

试论中国传统文化—气功（一）

神谷 修

气功是中华民族一份宝贵的文化遗产，中国是它古老的发祥地。当人类社会发展到二十世纪末叶时，气功如异军突起，种类繁多，五颜六色，各领风骚，震动着小小的地球。在世界人口最多的东方，其热潮犹如滚滚长江水，滔滔万里浪，此起彼伏，一浪高过一浪，一潮胜过一潮。于是，地球上掀起了气功热，这是本次地球诞生以来从未有过的。气功的热潮由东向西，到处吹滚，很快遍及世界各地。气功风刮得最浓最猛的地方，便是东方大国——中国。气功，似乎一下子成了中国人的骄傲。中国有近十二亿人口，多少人炼气功，多少人听过气功报告，其数字很难统计。总之，数字是惊人的。气功有多少种，多少派？恐怕无人说得清。但什么是气功呢？辞海曰：“气功是一种自我身心锻炼方法。采用调身、调心、调息等法以炼养精、气、神而强身保健。一般分静功、动功两大类。静功有坐、卧、站等不同姿势，以保持相对静止体态为特点。如内丹术、内养功、放松功等。动功以特定的肢体运动方式为主，如八段锦导引法、易筋经十二势等。气功锻炼有扶助人体正气、调整经络脏腑的作用。”^(注1)汉语大词典曰：“我国特有的一种健身术。以集中意念、调节呼吸、柔和运动等方式，诱发人体潜力，促进各系统的机能，增强体力。”^(注2)也有人讲：“在古代的中国，据考证，“气功”一词最早出现于晋许逊著之《灵剑子》一书，其后的《太上灵宝净明宗教录》中也有记载。在随后的大量的古文献中，也有关于气功的片言只语出现，如《云笈七签》中云：“论曰：气功妙篇，气术之道数略同，专其精通则世一二。”总之，“气功”只是一个单一词，并没有统一其它的比如禅定、导引、丹道、观想等等训练方法，气功的含义也并非今天的气功含义。

到了近代，“气功”一词始见于1933年董志仁的《肺癆病特殊疗法》（简称气功疗法），但是也并没有在全国流行。新中国成立后，刘贵珍先生提出并推广气功疗法，后来经国家支持创建了北戴河气功疗养院。气功疗法得以在全国大面积的推广，刘贵珍所选用的“气功”一词自然也在全国范围内广泛传开，并得到确认。

刘贵珍先生提出和推广气功自是功不可没，但是他在对气功定义的说明却有待商榷。他在1957年9月第一版《气功疗法实践》一书中写道：“为什么要称它为气功疗法呢？‘气’这个字在这里代表呼吸的意思；‘功’字就是不断地调整呼吸和姿势的练习——将这种气功方法，经用医学观点加以整理研究，并且用到治疗疾病和保健上去，去掉以往的迷信糟粕，因此称其为气功疗法。从这段说明中就可以看出，刘贵珍当时是把呼吸的调整看作气功的本质特征。很显然，这是一个重大的错误。因为，气功的训练本质上是意识的训练，

如果没有意识上的训练，根本就不是气功了。

刘贵珍先生后来在1982年6月第二版的《气功疗法实践》中对气功的概念加以修改，他说：“依据古典理论，将这种培育正气为主的自我锻炼方法命名为‘气功’。我们认为，气功的‘气’不仅包括呼吸之气，也包括人体内的正气。”“我们把培育元气的健身法称之为气功，这充分体现了‘以气为本’的祖国医学传统理论的观点。”“气功之‘气’主要是指真气而言。”刘贵珍对于气功的概念发生了大的变化，他不再认为“气”是指呼吸之气。但是，他的对于气功的概念仍然有待商榷。刘贵珍将气功的“气”等同于物质，他认为是元气、真气。这一次的修改气功的概念仍然是错误的，仍然没有抓住气功是训练意识的本质。」^(注3)中国气功科学研究会理事何斌辉先生讲：「气功所包含的内容实在是太广了，它包涵了中国数千年来儒、释、道、医、武五大门派中数以万计修炼法门和无数功法流派。这是中国五千年文化的积累、她既是一门哲学、又是一门实践的学问。要想给气功下一个大家都认可又恰如其分的定义，谈何容易。

五十年代初，刘贵珍老前辈不经意的将其统称为“气功”后，后人约定俗成，延用至今，且为后人留下了一个永远无法统一的难题。

期间确有不少人曾试图为气功下个定义，但终因无法得到气功界众多流派的认可，知难而退。“气功”这个特定的专用名词，对它的解释变成了千古悬念。……“气功”这一专用名词，是在五十年代初刘贵珍先生创办了中国第一所无药康复的疗养院时提出来的，他试图将中国古代数千年来逐渐形成的“儒释道医武”五大门派中、各种修炼术中之行之有效的方法，用于各种慢性疾病的康复中。并将疗养院称之为“气功疗养院”，“气功”一词便正式被引用。

然五大门派，功法繁杂、流派众多又各具特色，仅道门就有三千六百个有传承的修炼法门、佛门更有八万四千种修炼法门。且各门各派其修炼的目的又大相径庭，故中国气功界对“气功”本身的称谓，颇多争议，至今未能统一。

而各正宗门派，是门派先人数千年来亲身修炼、亲证亲悟的实践积累，其中有经验、有教训，经过数千年的不断完善而形成的各种独特的修炼术，供门派内部传承。因此门规森严，极其保密。有些门派先师虽也著书立说，但书中关键的修炼方法及功境往往都用词隐晦，似是而非。门外人单凭看书实在是无法领会其真实含义的。古中国功夫界历来有“假传万卷书、真传一句话”之说。有些正宗门派甚至严禁著书立说，为防止所传非人，师傅传授时采取独脉单传，所谓道不传三便是此意。

