

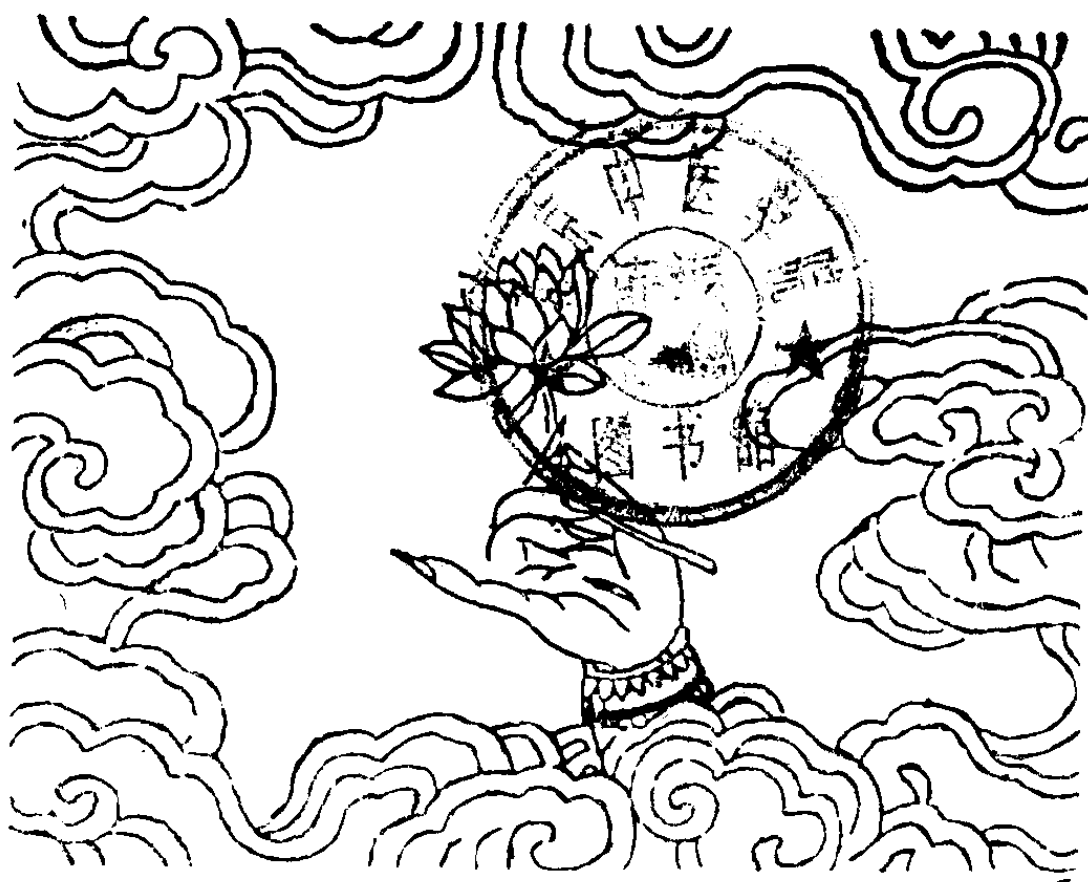
走火入魔

正确练习气功 谨防走火入魔
窥视心灵奥秘 勇过幻魔险关
世间首部气功病专著
防治气功偏差之大观

样 本 库

走火入魔

孔 融 著



中 国 医 药 科 技 出 版 社

1211305

责任编辑 归真
封面设计 卜奎

走 火 人 魔

孔 融 著

*

中国医药科技出版社出版
(北京西直门外北礼士路甲 38 号)

中国铁道出版社印刷厂印刷
新华书店首都发行所发行

*

开本 787×1092mm1/32 印张 7.75

字数 181 千字 印数 1-21,000

1990 年 10 月第 1 版 1990 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7—5067-0257-6/R·0226

