

张延生如是说系列之一

心易

张延生著

华夏出版社

221

张廷生如是说系列之一

心 易

张廷生 著

华夏出版社

1994年·北京

1232095

(京)新登字 045 号

图书在版编目(CIP)数据

心易/张延生著. —北京:华夏出版社,1994.10

(张延生如是说;1)

ISBN 7-5080-0592-9

I. 心… II. 张… III. 周易-研究 IV. B221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 11507 号

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号)

新华书店经销

民族印刷厂印刷

850×1168毫米 32开本 6.5印张 147千字

1994年1月北京第1版 1995年1月北京第1次印刷

印数 1-20000册

定价:7.90元

作者介绍

张延生,1943年出生,祖籍山东藤县。现任光明中医函授大学教授,该校易学教研室主任;中国《周易》研究会副会长;西安《周易》研究会高级顾问;中国气功科学研究会名誉理事等职。

张延生1969年毕业于北京航空学院发动机工艺系,因其父(张协和)少年学医,中年医术精湛,并于1956年发明“经络测定仪”,故张延生受其影响颇深。自幼喜医好学。大学期间常负“经络仪”与人测试,并博览古医经典著作,钻研实践医理医术。后来气功可以诊治疾病的现象使其于1976年初触并研究气功。1979年开始研究人体特异功能。1982年开始练功,次年出功,具有遥诊、遥感等功能。曾任全国人体特异功能应用研究协会副理事长,特异气功医师;中华人体特异功能应用研究所副所长;中华国际潜能科技开发公司副董事长、副总经理等职。受聘于中华气功进修学院专家委员会;广东省气功科学研究协会;广东省人体科学研究会;天津市人体科学学会;沈阳东方人体科学所;清华大学研究生会气功研究会;北京工业大学气功协会;北京中医学院大学生手诊研究协会等机构。

张延生在研究人体特异功能及气功的过程中,终于寻到中华文化之源——《易经》。于1981年开始研易,1986年开始在北京、石家庄、广州、大连、西安、菏泽、天津、焦作、济南及香港、日本等地作演讲、举办研习班。此外,香港无线电视台“欢乐今宵”、广东电视台曾播专题采访,学员及演讲听众年龄由16岁至88岁不等,其中有学者、科研人员、留学生、大学生、博士、教授、工程师、研究生、研究员、省市部局各级干部、职员、工人、农民、解放军干部战士、医务人员、商人、中学生、气功武术爱好者;民警、公安干警等。张延生多

次参加国内外学术活动，并受到相当好评。

目前在光明中医函授大学由 1988 年起已办有 6 期“易经函授班”，张延生负责组织、教学，并编写了一套教材（17 本）。其中有古籍点校，有论文选编，亦有自己所著《周易卦象》及《气功与手诊》。最近已正式出版《气功与手诊》。

张延生研易近十年，不仅探索出学易捷径——一套科学的简易学习方法和思维方式，并且在领悟气功、古代哲学思想和《易经》真谛方面，更具独特见地和理论体系。这些研究成果，将以《张延生如是说系列》的形式，由华夏出版社出版，以飨读者。

自序

古往今来,学易者众多,然不乏中途却步者,研易者非寡,然众说纷纭,仁者见仁,智者见智。故无以为是,无以成用。所以至此,因易海浩瀚,经文晦涩,易理深奥,易象蕴奇,易数精玄,易占神妙。故国人曰之“古谜”,洋人叹谓“奇书”。

本人研易,屡经困惑之忧及顿悟之喜。终于弃传统之法不用,自拓学径。即不从训诂、经文辞句入门,而由象数开窍。于占中寻理,反窥经文领悟,反复如是。且结合现代科技、哲学及工作、生活之实际,反复研探、实践。累数载之心血,精聚体验,汇论已见。自1985年始奔波于国内、海外办学演讲。期望易理再探,易华重现。

吾敢以不才之学面世,一因弘扬之心诚切,二因难却亲友、学员再三敦促。今虽成集出版,然谬误难免,新论待酌,章节杂乱。谨此恳请易学专家、学者及广大读者赋予以指教及交流研讨。

