

对《内经》中，“客气——寒气”之说的一点探讨

徐军

徐军推拿室

DOI:10.12238/fcmr.v6i3.9239

[摘要] 为什么人体会感觉到十分强烈的“寒气”呢？那是“阴，其性寒”。就像温度在零下时，棉花、竹木、石头、金属铁器，给人的温度差异是很大的一样，零下的棉花握在手上暖和，零度以下的铁块摸上去却特冷，因“阴，其性寒”的特性，所以古医家就认为，体内聚集的“阴”为“客气——寒气”了。这是一个让中医数千年，没有发展的误区！

[关键词] 内经；客气；寒气；阴凝；阳升

中图分类号：R221 **文献标识码：**A

A Discussion on the Theory of "Politeness – Cold Qi" in the Inner Canon

Jun Xu

Xu Jun Massage room

[Abstract] Why does the human body feel a very strong "chill"? That is 'yin, its nature is cold'. Just like when the temperature is below zero, the temperature difference between cotton, bamboo, stone, and metal iron objects is significant. Cotton that is below zero feels warm in the hand, while iron blocks below zero feel extremely cold. Due to the characteristic of "yin, which is cold in nature", ancient medical practitioners believed that the "yin" gathered in the body was "polite-cold qi". This is a misconception that has prevented the development of traditional Chinese medicine for thousands of years!

[Key word] Inner Canon; Politeness; Cold Qi; Yin Ning; Yang Sheng

引言

我对传统文化，有与生俱来的偏好。把一生所学、所精研的东西写下来，交给子孙后代，是我的人生目标和使命。人的一生就是一个从小到大，从热到冷，从软到硬，从纯阳到纯阴的过程。

1 阴阳相伴

人出生时纯阳之体，阴伴阳而生，阳生发之机，阴随阳的生长而壮大。在人这个皮囊内，阳主生发，阴主聚敛而形成，所以阳的生发一直受阴的抑制，十几、二十多岁后，筋骨开始缓慢定型和退行，阴长阳消，直至纯阴。

1.1 《内经》中讲：客气客于……

《内经》第三十九篇《举痛论》中写道：“寒气客于脉外则脉寒……寒气客于经脉之中，与灵气相薄……寒气客于肠胃之间，膜元之下……寒气客于脉中……寒气客于夹脊之脉，则深按之不能急及，故按之无益……厥气客于阴谷，寒气上及少腹……，寒气客于小肠膜原之间……寒气客于五脏，寒气客于小肠……”。《内经》认为人体有“客气——寒气”，是“寒气”客

居于身体的不同部位了，所以人体的疾病就会出现在不同的“好发位置”。

1.2 疾病的好发位置

人体为什么会有好发位置呢？这可能和遗传和生活习性有关。首先，人生病的根源是气血在体内运行时，就带有某种定向定位的杂物，比如痔疮，在人体内运转的气血里，就一定有隐藏着痔疮的病根，然后才会一定的年龄一定的位置发病。而许多疾病的积累、产生、发病，都有一定的时段。这就是说，人体疾病的病因相似，患病位置不同罢了，千百年来，“客居”体内“寒气”致病之说，一直流传至今，大谬矣！

1.3 所谓“寒气”，是阴聚阴凝阴结

“寒气”来源于人体的一种感觉。当人体之阴在人体的若干个局部占据上风，局部肌肉群出现僵硬结板，影响气血流转，疲软无力或伴有肿痛时，人总会时刻体察到那股“寒气”在体内，在皮下筋膜中的活动。有时老寒腿、漏肩风、网球肘、宫寒、颈部腰部怕冷等不同病灶，会出现人越老“寒气”越重的感觉。其实那股“寒气”客居于某个部位，是体内之阴聚集得比较多的

