

養康
密笈

張德元
李灼日 主編

图书在版编目(CIP)数据

养康密笈 / 张德元 李灼日 主编. - 北京:

新华出版社, 2010.10

ISBN 978-7-5011-4493-1

I. 养… II. 张… III. 经验 - 作品集 - 中国 - 当代

IV. D432.68

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 072678 号

书 名: 养康密笈

主 编: 张德元 李灼日

审 稿: 邓景贵

责任编辑: 蔡常维

装帧设计: 林心明

出 版: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号(100043)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 长沙欣发印务有限公司

开 本: 850 × 1168 毫米

字 数: 180 千字

印 张: 7 印张

印 数: 1-3000 册

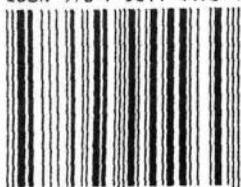
版 次: 2010 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5011-4493-1

定 价: 22 元

本书如有印装质量问题, 请直接与承印厂联系

ISBN 978-7-5011-4493-1



9 787505 944930 >

序

我国是世界四大文明古国之一。它对世界的科学技术进步和人类健康作出重大贡献。在浩瀚的医学经典中,从西汉初期《史记》记载,有“自炼五石”(其中就有磁石)治病,东汉《神农本草纲目》,唐代医家孙思邈的《千金要方》至明代汪昂的《医方集解》和黄帝内经等医海中均记载着大量有中医、中药、针灸、太极拳、气功、推拿按摩治病,预防疾病、养廉理论和独特的防治方法。我国古代医家对疾病的发生和治疗、预防有独特的认识,它认为人与自然是个体,人的形体与精神是个整体,人与社会是个整体,成为自然—形体—精神—社会的医学模式,这与现代的生物—心理—社会医学模式非常吻合。

历代医学典籍是中华民族聪明才智的结晶,是我国宝贵的文化财富。它不仅在古代曾起着非常重大的作用,而且现在仍有着很高的价值,对未来也会产生一定的影响。

本书由张德元、李灼日组织湖南省医学界的专家在百忙之中编写出来,它本着以人为本,以健康为理念,注重调动和调节人的自身的养廉能力,促进恢复其自身的《阴阳平衡》,达到心身健康的目的。全书结合现代医学理论和中国传统医学中的血气、经络穴位学说理论。解读疾病的发生、防治、保廉方法,同时探索一些古代流传有参考价值的养生保健康复的知识编写《养廉密笈》。全书涉及到特异功能、疾病有因、健康秘诀、保廉常识、经典保廉、特效穴位、科学食疗、生物电能、康复路径、疾病验方等。内容丰富,是一本医学科普知识的好著作,值得广大老百姓一读和大专院校医学师生及医务人员参阅。

黄兆民

2010.6.

(黄兆民系中南大学湘雅附一医院康复科原主任、教授、研究生导师)

湖南师大第一附属医院荣誉院长吴金术教授、
博士生导师赠句：

吸收祖国医学精髓，发
扬光大养康密笈科普学理
论，为人类健康做贡献！

吴金术

2010.6.



(张德元与部分专家在一起)

前 言

病从何起：阴阳、起居、冷热、燥湿，行汲露体，环环紧扣，斯着巧除蚁声蛇影；

健乐哪来：饮食、调养、按摩、悲欢，倦勤研书，事事相关，养康密笈鹤寿松路。

为提高广大百姓对快乐葆康的认识，转变一些传统的错误健康观念，增强大家的养康意识，为实现我国经济社会跨越式发展，构建和谐，使广大百姓精力充沛、身心健康。我们本着以“养康学”的理论思想为指导，实现它的防病养康学思想即是注重调动和促进自身的葆康能力，恢复其自身的“阴阳平衡”。这种“治未病”的养康思想，“三分治，七分养”，治即是“治疗”，养即为“养生、保健、保康”，就是说疾病的治愈只需要用现代医疗手段治疗其十分之三，而其余十分之七就得靠机体自身的养生保健康复能力去康复，来发展完善生命德学、养康理论学——即生命医学、康复医学的理论，“以健康建设为中心”的保健康复模式为主导；达到“未病先防，欲病杜渐，已病防变，能从根救起”的“健病康复”功效，将常见病都引导到自我保健上来，以此达到保健愈病的目的。建立健康新模式，致力于人体自身健康能力和促进“以人为本”、“以人的生命健康为本”，即将葆康视为根本，对待常见病的方式和方法，以生命的和谐为前提，以平衡为目标和目的，善待疾病，保养健康，给自身健康得以恢复和发挥作用的机会！依靠和相信自身的智慧和健康能力去调节平衡疾病，或保持与疾病和睦相处。我们所倡导的健康新模式就是：以葆康事业为主导，以医疗卫生事业为后盾，共同构筑起的健康保障服务体系。老百姓看病难看病贵问题可得到一定程度的解决。

