

气功会迎来又一个春天吗？

2012-6-6

人民日报刊文谈包容中医与气功
人民日报不吐不快：任督二脉之争的背后
白剑峰



正在练功的学员们



学员们的合影



坐落在兰州市城关区火车站西路776号的“兰州李少波真气运行研究所”。新京报记者 孟祥超 摄。



真气运行研究所内，一个经络模型后，摆满了学员赠送的匾。新京报记者 孟祥超 摄。



异质医学之间的差异是永恒的，而有差异就会有冲突。包容异质医学之间的差异，既是对多元文化的尊重，也是开放自信的表现。

近日，甘肃省卫生厅举行真气运行培训班，41名医务人员9天打通任督二脉。消息一出，引起各方热议。

有人认为，任督二脉是中医经络理论的一部分，并无多少神秘之处。打通任督二脉，只是让气血更加畅通，精力更加充沛，而非武侠小说里的神功绝学，既不能飞檐走壁，也不能包治百病。也有人认为，打通任督二脉是一种“幻觉”，纯粹是伪科学、伪命题。还有人认为，任督二脉通与不通，不能自己说了算，应该有客观的检测方法。而卫生部新闻发言人的表态则是：“人类对于生命科学的认识在不断深入，并不断有新的发现，现代研究也在不断为中医药理论和方法提供科学证据。在学术层面，国家鼓励开展理论探索、实践创新和学术争鸣。”

沸沸扬扬的“任督二脉之争”，不禁让人想起一部名叫《刮痧》的电影。故事发生在美国华裔设计师许大同的家庭，5岁的儿子丹尼斯闹肚子发高烧，来美探亲的爷爷因为看不懂药品说明书，使用中医的刮痧疗法给丹尼斯治病，在孩子的背部留下一道道血痕。结果，这成为丹尼斯受到家人虐待的证据。法庭上，法官宣布剥夺许大同的监护权，不准他与儿子见面。经过一系列曲折，法官终于解除了判决，父子重新团聚。在这部影片中，关于刮痧是中医疗法还是虐待儿童的争论，折射出中西文化之间的差异和冲突。

其实，“任督二脉之争”就是“刮痧之争”的翻版。当今，西医是公认的主流医学，其价值观和方法论深刻地影响着医学界。在“科学崇拜”的公共语境下，西医似乎成为科学和真理的化身，成为唯一正确的认知方式和思维方式。这就如同在白天鹅主宰的动物世界里，黑天鹅被视为“异类”，或者被视为“伪天鹅”。但是，黑天鹅存在的最大价值，就是打破了人们的思维定式，证明了世界并非“清一色”而是多元化的。应该说，中医植根于中国传统文化中，维护了中华民族数千年的繁衍生息。虽然它没有所谓“现代科学”的基因，但其临床效果已经得到了充分验证。实践证明，人类未知的世界，远远大于已知的世界。现代科学无法解释的东西，未必就是“伪科学”。中西医是两个完全不同的医学体系，如果以“西医之履”适“中医之足”，难免会犯“削足适履”的错误。

相对于西医来说，中医无疑属于异质医学。异质医学之间的差异是永恒的，而有差异就会有冲突。西医和中医对话，常常会有“鸡同鸭讲”、“频率错位”的感觉。但是，如果双方都怀着一颗包容之心，和而不同，求同存异，就会产生共鸣。如果双方充满敌意，以对抗和对骂替代对真理的追求，就会走向极端。包容异质医学之间的差异，既是对多元文化的尊重，也是开放自信的表现。那种“非黑即白”、“异类必除”的思维，本质上是一种狭隘的虚无主义。

美国是现代医学的领跑者。按理说，在经络理论尚存争议的情况下，中医针灸是没有生存空间的。然而，由于疗效确切，中医针灸逐渐得到了承认。这反映了美国人对待异质文化的包容态度。他们并不是将中医针灸视为异类予以铲除，而是希望借此补充现代医学的不足，拓宽现代医学的视野。相比之下，中国人为何反而缺少了一份包容差异的豁达呢？