定价 4.60 元

yjx179/06

前言

气功神奇！气功也使人走火入魔。

气功可强身健体，可祛病延年，可激发潜能。同时，它又可迷乱人心，蛊惑民众，贻害社会。气功既不是成佛成仙的秘修苦行，也不是包治百病的灵丹妙药，更不等同于点石成金的魔术技法。

自古以来，气功就有正邪之分，真伪之辨。择明师、走正道者，往往能从善入流，得道成真；学邪术、入旁门者，则未免要魔难缠身，自取绝路。

当今气功，热浪轰起，流派纷呈。佛、道、儒、医、拳，各承家技，分显异能，令人眼花缭乱。加之鲁鱼亥豕，师心自用，更使人茫无所从。受益者固属多见，遭害者亦为不少。且不说冒牌者的侧身其间，单就气功习练中的走火入魔现象，就足以令人咋舌。

古今练功最忌出偏，但走火入魔者还是屡见不鲜。当今因盲修瞎练而误入歧途者更是大有人在。他们或癫狂迷乱，或木僵发呆，或毁物伤人，在灵与肉的双重折磨中，备受煎熬而难以自拔。世人不辨真伪，反错以作高功异能。这一日渐加剧的阴差阳错，已引起社会各界的热切关注，也直接关系到气功事业能否健康顺利地发展。

有鉴于此,笔者深入调查了北京等地数十家精神病院和
气功纠偏门诊,对数百名走火入魔者进行了系统观察,并根据
自己长期习练气功的经验,结合古今气功文献、比较文化及民
俗精神医学、宗教学、生理学、文化人类学等领域的晚近研究
成果,勤求古训,博采众长,积年累月,内法心源,写成此书。

全书以气功导致的各种偏差(即走火入魔)为中心,系统
全面而又简明扼要地阐述了气功偏差的病因、病理、各种表现
及有关防治措施,剖析了气功的正常生理心理效应与宗教体
验及走火入魔之间的细微区别。

对世人所言的走火入魔,本书并未简单地将它归结为仅
仅是一种精神疾患,而是将它与神秘体验和宗教心理联系起
来,将它置于一个由精神医学、民俗学、宗教学和文化人类学
等交织而成的广阔背景中加以考察,置于一个由心灵现象的
生理和病理世界融会而成的博大精神体系中予以比较。

对于传说和古籍中的各种神迹表现,以及当今气功界颇
为流行的各种奇功异能和超自然现象,本书既未简单地斥之
为存心欺世骗人的精致谎言,也未将它奉为神明而大加渲染,
而是看作一种确实存在的心理幻象加以探讨。因为神秘体验
也好,走火入魔也好,其他各种神奇的心灵现象也好,这些表
面上不可思议的心理—生理现象,确是人类历史上普遍存在
的心理事实。迄今为止,人们对这些事实还存有许多天真和庸
俗的理解,由此而产生的形形色色的迷信还有相当的市场。如
果无视或臆断地否认这些现象,就等于把它拱手让给反科学
者,反而有助于巩固迷信。因此,本书对这些现象尽可能地做
了解释,尽管其中不免夹杂一些主观信念和牵强附会之处,但
作为一种抛砖引玉之举,相信它会把人带到一个充满神奇而
又不失荒诞的精神世界,使人在领略心灵奥秘之余,感受到自
己是在进行一项充满冒险和传奇色彩的心理旅游。

作为一种尝试，本书没有回避当今气功界的一些敏感问题，诸如气功与宗教、外气有无等，笔者都运用现代科学知识作了客观的阐述。用已知解释未知，尽管有时解而未通，但总比用未知解释未知要明智得多，它使人每走一步都有一步的收获，而不致于陷入循环论证的思维陷阱而不自知。

由于一些众为人知的原因，气功目前处于低谷状态，但低谷并不等于荒芜。高炉中的熔铁经过适当的冷却以后，会成为有用之材；真正的气功经过适当的锤炼也会去伪有真，成为世界科学之林的一朵奇葩。本书旗帜鲜明地反对假气功，反对神化气功，但并非着意否定气功的奇妙效应，更无意借走火入魔现象来丑化真正的科学气功。以客观公允的态度如实地反映走火入魔及其有关心灵现象，是本书写作的初始动机。

