代科学技术的发展，训练有素的气功家所具有的异乎常人的特异功能，部分的得到了科学实验的证实之后，气功更受到了越来越多的医学家、科学家和广大气功爱好者的重视。一些研究气功的专门机构纷纷建立起来，这使气功得到了迅速发展。我们的新气功疗法也正沿着与科研相结合的道路，蓬勃发展着。尤其在我国民间，这种新型的气功疗

法更是受到了广大人民和患者的欢迎。有人声称这种新气功防治癌症法是“病人的新福音！”当然对气功治病的机制和原理还需进一步探讨，对气功的研究还需要继续深入和提高。

人的生、长、壮、老、病、死都有其本身的客观规律。人之所以会病、老和死亡，多是自身脏腑气脉衰退造成的。“气”的本质是什么？气功的“气”到底是怎么回事？通过科学实验和测定，对它虽然有了不少了解，但它与人的生命活动的神秘关系，至今仍然有待探讨生命的科学工作者进一步研究。练气功可以获得一个与常人体质不同的具有特异功能的新体质。人们不但可以从硬气功家惊人的武术表演中受到启发；而且也可以从软气功（也可称为：“内功”）锻炼中，体察到种种不可思议的奇迹。

练气功到一定火候或是具有特殊感觉功能的人，不但能知道气功的“气”是怎么一回事，而且也能看到人体五脏六腑的气色和经络脉道。并能在不接触病人的情况下，正确无误地遥测到人体病灶的存在部位和客观状态；还能探索人体内部可能存在的机密要事和心灵世界里储存的玄奥信息。

气功治癌的机制和原理，以及它能够战胜癌症的奥秘，有待今后研究和揭示。本书所作的对气功防治癌症的一些探讨，可作为癌症患者和对气功防治癌症的探索者的运用和参考。

新气功防治癌症具有特异性，愿今后医学界、科学界、气功界，更好地紧密结合起来，共同研究、共同揭示奥秘。

气功防治癌症，具有光明、远大的前程。尤其对气功机理的科学研究，这无疑将会推动生命科学向未知的一些领域里进展，人类必将消灭癌症，莫谓言之不预也！

第二章 气功锻炼的一般原则

气功锻炼要遵循哪些原则呢？由于我国气功的流派众多，练功方法不能一概而论。本章主要讲新气功防治癌症锻炼时，必须遵守的一般原则。

一、树立“三心”，坚持练功：

人的一切行动都是靠思想，意识来支配的，气功锻炼也不例外，我经常要求学员在学习新气功疗法的过程中，必须牢固地树立起“三心”，即信心、决心和恒心。尤其已患癌症的学员，树立这“三心”是通过练功战胜癌症的必不可少的前提。

1. 树立信心：新气功疗法与其他疗法的最大不同点，就是在治病时，气功疗法是以通过自我主动的进行锻炼，消除疾病，恢复健康。因此，这种疗法也可以叫做主动的自我控制的整体疗法。而患者运用其他医疗方法进行治病时，则是被动的。患者被动地接受治疗，治疗中患者对治疗者抱有一定的信心当然也是很重要的，但是治疗效果如何在很大程度上是依赖于治疗者为患者治病的本领。这种治病方法也可以叫做被动疗法；而练功治病则是在教授功法、功目后，完全依靠患者的主观努力，通过自我练功调动自身的“内气”来调整阴阳、疏通经络脉道。因此患者的信心愈