



导引术

DAO YIN SHU

外气

对疾病的治疗

WAI QI DUI JI BING DE ZHI LIAO

董征 著



中医古籍出版社

publishing house of ancient chinese medical books

# 导引术——外气对疾病的治疗

董 征 著

中医古籍出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

导引术：外气对疾病的治疗 / 董征著 .—北京：中医古籍出版社，2017.6

ISBN 978-7-5152-1479-5

I . ①导… II . ①董… III . ①气功疗法 IV . ① R247.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2017 ) 第 115020 号

## 导引术——外气对疾病的治疗

董征 著

---

责任编辑 宋长恒

封面设计 韩博玥

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号 ( 100700 )

印 刷 三河市德辉印刷有限公司

开 本 850mm × 1168mm 1/32

印 张 5.875 印张

字 数 86 千字

版 次 2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

印 数 0001~3000 册

书 号 ISBN 978-7-5152-1479-5

定 价 20.00 元



## 目 录

第一章	关于气功的一些问题·····	1
第二章	外气对心率的影响·····	12
第三章	外气对体温的影响·····	20
第四章	外气对高血压的治疗效果·····	24
第五章	心悸·····	32
第六章	心梗·····	41
第七章	头痛·····	46
第八章	头晕·····	64
第九章	胃痛·····	71
第十章	肾病·····	85
第十一章	面部肌肉痉挛·····	92
第十二章	面神经麻痹·····	102
第十三章	三叉神经痛·····	104
第十四章	坐骨神经痛·····	122

第十五章	腰骶神经根炎·····	127
第十六章	带状疱疹·····	129
第十七章	糖尿病·····	131
第十八章	妇科病痛经、月经不调、子宫出血··	134
第十九章	血小板减少性紫癜·····	149
第二十章	贫血·····	153
第二十一章	咯血·····	155
第二十二章	肿瘤·····	158
第二十三章	四肢疼痛·····	177
第二十四章	其他疾病·····	182



## 第一章 关于气功的一些问题

### 一、外气的产生

气功这个名词是近代产生的，以前称为导引术，“导引术”这个词比气功要科学些，它既反映了内养功，又反映了外气功。

外气功是长期练内养功有素的人对患者所发放的一种生物活性物质所产生的气感，是一种能量的释放。能量的大小与练功者素养深浅有关，素养深的人可以发出功率较大的能量，素养浅者发放的能量较小，影响的范围较小，治疗作用也较差。

内养功和外气功都可使病态组织在形态上得到一定的修复，连机能上得到适当调整，各个组织和器官间的相互制约、相互依赖的关系也会产生协调的变化。对生理组织来说，它不仅使其形态上比较巩固，在机

能上也能保证其维持正常的良好状态，所以能使人身心愉快，体力灵活，精神充沛。

外气功可由多种方式产生，练静功或动功都可产生。一种外气功的活动需要有思维活动的参与；另一种外气功则不需要皮质的思维活动。思维活动是脑细胞的本能，脑细胞的活动是生命的基础。脑细胞参加活动的数量多少是随人的生活条件、生活环境、情绪变化、休息或工作、简单劳动或复杂劳动、简单思维或复杂思维而发生变化。

先谈谈意念活动所产生的气感，一般是意到气到，气行血亦行，气到力到。意念本身即是思维，思维活动是许多脑细胞互相联系、彼此配合而实现的一种综合功能，其活动的物质基础必有物质代谢，在多种物质代谢过程中发生磁力效应，产生生物电流，每个细胞的磁感应才产生了人的思维活动，多次的有节奏的训练形成了条件反射，特定的思维活动一旦形成条件反射以后可以产生强大的力量，这种力量可以使组织器官发生一定的变化，若是健康组织就会在原来的物质基础上新陈代谢更加旺盛，机能更加良好，若是病态组织就会使有害因素及组织的代谢产物排泄加



速，最后使病态组织恢复原有的生机。先有了思维而后有了物质的变化，由于物质的变化才产生了一定的力，这种力是以蛋白质为基础的细胞功能的变化造成的。由量变到质变，最后形成一种不同于原来组织的功能，而是一种特殊的力量，是气化的渐变形成的，这是由精神变物质，由于物质的质的变化使全身体力也发生变化，又由于体力的增强又可导致精力的旺盛和充沛。

这种方式所产生的气是由于思维，思维活动的过程就是氧化葡萄糖、蛋白质等物质代谢的过程，意念本身虽是简单的思维，但不是广泛的漫无边际的思维，而是思维比较单一，思维一件事，意念集中于一点，这种活动的特点是由于意念集中抑制了多数脑细胞的活动，使多数脑细胞处于相对静止状态，能量耗损微弱，尽管能量在脑部消耗很少，而能量生成的效应在亿万脑细胞的活动下却产生了强大的生物电能。