缘故。体内之阴聚集积厚,日久成疾,会由少到多,由轻到重,由内发外。

阴具有收敛,凝聚的特性,当阴由少到多的凝聚在骨面,肌肉、筋膜、皮肤、脂肪、气血之中的时候,就会在人体出现不同程度的僵硬结块或肿痛,这个现象的多少,因人的体质、遗传、生活习性而异,因部位不同而异,因阴阳消长而异,因人的保护意识及保护措施的强弱而异。

1.4阴,其性寒

为什么人体会感觉到十分强烈的“寒气”呢?那是“阴,其性寒”。就像温度在零下时,棉花、竹木、石头、金属铁器,给人的温度差异是很大的一样,零下的棉花握在手上暖和,零度以下的铁块摸上去却特冷,因“阴,其性寒”的特性,所以古医家就认为,体内聚集的“阴”为“客气——寒气”了。这是一个让中医数千年,没有发展的误区!

1.5“腰肌劳损”是中老年病,治疗方法就是升阳散阴

在我长年的使用《横推法》技术推拿实践中,充斥着患者主诉的“寒气”病症,都讲自己体内的某个部位的“寒气”如何如何,其实是人体的腰肌劳损、老寒腿、漏肩风、偏头痛、颈部僵硬,背脊部位的僵硬结板、宫寒等,中老年的筋骨痛症,是局部阴盛聚而成结的作用,而与“寒气”无关。年龄越大,症状越重,只能说是和年龄有关。我对这种现象,起了个名称,称为“中、老年病”,因为小孩即使受冻受寒受凉,也不会出现上述症状。所以,按摩师要十分重视这个规律,才能在按摩过程中,有的放矢,增强效果。阴盛于阳,其阴性寒,通过对软组织层层推、揉、搓、拨,散其瘀结,促使气血流注加速,患者自觉手过处,局部体温升高,肢体柔和,慢慢感觉“寒气”无影无踪了,这是“阳升阴散”而已。

2 推拿治疗“逆天而行”

《内经》中讲,人的局部的疼痛,是由于“寒气客于脉外,经脉、肠胃、挟脊、厥阴、脉冲,阴股、少腹、小肠、膜原、五脏……”等部位引发的,所以后来的医家皆遵从“寒气”客于人体之中某些部位这个“假说”。治法则以去除“客居寒气”为目标了。因人体内部不可能容客“寒气”,这就出现了,常见的腰肌劳损,背部骨骼肌僵硬结板无药可医了。许多一处或多处筋结、筋索、筋核、骨面上软组织肿痛的中老年患者针药效微,在求医的路上越治越重,消耗了无穷的人力财力。《内经》认为医疾患如去污,如解结,如烫雪,如洗衣,我认为去寒如弹僵硬结板使用已久的棉花胎。当我们明白了,体内无“寒气”这个道理后,许多问题都会迎刃而解。推拿保健,“逆天而行”且无需针药。

古人把中老年人逐渐加重的皮肤、脂肪、筋膜、骨面上、骨关节周围的软组织肿痛,背部骨骼肌僵硬结板,怕冷等统称为劳损。“劳其形,损其气”。人到中老年,“肢体损于外,气血伤于

内”,必然会影响到神经系统,而局部软组织与神经系统的病症,近似于西医学的综合症。所以,推拿按摩疼痛时,必定是“局部与整体并重,外伤与内损兼顾”的。人的阴聚凝实致痛,是顺乎自然的结果,不以人的意志为转移,推拿按摩,逆天而行是从“天老爷手中抢人”。

2.1推拿治劳损,如弹用旧的棉花胎

许多中老年人筋骨疾病,是不可避免不可延缓的,推拿的过程如同弹旧棉被胎,“中老年人”全身或局部肌肉筋膜,会逐年产生程度不同的僵硬结板及肿痛,就如同使用已久的棉被胎。所以,用《横推法》技术,把患者全身或局部病灶揉透,消散结节,如弹旧的棉被胎一样,就显得十分必要了。《内经》中讲,人上五口之家,总会有一个患筋痛症。我在实践中发现,中老年人群中,患有不同部位,不同程度筋骨痛症的人,远远高于这个数字。许多人的病痛早就埋在身上,“闷”在不同的“好发位置”,当到达一定的年龄和外部诱因,就会加重显现,许多部位就会慢慢出现轻型、中型、重型以及极重型的发展症候。歌诀讲:“去意如水,气血在运转时,会在人体低凹或转弯处留下致病的因素”,“气血精微物质的劳损为里症,局部病痛为表症”。