随着医学科学的发展，传统医学的局限性不断克服、填充新内容，要向方法的多样性和作用的多项性、综合性方面发展。在中

南大学湘雅医学院附二院康复医学科黄兆民教授和湖南师大第一附属医院吴金述教授的指点下,参阅了大量古书和临床文献资料,我们搜集了一些有参考价值的保健、康复知识编成《养康密笈》一书。不但可以保健养生而且还能康复治疗。是简便易行、易懂,疗效可靠的医疗方法,安全性强,深受欢迎,值得推广。这本书遵循理论与临床实践,专业与科普结合的原则,对特异功能、疾病有因、健康秘诀、葆康常识、经典保康、特效穴位、科学食疗、生物电能、康复路径、疾病验方等做了详细介绍,供广大读者(大专院校医学师生和基层医护人员)参阅使用。

由于水平有限,错误难免,敬请同行专家、广大读者批评指正,同时对黄兆民教授、吴金述教授以及编委们的关注和指导表示衷心的感谢!

主编

2010.6.于长沙

目 录

一、特异功能	1
1.人体具有自我调控的生物磁场	1
2.人体生物磁场有全息功能	3
3.疾病是由自己的心所造成	5
4.调心是最关键的治疗方法	6
二、疾病有因	14
1.常见病的根源之一是生气	15
2.常见病的根源之二是血气不足	18
3.人体的血气模型	19
4.人体各系统	24
5.经络	33
6.五脏六腑	38
三、健康秘诀	41
四、葆康常识	105
五、经典保康	128
六、特效穴位	139
七、科学食疗	161
八、生物电能	164
1.自然界存在电场	164
2.人要充电	164
3.人体生物电	166
九、康复路径	173
1.感 冒	173
2.上呼吸道感染(咽炎、扁桃体炎)	173
3.急性支气管炎	174
4.慢性支气管炎	175
5.肺炎	176
6.高血压病	177
7.冠状动脉粥样硬化性心脏病	178
8.急性胃炎	179

9.慢性胃炎	180
10.消化性溃疡	181
11.溃疡性结肠炎	182
12.功能性便秘	183
13.慢性胆囊炎	183
14.偏头痛	184
15.面神经炎	185
16.三叉神经痛	186
17.多发性神经炎	187
18.坐骨神经痛	188
19.动脉硬化性脑梗塞	189
20.脑动脉硬化症	190
21.震颤麻痹	191
22.肌萎缩侧索硬化症	192
23.糖尿病	193
24.类风湿性关节炎	194
25.疖及疖病	195
26.痈	196
27.急性蜂窝组织炎	197
28.急性淋巴结炎	198
29.急性乳腺炎	199
30.肛门直肠周围脓肿	200
31.前列腺炎	201
32.雷诺氏病	202
33.疤痕疙瘩	203
34.痛经	203
35.外阴白色病变	204
36.盆腔炎	205
37.子宫内膜异位症	206
38.小儿厌食	207
39.小儿肠炎	208
40.急性肾小球肾炎	208
十.疾病验方	210
参考文献	212

一、特异功能

1、人体具有自我调控的生物磁场

人体本身是一部最精密、功能最齐全，而且完全自动化的生物磁场，既有接收系统、发射系统，又有自我调控系统、微调放大系统、分析处理系统。人类对自己研究了几千年，但是所认识到的仍不够。

人体生物磁场的发射系统，可以每时每刻自动往外发射信息，其信息以超光速充满宇宙，在宇宙的任何地方都可以随时接收到你每一个细胞、脏腑、器官发出的信息。而广播电台只有播音时、而且只能在一定范围内才可以收到，不播音时和超远距离就收不到。这说明电波的速度与光速相等，因此，与时间同步。而人体这部生物磁场既可接收某一个人许多年前的信息，也可以接收以后尚未发生的信息。

