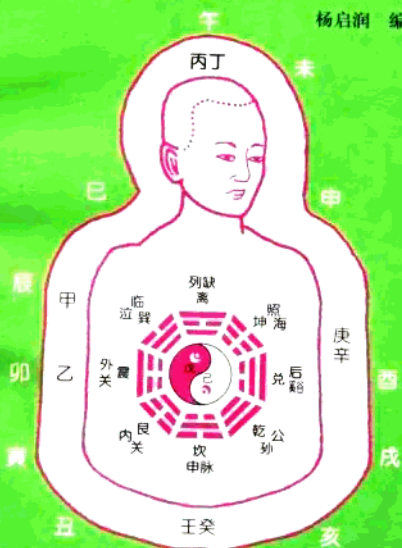


文王功中医学

< 基础与针灸 >

杨启润 编著



科学技术文献出版社

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

在文王功练功过程中,凡调神、运气、养性、存元、功法产生效应的生理过程,都与人体阴阳经络、五行、脏腑、精气神等密切相关。为提高强身健体、祛病疗疾的效果,在练功的同时采用了中华传统医疗手段。本书的基础学篇,扼要介绍文王功效应的生理基础、阴阳、五行在医学上的应用、经络、脉象、病机、治则;针灸学篇重点介绍经络、腧穴、针灸治疗。

图书在版编目(CIP)数据

文王功中医学:基础与针灸/杨启润编著. -北京:科学技术文献出版社, 1996. 10

ISBN 7-5023-2848-3

I. 文… I. 杨… II. 气功疗法 IV.R247.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (96) 第 15825 号

科学技术文献出版社出版

(北京复兴路 15 号 邮政编码 100038)

北京建华校印厂印刷 新华书店北京发行所发行

1996 年 10 月第 1 版 1996 年 10 月第 1 次印刷

787×1092 毫米 32 开本 11 印张 237 千字

印数: 1-6000 册

定价: 18.00 元

前 言

文王气功功法理论源于《清静经》。在师承祖传、弘扬证悟的基础上，逐渐形成具有较完整理论体系和独特功法的气功。经多年来传功实践证明，已取得了明显的社会效益，参与文王气功修炼者与日俱增。在广大参与者中，有求开发特异功能者，有求健身长寿者，亦有求祛病疗疾者。为适应各种不同目的、不同层次的要求，文王气功在修炼的同时，还采用了中华传统医疗手段，提高祛病强身的效果。如以气功结合针灸、按摩、推拿等非药物疗法，从而形成文王功医学。

据《清静经》所述，在练功过程中，凡调神、运气、养性、存元、功法产生效应的生理过程，与人体阴阳经络、五行脏腑、精气神等密切相关，因此文王气功在祛病治疗之中所采用的非药物疗法，其理论与传统中医学殊途同归。为适应本功法迅猛发展的客观形势，亟待培养一批气功医疗骨干力量。在中华传统康复医学培训学院专家的指导和支持下，特开办文王功中医针灸医疗班。本班采取边学理论边实践的教学方法，深入浅出，掌握技能，为社会输送具有高尚功德医德和技术精湛的气功医务人才，以服务于国内外的康复事业。应本班教学的需求，特编写《文王功中医学》一书，阐明医学基本理论与针灸原理及应用，便于讲授、阅读和掌握。

鄂州市中医院主任医师朱祥麟先生，对本书作了指点和修改，在此表示衷心的感谢。

为适应气功医疗教学的需要，本书在编写过程中参阅了有关著作，但限于编者学识水平，编写时间仓促，因此缺点和错误难免，希广大同仁不吝批评指正。

编者于 1996 年 6 月

目 录

第一篇 基础学篇

导 论

第一章 文王气功功法效应的生理基础概述·····	(1)
第一节 阴阳经络与练功运气·····	(1)
第二节 五行脏腑与养性存元·····	(2)
第三节 精气神与炼气调神·····	(4)
第二章 阴阳·····	(4)
第一节 阴阳的基本概念·····	(5)
第二节 阴阳在医学上的运用·····	(7)
第三章 五行·····	(10)
第一节 五行的基本概念·····	(10)
第二节 五行在医学上的运用·····	(13)

经 络

第四章 经络的概念·····	(16)
第五章 经脉·····	(18)
第一节 正经——十二经脉·····	(18)
第二节 奇经——奇经八脉·····	(32)
第六章 络脉·····	(39)
第一节 十五别络·····	(39)
第二节 浮络、孙络·····	(40)