2.2许多病都有好发位置,尽管发病的位置不同,但发病的原因相似

说自己不痛的中老年人有,但很少,其实按拨人体“好发位置”,这些平时说自己不痛的人都会显示出痛苦的病灶。这些个病灶,在发病的时候,会呈现出轻型、中型、重型甚至极重型的症状,气血的劳损为里症,局部的酸、痛、胀、麻等为表症而已。而针对患者不同的病灶,使用《横推法》技术,由表及里,由浅入深,由若干个局部层层推揉弹拨肌筋膜,揉散患者局部或全身僵硬结板肿痛的骨骼肌筋膜后,那些被推揉的中老年人患者,全身肌肉群的弹性得以增加。这是立竿见影的增阳化瘀之法。

2.3简单介绍几个案例,供参考

现在简单介绍几个案例,供同行们参考。

案例一:张宁扣,女,54岁,兴化市垛田街道张皮村村医,两个月前连续做过两次腹部手术,全身体质极虚极弱,轻轻点按探查腹部,满腹酸痛,周身怕冷,体重不到80斤重。到我《徐军推拿》工作室,请我为其推拿,前后经过两个月的推揉弹拨其全身骨骼肌及肌筋膜。张宁扣身体日渐好转,怕冷现象消失,迅速痊愈,继续上班了。

案例二:赵女士,48岁。其婆家为当地名医,一家人开了六所针灸门诊。赵女士自从嫁到婆家,即行针灸、放血、针刀等治疗,累计针刺穴位十几万次,放血一百多次,针刀数十次,前后二十多年,病情逐年加重。2017年来我处求诊。时值初夏,赵女士还穿着棉皮鞋,长衫长裤,走路移儿移的,说话鸡儿鸡的,双足踝关节僵硬不能转动亦不能伸屈,点按腹部酸痛难忍,脊中也是酸

痛异常,全身压痛,四肢畏寒怕冷。经我用《横推法》推揉按拨全身肌筋膜,旋动骨关节,一个月时间,可穿单衣着裙装出行,后继续推揉半年痊愈。

案例三: 红星水产村,水鬼吴保发(一生从事水上作业),男,63岁时,患腰椎间盘突出症,后突出部位与椎体生成骨融合,不能行走站立,在地爬行九个多月,被南京某大医院退诊,其时吴宝发四肢及后背冷硬日夜疼痛难忍。经其妹介绍,求我为其推拿。吴俯卧位,我立床侧在患者腰部,用叠掌式,按压其患处,震颤病灶,在震颤到第六下时,略感手下有骨动的感觉,遂发短劲震颤,听其腰椎部位传来咔咔之声响,吴宝发当即感到腰腿松动,旋即在扶助下,下地行走,连续推拿70多天,诸多症状消失痊愈,后继续从事养鱼贩鱼工作,一直到去年,吴宝发82岁时,还送了几条鱼给我尝鲜。

案例四: 吴某,女,35岁,患空腹症请我推拿。吴女士四处求医,三年无果。我为其第一次揉腹时,我的手刚按到患者肚皮,立即发现,皮下空空,直接到腹壁,吓了一跳,后连续点按揉搓腹部二十天,吴某面色红润,没有怕冷的现象了,吴某痊愈。随访,饮食、经血正常。

案例五: 刘凤敏,女,38岁,周身痛且微肿,怕冷,时觉体内有寒气在走窜,我对其脚心拍了一掌,一直痛到头顶,经推拿五个月痊愈。二十多年来,刘女士常来我店,做推揉保健。