当气功师给患者发放气功时，生物能量所生成的气又通过患者的机体发挥影响，对患者的影响首先是局部的，然后才是全身性的，开始是通过穴位的感受器从经络传导到大脑皮层，起作用的关键是中枢神经



系统。

第二种方式是无思无念也可产生外气，所谓无思无念是不用大脑的思维去指挥、统帅。不用思维就能产生外气有两种方式：一是调整医者的肢节；二是不调整医者的肢节，手掌一伸就有气感。这两种方式都需要长期锻炼才能产生有效的气感，在这种情况下脑细胞处于静止状态的更占绝大多数，很类似冬眠过程，此时物质代谢不是增高而是降低，不是使生命停止，而是使生命保持一种静养，维持在一种渐变慢变的过程，需氧量减少，氧的消耗极低。

在调整肢节活动的过程中主要运用经络活动，调动机体的经络系统，调整各个经络之间的关系来实现的，人体的经络是内连脏腑外络肢节，当各个肢节活动时一定的脏腑也受影响，它们也积极地参加了活动，因此可直接间接地影响大脑，当大脑皮质接受各种刺激信号后就发挥其固有的本能作用，开始对全身的各个经络系统发生联络、协调、控制的功能。在肢节活动的过程中也产生生物电的磁场效应，它所以比思维过程产生的生物电能量大，可能是不用大脑思维消耗的能量小，而用大脑思维产生外气时消耗的能量大，



机体的能量消耗愈小，体内经络活动的物质供应愈充分，产生的磁场效应愈大。正是所谓静极生动所发生的经络效应。肢节变化引起经络系统的活动也产生物质代谢，也消耗一定的能量，但是比起大脑思维产生的外气所消耗的热能要小得多，因此对身体的损害也较小。不用思维也不用调整肢节所发出的气，实际上是医者本身意念集中于一点，自己不用有意识地放气，长久训练自然就有气感，这种方式消耗的能量也小，影响范围相对要小，对医者本人损失较小。

## 二、气功对人体的感传

施功时气功师可以用手接触患者身体的任何部位，也可在保持一定的距离的情况下患者也能接收到气的感觉，气的影响范围较大，功率大的可以发射很远，功率小的，如果医者同时给数人行功，只用手接触第一个患者，其余患者也用手相互接触，最后一个患者同样也可产生与医者本人所接触的的第一个患者类似的感觉，人体是一个很好的导体；从气功的外气可以从人传给人来看，外气是可以传导的一种电波；对远距离的患者，气功师的思维活动也对他有一定的影响，

气功作用的选择性决定于施功者的心理活动，决定于施功者所面临的具体人物和不同的神经类型、以及用思维活动的时间和方式。思维感传任何人都有，不过在正常人之间这种感传是很微弱的，一般情况下不易感受，所感受的主要传导途径是视觉，而在训练有素的人主要靠大脑皮质的专一活动，或者是靠肢体的协调动作。

### 三、气功可引起人的不同感觉

发放外气对患者进行治疗时会出现一些不同的感觉，因人不同，因疾病不同，因疾病的时间长短不同，感觉也会不同。有的人出现凉感、热感、胀感、麻感，少数出现跳动感和轻微的抽感以及酥酥的感觉等等。施功时同时对数名患者用同一种方式在同等距离同样的时间内发放外气，但患者所出现的感觉也不完全相同；感觉出现的快慢也不一样，有的快，有的慢，有的很敏感，有的也很迟钝，很敏感和很迟钝的都是少数，少数人需要经过十几次的治疗才会出现感觉，不论哪种感觉出现，经外气治疗之后患者自觉症状都得到改善，身体轻松舒畅。



#### 四、气功所产生的效应距离

施功者对患者行功时究竟采用什么方式，要根据患者的疾病情况而定，行功时医者可采用近距离操作，也可采用远距离操作，近距离可按某个穴位，远距离也可离患者数米以上，至于效果的快慢，主要与患者机体对施功者的感受性及行功者蕴藏力量的大小有密切的关系，自然也与行功的时间长短有关。有些情况下针对特定的部位较好，有些情况下需要远距离操作，需要有气功场的影响。

