

张志高 编著



医学指南
成功推拿

黑龙江朝鲜民族出版社

(黑) 新登字第 3 号

责任编辑: 朴钟宪

责任校对: 邵银芳

封面设计: 王长江

气功推拿医学指南

张志高 编著

*

黑龙江朝鲜民族出版社出版发行

牡丹江日报社印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 • 15.125 印张 • 30 千字

1997 年 4 月第 1 版 1997 年 4 月第 1 次印刷

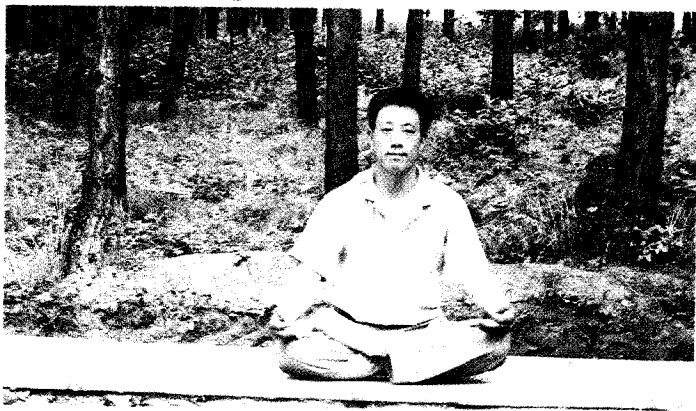
印数: 1—6000 册

ISBN7—5389—0665—7/R • 27

定价: 16.80 元



←王瑞亭老师指导弟子张志高练鸡步桩·



→张志高医师在修练坐功·



←张志高医师在苏州医学院为全国一指禅气功学员示范布气引动术·

← 张志高医师修炼罗汉
睡觉时放出的白色可视光·



→ 张志高医师为小儿脑
瘫患者行布气导引术·



← 张志高医师指导
患者练功·



Certificate Of Distinguished Paper On TCM

This is to certify that the paper

entitled Discussion on Development of Qigong and Tuna and Its Medical Significance

presented by Dr. Zhang Zhigao 张志刚 at the

1996 International Conference & Exposition of Significant

New Developments in Chinese Medicine

has been awarded the

Prize of Distinguished Paper on TCM



CHIEF ORGANIZER

HONORARY CHAIRMAN

AMERICAN INTERNATIONAL INSTITUTE OF CHINESE MEDICINE

《论气功推拿的发展源流与医疗价值》评为“96”美国国际中医药杰
出成果交流会杰出论文奖。

Certificate Of Distinguished Paper On T.C.M.

This is to certify that the paper

entitled *Contributions and Development of Acupuncture*
presented by *Dr. Zhao Shijie* at the

1996 International Conference & Exposition of Significant

New Developments in Chinese Medicine

has been awarded the

Prize of Distinguished Paper on TCM



CHIEF ORGANIZER

HONORARY CHAIRMAN

AMERICAN INTERNATIONAL INSTITUTE OF CHINESE MEDICINE

《螺旋功的运动特点及医疗作用》评为“96”美国国际中医药杰成果展示会杰出论文奖。

内 容 简 介

本书集气功、推拿、医疗、保健于一体，文字简炼，图文并茂，是气功爱好者学习医学、医务人员学习气功的良师益友。

全书共分八章，除重点介绍气功推拿治疗疾病的机理和80余种常用手法外，有选择地介绍了诊法、解剖、中医基础、功法修炼及自我疗法和单验方，详细地介绍了气功推拿对50余种常见病症的具体治疗方法。并筛选了数篇与本书有关的论文和病案，以供参考。

本书内容，易学易练，安全可靠，实用方便，既可供广大气功人员和医务人员在教学和临床中参考，亦可成为健康人们和慢性病患者保健强身，防病治病延年益寿的医学指南。

氣功推拿是一種無痛無害
無副作用的不藥療法，應
大力推廣造福人類。

張慶喜

一九九七年二月

飛功推拿功
到病除

丁丑年序
嘯園主人
國仲

序 一

气功推拿自古以来就是传统中医的重要组成部分。在古代称为导引、按蹠、修行、案抚等，其内容和现在的推拿点穴、外气按摩等是一脉相承的。这种不药疗法不但治疗范围广泛，而且疗效显著，无痛无害，无毒副作用，正是当前世界科学发达国家寻求的物理疗法之一。因此推广普及气功推拿疗法，可节约大量医药经费和减少药物毒性对人体的损害，为提高我国的医学优势，适应西方医学发展的需要，促进中西方科学文化的交流都有十分重要的意义。

