

中国民间
医学丛书

中国 民间 推拿术



四川科学技术出版社

刘光瑞
刘少林

编著

中国民间医学丛书

中国民间推拿术

刘光瑞 刘少林 编著



一九九三年四月五日

R24-51
L1.4



ZL071334

R24-51
L1.4

361816

(川)新登字004号

责任编辑: 李迎军

封面设计: 李 勤

技术设计: 翁宜民

责任校对: 易 卫

内文插图: 张志刚

中国民间推拿术

(中国民间医学丛书)

刘光瑞 刘少林 编著

四川科学技术出版社出版

(成都盐道街三号)

新华书店重庆发行所经销

德阳新华印刷厂印刷

开本 787×1092毫米 1/32 印张 7.75 插页 4 字数 160千

1992年4月第一版 1992年4月第一次印刷 印数 1—3,400册

ISBN 7-5364-2042-0/R·299

(硬精装) 定价: 7.10元

重慶市一中區高研先訓

發展神農
學創利祖國
醫藥

一九五二年一月

張愛萍

中共中央顧問委員會常委、原國防部長 張愛萍題詞

振兴中医
顺方人氏
刘士林书

国家中医药管理局副局长 朱杰题词 央中共中

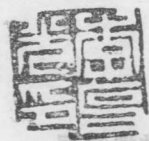
繼承中國醫字傳統
發揚民間藝術特色

祝賀 劉少林 劉光瑞

賢父子著中國民間
醫學叢書出版成功

一九九一年十一月

李克光



原四川省中医药研究院院长 李克光题词

集百家之集

创独列之木

为中国民间推拿术出版
志贺

康振黄
八二年

民盟中央副主席、四川省人大副主任康振黄教授题词

推拿妙術師者
可子外病除必
使精通生理孝
握生術否則不
奇效

寫給中國民間推拿學

乙丑秋 呂炳奎

民间医药
冯克熙题

原重庆市副市长、重庆市振兴中医领导小组组长冯克熙题词

○ 序

查 敬 目

日 〇 月 〇 年 1991

重庆刘少林先生是著名的民间医生，行医数十年。与其子刘光瑞先生在实践中积累了丰富的临床经验，收集了大量的流传于民间的单方草药，以及民间各种治病手法的一技之长。这些方药和技术，都是有价值的经验。只要掌握得当、对症下药、对症施术，即可获得奇效。有些小方也能治大病。过去，刘少林先生编著的《中国民间草药方》、《中国民间刺血术》、《中国民间推拿术》、《中国民间敷药疗法》、《中国民间小单方》、《中国民间儿疗图解》等书稿，经出版社出版后，得到读者好评。现在将这些医书重新整理、完善，作为《中国民间医学丛书》问世，定能获得读者的赞赏。

我国医药学的历史悠久，扎根在民间，因此，几千年来流传于民间，未被刊行传世。由于社会与历史的原因，不知有多少民间特效良方良药和独特的施术方法失传了，这是一

第一節，按受當平容內詳新。《朱李錄同力國中》為錄整
錄取與對，容內的林學一在李錄國終了當平而從，錄
。編育的受受出端，上郭與師學國李錄合為書科學。錄育下

○序

顧國治主編，冊主聯會口李錄國與平心為草
版圖 指表部 冊主編合員安業李李錄省川四

民01年0961

推拿又称按摩，它是我国古代医学的物理疗法之一。由于推拿疗法在不紊乱人体生理节奏下，能促进和恢复人体生理机能，起预防、治疗、康复作用，特别在治疗方面，不少被其他医术视为痼疾、顽症而回天乏力的疾病，推拿医术常以其滴水穿石，以柔克刚的手法而创造奇功，所以深受病家欢迎。

我国早在2000年前，名医扁鹊治愈赵太子暴疾尸厥之病，使用的便是推拿疗法。《汉书艺文志》载：“黄帝时岐伯著按摩十卷。”可见推拿在我国古代已成专业。唐代太医署置有按摩博士及按摩师，在天宝年间，并将该术传入日本。明代初太医署亦将推拿专业列置13科中，至明代中叶，不为封建主所重，该术遂逐渐式微，由于治病有效而广泛流传于民间。解放后，推拿医学才得到了新生。