大家知道生命是阴性物质和阳性物质的组合，阴性物质是超光速的，超光速对宇宙范围来说是没有限制的，超时空的，可以超过时光的速度接收和观察过去，也可以超过时光接收和观察未来。因为一切事物都有两面即阴和阳，阴性物质有超光速的信息。任何事物，在它刚刚诞生之时，它的最终结果也已决定和出现。那么中间每一个过程的信息也自然都已经出现，只要能生产出超光速的接收系统，就能把任何一个时空点的信息定向、定时接收得到。

这是不是很神？就拿最简单的诊病来说，无论患者在什么地方，有特异功能的人瞬间即可知道他有什么病。甚至不知道此人的姓名，或者你连说都不用说，你心里想一个人，就可知道他有什么病，并在几分钟之内把他全身各部位的疾病都诊得一清二楚。你可能觉得神得不敢相信了，这的确是反复验证的事实，并且可以在社会上大面积普及。其原理就在于阴性物质是超光速，以及生物磁场的高级自动化等。比如，你并不知道电视台在哪，你在任何地方只要打开电视机，调准台，你就可以收到你所要看的节目，这就是定向接收的原理。所以，对于人体疾病的信息接收也是如此，只要定向接收，就可以准确地接收到那个人的信息。

你可能又疑问了：“这种功夫只有极少数有特异功能的人才会有。”其实不然，这种方法几乎每一个人都可以学会，也可能在几天之内就可以学会，甚至也可能在几分钟之内就可学会，你敢相信吗？

生物磁场的微调放大系统也很神秘，其原理与无线电收音机很相似，无线电收音机是把散播在宇宙空间的微弱电波接收过来，通过三级管变极放大，即可把电波还原，并听到清晰和较大的声音。人体中的微调放大装置系统虽是同理，但将接收过来的信息可以放大无穷倍。其关键就在于接收人对被接收信息的恭敬程度和自己的微调程度，越恭敬，越细心体会，则放大的倍数越多，这就是功夫界所说的“心诚则灵”的原理，心诚、心静等于调准了频率。如果心不诚，不相信或没有细心体会，就如同收音机打开后没有调准要接收的频率，当然不可能有好的效果。只要懂得如何接收和放大，即可把宇宙空间的各种信息定向接收过来，而且又可放大无穷倍。

生物磁场中让人最不可思议的是自我调谐系统。宇宙规律中有一个看不见，摸不着，无形无为的“宇宙自控调谐律”，不用人为地干涉，它就可以把宇宙、大自然调谐的非常平衡，有条不紊。宇宙间无数的星球，都是按照“宇宙自控调谐律”在自动地运行，都有自己不同的轨道，而且它们绝不会超出自己的轨道而运行。人和生物都是一个小宇宙，当然也有一个看不见摸不着，无形无为的自我调谐系统。人们的心态、行为语言只要不是长期严重地违背宇宙规律，人体所出现的一些不适和疾病，不一定要以外求法去吃药、打针。只要放松、入静、脊椎松直地坐上一两个小时，即可恢复。特别需要记住的是“放松（包括精神和体态）、入静（大脑不胡思乱想）、脊椎松直”，这是人体自我调谐装置发挥作用的前提条件。有了这个前提条件，自我调谐系统即可自动调谐身体，治疗疾病达到平衡。

我们平时工作一天，有疲乏的时候，躺在床上睡上一夜，第二天早上就完全恢复了，这正是人体自我调谐的作用。如果夜里作了一夜梦，早上起来就没有恢复，而且觉得很累。这是因为身体虽放松了，但大脑没入静，做梦过程中又使精神紧张也等于没放松，这是生物磁场中的自我调谐系统没有充分发挥作用而已。

如果你懂得这个原理，你就不难理解佛家的坐禅，道家的内丹功，以及炼功静坐是何道理。通过静坐就可以身强体健，并治好自己多年陈疾，乃至一些医学认定的不治之症。甚至更高层次修定，练出各种特异功能，正是因为人体生物磁场中有如此神秘的自我调谐装置。