世界卫生组织在《传统医学战略》中曾指出，对传统医学“盲目的热情”和“无知的怀疑”都不可取。无论西医还是中医，都是人类的宝贵财富。如果说西医是咖啡，中医就是清茶，各散各的香，各有各的美。惟有“各美其美，美人之美”，才能“美美与共，天下大同”，此乃中国式智慧也。

《人民日报》(2012年06月14日 19版)

相关报道

甘肃41名医务人员打通任督二脉 卫生厅长讲话

5月12日至20日，甘肃省医务人员真气运行学骨干培训班在武山矿泉疗养院成功举办。主办方邀请了兰州李少波真气运行研究所所长李天晓和资深教员彭志勇担任教员。省卫生厅厅长刘维忠出席了培训班结业仪式，并做了讲话。省级9家医院和各市州人民医院、中医院、藏医院的领导及医务人员共47人参加了培训。

刘维忠指出，真气运行学是李少波教授继承和发展中医医学宝库精髓-吐纳导引术所创立的养生保健方法，该法被传播应用50多年，深受海内外人士的欢迎。他要求各医院积极组织医务人员进行培训学习，熟练掌握真气运行学的方法技术，应用到临床实践之中。

经过9天的培训，学员们全部掌握了静功五步通督法和动功胃肠功、五禽导引的训练方法，感受了真气在任督二脉中运行的经过，体验了博大精深中医的神奇，证明了经络学说的存在，对中医产生了信心。其中有41名学员打通了任督二脉，有2人因故休学，还有4人因年龄偏大和患有严重疾病暂时没有打通任督二脉。学员们普遍感受是通督后很兴奋，精力充沛，既往疾患明显减轻或痊愈，饮食、睡眠、二便恢复到正常状态。

来源：甘肃卫生厅网站

任督二脉打通前后

这不是“真气运行法”第一次开班，更不是“真气运行法”第一次打通“任督二脉”，为贯彻卫生厅的文件精神，甘肃省医疗卫生系统“真气运行法”培训已经小有气候

《瞭望东方周刊》记者刘武 | 甘肃兰州报道

2012年5月11日上午，甘肃省会兰州市一家医院的副主任医师宋大辉接到通知，当天下午去武山矿泉疗养院参加为期十天的“真气运行学骨干培训班”，该院与他同去的是一位副院长。

宋大辉直奔汽车站买票，然后返回家告诉妻子。妻子听了之后不明究竟：“该不会是变相地学什么乱七八糟的功吧？”

“这是甘肃省卫生厅牵头搞的培训班，不会有问题的。”宋大辉笑着安慰妻子，“放心吧，我是学西医的，严谨着呢。”

说罢，走出家门。

任督二脉四五天就“打通”了

练功到第二天的时候，宋大辉说，前额不远处像有个小太阳“非常温暖”，他越发认真地练起来。

每天，除了练功，宋大辉和同班学员还要写日记交给老师。闲暇之余，学员们还可以泡泡温泉，日子过得很快。

第四天的时候，宋大辉感到身体“轻松兴奋”，授课老师说：“恭喜你，你(任督二脉)通了。”

“一个女学员说她在第二天时感觉像要飘起来。学员班里大部分在第四天。第五天打通了任督二脉。”宋大辉对《瞭望东方周刊》说。

这期间有2人“因故休学”。“私下里大家好像说，那两个人是因为不相信真气运行法，同时也受不了那种高强度训练而选择休学的。”宋大辉说。

但在《瞭望东方周刊》后来的采访过程中，参与承办培训班的两位主要人员均否认该说法，“那两个人是因为单位有事被叫回去了。”

5月20日，培训班结业。宋大辉得知，此次培训班的47名学员“有41名学员打通了任督二脉”，除了因故休学了2人之外，“还有4人因年龄偏大和患有严重疾病暂时没有打通”。