张延生

1994年于北京

目 录

一、易经

绪论	(1)
(一)各门科学技术共通的基础理论	(7)
(二)纯客观、纯物质的自然观	(10)
(三)形而上者谓之道	(16)
(四)开放,反思,先进与落后	(19)
(五)《易经》是研究什么的?	(25)
1. 从宏观到微观的长远的整体观	(25)
2. 《易经》的场理论	(32)
(1)相同的场可以对应于不同的实体结构形式	(33)
(2)不同的场可以对应于各自的实体结构形式	(34)
(3)“模糊思维”的判断方法	(36)
(4)《易经》是如何描述场的?	(38)
A. 《易经》中的“象”就是对不同的结构形式 的描述	(38)
B. 《易经》是研究八种场、五种态的	(40)
(六)东方与西方研究方法上的某些区别	(43)
(七)整体性与片面性	(71)
(八)如何认识天人地共性?	(75)

二、易经与现代科学

- (一)易经是东方文化的核心 (81)
- (二)类万物之情,通神明之德 (90)
- (三)全息物质的哲学观 (94)
- (四)形而上者谓之道 (98)
- (五)研几入微 (102)
- (六)整体系统易变规律 (111)
 - 1. 易经系统层次 (111)
 - 2. 先天八卦系统 (117)
 - 3. 后天八卦系统 (120)
 - 4. 场效应规律 (126)
- (七)起卦解卦问答 (132)

三、中国气功概况

- (一)中医与气功 (139)
- (二)硬气功 (143)
- (三)养生气功 (145)
- (四)诊断气功 (148)
- (五)气功杂谈 (149)
- 附录:按语 (171)

四、日本阿合宗关西本部气功讲座

- (一)气功的历史 (175)
- (二)练功的目的 (178)

(三)气功有什么效果	(180)
(四)气功的功法及特点	(181)
(五)身心平衡锻炼方法	(184)
(六)内养功修持法	(185)

一、易经(1986.9)

绪 论(1988.4)

中华民族文化自古代到现在,它的理论基础是什么?练气功在理论上靠什么指导?在思想概念上要心中有数。理论是实践的指导,只有了解了理论,并在理论的指导下练功,才可以走捷径,不走或少走弯路。一个事物刚开始时是困难的时候,会到处受到压力,因此比较严格,比较严肃和比较认真。但当它形成潮流后,往往就会产生鱼目混珠,真假难辨的情况。气功事业也一样存在真假问题。为什么这样讲?例如:从目前来看,几千人甚至上万人的那种所谓的“带功讲座”就有问题。当大家练功练到一定程度时,就不会上这个当了。这样搞不是教大家如何练气功,某些人一方面是教大家败坏道德,另一方面是为了振兴自己的腰包,为了赚钱!用这种方法几个小时就可以赚好多万。在广州,上万人的场合下,每人5元一张票,黑市高价可达30元,甚至有达上百元的,除场租外,可以净赚数万。在这种情况下,收功收不住,有些人精神失常了,或者出现了生命危险也没有人去管,而且也找不到人去管。这就如同江湖中卖野药的,当你发觉上当后,卖药的早不知窜到哪儿去了。这叫江湖骗术,不叫科学。科学是踏踏实实的。我说这些可能有些人会不服气,认为我是嫉妒心很强,同行相轻,其实并非如此。

气功是锻炼什么的呢?并不只是强身,健身,延年益寿。这不

是气功的主要目的。气功最早称为“修身养性”，叫“修真”，是为了认识事物的本来面目，认识它的规律，认识它的本质，是改造世界观的，所以提出“与世无争”，“与人为善”，人要“以积善为本”。老子的《道德经》是道家功法的基础，他就提出要“以德为本”。如没有德，练功就不能达到高层次。所以道家书中有：“渔利狂徒，借炉火以入骗局”。只为自己赚钱，不知天高地厚，不知自己本事有多大的入，“借炉火以入骗局”，好象教你如何炼丹等等，其实骗你。“疗病小术，勤吐纳、导引，尽属外道”。让你去“发功”（“疯”可能更合适些）赚钱，把你的思想落到俗事之上，图小利而失去了把功法达到更高层次，认识更深刻、境界更开放的机会。因为你在“疗病小术”“发功”时能量消耗了，你的场强度就不够，你的层次就不能够高了。如同电子学激光中电子的跃迁一样，如果没有足够的能量是无法跃迁到高能级的。气功正是如此，你天天发放外气，能量消耗，场就非常的弱，就没有足够的能量产生飞跃。当他把你引进世俗的追求上，你为了发财，出名，而气功中真正的高层次的东西你就体会不到了。所以气功是“修身养性”的，是修炼道德的，是改造世界观的。至于强身延寿健身过程中出来的特异功能之类的，那只是在修炼过程中的“副产物”（伴生效应），并不是真正的目的。所以气功要达到高层次，必须符合中国古代的哲学思想。