人类至今对自己体内有如此精密，如此高级的生物磁场还不能

认识,人体的自我调谐装置还会自我调节体温呢!无论外界环境温度如何变化,在一定情况下,人体总是保持在摄氏 36 度左右,除非体内产生病变,才会使体温升高或降低。当外界季节发生变化的时候,人体则大幅度地自动调节体内温度。比如夏季气候炎热,但地下是阴凉的,我们在地下室或地洞中有明显感觉。人体内夏季也是阴凉的,手摸肚皮时会感觉阴凉。相反,冬季气候寒冷,但地底下是温暖的,人体内也是温暖的。这正是人体自我调谐装置在自动调节人体温度所发挥的作用。但多数人还不懂得此道理,夏季多爱吃冰冷之物及泻火之药,冬季多爱吃暖热之物及热补之药,结果造成夏季腹胀腹泻较多,冬季造成阳盛火大。如懂此规律,夏季应饮用热食,冬季则应饮用温食,才能使人体保持平衡康健。

生物磁场的完全自动化又是现代科学所发明的任何高级仪器都不可比拟的。比如,当你身体有病的时候,生物磁场会自动调动全身的白血球与细菌作战,同时它又以痛疼、刺痒、发热等方式发出警报。有许多人得了某些病自己并不知道,不知什么时候已被体内的自动化系统治愈了。有些人患了肺结核并不知道,多年后在诊查中才发现肺上有钙化点,这都是生物磁场的自动化系统发挥的功能。人体生殖系统也是如此,精卵在体内自动结合,自动结胎,自动哺育,该临产时又自动生育,生育之后,乳房自动产生乳汁等等一切程序全是自动化的,完全不需人为控制。其它任何系统均是自动化运行自我调控。

人体自身具有如此高级的生物磁场,可惜尚未被人类自己发现。也可能是太高级了,高级得使人类不会使用,如同外行去摆弄电脑,无从下手。人类倘能及时感悟,早日去研究探讨它,熟练地掌握和应用它,将会从中受益无穷。

2、人体生物磁场有全息功能

人和生物通常存在以生物波、电、磁、光、能、声等各种形式。“天人合一”是宇宙八大规律之一。天与人是超巨系统与子系统的密切关系,人和生物都具有宇宙的全部信息。从有形的阳性角度来讲,人和生物整体又相当于一个超巨系统,而人和生物的细胞又等于一个子巨系统。从无形的阴性角度来讲,人和生物整体或者每一个细胞都具有阴性信息。不仅包含了这个生物的全部信息,而且还包含了宇宙的全部信息,每一个信息元都具有全息功能。

人和生物的信息都是一种生物全息功能信息，它的每一个信息元中都包含着这个生物体的全部信号和遗传密码，而且包含着它的全部能量、能力、功能和作用，生物体能做的一切，在一定条件下，这个隐形的信息元都可以做到。

比如：人在化验血的时候，抽一滴血进行化验即可知道全身血液的数据。化验一滴海水就可以知道整个大海各类物质成份的数据。那么，电台、电视台在演播厅里演播，播出后在宇宙空间充满着电波元，被收音机、电视机所接收到的每一个电波元，通过变极放大，都可以还原成声音和图像。这就说明，每一个信息元中都具有演播厅中所播演的全部信息，可以完整地几乎不走样地再现演播厅的实况。而且无数台功能相同的收音机和电视机所收到的信息都是完整的全部信息。这就证明了信息具有全息功能和能力的特性。

阴性信息是超光速的，它有着更微妙的特性。人和生物的信息都是每时每刻在自动向外发射信息，甚至一张某国家、某城市的地图，就包含了这个国家或城市的全部信息。一张照片或一根头发，乃至某个人用过的物品，都包含着这个人的全部信息。在地图上就可以找水、找矿、找人，或测出你需要的各种信息。那么，我们由此可以类推一切事物，各种事物都会自动地往外发射信息，都可以把它的信息波变极放大进行调治或调整。

全息功能可这样理解：信息都具有全息性质，每一个波都可以做你所要做的事。如同孙悟空可分身出无数个孙悟空，每个孙悟空都可以如孙悟空一样，而且都可以与妖魔作战，因为他们都具有孙悟空全部信息和能力。他们既是孙悟空，又不是孙悟空，但又能做孙悟空所要做的一切事情。