案例六: 李升,34岁,脑外科博士,医生,在本市第一人民医院脑外科工作,天生髋关节半脱位,曾于六岁在上海医院手术,24岁又在南京手术,两次手术均告失败。症见右侧髋关节以下萎缩,右腿僵直,可以触摸到已经骨化的筋索。经我二十七天的推揉按旋拨动,最后对其右侧髋关节行分离复合手法,即告痊愈,李医生一家喜出望外。

案例七: 陆平,47岁,银行会计,陆女士从18岁顶退上班开始,就四处求医,全身筋骨痛,怕冷,久治不愈。陆女士俯卧位在床,我在其骨盆上拍了一下,其酸麻一直冲击到双脚,难受到极点,经三个月推拿痊愈。

案例八: 陆玉兰,女,53岁,双膝骨性关节炎,伴髌骨软骨软化症,已略有变形,肿痛,关节腔积水,伸屈不利,经半年推揉痊愈,现在在消防中队做厨娘。

案例九: 蒋爱华,男,44岁,炼油厂厂长。脊中酸痛,十分怕冷畏风,十五年以上,近年病情加重。经我推拿三个月好转,又三个月痊愈。

案例十: 陈师娘,43岁,双侧冻肩,见症时,患者胸部以上,包括头面部肌肉萎缩,双臂不能动弹,特别怕冷,痛苦异常。2010年,经我推拿40天好转,上半身的肌肉全部长起来了,又推揉20天痊愈。

案例十一: 赵建兰,女,37岁,腰椎间盘突出多节段突出,三节中央型椎间盘突出,不能行走,坐卧困难,睡下后翻不动身。经推拿

70天痊愈。

案例十二: 王兆国,男,55岁,颈椎病,手触颈部时,木粗粗的肿胀,坐卧困难,畏寒怕冷,疼痛异常。1998年经我推揉二十天痊愈。

案例十三: 蔡宽义,男,56岁,2021年6月来我店推拿,患者不能仰卧,右侧不能朝下受压,左侧卧十几年,右侧肋骨疼痛,异常怕冷,经推拿20天好转,又20天痊愈。

案例十四: 李升之父,73岁,二十四年前车祸,右臂肘部肿胀十分厉害,肘部只能做小幅度的伸屈,怕冷,经我推揉20天痊愈。

案例十五: 余女士,37岁,全身疼痛,全身皮肤可高高提起,皮下骨骼肌僵硬,全身骨骼肌皆收紧在骨骼上,肌肉呈坚实状态无弹性,周身畏寒,时觉有寒气在体内走窜。我用《横推法》为余女士推揉三个月,患者全身肌肉的弹性完全恢复即告痊愈。

案例十六: 苏月娥,女,47岁,全身性劳损严重,伴腰椎间盘突出膨出症,腰胯下肿胀明显,行走困难,裆部肿痛不能行房,下肢怕冷,经推拿揉拨70天痊愈。

案例十七: 孔庆元,男,51岁,埭田孔戴村脱水厂厂长。颈椎肿痛难忍,转动困难不能俯仰,背硬异常。经我一个月的推揉后诸症尽消,65岁时,背部肌肉酸痛症,又来求诊经十天推拿痊愈。

案例十八: 解玉根,男,58岁,卖油条的,颈肩臂怕冷,遇寒即痛,经我揉20天痊愈,近四年身体一直健康。

案例十九: 沈长海,男,59岁,新埭镇人,患髌骨软骨软化症,双膝伸屈疼痛15年以上,近年加重请我推拿。体诊: 背硬如木木然,敲之有啵啵之声,腰腿压酸,双膝蹲起不利。经我40天的推治,大有好转,又推揉30天痊愈。

案例二十: 吴汝桥,男,58岁,小元肌酸痛,有粗起的筋索数条,手臂、腕肿痛,背肌力差,酸软,气血不足不畅,我认为是劳损所致,用《横推法》揉治15天好转,又20天痊愈。