美国某大学的教授在来华访问气功组织时，十分感慨地说：“西方医药越发展毒副作用越强，有些药治好了人体的一种病，却伤害了其它脏器，使患者得了另外的一种或几种更重的病。为此，我的一个学生认为自己选择当医生这一职业选错了，他自杀了。你们中国有气功这种无毒无痛疗法实在是人类很需要的。”这说明西方科学发达国家对中国气功疗法的重视态度。

近些年，国外很多国家把用药情况存入电脑，电钮一按便能显示：用某某抗生素的患者已有百分之几的人得了肾炎，用某某新药的患者有百分之几的人血小板减少或白细胞减少……。他们就把这些药淘汰了。而我们的有关人员还用大量的外汇买来给领导和高级知识分子当好药用，害了人还不知道，我们有不少人已经牺牲在先锋五号和庆大霉素等药物上。

例如，有人得了流感或肺炎，发烧，咳嗽，医生给用了大量先锋五号，本来此人肾比较弱，用药后伤害了肾而得了肾病、尿毒症而死亡了，但患者的家属却不知道患者是死于肺炎还是死于肾病或尿毒症。然而，如果采用气功推拿给患者清肺热、宣肺气、通经络、排病邪，使患者不用药就能治好病，从而避免意外的伤害和损失。这难道不值得我们去学习和应用吗？

气功、推拿、针灸、点穴、刮痧、中药等都是我国医学的特长，几千年来为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大的贡献，其理论体系中的唯物观、整体观、天人观、辩证观和阴阳五行学说思想无不闪耀着中华民族的聪明才智。其实用价值不论在预防医学方面，还是在临床医学和康复医学方面都蕴藏着巨大的潜能。江泽民总书记在1996年12月召开的全国卫生工作会议上提出要建设有中国特色的社会主义卫生事业。气功推拿正是传统医学中最有中国特色的疗法之一，加之这种疗法人人可练，人人可学，学好后人人可用，做一名给家人、亲属、同事、朋友解除病痛的保健医生，实在是一大乐事。要想当一名有医生职称的大夫那谈何容易？至少也得大专三年至五年，而学习气功推拿却是掌握了一本书的知识，基本上可以从通经络、按穴位等方法入手，去减轻患者的痛苦。

张志高大夫练气功多年，又多方拜师学习推拿，他将气功与推拿结合为一体，积累了多年实践经验，取得了较好的疗效。张大夫医德高尚，为了发展祖国传统医学，他毫不保守地将自己多年的宝贵经验著书立说，贡献给世人。在这几年举办气功推拿函授班和面授班上他教过的学生纷纷来信表示：“学习了张老师的气功推拿收获很大，教材深入浅出，内

容实在，没有水份，学了就能用，用了就有效。”由此可见，气功推拿疗法是值得推广、普及的，而张大夫花费几年心血撰写的这本《气功推拿医学指南》，将是推广、普及的最好教材。

我国有十二亿多人口，又是一个经济落后的农业大国。要在 2000 年实现世界卫生组织提出的人人享受医疗保健这一目标，一定要走发展气功的道路。一来个人练气功，坚持自我导引，这样可以减少许多疾病的发生，也可以自治一些疾病；二来培养一些气功推拿师，使一些疾病消灭在家庭和单位中，不用去医院，通过气功推拿就可以解决部分患者的病痛。因此，普及气功推拿不仅是可行的，而且也是十分重要的。我祝贺这本书的诞生，并予祝各位朋友能从这本书中学到实际本领，能为您的家人和朋友解除病痛尽一份力量。

愿气功推拿走进千家万户，服务亿万人民！

中国医学气功学会秘书长 杜洛伊

一九九七年元月于北京

序 二

气功学是中华民族文化发展的结晶。古代医学家在长期的临床实践中，大大的丰富了气功的内容，所以，气功学和中医学是互相渗透，密不可分的。历史证实，历代名中医都是名气功师，如古代的华佗，扁鹊、李时珍。现代峨嵋十二桩的周潜川，真气运行法的李少波、形神桩的庞鹤鸣、六字诀的马礼堂、动静功的胡耀珍等均为名老中医。然而，由于历史的种种原因，气功理论这一伟大宝库的大部分内容仍储藏在民间，亟待挖掘出来，加以整理提高。