在什么理论指导下练功呢？怎样才能达到高层次呢？中国功法是以道家功法为主的，是最远古的。而佛家是后来由国外——印度引进的，包括瑜伽和印度的某些修炼方式，加上中国传统的一些方法，揉合在一起形成了佛家。要了解中国气功的根，就要了解道家的功法。道家功法高在哪儿？道家功法的所有理论基础来源于阴阳八卦，八八六十四卦，即它的理论基础是《易经》。

《易经》不仅指的《周易》。《周易》仅是《易经》体系中的一个小部分，主要是儒家推崇的一种东西，带有后天唯心的成分比较多，

其应用范围和准确率仅占 70~75% 左右。那么《易经》包括哪些内容呢？中国古代有许多学说，但概括起来不外是“河图”、“洛书”，后来演变成“先天之易”、“后天之易”、“孔子之易”。

“先天自然之易”包括“河图”、“洛书”两部分。当时没有多少文字记载，是靠口传流传下来的，迄今唯一留下来的是描述世界规律的两张图像，即“河图”与“洛书”。这是仰观天，俯察地，总结了世界中各种事物的规律所形成的。后人深入地研究了“河图”与“洛书”，进行发展，就成为今天的“河洛理数”、“河络经纬”，这是总结研究“河图”与“洛书”的数学结构时得到的许多科学道理及许多计算方法。我们的老祖宗，在远古时期就留下了用数字表示的两个图象，那是相当聪明的。

“河图”在半坡村遗址中得到证实。当时，用鱼头祭天的摆设方法与“河图”的结构是一样的。半坡村遗址是母系社会后期的产物，距今已有七到八千年的时间。所以说我们的《易学》文化产生于七八千年前。当时我们的老祖宗，研究了大自然的规律并上升为数学模式和几何模式。在当今社会中，凡经得住实践考验的科学发现，当达到最高层次、有了总的概括性时，均上升为数学模式，具有了普遍的指导意义。这些图说明我们祖先在七八千年前，在思维方式上和掌握事物规律的水平上，远远超过了其它民族，在英国有个历史学家叫汤恩比，他是研究世界各种远古历史的，他发现世界远古历史按大的类型可分为 26 种之多。其中以阴阳为根基的文化，即中华文化，距今已有两万年之久的历史，而现代最先进的科学，自主或不自主地又符合了中华的阴阳文化，这使历史学家们非常惊奇。这也说明我们的老祖宗在远古时期就非常聪明了，其思想方法和思维方式的层次是很高的。

“先天自然之易”是没有文字记载的，以口传至今的。有“先天八卦”，又称“伏羲八卦”，相传是伏羲画的卦。“先天八卦”是描述事

物本源规律性的。事物本来的规律与人类的认识与否是无关的。不论人存在或不存在，无论人认识它或不认识它，它都是这个规律。

在殷朝前夏朝有“连山易”，商朝有“归藏易”。由于年代太久，汉朝后就失传了。古时每个国家都有太卜官。“太”就是大的意思。就是大的事情都要他占卜，算一算，推一推。即：“太卜掌三易”。直至周朝以前都有“太卜”官，其作用类似于当今的参谋长或智囊团，主要是为君主出主意，看天相，算算这仗打不打？是输？是赢？国家如何管理？今年的天气如何？自然灾害如何？农业收成如何等等，国家大事都要请教他。在远古时期称为“巫师”“巫婆”者，其地位和层次都非常高。皇帝、国王、酋长等都要求他出主意。到解放初期就进入了下“九流”了，没什么地位了。

“归藏易”后，到了周朝，周文王、周公旦（周公）的时期就出现了《周易》，又称“文王八卦”。周朝时科学进一步地发达了，文字开始建全，故有了当时的文字记录，那就是我们现在市面上经常见到的《周易》版本。传说《周易》是文王在羑里时写的，那仅是对周文王当时所干的一些事情的记录。它的辞是对古代具体事情的记述，当他用某卦算了一些事，这些事得到了印证或者得到了结果，他就以爻辞的形式进行了记录。所以对研究《易经》哲理的人来说，仅是一个参考，每个爻都不一定是固定的一种意思。例如：《易经》中有“师”卦，是算出师打仗时是否胜败？如何打？这一仗人是否能活着回来？所以有“比”乐“师”忧之辞，此卦是令人担忧、多虑的意思。当然三爻的爻辞为“舆尸，凶”，“舆”就是车的意思。拉着一车车的死尸回来了，可解释为打败仗了，表示此爻是凶。如果我们现在用此爻辞就只能做为参考。比如当你的朋友问：“老师你看我明天结婚怎么样？”想算一下吉凶，正好是“师”卦，变在三爻上。三爻结果是“舆尸，凶”，那么就不能如上述解释，而只能参考为明日结婚可能不顺利，或者会出什么事故，或有人可能会因车祸而死等等，但不