#### 五、气功开始生效的时间

施行气功外气进行治疗时，时间长短的因素是非常重要的。究竟施功治疗时每次应占用多少时间，这要看病情、病种以及患者的感受性而定，不能限制于一个固定的时间，比如对疼痛的患者第一次行功后最快的3~5分钟后即可产生效应，最慢者需要15分钟，多数是在施功后10~15分钟即可产生效应。如对癌肿性疼痛患者，治疗次数越多感应出现越快。

## 六、是否需要辨证取穴

尽管远近距离都产生一定的效果，但为了效果迅速和准确，对部位的选择也要辨证施治，要根据疾病的性质，疾病的部位，患者的敏感程度，以及疾病累及的器官多少而定，比如胃病也可选用腹部穴位，也可选用背部穴位，也可选用肢体的相应经穴。

## 七、施功对身体强弱的影响

患者的神经类型对接受外气的能力和耐受性有很大的差别，与身体的强弱无明显的关系；比较兴奋型的人容易出现暂时的头晕，甚至恶心，但有这种现象者是极少数，而且转瞬即过，对这种人只能给以少量的微弱外气；除了神经类型之外，一般地说对儿童、青年也会较敏感；敏感的程度也不是固定不变的，而是逐步发展的，最初治疗时不敏感的人也会随着治疗逐渐较前敏感。

## 八、对接受外气治疗的人是否有损

施功者为了治疗病人所发放的外气是否对患者有



损的问题，经过对很多系统疾病的治疗，初步证明，许多人接受外气之后，身体的不适症状可以改善，各种性质的疼痛。如肿瘤性疼痛、溃疡性疼痛，神经性疼痛等可逐渐消退，食欲增加，疲乏无力的现象可得到恢复。因此可以认为，在一般情况下施于治疗的外气是有益的，从接受外气治疗的症状变化是向好的方向转化，而无一例是向坏的方向转化来看，施于治疗的外气不是有害的，但是非治疗性外气也可造成不利的影响。

## 九、施功者发放外气是否对自己有损

外气的产生是以集体的物质供应为基础，经过大脑皮层等中枢神经系统的指挥，一是通过思维，二是通过调动经络系统的活动，这两种方式都产生能量。能量的变化是促使神经细胞活动的结果，神经细胞通过一系列的新陈代谢，又进一步推动各系统的机能，最后才能发放出外气，发放外气对施功者本人是一个消耗的过程，消耗能源的大小决定于施功者的气功基础，如果施功者没有练功的雄厚基础，而轻易对别人发放外气，其结果对自己身体不利，尤其是那些体力

较差，自己练功时间不长，自己元气不足，带着所谓病气施与别人，这就不仅对自己身体有损，而且对别的患者也有害，也有可能把患者的病气转移到施功者自己身上；如果施功者有多年气功锻炼的基础，有雄厚的储备能量，此时他本人的能量远远超过病者的病气，又掌握熟练的发功技巧，尽管发放外气是一种生物能源的大量消耗，但对其本人机体却消耗很小。消耗虽小，不能否认施功发气是一种能量代谢过程，是一种物质、精力、体力的消耗，由于施功者的素养深浅不同和发气的方式不同，发气的时间长短不同，所以对施功者的影响不尽相同，即便是气功素养深者发放外气时间也不宜过长。机体自身的变化主要决定于内部多种因素的变化，外因只是起扶助作用，只靠外气那是被动的，在一定的条件下外气可以发挥重要的作用，但关键还是靠自身的元气和各个系统的调节能力。因此，我们主张患者自身练气功比单纯靠外气治疗更好些。

### 十、外气能治疗哪些疾病

患者自己练气功可以治疗一些疾病，医者发放外



气也可治疗多种疾病，其中包括器质性损伤和功能性疾病。从目前我们治疗的疾病来看，有神经系统、胃肠系统、肺脏、心脏、妇科、眼科、皮肤科、泌尿生殖系、肿瘤等等用外气治疗后都有一定的疗效。如果自我锻炼和外气治疗相结合则效果比单一的方法更好。



## 第二章 外气对心率的影响

心为血养，心血一虚，则心失养，由此便导致气虚，气虚则神失守，神去则舍空，舍空则郁而停痰，疾积于心则心悸，若有所惊，心神失守，外候则表现心率增快，脉数。心悸可发生于多种疾病，治疗措施很多，根据其性质可用多种途径和方法。我们采用气功的外气进行治疗。

### 一、观察方法

用气功的外气治疗之前，先让患者休息半小时，然后静卧在床上，再观察每个穴位之前，先做心电图记录，做气功之后再描记心电图，以测量气功前后的心电图变化。

### 二、观察的部位

任脉的气海、膻中；督脉的百会；足太阳经的心