民间医生刘少林父子，在振兴中医的号召下，做了大量艰苦细致的工作，收集了流传于民间的各种推拿方法，综合

前言

推拿技术历史悠久，源远流长，它既是享有盛誉的一种古老的中医医疗法，又是现代医学中一门年轻而有发展前途的医疗学科。推拿可以扶正祛邪，推疾疗伤；也可以延年益寿，美容健身。推拿颇受国内、外人民的欢迎，是简而易行治病强身的独特医术。

推拿主要是通过术者双手调理患者内脏、经络、经筋、骨骼、皮毛等的生理功能，来补虚泻实，平衡阴阳，从而达到治病防病的目的。

随着我国中医事业的发展，近几年陆续出版了一些推拿医学书籍，但大多各持己见，未采纳民间的各种推拿手法。为了继承和发展民间推拿术，我们搜集了我国民间现存的各种推拿手法和理论观点，本着取其精华，去其糟粕的原则进行整理，力图使这些推拿手法和理论科学化、系统化、典型化，使它们为保障人民健康发挥更大的作用。

本书分上下两篇。上篇介绍了13种推拿术。十四经推拿，全身正骨推拿，经外奇穴推拿，经筋弹拨推拿，窝穴奇

术推拿，民间急救推拿，民间小儿推拿，理血导气推拿，抓扯刮痧推拿，胸腹脏腑推拿，拍打锤叩推拿，外用药物推拿，民间气功推拿，子午流注推拿，保健强身推拿。下篇阐述了民间的五行辨证、以乱治顺、弹筋散寒、开窍通脏、以动传里、推痞捏积等理论。

本书承蒙原卫生部中医司司长吕炳奎老先生、民盟中央副主席、四川省人大副主任康振黄教授、原重庆市副市长冯克熙分别题词鼓励，中国传统医学手法研究会常务理事、四川省推拿专业委员会副主任、重庆市推拿研究会理事长骆竞洪作序，以及我国部分省、市、县、镇的民间医生的大力支持，在此，表示衷心感谢！

由于我们水平有限和经验不足，书中不妥之处，敬请读者批评指正。

重庆神农中医药研究所

重庆中医少林堂 刘光瑞 刘少林

1991年10月

于重庆大坪七牌坊40—4号

邮政编码：630042

28		章二第
20		章六第
20		章一第
80		章二第
011		章十第
011		章一第
118		章二第
787		章八第
787		章一第

上 篇

133		章六第
131		章一第
第一章 十四经推拿	3	
第一节 十四经.....	3	
第二节 十四经常用推拿手法.....	20	
第二章 全身正骨推拿	35	
第一节 常见正骨部位.....	35	
第二节 常用正骨推拿手法.....	39	
第三章 经外奇穴推拿	48	
第一节 常用经外奇穴部位.....	48	
第二节 常用经外奇穴推拿手法.....	56	
第四章 经筋弹拨推拿	60	
第一节 十二经筋.....	60	
第二节 常用经筋弹拨推拿手法.....	68	
第五章 窍穴奇术推拿	76	
第一节 九窍.....	76	

第二节 奇术.....	83
第六章 民间急救推拿.....	95
第一节 常用民间急救推拿穴位.....	95
第二节 常用民间急救推拿手法.....	96
第七章 民间小儿推拿.....	110
第一节 常用小儿推拿穴位.....	110
第二节 常用小儿推拿手法.....	115
第八章 抓扯刮痧推拿.....	127
第一节 常用抓扯刮痧部位.....	127
第二节 常用抓扯刮痧推拿手法.....	127
第九章 理血导气推拿.....	132
第一节 常用部位、穴位.....	132
第二节 常用推拿手法.....	134
第十章 胸腹脏腑推拿.....	139
第十一章 拍打锤叩推拿.....	146
第一节 常用拍打锤叩部位、穴位.....	146
第二节 常用拍打锤叩推拿手法.....	148
第十二章 外用药物推拿.....	151
第一节 常用部位.....	151
第二节 常用药物.....	152
第三节 常用推拿手法.....	155
第十三章 民间气功推拿.....	158
第一节 常用练功方法.....	158
第二节 民间气功推拿手法.....	161
第十四章 子午流注推拿.....	164
第一节 经脉与时辰.....	164