中国修炼界自古到今历来有“修道者多如牛毛、得道者凤毛麟角”之说。可见今人所说的气功并非简单的放松运动和肢体锻炼可以代表的。

古代气功的形成、传承与当时当地的文化、宗教、政治、人文、哲学密切相关。因此我认为：“气功”首先是一种文化现象，是一门文化。

同时气功修炼强调人与自然的和谐，修成“天人合一”的境界，用各种特定的修炼法

门，达到松中求静、静中生定、定中生慧、慧中生灵，灵中出神。从而领悟自然生命、宇宙人生以及万事万物的演化规律，因此气功又是一门哲学。」^(注4)

上述这些定义，总的来说都是比较暧昧的，在理论上兜圈子，没有确切说明气功是什么？且气功到底产生于何时？不得而知。

气功在我国有着悠久的历史。从华佗的五禽戏，到张三丰的太极拳，从远古流传的八卦、周易、黄帝内经，到佛道两家的各门功派。中华5千年的文明历史长河中，处处闪烁着这些智慧的光芒。

这领先了上千年的文明之光，到了近代，却渐渐暗淡了下去。曾经是那样强大的千古帝国，不得不开始遭受屈辱的命运。中国人在寻求挽救自己命运和抵御外强侵略的双重努力之下，把引进西方技术当做富国强兵之本。久而久之，人们对中华古老文明精深奥妙的真正含义领悟的越来越少，从西方传来的实证科学思想，逐步在人们的头脑中占据了主导地位。尤其是在十年文化大革命中，将一切中国传统、古老的东西统统当成是“四旧”和“封建迷信”加以批判，人们就更加不敢去探求这些了。许多优秀的传统文化的精华相继失传、甚至消失殆尽。但是，要在人们心中彻底铲除这承传了上千年的古老文化，却不是件容易的事。当70年代末特异功能现象突然出现在中华大地上时，人们立刻对它产生了浓厚的兴趣。

然而，这些用唯物主义世界观无法解释的特异功能现象一经出现，立刻引起了一贯以马列主义和无神论为宣传、统制思想的中共高层的注意。在发现耳朵认字的报道发表后不到两个月，79年5月5日和18日，《人民日报》连续发表文章，以极其严厉的语气批判“耳朵认字”是：荒诞无稽，违背了科学常识，完全是反科学的；简直是丢中国人的脸。与报刊揭露和批判的同时，某中央部门下达文件说对“耳朵识字”现象的宣传是违反科学的，是封建迷信的复活。但是，以科学界泰斗钱学森为代表的一批科学家，则支持对特异功能和气功这个未知领域的探索研究，并从学科发展角度，提出了“人体科学”的概念。他认为，“气功、中医理论和人体特异功能蕴育着人体科学最根本的道理”，“会导致一次科学革命，就是人认识客观世界的一次飞跃”。^(注5)1980年2月，由《自然杂志》编辑部主持，在上海召开了第一届人体特异功能讨论会。会议邀请了一些特异功能人进行现场测试，当时的中共中央主席胡耀邦也派专人到场参加鉴定。专家们一致认为，会议澄清了79年对耳朵认字真伪的争论，以这次会议为标志，中国对人体特异功能的研究进入了一个新阶段。

然而，一些反对的声音也随之而起。有人不顾科学实验的结果，单纯从哲学的高度对人体特异功能研究进行批判。认为这是“要科学，还是要伪科学”、“要唯物主义、马克思主义哲学，还是要唯心主义，要和马克思主义根本对立的哲学”的问题。

这时的中国，十年文革刚刚结束，全国上下正在对“实践是检验真理的唯一标准”展开热烈的讨论。文艺界、知识界、科技界都处在一种复苏、开阔的气氛中。人们在饱受10

年极左思想的毒害之后，开始重新审视自己和以前所走过的路，也能带着比较客观、实际的态度来对待气功和特异功能现象。

一位亲眼目睹了神奇功能的中央领导，给胡耀邦写了一封信。信中说：“纵观科学发展的历史，当初哥白尼提出日心说，加利略坚持地球转动说，爱因斯坦提出相对论，摩尔根提出基因论，都遇到世俗势力的严厉抨击，拥护新说的人甚至丢掉了性命。”“一些旧理论所不能解释的现象，往往是科学跃进的先声”。不久，胡耀邦指示中共中央宣传部，对气功和特异功能，不宣传、不争论、不批评。同时，允许少数人进行研究。1982年4月20日，中宣部下发了传达这个精神的通知。这就是著名的“三不”政策。

对大多数上了年纪的人来讲，气功吸引他们的是它神奇的祛病健身效果。尤其是现代医学有许多疑难杂症无法解决，气功的出现，无疑是给了那些饱受病痛折磨的人一根活命的稻草。就这样，占尽天时、地利、人和，气功作为中华民族的瑰宝，很快风行中华大地。在全国范围掀起了一股气功热。

气功究竟是什么，它为什么会有如此神奇的力量？没有人作过真正的解析，人们大多是从一些表相上来认识气功的。气功神奇的驱病健身功效和一些气功师的功能显示，又使气功被蒙上了一层神秘的面纱。一些人抓住了人们在气功中求治病、求功能、求发财的心里，打着各种名目招摇撞骗。使原本就让人充满疑问和迷惑的气功，变得更加光怪陆离，鱼龙混杂了。

就在社会上对气功众说纷芸的时候，92东方健康博览会在北京举行。有幸参加这次博览会的人，立刻注意到一门与众不同的神奇功法。

在博览会上，法轮功创始人李洪志先生和他的学生，用超自然的能力治愈了许多人的疾病。“法轮功神了！”，消息在参观的人群中不胫而走。

博览会总指挥李如松先生说：“在博览会上法轮功是受表扬最多的，调病的效果是好的。”总顾问姜学贵教授说：“我作为博览会总顾问，负责地向大家推荐法轮功，我认为这个功法的确会给人们带来健康的身体和新的精神风貌。”^{（注6）}