在培训班结业仪式上，甘肃省卫生厅厅长刘维忠到场并讲话，并要求“各医院积极组织医务人员进行培训学习，熟练掌握真气运行学的方法技术，应用到临床实践之中”。

讲话之后，刘维忠和培训班教师、学员合影留念。刘维忠端坐正中，右手边即是学员教师李天晓，“李少波真气运行研究所”现任负责人。

一直被“打通”，首次被知晓

5月22日，关于此次培训的一条信息稿被放到了甘肃省卫生厅网站上。5月23日，该消息经过甘肃省卫生厅宣传处副调研员乔建安实名认证微博发布，迅即发酵并被新闻网站转载引用，“甘肃41名医务人员打通任督二脉”广为人知。

全国各地的电话不断地涌向甘肃省卫生厅，其中大部分是咨询报班的，也有联系采访的。

《华商报》随后的报道称，“在经历了各方质疑后，5月24日早晨，卫生厅命令各处室及个人，严禁接受媒体采访……”。

5月25日上午，甘肃省卫生厅办公室主任科员夏飞对《瞭望东方周刊》说：“我们昨晚刚通知个人不能接受采访。”随后，甘肃省卫生厅宣传处副处长王倩对《瞭望东方周刊》表示：“我们并不是严禁接受媒体采访，而是启动了新闻事件应对预案。”

李天晓起初还愿意接受采访，并介绍说，这一期学员中有11个是西医，“开始他们也不信，现在感受到了经络的存在后，也信了。其实只要认真学习，疏通经脉是件很简单的事情，比如这几期培训班，每期至少有90%的人打通任督二脉，目前这期培训班里只有2个人还没有成功。”“不怕你不信，就怕你不练。”

宋大辉回来之后，好几天没有练习，他为此感到苦恼，“无论在家里还是在办公室，都很难找到安静的环境。”他担心自己恢复到以前水平，“经脉稍有不通，真气的流量就减小了。”

“真气运行法”已小有气候

这不是“真气运行法”第一次开班，更不是真气运行法第一次打通“任督二脉”。

李天晓也曾向前去采访的记者介绍说，此次被弄得满城风雨的“真气运行学骨干培训班”是和甘肃省卫生厅合办的，已经办了好几期了，下一期将在10月11日举办。

对于“合办”，王倩对《瞭望东方周刊》予以否认。

但是从资料上看，卫生厅和“真气研究所”的确交往密切。

甘肃卫生厅曾发布的信息显示：2011年5月25日下午，卫生厅举办了厅机关真气运行法培训班开班仪式。当时，仍然健在的“真气运行法”创始人李少波亲临指导，李少波之女李天晓为大约60人授课。卫生厅党组多名成员出席，厅党组书记、厅长刘维忠参加培训班并作了动员讲话，并表示“以后逐步在全省推广”。

2012年2月21日，甘肃省卫生厅以红头文件的形式发布了《关于号召全省医务工作者学习运用真气运行法的通知》，该通知要求各单位“要从关心职工、爱护职工的角度出发，建立真气运行训练室，组织本单位职工认真学习”。

自此之后，为了贯彻卫生厅的文件精神，甘肃省医疗卫生系统“真气运行法”培训逐渐小有气候。

比如，公开信息显示，甘肃省疾控中心已经先后举办两期“省疾控中心职工真气运行培训班”，和“甘肃省(州)疾控中心职工中医真气运行培训班”，近300名疾控中心系统内职工参加了培训；省爱卫办、省健康教育所也已经组织约160名代表进行了课程学习；金昌市卫生局已经举办全市真气运行法师资培训班，共计100多人参加；庆阳市卫生局举办全市真气运行法师资培训班，共计100多人参加。

即便在近期，在4月10日至19日，甘肃卫生厅还组织过一次“真气运行学初级培训班”，刘维忠同样出席了

培训班开班仪式并讲话。那次培训学员是35名医务工作者，“大部分学员已打通任督脉”。

这一次低调的“真气运行初级培训班”，更像是为后来的“真气运行学骨干培训班”试水。就在初级班结业前一天的4月18日，甘肃省卫生厅下发《关于举办真气运行学骨干培训班的通知》。于是，才有了如今闹得纷纷扬扬的骨干培训班“41名医务人员打通任督二脉”。

