【养肝功】学习体会

河图洛书是中华文化的源头瑰宝，周易数术的根基。其最有名的出处来自于《易传-系辞》中的“河图，洛书，圣人则之”，古人据此认为八卦就是根据这两幅图推演而来的传说，从而成为易学研究的重要课题之一。

生命层次的高低取决于灵性能量高低，存在于哪个生命维度，能量取决于选择什么样的阳性物质，例如帝王都选择高品位的珠宝来加持护身做为阳性载体，严格来说是有“德能”来决定的，这也是人们常说的福报，要修德的原因，人体内部结构和运行原理同宇宙是一样的，人体最小单位是细胞.微分子.原子分子.夸克，说穿了，就像充满繁星点点的小宇宙能量体。

洛书在中华文化史上，仅留下了“戴九履一、左三右七、二四为肩、六八为足、五居其中”的歌诀，

天书《武魂》等媒体的论文“神奇玄妙的洛书疗法”，开始不解，后经实践后确实行之有效，大家惊喜地来函询问，并感慨易经珠宝养生秘密能量无处不在，深觉言简意深、妙趣无穷，具有疗效好、见效快、无痛苦、不需花费钱财、不用辅助器械，健康养生、人人可行、随手可施等诸多优点，就像太极八段锦持之强身健体防疫以治未病救人，深积功德；符合我们中华易经珠宝文化养生，天，地，人，三才大统一健康观。在倡导“全民健康治未病”的今天，我作为弘扬中华易经珠宝养生秘密的传播人也是有责任和使命的召唤，

“天地之至数也，始于一而终于九。”则是天地至数存在的一种表现形式。在易经中医圣典《灵枢-九针》中，曾专门有文字阐述洛书九宫与人体肢体、身形相应的大宇宙，中宇宙，小宇宙，人天全息影像之数理。

我们认为：在洛书这九个天地至数在人体的分布管辖范围区域：

A区域:“9”为头，其实，头、喉、颈、脊椎、心脏、小肠都属于“9”的

区B域；“2”、“4”为肩，还应该包括左右手（从耳至手指的这一线）。

C区域：“6”、“8”为左右足，还应该包括从腹股沟到脚趾的这一线；

D区域：左3右7，中医认为是“左肝右肺”，

“3”：为肝、胆、带脉，属于整个躯体的左侧；

“7”：为肺、乳腺、带脉，为整个躯体的右侧；

E区域：“5”居其中，为丹田、黄庭区域，还应该包括肝、肾及六腑；“1”为人体任脉下端（肚脐至生殖器）的这一线，包含生殖系统。

知道了这九个天地至数在人体的“行政区域”，我们再来了解它们的敏感点（相当于首府），运用敏感点治病，打通内巡环经络立竿见影。

B区域“2”、“4”的敏感点在耳垂，还有手掌月骨之中的粒骨点上，这在数术家医派中叫做“气门”。

C区域“3”、“7”的敏感点在带脉上，胁下左右双侧，这是一个区域，在本派中，素有“带脉通、全身松”之语；

D区域“6”、“8”的敏感点在腹股沟中央、血海穴、委中穴及经外奇穴“畅通点”；

“9”的敏感点在人中穴与鼻根交界处的鼻根点，施术时多用一手覆头，另一手拇指内侧横向上推至百会穴方向，一紧一松，打通内部小宇宙经络和血脉流入末梢神经，有醒脑、急救之妙用。还有就是双耳尖直上约二横指处的头上敏感点和脊椎临时压痛点经络与大中小宇宙的同频一共振的汇聚点。“1”的敏感点在会阴穴；“5”的敏感点在神阙穴。

研究洛书时，我们都会留意到这样一个现象：即洛书这样排列的九个数字，其纵、横、斜向相加，其结果都为15，所以15是一个阴阳平衡，稳定健康身命体的合数。

我们练习的舒肝利胆功简称养肝功：

一，墨燕点水。

金龙吐珠，第一式主要是吐嘘字发音吐气时，气从糟牙舌两边的穴隙中呼出体外，舌两边属于肝胆经络，从易经经络学的角度讲：是讲我们人身小宇宙和天，地，人同频一共振到，一团和气合阴阳，提升我们的真气的开合化气，气的开合练到丹田之气，有利于肝胆疾病的康复。

二.青龙探足。

通过二个八拍双手合气拍打风市穴由轻到重微痛为好，有利于我们五藏六府通过拍打排岀湿气.邪气，主要讲，通过每一拍.一吸气.一呼气.让少商.商阳相接，达到足少阳胆经经络畅通，疏通利胆调理肝经及腹股沟，达到人体整个小宇宙阴阳平衡之气。