案例二十一: 王正福,男,57岁,腰酸背痛,全身多处压痛,夜痛甚,诊断为劳损引发的“伤力痛症”。我用《横推法》加拨筋、敲脊手法,两个月结束治疗,患者痊愈。

案例二十二: 陈步美,男,38岁,劳损严重,伴腰椎3-4, 4-5两节膨出,退伍军人,职业司机,开一会儿车,下车都很困难,发病近一年,经我推拿两个月痊愈,又继续开车了,随访15年未发。

案例二十二: 荀嵩,男,45岁,山东人,在兴化热电厂工作,背硬如木,有时夜痛,经我推揉十二天,背后肌肉松软,有弹性,夜痛消失。

案例二十三: 邹杰巧,女,56岁,颈椎变性肿,头晕异常,近年常发病,经手摸测定,颈椎胸椎均有压痛,为脊中痛症,为劳损一种,用《横推法》加拨筋法为其推拿30天好转,共40天痊愈。

案例二十四：周德平，男，38岁，右臂疼痛，肱二头肌痛甚，多方治疗无效。我用《横推法》为其推拿20天好转，又十天，周无不适，无痛感，喜出望外。

案例二十五：何学红，男，货车司机，28岁，患腰椎间盘突出症，不能工作数月，经我推拿20天恢复工作。去年，何学红56岁了，讲其效果真好，送一亲戚来推拿颈椎。

案例二十六：李广生，男，50岁，桃花王西村人。患网球肘数年，经过推拿、针灸、膏药、封闭等无效，近日加重。经乡邻介绍来我处推拿，我摸诊后对其讲：你的颈椎有突出的可能，压迫臂丛神经，劳损较重，背硬结板，要将其全身推揉散开，方能好转至痊愈。李广生认可我的说法，请我推拿近20次好转，又20次痊愈。

案例二十七：袁玉香老婆，在浴室摔了一跤，至一年多，不能翻身弯腰，多处诊治无果，请我推拿。我用《横推法》为其妻边推揉边整骨，当揉到骶骨处时，我为其做了一个屈髋，伸髋，抵胯的整骨手法，听其骶胯中咔咔数响，我手下有骨关节移动的感觉，其妻顿感胯部松动，起身后腰痛感消失。

案例二十八：薛崇兰，男，27岁到46岁间数次到我处推拿，27岁时因酒后骑车摔倒，肋骨挫伤，翻身或咳嗽时疼痛加剧，我为其整脊骨，提起伤臂一拍之下，令肋骨归位后症状消失。第二年把脚摔伤，半个月不能下地走路，又来找我，患者讲已经在西医处理过，拍过X光片无骨折，我见其踝关节青肿，用《横推法》先行揉散，再用“扳指通筋手法”，为其理疗。十分钟后，薛崇兰能下地行走。现在，向大家介绍一下“扳指通筋手法”，医者用手指拿住患者足部的大指，四指，五指，二指，三指按14523的顺序上下扳动患足的足筋，上提时下按时不要快，要按足角度，300下左右，每天两次。

案例二十九：朱老师，男，34岁，患腰椎间盘突出症，腰痛异常，伸屈翻身困难，背肌僵硬板结，我用《横推法》先揉其身背，令其背肌恢复适度的弹性，再行在患者的腰椎突出处行敲击术。在病灶处每天由轻到重的用手的小鱼际，第五掌骨，敲击40到60下，视患者的承受能力而定重量和次数，若患处出现比较重的肿痛，就轻揉数日，待消肿了再行敲击，慢慢的增强刺激突出部位和痛点，待突出部位和痛点在敲击下不再肿时，再加大敲击力度。为什么要用第五掌指骨来敲击患处呢？那是因为椎间盘的突出部位在胯上，骨盆的上方，在两棘突骨之间，硬度太大，推拿的力度进不去棘突之间。所以《内经》讲：“深按之不能及，故按之无益……”。敲击的力量是可以一下子送进两棘之间的。手锤是大指朝上的，硬度比棘上略差一些。握拳后，鱼际的肌肉保护了第五掌指骨关节。若锤击的硬度超过棘突的硬度，棘突很容易就会被击伤，锤击的力度太小没用，太大很容易锤伤脊椎骨，所以手锤就成了最佳选择。锤击的关键是要端着劲锤击，力要进皮肤，再进脂肪，再透过肌筋膜，再进肌肉，透过肌肉再进到棘间