卫生厅组织的培训班学费2000元是从何而来？有三位学员告诉《瞭望东方周刊》，2000元的学费由各医院承担。

甘肃省卫生厅一些宣传材料说，“真气运行培训是省卫生厅倡导的在疾控系统开展‘治未病’工作的组成部分。”在医疗卫生系统“培养一批真气运行师资力量，让这些师资在各自的工作岗位上培训病人，达到预防控制疾病之目的。”

根据卫生厅的通知安排，对于考试合格的学员，还会发给“真气运行学初级教师证书”。据《瞭望东方周刊》了解，证书均由李天晓的“真气运行研究所”颁发。

为什么厅长刘维忠不遗余力地力推“真气运行法”？有说法说，真气运行法“治好了厅长邻居患乙肝的孩子”，刘维忠自己在2011年撰写的一篇文章中则说，真气运行法治好了他一个患乙肝的同学，还有一个河北的尘肺病矿工“练了一段时间后病好了，后来他改学医了”。

两条培训管道目的各不同

位于兰州火车站西路的兰州李少波真气运行研究所，这几天络绎不绝地有人来咨询。敲开201室的大门，一些访客(包括一些媒体记者)开口就问：“李少波在吗？”

这个真气运行研究所是1992年6月由原甘肃省科委(现甘肃省科技厅)批准成立的医疗保健科研机构，当地媒体从工商部门查询得知，该所于2008年7月在工商部门注册为个人独资企业。其负责人李少波于2011年9月28日无疾而终，享年102岁。目前，日常工作由李少波之女李天晓主持。

甘肃省卫生厅承办的培训班和兰州真气研究所承办的培训班，学费不一样，性质是否一样？

据《瞭望东方周刊》了解，目前各类“真气运行学培训班”的理论基础都是李少波创立的“真气运行学”，但是这些培训班分属两条管道。一条培训管道主要面向甘肃省医疗卫生系统学员，另外一条培训管道是面向社会学员。前者主要由甘肃卫生厅组织，一位厅机关工作人员和甘肃中医学院附属医院的一位中医肩负培训工作，同时，甘肃中医学院附属医院也在院内组织培训班；后者则由有李天晓目前执掌的李少波真气研究所负责，在6个城市设有分支机构。

在卫生厅的一份文件当中，甘肃中医学院附属医院真气运行研究室被赋予“全省培训基地，负责师资培训”的使命。

“虽然我们现在也可以结合中医经典，在‘真气运行法’基础上进一步研发出更好的理论。但是我们觉得还是要团结在李少波老先生生前扛起的‘真气运行学’共同理论旗帜下，这样我们培训班之间也就没有矛盾了。”培训班一位主要人士对《瞭望东方周刊》表示。

“真气运行法办公室”与费用来源

《兰州晨报》和《华商报》的报道中均称甘肃省卫生厅成立了“真气运行法办公室”。不过，《兰州晨报》报道中所指的“真气运行法办公室主任”王春道对《瞭望东方周刊》表示：“我是甘肃省卫生厅机关后勤服务中心主任，不是‘真气运行法办公室主任’。那是那个记者没有跟我核实而写错了，那篇报道还较为客观，我们没有追究。”

甘肃省卫生厅宣传处副处长王倩则对《瞭望东方周刊》表示：“关于这个办公室，我了解不多，除了知道有王春道一个成员之外，具体还有哪些人我也的确不清楚，那只是一个临时办事机构。”

无论有没有这个卫生厅“真气运行法办公室”，现实情况是卫生厅机关在厅长刘维忠等人的倡导下，对于

练习“真气运行法”投入人力物力，具体组织工作也的确由王春道操办。

知情人士也向《瞭望东方周刊》透露，在卫生厅办公楼的二楼还有一间练习室，“是满足厅机关内人员练习的场所”。

各类真气运行法收取的培训学费也不同。甘肃中医院附属医院的培训班不收学费，卫生厅承办的培训班收取学费2000元，而真气研究所举办的培训班学费为3000元(对不同人群有一定优惠)。

“我们不向学员收学费，我们的成本都是我们从我们申请的相关课题经费里面支出的。我们的学员也主要是院内患者。”甘肃中医学院附属医院真气运行研究室魏清琳对《瞭望东方周刊》表示。魏清琳也具有真气研究所的授课资格，因此也省去了教师授课费支出。