在本书完成过程中，曾得到诸多同仁的热切关注。他们无论在资料提供还是观点启发方面，都给笔者以莫大帮助，在此谨致谢意。由于水平和资料所限，本书挂一漏万甚或荒谬之处，尚希读者指正。

孔 融

一九九〇年八月于北京

目 录

A 基本知识

1. 什么是走火入魔? (1)
2. 走火入魔有哪些表现? (2)
3. 走火入魔是怎样发生的? (3)
4. 哪些人练功易走火入魔? (4)
5. 禅病有哪几种? (4)
6. 佛家如何论述魔事? (5)
7. 魔事有哪些表现? (6)
8. 鬼神魔有哪些内容? (7)
9. 道家气功的九难是什么? (8)
10. 十魔有哪些表现? (9)
11. 研究走火入魔时要警惕什么? (10)
12. 因怕走火入魔就废练气功吗? (11)
13. 如何识别当今的真假气功? (11)
14. 古代气功也有真有假吗? (12)
15. 假气功有什么不良影响? (13)
16. 如何开展气功运动才能减少走火入魔? (14)
17. 如何用民俗精神医学研究走火入魔? (14)

B 效应与偏差

- 18. 什么是气功的正常效应? (16)
 - 19. 古人如何论述气功效验? (17)
 - 20. 练功效应与偏差有何区别? (17)
 - 21. 如何识别出功与出偏? (18)
 - 22. 辟谷食气等于厌食绝食吗? (19)
 - 23. 冥想与气功有何相似表现? (20)
 - 24. 系缘止可出现什么效应或偏差? (20)
 - 25. 气功入静有何心理标准? (21)
 - 26. 怎样区别入静与昏沉? (22)
 - 27. 幻觉及其分类是怎样的? (22)
 - 28. 正常人如何体验到幻觉? (23)
 - 29. 练功中见幻觉是得气还是出偏? (25)
 - 30. 练功中出现行为古怪是偏差吗? (26)
 - 31. 练功中出现思维荒诞是偏差吗? (26)
 - 32. 天眼通和自体透视有何异同? (27)
 - 33. 练功中出现内视现象是奇功异能吗? (28)
 - 34. 用意念调控内脏活动是高功能吗? (29)
 - 35. 坐化圆寂和羽化登仙是高功能吗? (29)
 - 36. 自发功是出功还是出偏? (30)
-

C 神奇的心灵现象

- 37. 带功报告为什么会自发功? (32)
- 38. 狂热信仰会产生什么恶性效应? (33)
- 39. 咒术分哪两种? 各有什么效力? (34)

40. 念经念咒可引起哪些特异效应?	(35)
41. 巫术和咒语为什么有奇妙灵力?	(36)
42. 灵媒在降神术中为什么能意念致动?	(37)
43. 读心术为什么又叫读肌肉术?	(38)
44. 信息传感是怎样产生的?	(39)
45. 超感觉感知有哪些? 为什么病人会出现?	(40)
46. 为什么有人会碰到“神灵”?	(41)
47. 迷睡症有哪些奇异表现?	(41)
48. 离魂病与降神术有何关系?	(43)
49. 梦游病时有何特异功能?	(44)
50. 瑜珈的睡眠有何特异表现?	(45)
51. 催眠态有何超常特点? 何人易受催眠?	(46)
52. 催眠态有哪些超常表现?	(47)
53. 动物磁力学说与外气致动有何关系?	(48)
54. 怎样从不同角度认识附体现象?	(49)
55. 附体是特异功能还是异常心理表现?	(50)
56. 哪些人易被附体? 其表现是什么?	(51)
57. 附体是怎样产生的?	(52)
58. 萨满如何通达入神状态? 它是妖通吗?	(53)
59. 如何认识宇宙语和信息语?	(54)