1994年12月，李洪志先生的著作《转法轮》正式出版。在这本书中，李先生讲述了“气功的渊源”、“修心性”、“气功治病与医院治病”等等，这些让许多气功爱好者百思不得其解的问题。他明确地指出“功能不是练功人的追求”、“功力是靠心性修出来的”等等这些指导练功人提高的关键。

1993年12月，法轮功作为“特邀功派”，被93东方健康博览会再次邀请参加活动。李洪志先生被推选为组委会成员。这次博览会，许多人是慕法轮功之名而来。由于李洪志先生在博览会期间为广大群众做出的无私奉献和法轮功神奇的功效，博览会组委会和专家委员会共同作出决定：将大会唯一的一个最高奖励——“边缘科学进步奖”，授予李洪志先生；同时，还授予李先生“受群众欢迎的气功师”的称号。法轮功，犹如一颗璀璨的明星，从各气功门派中脱颖而出。

气功分两大类：佛家功法和道家功法。法轮功是佛家修炼法门，不是佛教，也不是其他宗教，佛家功法也不是佛教功法。法轮功是同化宇宙最高特性“真、善、忍”为根本，以宇宙最高特性为指导，按照宇宙演化原理而修炼。法轮功强调心性修炼。修炼心性是关键，心性多高功多高。心性包括德(德是一种白色物质)和业(业是一种黑色物质)的转化；包括忍；包括悟；包括舍，舍去常人中的各种欲望、各种执著心；还得能吃苦中苦等，还包括许多方面要修的东西。整个人的修炼过程就是不断地去人的执著心的过程。

法轮功是完整的一套性命双修的修炼方法。除了修心，还有修命的部分，即炼动作(五套功法)，既修又炼，修在先，炼在后，动作是修炼圆满的辅助手段。不修心性只炼动作，不能长功；只修心而不炼动作，对于性命双修的法轮功而言，身体也无法改变。

那么法轮功作者对气功的历史又是如何认识的呢？在《转法轮》一书中，有如下的阐述：「气功是史前文化……有的气功师讲：气功在我国有2千年的历史；也有的人讲有3千年的历史；有的人讲有5千年历史，和我们中华民族文明历史差不多；也有人讲，从出土文物中看，有7千年历史，远远超出我们中华民族文明历史。但是不管怎样去认识，都没有超出人类的文明历史太多。按照达尔文进化论，人类从水生植物到水生动物；然后爬上陆地；又爬到树上；再下到地上成为猿人；最后进化到有文化、有思想的现代人类来推算，人类真正出现文明也没有超过1万年。再往前推，连结绳记事都没有。那就是围着树叶，吃着生肉；再往前可能连火都不会用，完全是那种野人，那种原始人。

可是我们却发现一个问题，在世界许多地方留下了许许多多的文明古迹，都远远地超出我们人类的文明历史。这些古迹，从工艺角度看，都有很高的工艺水平；从艺术水平来看，相当高超，现代人简直都是在模倣古人的艺术，有很高的欣赏价值。可是它却是十几万年前，几十万年前，几百万年前，甚至于上亿年前留下来的。大家想一想，这不是在和今天的历史开玩笑吗？也没什么可开玩笑的，因为人类也是在不断地完善着自己，不断地在重新认识着自己，社会就是这样发展的，开始的认识不一定是绝对正确的。

可能有许多人听说过“史前文化”，也叫“史前文明”，我们就讲那个史前文明。在地球上亚洲、欧洲、南美、北美、大洋洲、非洲和南极洲，地质学家把它们统称为“大陆板块”。大陆板块形成到今天为止，已经有几千万年的历史了。也就是说，有许多陆地是从海底升上来的，也有许多陆地沉积到海底去了，稳定下来到今天这个状态已有几千万年的历史了。可是在许多大洋底下，却发现了一些高大的古代建筑，这些建筑物雕塑得非常精美，不是我们现在人类的文化遗产，那么，它肯定是沉积到海底之前建造的。那么几千万年前是谁创造了这些文明呢？那时候，我们人类连猴子还不是，怎么会创造出这么高智慧的东西？在世界上，考古学家发现了一种生物，叫“三叶虫”，它是6亿年到2亿6千万年前的产物，到2亿6千万年以后，这种生物就没有了。一个美国科学家发现了一块三叶虫的化石，上面同时还有一个人的脚印，是穿着鞋踩上去的，清清楚楚印在上面。这不是在和历史学家开玩笑吗？按着达尔文的进化论，2亿6千万年前怎么会有人呢？

在秘鲁国立大学博物馆里有块石头，石头上刻着一个人像，据考查这个人像是3万年前刻上去的。可是，这个人像却穿着衣服，戴着帽子，穿着鞋，手里还拿着一个望远镜在观察天体。3万年前的人，怎么会织布穿衣呢？更不可思议的是，他还拿着望远镜观察天体，还有一定的天文知识。我们一直认为欧洲人伽利略发明的望远镜，到现在不过才3百多年的历史，可3万年前是谁发明了这个望远镜呢？还有许许多多不解之谜。如法国、南非、阿尔卑斯山有许多岩洞的石板壁画，刻得十分逼真，活灵活现。刻上去的人，非常精美，还涂了一种矿物质颜料。可是，这些人都是现代人的装束，有点象西服，穿着紧腿裤。有的拿着烟斗一样的东西，有的拿着文明棍，戴着帽子。几十万年前的猴子，怎么能有这么高的艺术水平呢？

