

借

《灵枢》 诠用

YIZHENLIAOFA

一针疗法

【高树中 著】



济南出版社

《灵枢》 诠用



一针疗法

YIZHENLIAOFA

高树中 著

济南出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一针疗法:《灵枢》论用/高树中著. —修订本. —济南: 济南出版社, 2007. 4
ISBN 978-7-80710-426-1

I. 一... II. 高... III. 针灸疗法 IV. R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 034193 号

责任编辑 胡瑞成

封面设计 史速建

出版发行 济南出版社

印 刷 莱芜市华立印务有限公司

版 次 2006 年 6 月第 1 版

2007 年 4 月修订版

印 次 2007 年 4 月第 2 次印刷

开 本 787×1092mm 1/16

印 张 13.5

字 数 190 千字

印 数 6001—12000 册

定 价 19.00 元

(济南版图书, 如有印装错误, 可随时调换)

用会《群灵》

针灸书一

让喜欢针灸的人了解针灸

让学习针灸的人热爱针灸

让从事针灸的人享受针灸

让中国的针灸为全人类的健康服务

中国出版集团

端
車
以
正
末
并
流
以
探
源

五龍山人張燦珮題



丙戌喜于山左庵下琴石書屋

赞高树中夜授诗作问世

悟道灵枢
一针祛疾
上守机神
工独有之

李浩衡

二〇〇六年五月

再版前言

拙著《一针疗法——〈灵枢〉诠用》（第一版）自2006年6月出版以来，深受广大读者的喜爱，首印6000册半年多即销售一空。全国各地许多读者有的打来电话有的专门写信，或告知应用一针疗法获捷效的案例，或曰当地新华书店已脱销并询问如何可以再买到此书；还有一些读者当面告诉我应用一针疗法获效的情况，或相问其他病症的针灸方法；尤其值得一提的是中国中医科学院培训中心主任张雪亮教授看到此书后，当即主动提出并决定面向全国专门举办高氏一针疗法培训学习班，并说这将是中医科学院培训中心第一个以一本专著举办的培训班；最令笔者感动的是张士杰老师置热衷的世界杯比赛于不顾，在两周内仔细审读了两遍拙著，并亲笔写信给予肯定鼓励和指导（信函附书后）。在此一并表示真诚地感谢！

记得多年前张士杰教授将其专著《古法针刺举隅》相赠时曾说：“我的这本小书虽薄，但却全是我自己的干货啊！”并提醒我以前写的书虽有百万言，但属于自己的“干货”不多。当时我在脸红的同时暗下决心，再写书就应该和张老一样写自己的“干货”。《内经》有言：“非其真勿传”，这本拙著虽然水平不高，确是我临证20多年的真实记载，相信真实的东西是经得起历史和实践检验的，我想这可能也正是广大读者喜欢此书的重要原因吧。但针灸易学而难精，其中机妙，并非人人可得之，故《灵枢·九针十二原第一》曰：“粗之暗乎，妙哉！工独有之。”《素问·五脏别论篇》亦言：“恶于针石者，不可与言至巧。”《灵枢·官能第七十三》则言：“不得其人，其功不成……得其人乃言，非其人勿传。”书成有感，诚哉斯言。

此次再版，出版社非常重视，不仅对拙著重新进行了封面和版式的设计，而且在补充了一些内容后，保持原价不变。笔者也根据诸位前辈的指点和读者们的建议，对书中的90余处进行了修改和补充，但由于水平所

限，不当之处仍在所难免。《灵枢》一书，一般认为非一时一人之作，笔者也希望这本小书，能在今后继续得到大家的指点。我的信箱是：
gaoshuzhong@163.com。

高树中

写于2007年元宵之夜

目 录

引 言	(1)
第一章 经络病症的一针疗法	(11)
一、认识针灸	(13)
1. 针灸与针灸疗法	(13)
2. 针灸疗法的起源与发展	(14)
二、漫谈经络	(18)
1. 经络是什么?	(18)
2. 经络的重要性	(21)
三、经络病症的辨证方法	(24)
1. 中医常用的辨证方法	(24)
2. 经络辨证	(27)
四、一针疗法与多米诺骨牌	(36)
五、经络病症的一针疗法举要	(37)
1. 头痛	(37)
2. 眉棱骨痛	(40)
3. 麦粒肿	(42)
4. 牙痛	(45)
5. 落枕	(48)
6. 颈椎病	(52)
7. 肩周炎	(54)
8. 中风手指拘挛	(61)
9. 乳腺增生病	(62)
10. 急性腰扭伤	(64)
11. 膝骨关节炎	(70)
12. 腓肠肌痉挛	(72)