D 神秘体验与宗教心理

60. 灵魂观念是怎样产生的?	(56)
61. 当今宗教有何二歧化倾向?	(57)
62. 神秘主义是什么?	(58)
63. 神秘主义有哪四种形态?	(59)
64. 各种神秘主义有何异同?	(61)

65. 神秘主义与现代科学有何关系？	(62)
66. 赫胥黎是如何踏上神秘主义的？	(63)
67. 泛神论与神秘主义有何关系？	(64)
68. 什么是宗教经验？	(65)
69. 宗教经验有哪些表现形式？	(66)
70. 为什么说宗教经验是客观存在的？	(66)
71. 神秘体验及其特征是什么？	(68)
72. 神秘体验是怎样产生的？	(69)
73. 获得神秘体验的方式有哪些？	(70)
74. 致幻药物同神秘体验有何关系？	(71)
75. 如何通过练习获取神秘体验？	(72)
76. 神秘主义者有哪些极端倾向？	(72)
77. 高峰体验与高原体验有何不同？	(73)
78. 防止灵魂病的八条途径是什么？	(74)
79. 神迹与奇迹有何不同？	(75)
80. 神迹有哪些表现形式？	(76)
81. 神迹的存在秘密是什么？	(77)
82. 释迦牟尼有什么神迹表现？	(78)
83. 六神通是客观存在的吗？	(78)
84. 瑜珈修行是神秘体验还是医疗行为？	(79)
85. 真人和仙人有何神迹？	(80)
86. 天人合一是神秘主义幻觉吗？	(80)
87. 出神及其效应是怎样的？	(82)
88. 灵魂出窍是高功能还是神秘体验？	(82)
89. 如何启示天命？	(83)
90. 庄子是位大气功师吗？	(84)

E 临床表现与精神病理

- 91. 气功文化与精神卫生有何关系? (86)
- 92. 气功为何能引起应激反应? (86)
- 93. 应激反应可引起哪些改变? (88)
- 94. 气功应激可导致哪些心身疾病? (89)
- 95. 气功应激与精神疾病有何关系? (91)
- 96. 气功应激为何会导致疾病? (91)
- 97. 气功应激是否一定会导致疾病? (92)
- 98. 走火入魔与精神障碍有何关系? (92)
- 99. 走火入魔为何会导致疾病? (93)
- 100. 走火入魔所致精神病有何前兆? (94)
- 101. 走火入魔所致精神障碍有何特点? (96)
- 102. 恶性意念会导致走火入魔吗? (96)
- 103. 气功师的暗示会导致走火入魔吗? (97)
- 104. 练功幻觉与精神障碍有何关系? (99)
- 105. 走火入魔为何能引起幻觉? (100)
- 106. 走火入魔的幻觉有何特点? (101)
- 107. 走火入魔与感觉障碍有何关系? (101)
- 108. 走火入魔的思维障碍有何特点? (102)
- 109. 走火入魔的思维松弛有何表现? (102)
- 110. 走火入魔的妄想表现有何特点? (103)
- 111. 走火入魔的妄想表现有哪几种? (104)
- 112. 走火入魔的强迫观念有何表现? (105)
- 113. 走火入魔的强迫观念是怎样形成的? (106)
- 114. 如何认识走火入魔的记忆障碍? (107)
- 115. 自知力与走火入魔有何关系? (108)