1到2.5公分。力是层层透过的，不能一下子就用太大的力死劲锤击，所以医者的手要锻炼的皮、肉、筋、骨、气血合为一体，炼到心到、意到、气到、力到。经两个月的治疗，患者的临床症状大有好转，能正常上班了，三年未发。

案例三十：邹云华，男，35岁，脊中酸痛，半夜后腰痛加重，这是“腰肌劳损”的一种，脊中、胯里、股肌的肿痛，用《横推法》揉治，20天好转，夜痛消失，又十天痊愈。

案例三十一：韦仁芳，女，34岁，腰肌劳损，股肿，腹股沟有压痛拨痛。用《横推法》推揉十天见效，痛减，又十天痊愈。

案例三十二：万小频，女40岁，左侧小元肌肿痛，抬肩扭臂困难，肿瘤异常。肩胛骨与脊柱间提脾肌筋索隆起，颈椎膨出。经诊断为劳损+臂丛神经受压，用《横推法》推揉20天，大有好转，又二十天诸症消失。

案例三十三：袁星，女，37岁，右侧小元肌、冈下肌有筋索、筋肿，夜酸痛怕冷，五年多，经多方治疗效微。经我用推拿理筋拨筋之法，当天好转，五天痊愈。

案例三十四：刘翠凤，女，47岁，腰椎滑脱，常年腰痛，发作时翻身困难。我用推拿法加敲腰法，令其痛减，再用滚床法，令其腰椎椎体慢慢复位，当天好转，30天痊愈。

案例三十五：邵巧珍，女，54岁，拉丝女工。积劳成疾，坐过六次月子，症见颈椎弧度反弓，主诉颈椎肿痛，睡觉时不能靠铺。患者讲是退变，我诊断为颈部肌肉筋膜肿痛至颈部弧度反弓，待消肿后会恢复正常，腰部也是一样的，待消肿后腰部就能放松下来，靠到床铺了。就是背肿难医，要一些时间推揉的，得到患者的支持，推拿了四个多月，患者诸症消失，近十五年，未再疼痛。

案例三十六：李女士29岁，脊柱肿痛，背肌两肋骨软骨点压痛，到我店做推拿，我对李女士讲，你这胸前背后两肋的疼痛，西医称为“无菌性炎症”，中医称为“风寒痛症”，其实都不对或不全对，西医既然讲是无菌，又何来炎症呢？中医讲为风寒痛症，那为什么只在胸前背后两肋痛，而其他部位为什么没那么痛？为什么受热就会痛减，再受冷受凉会又痛起来，总不能一天到晚就待在浴室里吧，你这所谓的风寒痛症来源于，尾椎骨受伤，后又因坐了几次大小月子，身体受累未能及时恢复精力，阳受损其阴聚腰胯，上行于脊中，分布于两肋胸骨成“风寒性肋软骨炎”，时间长了就会出现脊中的肿痛，西医就叫你这症状为“无菌性炎症”了，其实推拿的效果对你这身病还是有特效的，于是我为李女士推拿近两个月诸症消失。

3 “端”字诀,贯穿始终

写了一些病例，就是想告诉同行们，推拿治病说易不易，说难不难，其实是真的很难。首先是识病难，在正常情形下，每一个病灶都不是独立存在的，什么颈椎病、肩周围炎、腰背痛、脊中酸痛、头晕头痛、胸肋痛、腹痛、胯痛胀、腓骨软骨软化症、