13. 癔病性失语	(73)
第二章 脏腑病症的一针疗法	(77)
一、四关主治五脏	(79)
1. 历代医家对“四关”的认识	(79)
2. 四关的本义	(80)
3. 腕、踝、膈、脐四关可治五脏之疾	(82)
二、阴有阳疾者,取之下陵三里	(85)
三、合治内腑	(88)
四、病在阴之阴者,刺阴之荣输	(89)
五、病在脏者,取之井	(91)
六、从阴引阳,从阳引阴——俞募穴的应用	(92)
七、脏腑病症的用穴规律	(95)
1. 五脏病的用穴规律	(95)
2. 六腑病的用穴规律	(96)
八、脏腑病症的一针疗法举要	(96)
1. 胃脘痛	(96)
2. 腹痛	(106)
3. 膈肌痉挛	(107)
4. 急性胰腺炎	(116)
5. 支气管哮喘	(117)
6. 心绞痛	(119)
7. 喜笑不休	(121)
8. 脏躁	(122)
9. 慢性胆囊炎	(123)
10. 痛经	(124)
11. 急性扁桃腺炎	(127)
12. 美容	(128)
13. 养生保健	(131)
第三章 时间性病症的一针疗法	(137)
一、子午流注与营气的运行规律	(139)
二、病时间时甚者取之输	(144)
1. 太冲穴治疗丑时(1~3点)病症	(145)

一针疗法

2. 太渊穴治疗寅时(3~5点)病症	(147)
3. 三间穴治疗卯时(5~7点)病症	(149)
4. 陷谷穴治疗辰时(7~9点)病症	(150)
5. 太白穴治疗巳时(9~11点)病症	(151)
6. 神门穴治疗午时(11~13点)病症	(152)
7. 太溪穴治疗酉时(17~19点)病症	(153)
8. 中渚穴治疗亥时(21~23点)病症	(156)
三、治疗时间性病症应注意的两个问题	(157)
1. 治疗时间问题	(157)
2. 针灸选穴问题	(158)
第四章 其他病症的一针疗法	(161)
一、对几个问题的思考	(163)
1. 指导针灸的理论只有经络学说吗?	(163)
2. 《内经》是封闭的还是开放的?	(163)
3. 要学好中医必须要读几千年前的经典著作吗?	(165)
二、缪刺与关节对应取穴法	(172)
1. 踝关节扭伤	(175)
2. 膝关节扭伤	(180)
3. 下肢肌肉拉伤	(181)
4. 肱骨外上髁炎	(182)
5. 足跟痛	(183)
三、生物全息律与一针疗法	(184)
1. 第二掌骨侧的临床应用	(187)
2. 耳穴的临床应用	(188)
3. 脐周穴位的临床应用	(190)
4. 面针穴位的临床应用	(191)
5. 尺肤穴位的临床应用	(194)
6. 五脏开窍理论全息观	(196)
附 张士杰教授的信	(199)
后 记	(201)

引 言

—

近年来，我经常告诫自己并多次公开宣称：60岁之前不再写书了。但是今天，一种无法抑制的冲动又使我重新坐在了电脑前，提前16年开始了本书的撰写。

我之所以如此告诫自己，主要原因有二：一是我对自己以前出版的10本中医书籍并不满意；二是为了写这10本书，我的身体严重透支。

我自幼体弱多病，倍受病痛折磨。记得上小学一年级的時候，我得了严重的眩晕病，一犯起病来就卧床不起，睁开眼天旋地转，闭上眼惊悸不已，张开嘴口涎流成线，短则一周，长则半月，每年必犯数次，没有办法，只得休学一年。父母为了我的病四处求医，最后我的病被诊断为“美尼尔氏综合征”，用了许多中西药物，耗费了不少钱财，还是没有治好。那时候我的感觉就是人生的痛苦莫过于疾病，疾病的折磨莫过于眩晕。吃药治不好，又断断续续地用了多年的民间偏方，吃了不少麻雀脑子、猪脑子、桑椹花煮鸡蛋、鸡冠花煮鸡蛋、天麻煮乌鸡等等，还真是偏方治大病，到初二的时候，我的病就再也没有发作过。因此，我立志学习中医，1980年高考时，我毫不犹豫地填报了山东中医学院。在学习《金匱要略》时，我才知道我的病中医称之为痰饮眩晕，医圣张仲景对此记载得是如此详细。本来用几副至一二十副苓桂术甘汤就可以治愈的病，竟然折磨了我整整八年！（以后我用此方加减给不少患者解除了眩晕病痛，毕业从事针灸后，我又知道了此病只需多灸几次百会穴就可以解决问题，此是后话。）