116. 走火入魔的情感障碍有何表现?	(108)
117. 走火入魔的情绪高涨有何表现?	(109)
118. 练功后焦虑及情感脆弱属什么病?	(110)
119. 走火入魔的情感暴发有何表现?	(110)
120. 什么是走火入魔的情感倒错?	(111)
121. 走火入魔的病理性激情和矛盾情感有何表现?	(111)
122. 走火入魔的恐怖症有何表现?	(112)
123. 走火入魔为何引起情感障碍?	(112)
124. 走火入魔可引起哪些意志行为障碍?	(114)
125. 走火入魔的意志增强有何表现?	(114)
126. 走火入魔的意志减退有何表现?	(115)
127. 什么是走火入魔的意志缺乏?	(116)
128. 什么是走火入魔的意向倒错及矛盾意志?	(116)
129. 走火入魔之运动行为兴奋有何表现?	(117)
130. 走火入魔的木僵状态有何特点?	(118)
131. 走火入魔的违拗症有何表现?	(119)
132. 走火入魔之刻板模仿动作有何表现?	(120)
133. 走火入魔为何导致兴奋或木僵状态?	(120)
134. 走火入魔之精神分裂症有何表现?	(121)
135. 如何辨别走火入魔的精神分裂症?	(123)
136. 走火入魔之躁狂症有何表现?	(124)
137. 走火入魔之抑郁症有何表现?	(125)
138. 走火入魔为何导致神经衰弱?	(126)
139. 走火入魔之神经衰弱有何表现?	(127)
140. 走火入魔为何导致焦虑症?	(128)
141. 走火入魔之焦虑症有何表现?	(129)
142. 走火入魔之疑病症有何表现?	(130)

143. 走火入魔为何导致强迫症?	(130)
144. 走火入魔之强迫症有何表现?	(131)
145. 走火入魔为何导致癔病?	(132)
146. 走火入魔之癔症有何表现?	(133)
147. 如何诊断走火入魔之强迫症?	(134)
148. 气功与精分症有何关系?	(135)
149. 中医把走火入魔的精神症状分为哪几类?	(136)

F 护理与治疗

150. 如何正确对待走火入魔者?	(138)
151. 走火入魔的护理原则是什么?	(139)
152. 如何护理“辟谷”拒食的走火入魔者?	(140)
153. 如何护理有自残自杀倾向的走火入魔者?	(141)
154. 如何护理有严重恐怖心理的走火入魔者?	(143)
155. 如何护理焦虑紧张状态的走火入魔者?	(143)
156. 如何护理精神兴奋冲动的走火入魔者?	(144)
157. 如何护理抑郁状态的走火入魔者?	(145)
158. 走火入魔的诊断标准是什么?	(147)
159. 走火入魔者应做哪些检查?	(149)
160. 走火入魔的治疗原则是什么?	(150)
161. 中医治疗走火入魔有哪些原则?	(151)
162. 中药可以治疗走火入魔吗?	(152)
163. 《张氏医通》如何论治走火入魔?	(152)
164. 心理疗法对气功纠偏有何作用?	(154)
165. 纠偏心理疗法的关键是什么?	(155)
166. 纠偏中常用的中医心理疗法有哪些?	(156)
167. 药物纠偏与其它疗法有无矛盾?	(157)

168. 练功出偏者怎样进行初步的自我纠正?	(158)
169. 怎样用自律训练法纠偏?	(159)
170. 怎样用点穴法纠偏?	(160)
171. 怎样用六字诀纠偏?	(162)
172. 怎样用活步贯气法纠偏?	(163)
173. 怎样用藏密功纠偏?	(164)
174. 怎样用结跏趺坐功纠偏?	(164)
175. 怎样用拍打导引法纠偏?	(165)
176. 怎样用贯气法纠偏?	(166)
177. 怎样用十二经流注法纠偏?	(167)
178. 如何用艾灸纠偏?	(168)
179. 内气不止与外动不已有哪些治则?	(169)
180. 如何处理练功中的手足抖动甚或大动?	(169)
181. 如何处理自发五禽戏动功中的走火入魔?	(170)
182. 如何纠正练功时的丹田鼓胀?	(171)
183. 如何纠正练功时的大椎肿胀?	(171)
184. 如何纠正练功时的气团缠身?	(172)
185. 如何纠正练功时的胸闷憋气?	(172)
186. 如何纠正练功时的头紧舌硬?	(172)
187. 如何纠正练功时的运动失控?	(173)
188. 如何纠正练功时的气机冲窜?	(173)
189. 如何纠正练功时的腿部麻木?	(174)
190. 如何纠正练功时的昏沉思睡?	(174)
191. 如何纠正练功时的胸背寒热?	(174)
192. 如何纠正练功时的全身发冷?	(175)
193. 如何纠正练功时的兴阳冲动?	(175)
194. 如何纠正练功时的前额凝贴感?	(176)
195. 如何纠正练功时的泰山压顶感?	(176)