再说远一点的，非洲有个加蓬共和国有铀矿石，这个国家比较落后，自己不能够提炼铀，把它出口到先进国家。1972年，法国一家工厂进口了这种铀矿石。经过化验发现这种铀矿石都是被提炼过、利用过的。觉得很奇怪，就派出科技人员去考察，许多国家的科学家都去考察。最后证实这个铀矿是个大型核反应堆，而且布局非常合理，我们现在的人都不可能创造出来的。那么，什么时候建成的呢？是20亿年前，它运转了50万年。这简直是天文数字，按照达尔文进化论根本解释不了，这些事情非常多。现在科技界发现的东西足以改变我们今天的教科书了。人类固有的旧观念形成一套工作、思维方法后，很难接受新的认识。真理出现了也不敢去接受它，本能地产生一种排斥。由于传统观念的影响，现在没有人去系统地整理这些东西，所以人的观念老是跟不上发展，你一谈到这些东西，虽然它没有普及出来，已经被发现了，可有人就说是迷信，接受不了。

国外许多大胆的科学家已经公开承认它是一种史前文化，是我们人类本次文明以前的文明，就是在我们这次文明以前还存在着文明时期，而且还不止一次。从出土文物看，都不是一个文明时期的产物。所以认为人类多次文明遭到毁灭性的打击之后，只有少数人活下来了，过着原始生活，又逐渐地繁衍出新的人类，进入新的文明。然后又走向毁灭，再繁衍出新的人类，它就是经过不同的这样一个个周期变化的。物理学家讲，物质运动是有规律的，我们整个宇宙的变化也是有规律的。

我们地球的运动，在这浩瀚的宇宙当中，在银河系运转当中，不可能是一帆风顺的，很可能就碰到哪个星球上，或发生了其它问题，造成了很大的灾难。……用物理学讲物质运动是有规律的，宇宙的运动也是一样。前面讲的史前文化主要是告诉大家：气功也不是我们今天人类发明出来的，也是经过相当久远年代遗留下来的，也是一种史前文化。」

(注7)

那么气功到底是干什么的呢？人们的一致看法是祛病健身，“没有病谁练气功啊”。气功确实能治病，这是有目共睹的。

医学发展到现在，重视的多是向外界寻求保健治疗的方法。例如，不断地寻找新的更有效的化学药物代替旧的药物；利用声、光、电、热、磁等物理研究方面的新技术，研制

新型的物理检测、诊断和治疗仪器；研究新的生物疫苗以便更有效地预防传染病；利用日光浴、温泉浴、砂疗、泥疗等所谓的自然疗法等等。总而言之，如果将上述利用外界因素调整机体功能达到防治疾病目的的方法称为外部疗法的话，那么，还应当重视人体内部条件的作用。

事实证明，人的心理活动可以有效地影响机体生理功能的变化，这种变化之剧烈，甚至可以引起人体的形态实质发生改变。这种心理—生理—形态反应环节自调机制的变化可以向积极的方向发展，起到强身治病、为人类造福的作用；但也可以向消极的方向发展，给人体造成损伤，形成疾病。随着近年来一些交叉学科如心理生理学、心理免疫学等的发展，人体内部的一些奥秘逐渐被揭示出来，已逐渐证实人类可以通过自我控制和自我调整，改变自身的生理和病理状态，从而达到治病强身的目的。但是，目前对这一规律的认识和研究还是零散的、不系统的、不全面的，而且直到今天还不被大多数人普遍自觉地重视。因而，认识、掌握和利用这一规律，为人类自身的保健医疗服务，对历来多注重向外部寻找方法的治疗方式，无疑是一个重要的补充和发展，将使医学治疗方法和医学模式更加全面。而气功锻炼，恰恰就主要体现在对人体内部自调机制的开发和利用上。这种利用人体自身内部条件健身治病的方法，相对于上述外部疗法，可以称作内部疗法，也即自养其生的方法。

气功治疗疾病的作用主要是通过影响人体内部的心理—生理—形态反应环节实现的。我们知道，引起疾病的因素有许多种，其中物理、化学、生物等因素则直接伤害机体的功能或形态造成疾病。而精神刺激因素则直接影响人的心理，心理紧张通过神经和神经内分泌途径影响机体，使生理功能失调形成病变，包括免疫功能降低。严重的功能失调也可进一步造成机体形态损伤。气功锻炼中，尤其是在入静状态时，可使练功人体验到一种极其愉快的舒适感，这种美好的情绪状态，以及在这种形态下的自我主动调整，会使失调的生理功能向着协调的方向发展，甚至进一步引起病变的形态实质得到相应的修复，从而实现气功防治疾病的作用。

气功发挥作用的机制显示，气功疗法有别于由医生从外部施予患者的物理疗法、化学疗法、生物疗法等物质治疗手段，气功疗法主要是练功人通过调整自我心理来发挥其独特的作用。这种利用人体自身内部条件来防治疾病的方法，是具有重要理论意义与实践意义的自养其生的方法。

现在有许多气功师办气功班教人看病，有一个星期的，有十天的等等不一。一个从未修炼的人，仅仅参加个若干天的气功班，就能给人看病，实乃咄咄怪事。法轮功作者对此则有新的精辟的论述：“有许多假气功师抓住常人的心理，学了气功之后想要给人看病，就教你这个东西。说发气能治病，那不闹笑话吗？你也是气，他也是气，你发气就给人治病了？说不定人家那气把你给治了呢！气与气之间没有制约作用。人在高层次中修炼的时候出功了，发出的是高能量物质，这确实能够治病，能够制约病，能够起到抑制作用，可

是却不能够根除。所以真正能治病，得有功能才能够彻底治病的。每一种病都有每一种病的针对治疗的功能，光治病的功能我说都有上千种，有多少种病就有多少种功能针对去治。没有这个功能，你的手玩出花来它也不好使。