宫寒不孕症、肘膝肿不能伸屈、踝关节的陈年疼痛、尻伤、老寒腿、小元肌综合症等说起来是若干个病症,其实就是一个病,在身体的不同部位发病了,是身体的精微物质运转到一定程度后,慢慢展现在不同位置、深浅不同的表症,疼痛多年,反反复复的发作都是表症,而气血质量的退变是里证,有些患者慢慢的就会出现酸痛,有时会出现很酸的感觉,疼痛是血流不畅,阴聚不散,气滞血瘀。酸痛是疼痛日久,身体内在精微物质发生了进一步的退变呈酸痛的血虚症候,而酸痛到一定时间,局部或全身会出现进一步的退变,会成血虚血瘀夹杂的临床症状,有些身体好的体质不太差的,局部的血瘀疼痛症在一定时间内会出现胀痛,这是痛觉到极限的一种表现。若不能及时治愈,几年以后也会出现血虚症候,若局部的肿痛会影响到局部肌肉、经络、神经和大小血管的传导,就会出现程度不同的酸麻胀痛,所以我们必定要对疼痛以及所处的肌筋膜、经络、血管、神经线路,行无差别搓揉拨动,以调动改善全身的精微物质的质量和气血运转的分布,以促进气血在全身或局部的运行。所谓的大处着眼,小处着手,通盘求活。

3.1 揉筋、弹筋、拨筋等统称理筋

人有485条筋,在推拿的过程中,不管是有意或无意,都必然会碰到必须理筋整骨的患者。在生活中,人到中年,许多人的筋就会出现机化、钙化甚至骨化。有些患者会出现筋的粗大隆起呈丘形状态,形成筋结,筋索,筋核和局部的筋肉结板。我时常会用自制的眼镜蛇头拨筋器,弹、压、钩、拨这些个筋结、筋索、筋核和筋块,特别是小元肌综合症,那效果极佳!对网球肘、手、足、掌、颈部、提腓肌,其他部位或身体肌筋膜肿痛的效果也是极好。

3.2 正骨和整骨是有区别的,有不同的功效

在实践中,骨关节出现错、脱、乱时,则骨离窝,而骨离窝大都会连带出现筋出槽。医者必须要熟练的将患者的筋揉顺,然后将骨关节顺势推送进骨窝。今见许多按摩先生出手即正骨,大量使用骨科先生的正骨技术。上海沈国权先生讲:“对身体的某些骨骼进行微调,做整骨术”。而骨科医生们常用的是正骨术。正如明·张介宾讲:“今见按摩之流,及力捆人,开人关节走人元气,莫此为甚。以至强者致弱,弱者不起……”。

3.3 做推拿时,“端”字诀,贯穿始终

当人的骨关节出现“弛、纵、卷、挛、翻、转、离、合”八种状况时,医者就要巧用“端、摸、提、接、按、摩、推、拿”八法去行使医者所掌握的推拿技艺,在这里,要特别强调的是“端、摸、提、接、按、摩、推、拿”八法,不是随便排列的,是作者在推拿实践中的有为之,是精华所在。一个“端”字是纲,是叫医家在推拿的过程中,自始至终都必须把劲力“端”住。手上犹如端着盛满米酒的小酒杯在做动作,端住劲做推拿方能得心应手,手到病除,许多按摩名家不知“端”字为何物,殊

为可惜!