196. 如何纠正练功时的心惊肉跳? (177)
197. 如何纠正练功时的漏气遗精? (177)
-

G 预 防

198. 走火入魔的预防原则是什么? (178)
199. 为什么说选好明师是练功防偏的关键? (179)
200. 如何选择气功老师才能防偏? (180)
201. 自学古籍和强调师传是否矛盾? (180)
202. 练功是否要气功师指导? (181)
203. 为什么说练功先修德才能防偏? (182)
204. 如何辨证选功才能防偏? (182)
205. 练功为何要讲中庸? (185)
206. 什么时辰练功不易坐偏? (185)
207. 为何避风练功可减少出偏? (186)
208. 练功前要做哪些准备才能防偏? (186)
209. 如何掌握练功时间和次数才能防偏? (187)
210. 练功中要注意什么才能防偏? (187)
211. 如何注意饮食起居才能防偏? (188)
212. 选择怎样的气象练功才能防偏? (189)
213. 做好收功是防偏的最后关键吗? (189)
214. 同时练几种功法易出偏吗? (190)
215. 乘船练功会出偏吗? (191)
216. 练功时听音乐会出偏吗? (191)
217. 空腹与饭后立即练功会出偏吗? (192)
218. 妇女经期练功会出偏吗? (192)
219. 练功中提肛闭气会出偏吗? (193)
220. 练功时睁眼好还是闭眼好? (194)

221. 练气功选动功好还是静功好？	(195)
222. 怎样选用意念种类才能防偏？	(195)
223. 怎样掌握意守火候才能防偏？	(196)
224. 如何防止任意领气可减少出偏？	(196)
225. 如何慎练闭精功法可减少出偏？	(197)
226. 如何预防练功中的冷热失调？	(198)
227. 怎样防止练功中的皮肤异常感觉？	(199)
228. 如何防止站桩时的失控舞动？	(199)
229. 如何防止自发功后的头晕作呕？	(200)
230. 怎样使大动者安全收功？	(200)
231. 练自发五禽戏动功时应如何防偏？	(201)
232. 练功受惊后如何防偏？	(203)
233. 为什么气功治病要懂医学才能防偏？	(204)
234. 佛家坐禅如何防止入魔？	(205)
235. 阳神出壳时如何防止走火入魔？	(206)

附 走火入魔小镜头

镜头之一 想赴英伦的小气功迷	(208)
镜头之二 她为什么杀人	(209)
镜头之三 释迦牟尼的虔诚信徒	(213)
镜头之四 东海龙女的梦幻	(215)
镜头之五 想获诺贝尔奖的气功师	(219)
镜头之六 青年教师的苦衷	(223)
镜头之七 精神王国里的遥控战斗	(228)

基本知识

1. 什么是走火入魔？

日常生活中，人们通常用走火入魔来形容某人喜爱某事物达到如醉如痴的程度。气功中的走火入魔则主要指练功中所出现的各种偏差，即清·张璐在《张氏医通·入魔走火》中所说：“炼士坐功运气之走火，衲子参堂打七入入魔”。古时亦称气功病或禅病。

走火来自道教外丹术语，原指炼外丹时，因方法不当，呼吸过猛，造成铅汞飞失的现象。内丹气功借喻练功时，因盲修瞎练，用意过浓，呼吸急猛，姿势僵持等导致体内气不循经，内气乱窜的病状。例如气机紊乱，逆气冲失，目赤面红，失眠亢奋，身体某部的不适、疼痛、拘挛或外动不已等躯体症状。

入魔之词，道、佛皆有。佛书中原指坐禅之人被各种魔事所破坏、障碍和扰乱，从而丧失慧命而入于歧途。现多指练功时没有良好心理状态，被各种幻觉所迷惑、烦恼而难以收功，或虽勉强收功但仍无法摆脱幻觉，从而出现精神恍惚、喜怒无