又如，有些有天眼的人看到某某佛菩萨来到了自己身边，或看到师父来教你功夫，指导你如何修行，或在某人临终助念时看到了佛菩萨来接引，都误认为是真的佛菩萨或师父来到你家了，其实，并不是佛菩萨或师父来你家了，这都是他们无处不在的波，被你这部生物磁场有意无意地进行了变极放大，而这些波都具有全息能信息，可以做佛菩萨或师父要做的一切事情。这既是他们无限化身的作用，其实他们本人根本不知道，也根本没有来，只有这种“生物全息功能”才能解释这种现象，这就是所谓的“来者实无来，去者实无去”的原理所在。那么，这个原理在

特医临床中有何作用呢? 在我们用特医方法给别人诊治疾病时,并不需要直接接触这个人,甚至也不需要见到这个人,无论这个人在什么地方,你只要定向(这个人的信息波)接收,就可以确诊他有什么病。你只要定向(这个人的信息波)调治,就可以治疗他的病。你所诊治疾病的对象甚至根本不需要知道,就可以收到治病的效果。因为各种生物磁场中都有高级自动化的自动接收和变极放大系统。在这个诊治过程中,你所诊治的是他自动发射在宇宙空间那个无处不在的波,因为这个波具有全息功能性质,当你把这个变极放大的波治好时,那个人也就自然好了,这就是“生物磁场具有生物全息功能”在临床中应用原理。

3、疾病是由自己的心所造成

先讲个故事:古时曾有一猎人,在山林中遇到老虎猛扑过来,他手举钢叉叉住了猛虎的咽喉,但老虎并没有立即断气,前爪不停地乱抓,猎人长时间举着钢叉不敢松手,等到老虎断气后,猎人的手举着再也放不下来了。找了许多名医都治不好,后来遇到一位名医,问明原由之后说:“我可以治你的病,但你要依我三件事,一是在你的村中空地上用黄土搭一个三尺高台;二是三天后在我给你治病时,你要把你的所有亲朋好友全都请到;三是要把你的裤腰带换成一根红布条。”猎人完全答应,如期照做。三天后名医来到村中,和猎人一起站在黄土高台上,全村的男女老少都围在台下看热闹,这时名医从衣袋里拿出一把剪子,把猎人裤腰上的红布条一下子剪断了。古人一般穿的都是大宽裤腰,里面都不穿内裤,裤子一下子落了来,下面男女老少人山人海,谁都会感到很害羞,猎人这时的心理可想而知。此时,就见猎人的双手唰的一下就落了下来,立即提起了裤子。因为这个名医知道他的病用一般方法及各种药物是治不好的,只有在这种紧急状态下,使他忘掉自己的病,使他的注意力完全集中在另一方面,充分调动他本人心能力量的作用方可转机。由此可见,宇宙间的事物是由心而生的,病亦一样!

当你内心有愧,你会觉得面红耳赤;情绪有所激动,立刻心跳加快;做瞒人之事或偷窃,立刻呼吸粗而急促;内心有所忧郁,不觉容颜憔悴;心胸狭窄则气路狭窄,狭则易堵;心理如有解不开的疙瘩,身体则易气血瘀结,久之则成结石、肿瘤;心理如果有过不去的事情,身体则易患癌症,因为只有癌症这个所谓的“不治之症”才能让你“过不去”。

从生物磁场学说中知道,人和生物都是一部非常高级、非常精

密、完全自动化的生物磁场。当然也是靠过程控制和指挥,而这个程序的输入和改变,完全是心理意念活动所为。因此,我们心理一丝一毫的波动都如同心电图的曲线一样,在人体内必然随之反映。

每个人都非常关心自身的健康,害怕疾病来临,更为各种疾病的痛苦所烦恼。从古至今,为了预防疾病,探查病因,人类也的确从各个角度作出了不懈的努力。尤其是近一百年来,随着现代科学的发展,人类探查病因越来越细,直至查找到各种细菌所致的病因。但是,医疗水平虽越来越高,药物几乎年年更新,但病魔也日新月异,新的病名也层出不穷。真可谓“按下葫芦起来瓢”。

有些人思想偏见、偏执得很,遇到一切事情总认为自己对,别人不对,而且总是固执地坚持自己的见解;有这种心理的人,最易患脑血栓瘫痪或造成半个身体不通畅。发现年青人也有半身不适,究其心理原因:“我无论干什么,学什么都要求是最好的”,这可能是因心理偏执导致。

人类由于长期生活在迷惑颠倒之中,总有本末倒置地处理问题。不知道境由心生,病由心造,而是头痛医头,脚痛医脚。所以面对各种疾病,只知从肉体这个最低层次入手,用打针吃药的方法来处理,不知根源所在。其结果只能是暂时维持或缓解症状,不仅不能根治,而且对身体产生大量的负作用,在治这种病的同时又造下了另外的疾病。