资料显示，2010年1月12日，主要由魏清琳负责的《真气运行法对慢性乙型肝炎的临床疗效评价》课题被列为2010~2011年甘肃省重大中医药立项课题，划拨资助经费10万元。

真气运行研究所不仅培训学费要比卫生系统的学费更贵。相比而言，真气研究所在其它方面也有一些商业尝试，目前也开发了一些简单的文化衍生品用于出售。

本刊记者在兰州真气研究所花费25元买回一张李少波讲座的光盘《真气运行学 五步实践(普及班)—医疗保健养生方法》，碟片里是四个MP3文件。一本小册子《真气运行养生实践练功指导》售价10元，主要教材《真气运行学》售价52元。5月30日，兰州市工商管理局城关分局工作人员发布消息说：该所经营范围为“学术研究、推广、开发、书刊编撰”，却在开班授徒，已责令其限期改正。

兰州声称打通任督二脉培训机构涉嫌违规

2012年06月01日 13:56 新华社-瞭望东方周刊

(应采访对象要求，文中宋大辉为化名)

核心提示 据中国之声《央广新闻》等报道，连日来，甘肃省卫生厅厅长刘维忠“培训医务人员打通任督二脉”的新闻引发热议，大家普遍质疑学员们是否真的能通过培训打通任督二脉，卫生厅长为培训机构做推广是否合适？昨天记者对该培训机构调查发现，李少波真气研究所存在夸大宣传、收费标准不明、超范围经营等问题，工商部门已展开调查。

早在这则新闻发布之初，各方就质疑不断，5月25日，刘维忠通过微博表示支持真气运行学在甘肃全省推广的决心，甚至称愿意牺牲自己的政治前途换来甘肃中医(包括真气运行学)的发展和让患者受益，然而质疑并未停止，网友认为刘维忠的竭力推广似乎“别有用心”。因为网友先发现甘肃省卫生厅官网上所放的李少波真气运行研究所官方网站链接因浏览量过大而瘫痪，再是记者暗访了解到培训班近期已报满。这家研究所似乎成了此次事件最大的受益者。

评论员庞岚直指这种行为是“在官方网站堂而皇之地为该研究所发布商业广告”。评论员王捷则认为：“将自己信奉的一套用权力进行推广，涉嫌公权私用。”

而记者对这家刘维忠“特别关照”的研究所暗访后，发现其存在夸大宣传、收费标准不明、超范围经营等问题。

记者从兰州市工商管理局城关分局拿到的李少波真气运行研究所的注册登记资料显示，该研究所在2008年7月14日注册，系个人独资企业，所属的行业门类是科学研究、技术服务和地质勘查业，出资额为5万元，许可经营范围是真气运行学术的研究、推广、开发以及书刊编撰，注册的企业所在地址目前正在变更当中。目前李少波真气运行研究所所属的工商所正在对其是否存在超范围经营等违规情况进行调查，如果查实媒体所说的情况，将会作出处罚。

昨天上午，李少波真气运行研究所官方网站上一则通知表示，鉴于近期社会上对真气运行的争议较大，除了甘肃中医学院附属医院的课题班继续开办以外，研究所和各推广机构的办班暂时延缓，何时开班将另行通知。

卫生厅厅长推真气运行学杭州体育局局长力挺任督二脉

2012年06月01日04:27 大河网-大河报

5月23日，甘肃省卫生厅官网挂出“甘肃省医务人员练真气40余人打通任督二脉”的消息，引发了一系列争议。

5月25日，甘肃省卫生厅厅长刘维忠再次通过微博，表达支持真气运行学在甘肃全省推广的决心，称愿意牺牲自己的政治前途，换来甘肃中医的发展和患者受益。

郭靖回来了？乔峰回来了？张无忌也回来了？

当武侠小说中打通任督二脉的神奇经历，走到现实之中时，自然引起了无数人的关注。

记者发现，打通任督二脉的话题中，涉及到了很多中医和武术的理论，比如人体奇经八脉，习武追求的小周天、大周天的境界，进而让人联想到金庸小说中高深奇异的武功绝学。

只是让不少公众迷惑的是：人体中到底有没有任督二脉？任督二脉在哪里？打通任督二脉有什么作用？到底怎么打通？

昨日，记者从不同的学者和专业人士那里，得到了各种说法和观点，他们基本认为：任督二脉的确存在，但任督二脉本来就是通的，“打通”任督二脉后，并不能产生影视剧和小说中那种百病不侵和力大无穷的神奇效果。