脏 象

第七章 脏象的概念	(40)
第八章 五脏	(41)
第一节 心 (附: 心包络和膻中)	(42)
第二节 肝	(43)
第三节 脾	(44)
第四节 肺	(46)
第五节 肾 (附: 命门)	(48)
第九章 六腑	(50)
第一节 胆	(50)
第二节 胃	(51)
第三节 小肠	(51)
第四节 大肠	(52)
第五节 膀胱	(52)
第六节 三焦	(52)
第十章 奇恒之腑	(54)
第一节 脑、髓、骨	(54)
第二节 脉	(55)
第三节 女子胞	(55)
第十一章 内脏之间的联系	(56)
第一节 五脏之间的联系	(56)
第二节 六腑之间的联系	(57)
第三节 五脏与六腑的联系	(57)
第四节 五脏与五官诸窍的关系	(59)
第十二章 精、气、神	(61)
第一节 精	(61)

第二节	气	(64)
第三节	神	(66)

病 机

第十三章	发病机制	(68)
第十四章	病因	(69)
第一节	六淫	(69)
第二节	七情	(73)
第三节	饮食劳伤	(75)
第十五章	辨证	(76)
第一节	阴阳	(76)
第二节	表里	(77)
第三节	寒热	(77)
第四节	虚实	(78)

诊 法

第十六章	望诊	(79)
第一节	面色和部位	(79)
第二节	察目	(81)
第三节	血脉与形态	(82)
第四节	望舌	(83)
第十七章	闻诊	(84)
第十八章	问诊	(84)
第十九章	切诊	(85)
第一节	切脉	(85)
第二节	按诊	(89)

治 则

第二十章	治未病	(92)
------	-----------	------

第二十一章 标本	(93)
第一节 标本的意义	(93)
第二节 标本在治法中的运用	(94)
第二十二章 立法制方	(95)
第一节 补法与泻法	(95)
第二节 逆治法与从治法	(96)
第三节 因时因地因人施治	(98)
第四节 气味性能	(99)
第五节 制约适宜	(100)

第二篇 针灸学篇

上篇 经络输穴

经络输穴总论

第二十三章 经络	(102)
第二十四章 输穴	(102)
第一节 输穴的分类	(103)
第二节 特定穴	(105)
第三节 十四经输穴主治纲要	(107)
第四节 输穴的定位与取法	(117)

经络输穴各论

第二十五章 十二经脉	(122)
第一节 手太阴肺经	(122)
第二节 手阳明大肠经	(128)
第三节 足阳明胃经	(136)
第四节 足太阴脾经	(147)
第五节 手少阴心经	(154)

第六节	手太阳小肠经	(158)
第七节	足太阳膀胱经	(164)
第八节	足少阴肾经	(178)
第九节	手厥阴心包经	(185)
第十节	手少阳三焦经	(190)
第十一节	足少阳胆经	(197)
第十二节	足厥阴肝经	(206)
第二十六章	奇经八脉(任督)和奇穴	(212)
第一节	督脉	(212)
第二节	任脉	(219)
第三节	奇穴	(227)

下篇 针灸治疗

针灸治疗总论

第二十七章	刺法	(230)
第一节	针具	(230)
第二节	毫针刺法	(231)
第二十八章	灸法	(244)
第一节	灸用材料	(244)
第二节	常用灸法	(245)
第三节	其他灸法	(248)
第四节	注意事项	(249)
附:	拔罐法	(250)

针灸治疗各论

第二十九章	常见病的针灸治疗	(252)
一、感冒		(252)
二、头痛		(252)

三、牙痛·····	(253)
四、扁桃体炎、咽喉炎·····	(253)
五、胸痛·····	(254)
六、上腹痛·····	(254)
七、下腹痛·····	(255)
八、关节痛·····	(255)
九、咳嗽·····	(256)
十、支气管哮喘·····	(257)
十一、腹泻、腹胀·····	(257)
十二、便秘·····	(257)
十三、呕吐·····	(258)
十四、胃下垂·····	(258)
十五、呃逆·····	(258)
十六、胃肠功能紊乱·····	(259)
十七、腓肠肌痉挛·····	(259)
十八、头颈颤动·····	(259)
十九、下颌关节炎·····	(259)
二十、偏瘫·····	(259)
二十一、贫血·····	(260)
二十二、阳痿、遗精·····	(260)
二十三、遗尿·····	(260)
二十四、尿潴留·····	(261)
二十五、尿路感染·····	(261)
二十六、前列腺炎·····	(261)
二十七、阑尾炎·····	(261)
二十八、失眠·····	(262)