有些人这些年当中把修炼界搞得很混乱。真正出来祛病健身的那些气功师，一开始出来铺这条路的气功师，哪有教人家治病的？都是他给你祛病或者是教你如何如何去修炼，如何如何去锻炼身体，教你一套功法，然后你自己通过锻炼祛病。后来假气功师出来搞得乌烟瘴气，谁想治病就会招来附体，一定是这样的。当时环境下也有一些气功师看病，那是为了配合当时那种天象。可是，它不是常人中的技能，不能永远保持下去，是那个时候的天象变化所造成的，就是那一个时期的产物。后来搞什么专门教人家治病，就乱来了。一个常人三天、五天就能治病了？有人说：我能治这个病、那个病。我告诉你，凡是这样的都是带有附体的，你知道你身后驮个什么东西？你有附体，你自己没感觉，你不知道的，你觉得挺好，觉得自己有本事。

真正气功师得经过多少年的苦修，才能够达到这样一个目的。你给人治病的时候，你想想你有没有这种强大的功能给人消除这个业力？你得到过真传没有？你三天、两天就能治病了？你一个常人的手能治病吗？但是这些假气功师他抓住你的弱点了，抓住人的执著心，你不是追求治病吗？好，他办个治病班，专门教你治疗手法。什么气针呀，什么光照法呀，排呀，补呀，什么点穴呀，什么一把抓啊，名堂挺多，目的是搞你的钱。”（注8）

同时在中国，现在有许多地方搞起了气功门诊、康复中心等。对此法轮功作者也有过精辟的分析：“有人不了解气功，实质上，气功看病不能够象常人中的治疗方法一样，它不是常人中的技能，它是一个超常的东西。那么超常的东西如果大面积地干扰常人社会，那能允许吗？……在修炼中的人出于慈悲心，你没有那么大的力量能够彻底解决这个问题的时候，允许你看病，因为你出了慈悲心了，允许这样做。可是你要是真正能够解决这样的问题，大面积解决那就不行了。那你就严重地破坏常人社会状态，就不允许了。所以气功代替常人的医院是根本不行的，它是超常中的法。

如果就在中国这个地方搞起气功医院来，假如允许这么干，大气功师都出来干，你看看是什么样子？不允许这样干的，因为都维护常人社会这个状态的。如果搞起气功医院，搞起气功门诊、康复中心、疗养胜地，一旦搞起之后，那个气功师治病就一落千丈，治疗效果马上就不行了。为什么呢？因为他搞了常人中的这个东西了，就必须得和常人的法是一样高的，和常人的状态处于一个层次当中，它的治疗效果得和医院一样。所以治病就不行了，他也讲起什么治病要几个疗程，往往都是这样的。

气功不管它搞医院也好，不搞医院也好，气功能够治病这一点是谁也抹煞不了的。气功在社会上普及这么长时间了，有多少人通过炼功确实达到了祛病健身的目的。管他是被气功师把病推移了也好，怎么也好，反正那个病现在是没有了，也就是说气功能治病是谁也抹煞不了的。多数找气功师看病的，都属于疑难病，是到医院看不好，上气功师那儿碰

碰大运，结果治好了。在医院能治好了的都不找气功师，尤其开始的时候，人们都这样认识的，所以气功是可以看病的。它只不过是能够象常人社会中的其它事情那样去做。大面积地干涉是绝对不允许的，小面积的或者没有什么太大影响的，无声无息地搞可以允许，但不会彻底地使病好，也是肯定的。自己用气功锻炼祛病最为好。”(注9)

这里洞见了一个奥秘，即气功可以治病，但不能将病彻底治好，它只能给你把这个病暂时抑制住，或往后推移了一下。因为患病的根本原因是有力存在，而一个人的力是不允许随便给削掉的，且一般的气功师也没有那么大的威德。

那么气功是干什么的呢？法轮功作者讲道：「气功就是修炼。……既然气功有这么悠久的历史了，到底是干什么用的呢？我告诉大家，我们这是佛家修炼大法，当然就是修佛的；那道家当然是修道道了。我告诉大家，这个“佛”不是迷信。这个“佛”是梵语，古印度语。当时传入我们中国的时候两个字，叫做“佛陀”，也有把它译作“浮图”的。传来传去，我们中国人就省略了一个字，把它叫成“佛”了。翻译成中国话，是什么意思呢？就是觉者，通过修炼觉悟了的人。这里哪有迷信色彩？

大家想一想，修炼是可以出特异功能的。现在世界上有六种功能被公认了，还不止这些，我说真正的功能有上万种。人坐在那里，不动手不动脚，就可以做人家动手动脚都做不来的事情；能看到宇宙各个空间的真正的理，看到宇宙的真象；看到常人看不到的事情。这还不是个修炼得道者？还不是个大觉者吗？能是和常人一样吗？还不是个修炼觉悟了的人吗？叫觉者不对吗？翻译成古印度话就是佛。其实就是这样，气功就是干这个用的。」(注10)