三，渔夫问津。

提气推向任脉两侧请期门到章门两手合十后疑前脚尖翘起，两脚经面前，中医告诉我们人背后为虚血导致五脏疾病，预防和治疗肝胆疾患，找到了肝经的原穴太冲.期门再到章门点压合十

四.墨燕点水。

因为肝经是人体小宇宙的将军，他统领人体12条主要的经络循环，从易经的角度讲它是打通我们五脏六府的统帅，一吸一呼，一进一出的将军。如果我们把它的机能调整平衡了，带脉通了，全身就松弛轻松很愉悦，因为肝主情志，给人春升向上提升能量的一种感动。

五，虎踞春山。

一吸一呼守中正，告诉我们练习者必须坚定信心，与病痛作斗争到底，练习疏通12条主要经络，痛则不通，通则不痛。

六，沧海飞龙。

俗话讲：花无百日红，人无千日好。“天有不测风云，人有旦夕祸福”预知命理健康，必须自我保健练功，因为人身直气顺，气不顺则神不宁，神不宁，内分泌失调，小宇宙失控病魔缠身。

六式直接拍打阴包经，与第二式的风池穴遥相呼应。

七，鹏举卧身。

一松一紧，一内循环与外循环，打通人体的膀胱经道了，肾气肾水提升能量可以达到滋养肝胆，一阴一阳之谓道。

八，息息归根。

从易经能量养生的角度讲：春升，夏长，秋收，冬藏，天有三宝：日.月.星，地有三宝：水.火.风，人有三宝：精.气.神，心有三宝：性.心.身。小宇宙与天地人形成一个完美的四维全息小宇宙太极图，一阴一阳，成像人体的八卦图，与大宇宙，中宇宙，小宇宙形成一团和气，守中正，太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦，呈像完美的太极图。

 这正与《易纬》中“一阴一阳合而为十五之谓道”的平衡适中思想不谋而合。易经感知哲学认为：人，本秉天地之中和之气而生，万物之所以能生生不息是由于阴阳二气交感所致，

“保合太和，以利贞”的作用。天地人三才，人与万物在其中，天地阴阳适中，人与万物才能有生，故伏羲观象画卦，以中和为要素。

《素问》曰：“谨察阴阳所在而调之，以平为期。”人处于健康状况时，阴阳曰平；若阴阳绝离，则失去健康、甚至生命。所以，疾病发生的最根本原因，就是人体阴阳错乱；而层出不穷的奇病怪病流行，则是大环境的阴阳失调。所以，平衡阴阳达到适中的状态，是我们修身、齐家、德行天下的重要指导思想。

古人云：“在天成象，在地成形。”又曰“极其数，遂定天下之象”。

我们将洛书稍加变化，就可以推演为易经珠宝养生及帝王学和世界学及宗教中的千古之谜万字符，万字符其实跟河图洛书、九宫八卦图有着千丝万缕的密切联系，它有四正、四隅九个交界处，与其说是佛陀胸前光芒四射的太阳光线，还不如说是洛书的转化形态。

根据易经珠宝养生秘密：万字符其实就是北斗星一年四季围绕北极星旋转，直接投影在大地上的代表天体运行规律的“象形”。

阴阳和合、把握自然就是开悟、就是健康、就是未来.前世.今生往复的一成因。洛书中纵横斜径相加皆得“15”，可见“15”是一个阴阳平衡、稳定健康的数字。如果阴阳一方失衡，就会发生病变，那么无论是病变数字还是相关联数字还是洛书方阵的总和，都会发生变动，我们可以通过调整其相关部位，来恢复“15”的总和谐，

使病变部位随之调整，病象场消失，从而达到健康。

洛书九宫数列如下：

东宫：3+4+8=15；

南宫：9+2+4=15

西宫：7+6+2=15；

北宫：1+6+8=15

南北直宫9+5+1=15；东西直宫：3+5+7=15

西南东北2+5+8=15；东南西北宫4+5+6=15

例如临床施治：假如这个时候来了一位左脚扭伤的患者，如何运用洛书疗法进行治疗呢？

我们知道：左脚为“8”，与其相关联的方阵有东宫、北宫、西南东北宫，

仅以西南东北宫为例，2+5+8=15，

“5”居中是神阙，

“2”为右手这一线，我们让伤者伸出右手，术者痛捏其右手粒骨不放，嘱伤者大胆跺脚55下，不要怕痛，大胆地跺！等到55下结束，送开手，再让他跺脚看看疗效。

也许，就这么两下，刚才来的时候还得人搀扶着疼痛难忍的伤者，现在可以快步如飞了，这也是我们提倡易经珠宝养生秘密是科学，不是秘信的意义。