综上案例,只是我40年案例中的极少部分,但有一定的代表性和共性成分,皆有据可查。《横推法》推拿技术无中生有,神鬼莫测,对适应症,无有无效。

3.4 武医同脉

推拿术是由表及里,由点及面,由局部到全身的操作。医者之技着用于患者之身,疏散患者之阴聚,使阴散而阳升。基于上述自然现象,我在2004年3月25日,47岁时,顿悟,在传统的推拿技术之上,创造了《横推法》。《横推法》能一层层地迅速有效直观的推揉拨散人体积聚的“阴”。

人体一切之阴聚,在《横推法》的技术面前,都会烟消云散。《横推法》不是某种推拿手法,而是指所有手法必须遵循的共性。共性的道理,可解手法推拿之迷雾,施术者无人使用指、掌、腕、拳、肘、小臂等部位,做点、顶、按、揉、推、拿、旋、拨时,在每一个动态运转瞬间,都必须使用《用力法则》和《受力法则》,以及力的运行,模拟心跳的工作原理等诸多要求。

在实践中,术者躯体的骨关节,保持舒适的生理曲度,骨关节“似曲非曲,似直非直”,“身形一卷,两头生力”。医者之力沿力线运行,力出时如旱地撑船。劲之力向,手与足的运行,如毒蛇摆头,力生时如荷叶承珠,悬肩悬跨,体重在双足之间自然转换,承重的腿足五趾抓地,行步时双腿、双足进退似马非马,似弓非弓,不丁不八,为“四丁六不八”之麒麟步。麒麟步之步法源于身法转换之余波,而身法源于心法之意动,所以,我们平时做推拿时,只要意在双脚即可,力自然会运转传导到手的着力点。旧力过后,新力未生之时是手的空运之时,空运是为再次发力做准备的。心之所思,力之所系。“动则太极,发则八极”。由“极柔软,到极刚强”。劲力的加速度运行,自然会无中生有,自然而然的会通过骨关节传输到医者的手上,由始至终,医者“上步不进步,退步不让步”,看起来医者是单手(右手为主)操作,右手腕的推进,腕屈腕伸崩弹旋拨,每一次腕部的崩弹为一次发力。而实际上是每一动都拧腰坐胯,左顾右盼,左肩找右肩,始终都是双手双肩一起发力,有进无退,右手主动,左手助动,左肩找右肩,左肩比较随意,左手臂俗称“第三只手”。手臂动作的转换是由腰胯的摆动完成的,而不是将手伸出去收回来,再伸再缩。

腕部的屈伸崩弹会产生一定量的力度,力向上可以融汇入手臂之中,而向前的力会形成穿透力,手型在翻拨之间,会产生疾速的变异,劲力会作用于患者身上。

这篇文章,主要是从推拿的角度,写关于除去人体中所谓“寒气”的方法,除去人体内“寒气”的过程,就是使身体的阳升起来,使阴散开去。中老年人群体内骨关节的肿痛,积水与“寒气”无关,与年长有关。当术者用《横推法》技术,层

层推散人体皮肤、脂肪、骨骼、肌筋、筋膜、软骨以及骨面上软组织,因阴凝聚而形成的筋结、瘀肿,僵硬,结板等各式轻重酸麻肿痛时,升阳后肌肉的弹性就会增强,这是一个逆命的过程,也只有逆命才能延缓中老年人生理退化机制,才能延年益寿。

4 结语

二十年前,在推拿的实践中,忽然发现了《受力法则》,从而推演出了《横推法》推拿技术。在使用《横推法》推拿技艺的漫长时间里,在实践中,又慢慢的推演,感受到“人无寒气”!用十一年半的时间,悉心体会,一点点的印证、推敲,推演、记录、总结出这篇拙文。

愿这篇拙文,能够帮助全天下人。

[参考文献]

[1]徐军.横推法见解[J].按摩与康复医学,2010(1):12.

[2]晋钰丽,赵芳芳.《黄帝内经》中少阳火气、阳明燥气、太阳寒气淫胜的用药规律浅析[J].山西中医学院学报,2018,19(4):3.

[3]孙飞,杜武勋,张少强.《黄帝内经》“浊”及其相关概念的理论研究[J].中医杂志,2015,56(20):5.

作者简介:

徐军(1958—),男,汉族,江苏省人,北京成人按摩学校,高级按摩师,研究按摩推拿手法中,劲力的产生与运行。