浙江大学医学部主任、中国科学院院士段树民也向记者表达了观点：“我中医学得不深，但是对‘打通任督二脉后脑中出现开水声’，有疑问。从神经科学的角度说，这可能是人受到了某种心理暗示之后，产生的一些幻觉。”

文学作品中的想象——你不能当真

点评专家：方剑乔，省级名中医，中国针灸学会副会长，浙江中医药大学副校长。

“任督二脉”是中医“经络”学说的一部分，“经”是以神经体液为主的传导系统，“脉”是以血管为主的循环及运输系统，“络”则以小血管及微循环为主。

“任脉”是身前中央的经脉，“督脉”是背部中央的“经脉”，是各经脉中最重要的一条。

通过气功训练而“打通任督二脉”，是中医治疗“经脉不通”常用的疗法，并不神秘。但是，“打通任督二脉”，并没有标志和标准，所以对很多人来说不清楚。

在中医学针灸里，经常涉及到任督二脉的穴位，比如治疗妇科的不孕不育等疾病，都从任脉上的穴位着手。任脉主阴，督脉主阳，使用针灸穴位疗法或用药后，人会有症状缓解改善。一般来说，这就是经脉通了。

在调理亚健康或者治疗高血压等广泛性疾病时，也经常涉及到“通任督”的情况。

但如果说“打通”任督二脉有奇效，就有点夸大了。

在武侠小说中，打通了任督二脉，就意味着脱胎换骨，武功突飞猛进。实际上，并没有那么神秘，与此相关的传说，是作家有意识的想象。就像武侠小说中的点穴，也是从中医理论中借鉴来的，但点穴并不能点得让人僵住不动或者死亡。

“打通”任督二脉——是达成阴阳平衡

点评专家：杨坚敏，浙江体育职业技术学院附属体育医院，保健科中医师。

我是中医出身，也练过养生功，这些“功”都比较注重气血运行的修炼。

但我觉得甘肃“打通任督二脉”的说法，过度夸大了。从练功的角度来说，能达到气血在体内运行小周天，内功要练到一定境界才会有。

中医养生中比较强调一元三体，任脉督脉，均起于胞宫（相当于丹田），但气血运行的方向是相反的，一般来说打通任督二脉，就是人的气血能在任督二脉中自由行走，形成一个循环。“打通”任督二脉，也就是达成了阴阳平衡，中医上说，人体阴阳平衡，百病不侵。现实中，百病不侵不太可能，但对养生来说，练练无妨，气息调养，调神、调心、调息，对身体是有好处的。

但我觉得很短的时间内就能“打通”任督二脉，不太可能。即使所谓的打通，也不可能做到阴阳平衡。需要提醒的是，有一些练功者急于求成，真气运行出现偏差，就是我们通常说的走火入魔，对人体是有损伤的。

“打通”任督二脉后——人能自主控制气流畅通

点评专家：赵荣福，杭州市体育局局长、杭州市武术协会名誉副会长。

任督二脉，客观上是存在的。但“打通”任督二脉后，能像小说里说的那样，比如力量无穷，是不可能的。

“打通任督二脉”确实有这回事，在我本人练功多年和教授导引功的过程中，人打通任督二脉后——气流畅通更顺畅，对身体有好处。

我国有健身气功，包括五禽戏、六字诀、八段锦等，都是老祖宗留下来的，道家练内丹，佛家还有坐禅。这些已经被实践证明，对锻炼身体有好处。《黄帝内经》也说“不通则痛”，也是气血运行的问题。