可能是一车车的死尸拉回来的。因此大家学习《易经》不要一开始就读原来的经文。学习易经不能按照那个死格式套。正如《易经》中所讲：“屡迁变动不居，周流六虚，上下无常，刚柔相易，不可为典要，唯变所适”。这是说爻的变化是有规律性的，但这种变化规律“不可为典要”，不是非这样不可的，“唯变所适”指要根据具体情况具体问题而具体分析，具体认识。

“易无思也，无为也，寂然不动，感而遂通……”是指在观察一件事情之前，“无思也，无为也”，即没有任何想法，没有任何主观意识，没有任何追求，“寂然不动”，冷静下来，“感而遂通”，即你感到什么，顺口而说，就非常准确。这就类似于特异功能，其实学《易经》达到一定程度，就某些事来讲，比特异功能来得还快、还准确。因为它是具有理论根据推导的，大家可以反复论证推敲。特异功能感觉后对不对心中是没底的。

《周易》之后，由孔子发展了《易经》，形成了《周易大传》，又叫“孔子之易”。相传是在周文王的《周易》基础上加了“十翼”，“十翼”的意思就如同原来的经文，如果是老虎的话，又加上了翅膀，如虎添翼了，添翼的意思是“飞得高，看得远”。“十翼”是解释《易经》本身的内容的，其中有“系辞”，分为上、下系。“系辞”是讲《易经》中的世界观，方法论；讲《易经》是如何认识世界，对待世界，是个什么样的世界观？此外还有“彖传”，也分为上、下传。是解释一个整体的卦所含的意思，即解释整体一个卦的。此外还有“象传”，“观象系辞，圣人则之”，“八卦成列，象在其中矣”。“象传”分为象上和象下。《易经》主要是研究“象”的。不懂“象”就无法学习《易经》。“象传”是解释某爻间与某三爻卦之间的意义及关系的。即卦与卦，爻与爻，卦与爻之间的意义。“文言”传是解释乾、坤两卦的。六十四卦是由乾卦和坤卦演变而来的。“文言”之后还有“说卦”传，是解释每一个卦（三爻卦）的具体意义，也就是解释卦义的。如乾为天，为马，

为良马,为驳马,为瘠马,为玉,为金,为君王,为父,为西北等等。“序卦”传,“序”是程序的序。六十四卦的顺序为什么这样排列,是有一定哲理和含义的。最后是“杂卦”传。把六十四卦的顺序打乱,上下前后颠倒进行对比,了解每一卦(六爻卦)是什么意思。以上系辞上,系辞下;彖上,彖下;象上,象下;文言;说卦;序卦和杂卦统称为“十翼”。如果要了解《周易》和《周易大传》的内容,就必须用这些道理先武装起来。当了解了《易经》到底有些什么概念之后,在此基础上才能读《周易》的上经和下经。上经有三十卦,下经有三十四卦,共六十四卦。所以在学习《易经》前,要先学习“十翼”,“十翼”中很重要的是世界观、方法论。首先是“说卦”,每一卦(三爻卦)代表什么意思,必须要清楚。这一卦是什么意思?辞是如何来的,全要靠卦象的熟悉。而后是“序卦”和“杂卦”,这就是每一卦(六爻卦)所代表的具体意义。要明白每一卦具体代表什么事情。参考这些来充实你的世界观。世界观不能是空的,要靠一些具体内容把它充实。这时再反过来读上下经,就会更好地了解《易经》的全部内容。