这里首次阐明气功就是修炼，但为什么不叫修炼而叫气功呢？作者指出因为气功在“文化大革命”中期就开始了，到后期就进入高潮了。那时的极左思潮是相当严重的，在本次人类文明发展进程中，它经过了一个封建社会，所以往往带有封建色彩很浓的名字。与宗教有关的，往往带有宗教色彩很浓的一个名字。比如：什么“修道大法”、“金刚禅”、“罗汉法”、“修佛大法”、“九转金丹术”等。若在“文化大革命”时叫出来，不得挨批斗吗？尽管气功师普及气功的原望是好的，为广大群众祛病健身，提高人们的身体素质，那也不行，人们不敢去这样叫。为了普及气功，就从丹经道藏中断章取义地拿出两个字，叫做“气功”。并进一步阐明了为什么炼功而不长功？因绝大多数人的想法是：我练功没有得到真传，哪个老师叫我点绝招，来点高级的手法，我这功就上去了。作者指出这是错误的：「因为气功不是常人中的技能，它完全是一种超常的东西，那么就得起用高层次的理来衡量它了。功上不去的根本原因：“修、炼”两个字，人们只重视那个炼而不重视那个修。你向外去求，怎么也求不到。你一个常人的身体，常人之手，常人的思想，你就想把高能量物质演化成功？就长上来了？谈何容易！叫我看就是笑话。这就等于向外去求，向外去找了，永远也找不到。这不象我们常人中的什么技能，你花点钱，学点技术，就学到手的。这可不是这么回事，它是超出常人这个层次的东西，所以对你要用超常的理

去要求。怎么要求呢？你就得向内去修，不能向外去找。多少人都在向外去求，今天求这个，明天求那个，并且抱着执著心追求功能，各种目的都有。有人还想当气功师，还想治病发财呢！真正修炼得修炼你这颗心，叫修心性。比如说，我们在人与人的矛盾中，把个人的七情六欲、各种欲望放得淡一些。为了个人利益去争去斗的时候，你就想长功，谈何容易！你这不是和常人一样了吗？你怎么能长功呢？所以要重心性修炼，你的功才能长上来，层次才能提高。」（註11）

心性的修炼，那首先就是要去掉常人的各种执著心，但是绝大多数的练功人都是为了祛病健身才练功的，不清楚练功必须要重德，所以练功时，不管是在家里，还是在公园等地，虽非常认真刻苦，可练完功一回到常人社会中，便又我行我素，追求名利了。这样练功是不会祛病的，气功界历来讲练气功要取得好的效果，练功人必须要达到入静状态。所谓入静状态，一般气功界的认识那就是练功人发挥意识能动性，放松心身，排除杂念，使意识逐渐由清醒进入到一种似睡非睡、似醒非醒状态的过程。放松心身与排除杂念主要靠自己暗示的方法。这种似睡非睡，似醒非醒的入静状态的心理生理学机制，乃是一种自我暗示与自我催眠。入静较深时，练功人仅知道自己是在炼气功，大脑除自知炼功这一区域保持清醒兴奋外，其它部分则进入主动的类似睡眠样的高效率的休息抑制状态。但法轮功作者对入静问题却有其独到的深奥哲理，他阐述道：「有许多人练功入不了静，……为什么静不下来呢？有的人不理解，认为有什么诀窍，他就找名师：教我点什么高招，就能静下来。要我看，还是向外去求了。你要想提高你自己，你得向内去找，在你这颗心上下功夫。你才能够真正地提高上来，打坐中你才能静得下来，能静得下来就是功，定力多深是层次的体现。

常人随便能静得下来吗？根本就静不下来，除非根基很好的人。也就是说，人静不下来的根本原因，不是什么手法上的问题，不是因为有什么绝招儿，而是你的思想、你的心不净。你在常人社会当中，人与人之间的矛盾，为了个人利益、七情六欲、各种欲望的执著，你跟别人去争去斗，这些东西你都放不下，不能够把它看淡，你就想静得下来，谈何容易？有人在那炼功说：我就不信，我得静下来，不能乱想。刚说完，又翻出来了，是你那颗心不净，所以你就静不下来。

有的人可能不同意我的观点：有的气功师不是教人家采取什么手法吗？可以守一、观想、意守丹田、内视丹田或者是念佛号等等。这是一种方法，但它不只是一种方法，它是一种功夫的体现。那么功夫就和我们修炼的心性，和我们提高的层次就有直接关系了，他也不是专一地采用这个方法就能静下来的。不信你试试，你各种欲望、执著心太强盛了，什么都放不下，你看你能不能静下来。有人讲念佛号好使，念佛号你能够达到入静吗？有人讲：阿弥陀佛的法门容易炼，念佛号就行。你念念试试？我说那是功夫，你说容易，我说不容易，哪一法门也不容易。

大家知道释迦牟尼讲“定”，在“定”之前他讲什么？他讲“戒”，把一切欲望、瘾

好全部戒掉，什么都没有了，才能定得下来。是不是这个道理？而“定”也是功夫，你一下子也达不到完全戒的程度，慢慢随着戒掉一切不好的东西的时候，定力也会由浅入深。人念佛号要一心不乱地念，心里什么都不想，把大脑其它部分都念木了，什么都不知道，一念代万念，“阿弥陀佛”的每个字都能显现在眼前。这不是功夫吗？一上来就能达到这一点吗？达不到，达不到就肯定不能入静，不信就试一试。嘴里在那里一遍接一遍地念，心里什么都想：我们单位领导怎么这么看不上我，这月奖金给我这么少。越想越气，气得够呛，嘴还在念佛号呢，你说能炼功吗？这不是个功夫问题吗？这不是你自己心不净的问题吗？有的人天目开了，可以内视丹田。因为人的小腹部位聚集的丹，那个能量物质越纯就越亮，越不纯越发乌、发黑。内视丹田看那个丹能入静吗？入不了静，不在方法的本身，关键是人的思想、意念不清净。你内视丹田，看那丹亮晶晶的挺好，一会儿这个丹就变了，就变成了房子。“这问我儿子结婚用，这问我姑娘住，我们老两口住这间，中间是客厅，太好了！这房子能不能给我呀？我得想办法把它要下来，怎么办呢？”人就执著于这些东西，你说你能静得下来吗？……