用于消炎的抗生素,使用之后伤害肾脏,使两肾功能衰竭,同时又造成耳聋耳鸣。有许多人由于打抗生素造成肾衰,有许多儿童就因为一个小小的感冒打了消炎针,就造成了肾衰。肾属水,是人体最重要的部位,肾衰就会造成一生的体弱多病,由于多病还要继续打针吃药,如此就形成了恶性循环,使身体越来越弱,病也越来越多,以至难以控制。这就是不知疾病根本原因,从末稍上处理问题的危害,这可能是不明真理的而违背规律的后果。

日本科学家用水分子进行实验,把同样的水装在两个试管里,一个帖上“爱”字,一个帖上“恨”字。二十分钟之后,在高倍显微镜下看到,帖爱字的水分子晶体象雪花一样非常好看,而帖恨字的水分子晶体却杂乱无章非常难看。把“恨”字去掉,也帖上“爱”字,二十分钟后再看,水分子晶体也很好看。这一实验充分证实,心理不仅对自己的身体有直接影响,而且对外界的物体也会产生很大的作用力。

4、调心是最关键的治疗方法

既然我们绝大多数的疾病都是自己心理造成的,那么,要想根治这些疾病,就必须从调心入手。

(1)、心病之因

宇宙本性是清静无为、有规而动的,宇宙本性里是没有分别的;而人有欲望也即有了分别心。例如辣椒的本性并没有好与不好,爱吃辣椒的人就说它好,不爱吃辣椒的人就说它不好,这个好与不好是从哪里来的呢?是人们根据自己的需求从心理分别出来的。又如:一套几十平米的住房,一般人住着正合适,如果让一个乞丐来住,他会认为自己住进了天堂;如果让一个亿万富翁来住,他会认为是贫民窟。这个好与不好也是从人心理分别出来的。宇宙间的一切事物都是没有分别的,不信你可以类推一切事物,都会得出同样的结果,这就是宇宙及万事万物的本性——清静无为,无分无别,有规而动。

人的心理和行为不合“道”时,也就是不符合以中为度、清静无为、阴阳平衡等宇宙规律,因此受到规律的惩罚,导致体弱生病。

人们的心理和行为不符合规律表现在各个方面。由于人们的肉眼看不见阴性物质,不知道生命真正的主人是谁,而把肉体的追求和享受作为对生命的维护和乐趣。在对外物的追求中,实际上是在无形地损耗阴性灵体的精华能量。由于不能正确对待各种事物,执着对各种事物的追求和贪恋,经不起各种社会因素强烈和持久的刺激,执着地追求不同名利和爱情,在贪心和妄想的趋使下,无论是否得到,都会不同程度地引起心理状态的变化,另一方面是执着“我见”,总是以自我为中心,总认为自己的见解对,别人的见解不对,而且要求别人必须服从自己的见解,否则就会生气烦恼,使心理失去平衡。

人们为什么会造成各种各样的心理失衡呢?是什么东西使人愤怒、嫉妒、忧思、悲伤、烦恼呢?是欲望,确切地说是过高的欲望。对于钱财名利产生过高的奢求,与别人攀比,如果不如别人,则易产生嫉妒;对于想得而没能得到的钱财名利、爱情美色,就会生出种种烦恼。有些人甚至会为了满足私欲铤而走险,走上违法犯罪之路。那些常干缺德坏事的人,整天提心吊胆,心惊肉跳,怎能不使心理失衡而身患疾病呢?

人对一切事物都要分别个好坏、是非、对错、善恶,然后偏在一边,去排斥另一方,这就是偏见,由偏见产生了种种烦恼。因此,一切

烦恼都是由分别心产生的。

分别——我他(好坏、是非、对错、善恶)——取舍——欲望——执着——计较得失——烦恼——违背本性和规律——病灾——生命层次下旋。

由此可见,人们的疾病都源于分别心,我们生生世世生活在分别之中,养成了根深蒂固的分别习气,无论什么事都要分别个是非好坏,如果不信,你可以细心留意你自己的每一个念头,是不是都在分别取舍之中?正是这个每时每刻的分别心,才使你总是处于各种烦恼之中。