秦汉后,《易经》得到了许多人的发挥,有的发挥得正确,有的发挥得并非正确。从表面上看,《易经》的内容很多,但万变不离其宗,是有一定规律性的。首先了解了“十翼”,打好学习基础,学习《易经》就不难。有人会认为这些是封建迷信,算卦批八字等等。但事实证明准确就是科学,不准确就是封建迷信,就是坑蒙拐骗。“实践是检验真理的唯一标准”。有人会问:“你为什么要推崇《易经》?”这不只是我推崇。当前世界上许多最发达的国家都在研究《易经》。如:美国、日本、意大利、西德、法国等等,都在搞《易经》研究,并有专人成立了《易经》研究所。日本的《易经》研究所,收集了世界各种版本的《易经》书进行研究。美国成立了世界性的《易经》研究会。意大利《易经》研究会有几万会员。全世界都对东方的《易经》感兴趣,这已说明《易经》是门科学了。

(一) 各门科学技术共通的基础理论

为什么讲《易经》是门科学?仅就《四库全书》而言,这是中国古代各方面科学技术的总记录,是本大百科全书,此书的首经就是《周易》;另外,《古今图书集成》,也是收集了古时候的所有能搜集到的各种图书,其编排的首经仍是《周易》。其次,《十三经疏注》《四书》《五经》的首经都是《周易》,“不研易,不可为良医”,“不研易,不足以言太医”,就是讲不懂得《易经》,就不能成为好的中医大夫,也就不能进太医院为皇家治病。如果说《易经》仅仅是简单算卦的话,那么它如何能够居于各种学科的首位?因此,它是指导古代一切科学技术的一种规律,是指导一切行动的准则,是一种基本理论。这一理论指导着所有科学技术和一切实际行动。这种理论仅存在于我国,国外暂时还没有这种统一的基础理论,而是每一科学领域中有其自己的基本理论。如自然科学有自然科学的基本理论,数学有数学的理论,体育有体育的理论,医学有医学的理论,社会科学有社会科学的理论,社会管理有社会管理的理论,等等,等等。因而到处是理论,到处是“真理”。这是因为没有抓住事物的本质,是经不起长期考验的。结果形成的仅是特性,不是共性的真理。事物的本质只有一个,不可能那么多。如果世界到处是真理的话,那就不存在真理了,真理只能有一个。所谓真理那就是事物的本质,本质只能是一个,而且是不会变的。不存在量变到质变的问题。有些同志可能把哲学问题混淆了,量与质的转变是指两个事物的竞争取代的过程,不是指的一个事物本身的过程,在一种事物中不存在量与质的转变问题。如:玉米一粒是玉米,一斤、一吨、一万吨都是玉米,它永远不会变成了菠菜。其本质是不会变的。如果这里的一万吨玉米运走了,而运来了一万吨菠菜,这只是一个更替过程,不能说

玉米就变成了菠菜了。所以事物的本质是不变的。这是中国古代自古以来抓住的主要思想之一：搞了一个最最基础的理论，一切行动都要根据它来进行指导。既然一切都要根据这个理论进行指导，那么它就包括了各个系统的本质，说明了这个系统是非常严格的。并不象有人想象的，是“唯心主义”，“形而上学”，“朴素的唯物主义”，“封建迷信”等等。全世界中许多高度发达国家的科学家，是不会在封建迷信中浪费时间的。事实上，不能不承认，西方发达国家的科学严格性超过了我们，那么人家为什么要钻研《易经》，钻研老庄哲学？那是因为他们已走投无路啦。当他们发现他们研究了几十年甚至几百年的问题，我们的祖先在几千年以前，已经研究得非常系统，非常清楚。这时才感到“妙不可言”，“玄极了”。他们认为越是不可能的，往往我们中国的哲学越认为可能。他们认为“一加一等于二”，我们则说“一加一可以等于二，也可以不等于二”。最近二百多年，他们才认识到一加一等于二零（即二进制），而不等于二啦。

所以中国古代从来没有要求，告诉你一个事情就必须是如此这样的道理；就必须是非常具体、非常细致的理论，要求某件事必须如此这般等等。而是告诉大家一个哲理，从来不给大家画框框。老子《道德经》、《内经》、《伤寒》、《易经》、《河图》、《洛书》等都是如此，告诉你大自然的规律性，并不讲非常具体的东西，因此，当你读道家书时，感到莫名其妙，很玄。其实并非如此，它只是讲一个道理，大家只要在这个道理指导下，怎么用都是可以的。所以说，它没有什么框框，充满了生命力。例如：西医中的青霉素，是什么病、多少体重、什么具体情况下要用多大量，定得非常死，离开这个范畴就不允许了。而中国医学就综合了各方面的情况，具体情况具体分析，用药可多、可少、可用、也可不用，这样就灵活多了，境界开放多了，把事物都联系在一起，本质就抓住了。这就是为什么中国封建