你静不下来的原因，是因为你的思想没有空，你没有那么高的层次，那是由浅入深的，与层次提高是相辅相成的。你放下了执著心，你的层次也上来了，你定力也加深了。你想通过什么手法、方法去静，我说那都是向外去求了。而练功恰恰走偏，走了邪道了，就是指人向外去求。特别在佛教中，你要向外去求，他就说你走魔道。而真正修炼要炼那颗心，你只有提高心性的时候，你的心才能够达到清静、无为；你只有提高心性的时候，才能同化我们宇宙的特性，去掉人的各种欲望、执著心、不好的东西，你才能够把自身不好的东西倒出去，你才能够浮上来。不受宇宙特性的制约，你的德这种物质才能转化成功，那不是相辅相成的吗？就是这么个道理！」（注12）

总之，上面所述归为一句话，那就是炼功者必须首先要“修心”。不修心而一味炼动作的话，将会带来一个非常严重的问题。这就是附体。法轮功作者对此做了非常深入浅出的论述：“有人讲练功开发特异功能，其实不是开发特异功能，那个特异功能就是人的本能。只不过是随着人类社会的向前发展，人越来越着眼于我们这个物质空间有形的东西，越来越依赖于我们现代化的工具，所以我们人的本能就越来越退化，最后使这种本能完全消失了。要想有功能，还得经过修炼，返本归真，把它修出来。而动物没有这么复杂的思想，所以它和宇宙特性是沟通的，它是有先天本能的。有的人讲动物会修炼，说狐狸会炼丹，那个蛇等等会修炼。不是它会修炼，初期它也根本不懂得什么练不练的，就是它有先天的那种本能。那么在特定的条件下，特定的环境下，时间长了可能就发挥了效应，它能够得功，还能够出现功能。

这样一来，那么它就有本事了，我们过去讲得了灵气了，有了本事了。在常人看来，动物如何如何厉害，可以轻易地左右于人。其实我说不厉害，在真正的修炼者面前，它什么也不是，你别看它修了千儿八百年了，还不够一个小指头捻的。我们讲动物有这种先天

的本能，它能够有本事。可是我们这个宇宙中还有个理，就是不许动物修成。所以大家看到古书中写着，几百年要杀它一次，一大劫一小劫的。动物到一定时间要长功，就要消灭它，打雷劈它等等，不准许它修炼。因为它不具备人的本性，它是不能够象人这样去修炼的，没有具备人的特点，它修成保证就是魔，也就不允许它修成，所以要招天杀的，它也知道这一点。可是我讲了，人类社会现在大滑坡，有些人无恶不作，到这种状态的时候，人类社会不危险吗？

物极必反！我们发现人类社会在史前时期每次不同周期毁灭时，都是人类处于道德极其败坏的情况下发生的。现在我们人类生存的空间和许多其他空间，都处在一个极其危险的境地上，在这个层次当中的其它空间也一样，它也要赶紧逃离，它也想往高层次上上，提高层次它就以为可以逃离。可是谈何容易？要想修炼，就必须得有人体，所以就出现了练功人，被附体是其中一个原因。……有些人你看他练功，其实都叫附体得了。为什么招来附体了？全国各地练功的人，有多少人身后有附体的？要讲出来很多人会不敢练功，为数相当吓人的！那么为什么会出现这么一种状态？这些东西在祸乱常人社会，怎么会这么厉害的现象？这也是人类自己招来的，因为人类在败坏，到处都是魔。尤其那些假气功师身上都带有附体，他传功就是传这个东西。在人类历史上都不允许动物上人体的，上来就要杀它，谁看见都不允许的。可是在我们当今社会里有人就求它、要它、供它。有人想了：我没有明确求它呀！你没求它，可你求功能，正法修炼的觉者能给你吗？求就是常人中的执著，这种心是要去的。那谁能给呢？只有其它空间的魔和各种动物能给，那不等于是求它了吗？它就来了。

有多少人抱着正确的想法去练功的？炼功要重德，要做好事，要为善，处处事事都这样要求自己。在公园里练也好，在家里练也好，有几个人这样想的？有的人也不知道他练的什么功，一边练着，悠荡着，嘴里还讲：啊！我那个儿媳妇就是对我没孝心；我那个老婆婆，她怎么那么坏！有的人还从单位叨到国家大事，没有他叨不到的，不符合他个人观念的还气得不行。你说这是炼功吗？还有人练功在那练站桩，累得腿直哆嗦，可是他脑子没有闲着：现在的东西都这么贵，物价也涨了，我们单位也开不出工资来，我怎么就不能练出功能呢？我练出功能来，我也当个气功师，我也发财了，我也给别人看病赚钱了。他一看别人出了功能，他就更着急，他一味地追求功能，追求天目，追求能治病。大家想一想，这和我们宇宙中的特性，真、善、忍相差多远哪！整个都是背离的。说严重一点，他在练邪法！可是他是不自觉的。他越这样想，发出的意念越坏。这个人他不得法，他不知道重德，就以为练功通过手法就可以练出功来的，他想要什么就能够追求出来，他以为是这样。

就是因为自己的思想不正，才招来了不好的东西。那个动物可看见了：这人想练功发财；那人想出名，想得功能。好家伙，他这个身体还不错，带的东西也挺好，可是他的思想可真坏，他追求功能呢！可能他有师父，不过他有师父我也不怕。它知道正法修炼的师

父看到他这么追求功能，越追求越不会给，正好是执著心要去的。他越有这个想法，就越不给他功能，他就越不悟，越追求想法越不好。……动物知道，他有师父也好，有过路师父也好，他所追求的东西，他的师父不能给。因为动物看不见大觉者所在的空间，所以它也不害怕，它钻了一个空子。我们宇宙中有个理，他自己追求的，自己想要的，别人一般情况不能干涉，它钻了这样一个空子：他想要，我给他，我帮他这不是错吧？它给。它一开始不敢上，它先给他点功试试。他有一天突然的真追求来功了，还能治病了。它一看挺好，就象演奏的乐曲来个前奏：他愿意要，那么我就上去吧，上去给得多，给得痛快。你不是要天目吗？这回什么都给你，它就上来了。