张志高贤契，跟随我习武练功，治病教学整整六年(1986—1991)，鸡鸣起舞，苦练基本功——站桩。他具有酷爱气功的热情和献身气功事业的决心，他具有凌云壮志和坚韧不拔的毅力及正确的思维方法，他随时吸取别人的经验，博采众长，不断充实自己。在学习前人和他人经验的基础上，继承、开拓、发展一指禅。他有着崇高的职业道德和无私奉献的精神。宁夏日报曾报导了他的先进事迹，标题为“田头小华佗”之美称。现在他把自己多年积累的气功实践和临床经验，整理成册，著书立说，这是用心血和汗水换取的果实。张志高的创举，是我一指禅师门的骄傲和荣誉，是我师门广大弟子学习的楷模。致此，愿与广大气友脚踏实地尽一腔热情、洒一身热汗，使先人放心，后人倾心，让一指禅之花在百家

争鸣的气坛上独放异彩，常开不谢，更多更好地将这一源于人民的健身之道真谛送还人民。

王瑞亭

一九九二年八月

前 言

气功推拿是一门既古老而又新兴的学科。有简单实用,疗效显著,无毒无害,舒适安全,人人可学,人人可用等优点。随着社会的进步,物质生活的不断提高,相伴而来的环境污染,食物链的改变,各种口服或注射的化学药品、生物药品产生的毒副作用对人体的侵蚀,导致各种文明病、富贵病,疑难病应用而生,给人们的生活和健康笼罩了新的阴影。人们在物质生活富裕的情况下,更需要身心健康和延年益寿。因此,气功推拿疗法将会以它强大的生命力和优越性,博得医学界的青睐和广大人民群众的欢迎。

气功推拿既是一种医疗方法,也是一种康复保健方法,还包含着预防医学,心理医学的内容。在应用过程中不仅要求提高医生的身心素质和医疗水平,更重要的是调动患者的内在潜能,积极参与对疾病的防治,最大限度的将疾病控制在萌生阶段。所以推广普及气功推拿疗法,不但要培养一大批既懂气功,又懂医学的专业气功推拿医师,填补当前医疗现状的不足,更重要的是造就亿万个家庭气功推拿师,使气功推拿走进家庭,面向社会,为2000年全民实现人人享受医疗保健而服务,这是本人编著此书的真正动机和最大愿望。

本书的出版得到中国医学气功学会秘书长杜洛伊、黑龙江省气功科学研究会副理事长、牡丹江市气功科学研究会理事长张庆春、牡丹江市文联主席刘国仲的亲切关怀和支持,并

分别为本书作序提词，给予了肯定和鼓励；同时得到了姚利卿、姜月兰、梁玉杰、王林通、李素洁、陈连华、罗孝祥、刁继珠、钱金荣、杨正义、钱云、王云鹏、曹亚光、顾绍青、许云霞、顾金鼎、李保君、邓强、王岐英、殷昭端、陈昆华、任桂花、张嗣旺、姜子美、郭天祥、穆味和、林尽西、王宝贵、刘世成、许维英、李家隆、朱子高、房林、王守真、林化兰、王宝田、高振华、吴亚春、刘清云、项传林、王玉龙、伍朝珍、李文俊、李俊英、王海林、夏云、胡旭之、常兴智、李志宏、王映槐、徐振环、梁荧、胡衍宣、夏兴辉、王光祚、王德斌、祁育仁、高翔、于勤、丁成贤、景芝兰、单关华、孙学、朱亚芹、李振楼、崔玉林、余之顺、黄良国、孙站稳、刘学文、陆银善、林俊利、潘淑珍、董风云、王建科、周美珍、丁立璋、彭昔旦、丁桂英、王思顺、张水珍、王杏娥、马厚生、胡兴年、王京龙、陈洪涛、徐兰英、徐恩礼、于学孔、杜瑞亭等同仁的大力帮助；还得到了全国气功爱好者的热情期望，他们不断的写信寻问写作进程，多次希望尽快出版，给了我写作的勇气和信心，这都是促使本书早日问世的动力，在此一并表示感谢！

本书还引用了全国著名气功师王瑞亭先生写给《一指禅内气外放点穴疗法》一书的序言，特此说明。

由于本人水平有限，功力浅薄，其中错误纰漏难免，敬请读者批评指正。

编著者

一九九七年二月

目 录

序一	1
序二	1
前言	1
第一章 总论	
一、气功推拿的源流及发展概况	1
二、气功推拿的特点	3
三、气功推拿的医疗作用与有关机理	5
四、气功推拿的基本要求及注意事项	14
五、气功推拿的适应症、禁忌症	18
六、气功推拿治疗疾病时医患的体位	19
第二章 气功推拿的治疗方法与基本手法	
一、气功推拿的治疗方法	22
(一) 开通法	22
(二) 温补法	23
(三) 清泻法	23
(四) 平和法	23
(五) 消散法	24
(六) 升清法	24
(七) 降浊法	24
(八) 布气法	25
(九) 整复法	25
二、气功推拿手法	