二十九、瘰病	(262)
三十、精神分裂症	(262)
三十一、癫痫	(263)
三十二、昏迷、休克	(263)
三十三、痉挛	(263)
三十四、面神经麻痹	(263)
三十五、面神经痉挛	(264)
三十六、近视	(264)
三十七、结膜炎、角膜炎	(265)
三十八、青光眼	(265)
三十九、眼底出血、玻璃体混浊	(266)
四十、早期白内障	(266)
四十一、视神经萎缩	(266)
四十二、迎风流泪	(266)
四十三、鼻炎	(266)
四十四、乳腺炎	(267)
四十五、扭伤	(267)
四十六、落枕	(268)
四十七、荨麻疹、湿疹、皮肤瘙痒症	(268)
四十八、百日咳	(269)
四十九、小儿麻痹	(269)
五十、小儿消化不良	(270)
五十一、月经不调	(270)
五十二、痛经	(270)
五十三、子宫脱垂	(271)
五十四、妊娠呕吐	(271)

五十五、甲状腺肿.....	(271)
五十六、疟疾.....	(272)
五十七、耳鸣、耳聋.....	(272)

附 录

杂病奇针歌.....	(273)
------------	-------

第一篇 基础学篇

导 论

文王气功是师承祖传，并在弘扬证悟的基础上形成的独特功法。其修炼从文王后天八卦入手，取坎填离，使机体返回先天八卦态势，水火既济，阴阳调和，故名文王气功。其功法理论源于《清静经》。《清静经》托名老子所述，经水精子注解，充分发挥经义，演为无极品、超生品等二十四节，成为文王气功理论之所本。据《清静经》所述，在练功过程中，凡调神、运气、养性、存元、功法产生效应的生理过程，与人体阴阳经络、五行脏腑、精气神等密切相关。因此文王气功学除在气功理论及其气功修炼有一套较完整而独特的体系和方法外，并在祛病治疗方面，结合运用针灸、按摩、推拿等方法，其理论与传统中医学说殊途同归。

第一章 文王气功功法效应的生理基础概述

第一节 阴阳经络与练功运气

《清静经》说：“大道无形，生育天地。”水精子认为：道即无极。并说：“真道者，非三千六百旁门，九十六种外道之

谓也。此为先天大道，生天生地，生人生物之道也。道也者，大矣哉！果何物也？曰无极而已矣。”据老子所论：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”亦即无极生太极，太极分而为阴阳，乃有天地、动静、男女以至发生万物。阴阳合于道，而为万物之所本。《清静经》又说：“夫道者，有清有浊，有动有静。”动者为阳，静者为阴。故文王气功包涵太极阴阳之道理，而有动功和静功两大部分。动功以健其阳，静功以养其阴。动静相合，阴阳调和，故合于道，而可祛病强身，进而开发潜能。水精子说：“男属太阳，而阳中有阴；女属太阴，而阴中有阳。”太阳即阳之最盛，太阴即阴之最盛。男虽属阳，女虽属阴，而阴阳之中可再分为太阳、阳明、少阳，太阴、少阴、厥阴。一方面三阴三阳分别与人体手足十二经相配合，故有手太阳小肠经、足太阳膀胱经、手阳明大肠经、足阳明胃经、手少阳三焦经、足少阳胆经；手太阴肺经、足太阴脾经、手少阴心经、足少阴肾经、手厥阴心包络经、足厥阴肝经。此十二经是针灸取穴治疗的理论基础。另一方面，太阳表示阳气最盛，阳明表示阳气大盛，少阳表示阳气初盛；太阴表示阴气最盛，厥阴表示阴气大盛，少阴表示阴气初盛。故三阴三阳可显示阴阳量的多少，其消长盛衰之义与十二辟卦相结合，与一日十二时辰阴阳气消长相结合，指导进阳火，退阴符的恰合时机，又是文王气功周天火候经气运行的生理基础。

第二节 五行脏腑与养性存元

水精子在论述《清静经》“流浪生死，永失真道”时，引洛书之图形，而说：“洛书中央土，去克北方水，则肾亏矣。北方水去克南方火，则心亏矣。南方火去克西方金，则肺亏

矣。西方金去克东方木，则肝亏矣。东方木去克中央土，则脾亏矣。五脏一亏，以至六腑百体俱皆衰亏，不死有何待哉！”可见他是把木火土金水五行与肝心脾肺肾五脏联系统一起来了，并认为五行脏腑相克，是导致亏衰死亡的原因。明显运用五行脏腑理论指导气功修炼。