他那追求的思想，正追求这些东西，天目开了，还能发出功来了，还来点小功能。他可高兴坏了，他以为自己终于把这个东西追求来了，练出来了，其实，他啥都没练出来。他觉得他能够透视人体了，能看到人身体哪有病了。其实他天目根本就没开，是那个动物控制了他的大脑，那个动物用自己的眼睛去看，往他的大脑上反映，他就以为自己天目开了。发功，你发吧，他一伸手发功的时候，那动物的小爪子从他身后边也伸出来；他一发功的时候，那个小蛇脑袋吐着芯子，就往那病处、那个长包的地方用舌头一舔一舔的。就这一类的相当的多，这些人的附体都是他自己求来的。因为他追求，他想发财，想出名。好，这功能也有了，也能治病了，天目还能看见了，这他就高兴了。动物一看，你不要发财吗？好，我让你发财。一个常人的大脑被控制那简直是轻而易举的事情。它能控制很多人来找他看病，多多地来。好家伙，他这边给看着病，而那边，它指使报社的记者上报纸宣传。它控制着常人在做这些事情，哪个来看病的人要给钱少了都不行，让你脑袋疼，反正你得多给钱。名利双收，财也发了，名也出来了，这气功师也当上了。往往这些人不讲心性，什么都敢说，天老大，他老二。他敢说他是王母娘娘、玉皇大帝下凡，他都敢说他是佛。因为他没有真正经过心性的修炼，所以他练功就追求功能，结果就招来了动物附体。”（注13）

现在这一类带附体的假气功师非常多，所谓发功治病都是附体在做，它发出功来去治病，如果没有附体还不能够骗人。但是这些狐黄白柳附在假气功师身上，给人看病，让假气功师又得名又得利，这是为什么呢？法轮功作者告诫人们，我们这个宇宙有一个理：叫做不失者不得。它得什么呢？他就是要得假气功师身体的精华。人体的精华就一份儿，附体离开得早，则变得弱不禁风，有个头疼脑热流感的，准挨上。去医院也检查不出原因，被认为是身体“弱”，但这个弱是永远也改变不了了。要是离开得晚，那就成了一个植物人。这就是当今社会“气功师”越来越少的主要原因。在气功高潮时，假气功师比真气功师要多出几十倍几百倍。炼气功打通了经络，那应该是体态丰满、红光满面，可你看那些假气功师，撮腮帮、瘪太阳，脸色青黑，一副未老先衰的样子。就是因为不重德，一味追求名利，最后招来附体所致。

修炼心性是关键，功力高低全靠心性的实修和苦修。法轮功之所以被称为高层

次修炼大法，就是因为法轮功的修炼直指人心，它要求练功人按照宇宙的特性“真、善、忍”去修炼。而宇宙特性“真、善、忍”这一独到的真知灼见，则是世界上从来没有人提出来的。“真”那就是要讲真话，要诚实，做实事，修真养性，返本归真。“善”那就是要求练功人首先从常人中的好人做起，成为一个善者，做到慈悲心常在，无怨无恨，以苦为乐，进而升华到做事先想到别人，修成无私无我，先他后我的境界。“忍”在法轮功中要求很严，首先要做到打不还手，骂不还口，平时总保持一个慈悲的心理、祥和的心态。并以古人韩信“胯下受辱”这一典故论述忍不是懦弱，恰恰须要顽强的毅力。修炼人就应该把世上的事看得淡一些，把一切看得淡才能心胸宽阔，才能做到不计常人得失，坦坦荡荡。当然这里还有个“德”的转换问题，留待下一篇探讨。

练气功要重道德，要严于律己，宽以待人，对自己负责，对社会负责。在社会上遵纪守法，诸恶不做，一心向善。现代人很难能听进这些话了，“人不为己，天诛地灭”都当成了座右铭了。可是，无论人类的道德如何低下，天理是不以人的意志为转移的。人因为有道德才成为人，动物不能称为人是因为它们没有人类的道德规范。如果人类没有了道德，那和动物有什么区别呢？所以练功的人一定要重德，重心性的修炼，否则光练那几个动作还不如去健身。有许多练气功的人，为什么总不能祛病呢？原因就在这里：不注重心性的修炼。一走出练功场，便我行我素了。特别是在这个客观世界的物质生活中，会遇到种种矛盾、困难、冲突……，个人的切身利益受到损害，财物和金钱的得与失，人与人之间发生勾心斗角的忌恨，诸多的社会纠纷和家庭矛盾等等。这人世间的恩恩怨怨，是是非非，无时无刻地在检验着练功人的心性标准。因为气功是修炼，没有比这更严肃的事了。

(注1)『辞海』(下) p3819辞海编辑委员会编 上海辞书出版社1989年

(注2)『汉语大词典』(6) p1026罗竹凤主编 汉语大词典出版社1990年

(注3)「气功与道」 张映雪 <http://www.qgren.51.net>

(注4)「什么是“气功”?!」 何斌辉 <http://www.qigongchina.com>

(注5)「人体科学与现代科技发展纵横谈」钱学森著p119 120 《中国气功科学》

(注6)『转法轮』李洪志著p344 中国广播电视出版社1994年

(注7) 同上p14—19

(注8) 同上p249—251

(注9) 同上p255—257

(注10) 同上p19—20

(注11) 同上p23

(注12) 同上p307—310

(注13) 同上p100—106

参考资料

- 1、『转法轮』李洪志著 中国广播电视出版社 1994年
2. 气功人 <http://www.qgren.com>
3. <http://www.qigongchina.com>