(2)、心病不易痊愈

患有心病的人,多数长期治疗而效果不佳,或经常反复,有三个方面原因:

一是施治者治表未治本,治病未调心。例如:对结石、肿瘤患者,直接针对结石、肿瘤进行化、碎或手术取出,而对结石、肿瘤发病的主要原因——生气(心理不平衡)而造成的气滞血瘀这一根源却很少重视。患者的心病根源未得到治疗和控制,还继续生气,所以病情不断反复。一方面医生在给他治病,而另一方面患者在继续造病,外因当然没有内因起作用大,故长期不愈。

二是现代的治疗手段是直接针对肉体的病灶处理,即头痛治头,脚痛治脚。应按“生命层次控制图”:元神(调心)——中脉——脉轮——经络——肉体这一程序,上面控制下面的层次,而肉体则属于最末梢的层次。例如:对于肝瘤患者,直接开刀把肝瘤取出。而在特医临床中发现,肝瘤患者虽病在肝,但控制病灶的却是纵向的经络,而控制经络的又是横向的脉轮。由于经络和脉轮不通,肿瘤、结石及各种病灶就产生在这条经络和脉轮的纵横交叉点上。在治病时如果不打通堵塞的经络和脉轮,等于治表未治本。因此,结石、肿瘤患者碎石或手术后继续生长。

三是患者的病灶本身就是薄弱环节,像一个磨损的零件。由于患者心理因素没有解决,仍继续心向外驰,气往外散,体内真气处于越来越虚的趋势,该受损器官得不到足够气血的补充。人体自身这部非常高级的生物磁场本身具有自我调节系统,但只有在放松、入静的条件下才能充分发挥作用。患者如认识不到这一重要环节,心理仍处于紧张、忧郁、愤怒、多思、烦恼等各种不平衡之中,已受损的“零件”得不到

人体内生物磁场自我调节系统的自动调理和“修补”。在人体中，经脉血管如同渠道，气血如同水，血随气走。医生即使把你的“渠道”修得再畅通，怎耐渠中缺水，仍然断流，使气血瘀结。所以单靠药物治疗而不调节心理只能缓解一时，一有条件立即复发，因此是很难痊愈的。

(3)、根治心病的方法

从事物中道出了宇宙间事物的现象，一切都是实不可得的空相。但须从理上搞通，理不通则法不明，要从理的方面来解决心理不平衡的问题：

一是万事万物都没有自我，都是缘聚缘散，由缘而生，因缘而灭；例如，我们的肉体生命，是由地、水、火、风四大缘组合而成。肉体化成灰后属于地；肉体里有百分之七十的水分，属于水；体内有温度，属于火；呼吸属于风。这四大都属于阳性物质。万事万物都是阴阳互根的，因此，除了这四大之缘以外，里面还有一个阴性物质的灵体（民间称灵魂，佛家称第八识），如无灵体的进入，仍不能产生肉体 and 生命，因此，灵体也是一个必要之缘。另外，还要有父亲、母亲、时间、空间等缘，才能产生人体这个生命。如果离开这些缘，就没有这个生命。因此说这个生命没有自我，都是缘生缘聚的。世上一切事物，都是因缘而生，因缘而灭。

二是万事万物每时每刻都在不停地变化，一直变化的东西只是一种虚幻的，而不是真实的，因此它是空。例如：一粒树种 -- 发芽 -- 小树 -- 大树 -- 木材 -- 桌子 -- 旧桌子 -- 灰土 -- 又生出其它物种……以至无穷地变化下去，一切事物皆是如此。只是变化出的表象不同，作用不同，但其本性都是空。人也是如此，人生如同一台戏，在这场戏里（今生）扮演这个角色，在那场戏里（前世）又扮演另一角色，也一直处于不停变化的过程中，一直在变化的东西当然不是真实的。因此它的本性是空。

三是万事万物你只能用它的作用，但是得不到它。真实的东西应该是可以得到的，但万事万物我们都只能用它，而不可能得到它，就连我们这个肉体也得不到，何况那些身外之物，都是实不可得，因此本性是空。一切事物包括我们的肉体，都是不可得的。一生中聚的财物再多，死的时候一分钱也带不走。以上三个角度虽然都是在论证事物，但是，又都能体现出万事万物的本性是空。万事万物都是从真空本性里变现出来的，因此，万事万物也都具有真空的本性，所以它也是空。