脏腑是人体生命活动的核心。五脏六腑机能失调，则发生各种疾病，中医通过诊察脏腑而明确病症，又通过药物针灸等方法来调整脏腑气血，使之归于平衡，从而达到愈病健康的目的。

文王气功以《清静经图注》的理论为根据，将气功修炼建立在五行脏腑生理基础之上，提倡性命双修，特别强调养性存元。水精子有七情十损之说。七情：“喜怒哀惧爱恶欲是也。喜多伤心，怒多伤肝，哀多伤肺，欲多伤脾，爱多伤神，惧多伤胆，恶多伤情。”十损：“久行损筋，久立损骨，久坐损血，久睡损脉，久听损精，久看损神，久言损气，食饱损心，久思损脾，久淫损命。”说明情欲损伤五脏气血。水精子还明确将淫邪不正之念运用五行说归纳为五魔，并说：“后天之五魔，以消身中之五行也。第一贪淫以伤精，则水亏也；第二贪财以伤性，则木亏矣；第三贪贵以伤神，则火亏也；第四贪杀以伤情，则金亏也；第五贪胜以伤气，则土亏也。五行一亏，其身焉可立乎！”文王气功以清静为修炼宗旨，要求去除五魔贪欲等杂念，即为保养五行脏腑元气，扭转洛书逆克之势，返回河图先天相生之道，永葆青春活力。所以文王气功不虚妄，凡修德养性，为了保育脏腑气血阴阳，其理论基础与中医脏腑学说有不谋而合的特点，只是术语不同，表法有异。

第三节 精气神与炼气调神

精气神为人身三宝。水精子说：“神为清阳之体，而神之源头，由交感之浊精化为阳精，由阳精而生气，由气而生神也，故曰炼精化气，炼气化神。”精化气，气化神成为文王气功修炼的基本依据。水精子还说：“将自身中浊气拔尽，清气上浮，凝结成丹，长生不死。”主张炼养精气其功夫关键在化神。《清静经》说：“常能遣其欲，而心自静，澄其心而神自清……，欲既不生，即是真静……，如此清静，渐入真道，既入真道，名为得道。”由气功修炼而化神得道，类似今人所说的开发智力潜能。水精子还认为心神为一身的主宰。他说：人身“十二官之中，唯心一神，乃身中之王，对眼耳鼻舌为四相”，且“无论千神万神，皆听天君之命也。”又说：“元神藏心，识神藏目。”元神属先天，识神属后天。喜怒哀乐欲为五贼，乃识神所生，五贼反伤元神。练功之要领，在去除五贼，使元神得以静养，则三花聚顶，五气朝元，复归一本。于是“神旺则性灵，而神仙之道毕矣。”这种精化气，气生神；神驭气，气驭精的生理基础认识与中医精气神理论基本一致。只是中医旨在识病治病，而气功家则是祛病强身，进而开发特异功能。这是中华文化相近似而源于一本的特色。

第二章 阴 阳

古人对事物变化的认识，除了提出人与自然的关系外，认为最根本的问题，乃是任何事物都具有既对立而又统一的阴阳两方面。这两方面的内在联系、相互作用和不断运动，是

事物生长、变化和消亡的根源。这就是阴阳学说的基本内容。因此，阴阳学说是我国古代作为认识和掌握自然界事物发展规律的一种思想方法和说理工具。古代医家运用了这种思想方法，来分析和探求人体生理、病理变化的本质和规律，并进一步指导临床医疗实践。所以《素问·阴阳应象大论》说：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。治病必求于本。”

第一节 阴阳的基本概念

人类在生活实践中，对物质世界的认识，是从自然现象开始的。通过长期的观察，对日月星辰的运动，四时寒暑的变迁，事物生、长、壮、老、已的发展过程，逐渐有了认识，发现宇宙万事万物都在运动中。没有运动就没有一切，所以《素问·六微旨大论》说：“夫物之生从乎动，物之极由乎变，变化之相薄，成败之由也，……成败倚伏生乎动，动而不已则变作矣。”由物生到物极，由物极到另一个物生，在这种由化而变的过程中，一方面是旧的事物败，一方面是新的事物成，当事物成熟时，即已倚伏着消亡之因，当旧事物败坏时，便孕育了新生之机，这样不断地新陈代谢，就推动了事物向前发展。

古人对物质世界的认识，树立了运动变化的观点之后，就进一步探求事物变化的根源，发现自然界一切事物和现象，无不包含着相互对立的阴阳两方面，如上与下、左与右、动与静、出与入、升与降，乃至昼与夜、明与暗、寒与热、水与火等，都是相互对立的。所以阴阳是从无数事物中抽象出来的概念。