我个人的体会是，人过度劳累后，打坐一会儿，练练气血功法，能神清气爽；练功讲究百动不如一静，通过意念导引，身体会从疲劳中恢复。

这个概念没必要弄得很神。人在睡觉的时候，经脉也有调整，练功之人，是自主可控地在经脉间运行气血。

我认为，第一，健身功法还是提倡的；第二，希望大家有正确的看法，科学的判断。

(本文来源：浙江在线-钱江晚报)

气功会迎来又一个春天吗？

《人民网》6月8日

突破尺度，罕见提到：练气功可以益寿延年，治愈疑难病患者，甚至垂危病人。而且还可以激发人的无穷智慧。近来，官方气功协会逐渐兴起，官员及卫生部对几乎销声匿迹的气功大加谈论成关注点。

人民网：气功对身体有百利而无一害

6月8日，官方《人民网》刊文《练气功有8大好处：理气、强身、抗衰老》

内容提到，在如此快节奏的社会生活工作中，人们对健康养生越来越重视，练气功也是健康养生的一种方式，练气功不但可以调理气、血疏通筋骨，更能强身健体。现实生活中，练气功的人日益增多。

文章归纳总结了练气功的8大好处：练功可使神经功能得到修复和调整；练功可使心脏、大循环以及微循环得到改善，还可使血浆雌二醇下降，有抗衰老作用；练功时，耗氧量与CO2排出量都降低，可减少呼吸次数，显著增强肺功能；练功可使唾液分泌增多，肠胃消化液增多，使肠蠕动增强，加强消化功能；练功可使脑垂体及全身内分泌组织器官得到合理调节；练气功可健康长寿，已为众多练功者所证明；练气功最突出的成效是防治疾病；练气功不仅可以增强人的健康素质，而且可以激发人的无穷智慧。结论是，长期练习气功，对我们身体有百利而无一害。

中央重点新闻网站《光明网》6月8日引述上海中医药大学上海浦江教育出版社副社长、副研究员、副编审黄健观点，认为：……真气运行法人们送去了一把掌控自身健康的“钥匙”，为“治未病”实践增添了一种可行的方法。

最早打破国内媒体对气功沉默状态的是：5月底，甘肃省卫生厅网站发布了一条《甘肃省医务人员真气运行学骨干培训班在武山矿泉疗养院成功举办》的消息，指5月12日至20日，省级9家医院和各市州人民医院、中医院、藏医院的领导及医务人员共47人参加了培训，其中41名学员打通了任督二脉。消息在网上发布数小时，得到上万转发率，引发关注。5月25日，甘肃省卫生厅厅长刘维忠通过微博，再次表示支持真气运行学在甘肃全省推广。

卫生部对气功支持 官方气功协会逐渐兴起

针对甘肃省卫生厅举办真气运行学骨干培训班，以及宣称“打通任督二脉”一事引发的各种议论，日前卫生部明确表态，支持甘肃省卫生厅，并称培训班能令医务人员了解和掌握更多中医知识和方法。卫生部官员表示，在学术层面，国家鼓励开展理论探索、实践创新和学术争鸣。卫生部的表态，显示官方对气功的明确支持。

不难发现，官方气功协会也逐渐兴起。自2010年来，内地各省市县开始由官方创办“健身气功协会”，推广气功。去年底，由北京市政府提供资金的内地首家健身气功协会俱乐部在北京成立。今年1月，湖北武汉体育学院成立了首家全国健身气功培训基地，国家和湖北省体育局官员均出席成立仪式。

在甘肃省卫生厅长刘维忠表态支持推广“真气运行学”后，杭州市体育局长赵荣福也力挺“打通任督二脉”。

今年3月两会期间，也有官员探讨气功。据明报报导，全国政协委员、能源专家胡里清8日旁听人大全体会议期间，与一名身穿道袍的政协委员探讨气功的心得。身为上海科学院能源与环境研究发展中心副主任的胡里清说：“我们人类还没有完全了解人体，很多东西还没有理解，比较神秘。人类最大的没有发现的科技，就是我们自己。”

广州中医药大学第一附属医院康复中心主任林国华教授表示，练习气功一定要有专业导师指导，否则容易产生对身体不良的影响。

（文章来源，《人民网》刊文）