我生长在缺医少药的农村，从大学二年级起，我就试着给人开方和针灸治病，因为我太了解病人渴望尽快解除病痛的心情了。牛刀小试，我竟然也治好了一些病，在病人的感激和赞美声中，我对中医的喜爱也越来越深，达到了近乎痴迷的程度。药王孙思邈有句名言：“世有愚者，读方三年，便谓天下无病可治；及治病三年，乃知天下无方可用。”意思是说，有

这样一种愚蠢的人，学了几年医，便觉得自己学得很好了，以为普天下的医生数自己最高明，没有不能治的病；等到治了几年病，才明白医道之深奥艰难，才知道对许多病症还是没有好方子，一筹莫展。这句话说得太好了，现在回想起来，我就是这种典型的“愚者”。只不过我似乎更愚一些：等到学医的第九年，我才对后半句话有了更真切的体会。

那一年，也就是1989年，有三个“66”让我记忆犹新：我的儿子农历六月初六出生了，出生后第66天开始腹泻，我想给他针灸，我的老母亲害怕把他扎坏了坚决不同意，只好先用西药，继用推拿，再用中药治疗，连续治了66天腹泻仍不止，当时真是感受到了“无方可用”的尴尬和窘迫。最后，我从古医书中看到了一个方法，用五倍子研末温醋调成膏状，贴肚脐神阙穴可以治疗小儿久泻不止，如法试用竟然一次而愈！（凡是小儿久泻不止，查看肛门不红者，此法屡用屡效。）儿子的病好了以后，老母亲告诉我：她近来自觉全身发热。我给她量了量体温：奇怪，体温不高反低，只有35.5℃。当时我正在攻读针灸专业硕士研究生，课程安排得很紧，因急着去上课，我随口说了一句：“你先用艾条灸灸肚脐吧！”一周后，发热的症状消失了，再一量体温——36.5℃，正常了！没想到一个针灸大夫们熟视无睹的肚脐神阙穴，在我的两位亲人一老一少身上会有如此的奇效！是偶然，还是必然？凡事喜欢问个为什么、好钻牛角尖的我，开始陷入了沉思之中。

我把这两个病例向导师——山东中医学院附属医院王秀英教授作了汇报，并问读硕士三年期间可否重点研究一下神阙穴。因为我知道导师是针灸界研究子午流注的名家，我是老师的开门弟子，按说也应该研究子午流注。导师说：“说起神阙穴，我倒是想起了我治的一个病例。前几年在内科住院的一位溃疡性结肠炎的重症病人请我会诊，我用重灸神阙的方法治疗数月，病人的症状逐渐消失出院了。不过神阙是一个禁针的穴位，搞这方面的研究怕是没有太多的参考资料啊。这样吧，你不妨先查查有关的文献再说。”

那时我的家就在校园内一间平房，离图书馆只有数十米的距离，从此以后，我便一头扎进了图书馆。当时还没有像今天这样的检索条件，更没有诸如“脐疗”等检索词，我只好用笨办法将山东中医学院图书馆二楼期刊室内所藏的中医期刊合订本一本本地翻阅查找，结果使我大吃一惊：截

一针疗法

止到 1991 年底，有关神阙穴治病的报道多达 400 余篇，多是介绍在肚脐外贴药物治疗某一种或某几种病症的临床报道，但当我把这些报道综合在一起看的时候，又是出乎意料：内容涉及了内、外、妇、儿、五官、皮肤等各科 100 多种病症！带着好奇和思索，我又有重点地查阅了学校图书馆内的历代中医书籍（包括古旧书库内的一些书，写到这里，我要特别感谢已经退休的陈其迈和潘瑞贞二位老师，他们经常主动帮我找书并给了我很大的方便）。最后的结论是：根据历代文献记载，神阙穴可以治疗从头到脚、从内到外 200 多种病症。

我及时把查阅文献的情况向导师和其他几位教授进行了汇报，并表示对神阙穴为什么会治疗如此多的病症迷惑不解。几位老师一致建议并一再鼓励我：你把这些资料好好地整理整理，再从理论上深入地研究研究，不就是一本很好的书吗？1992 年 4 月，我的第一部专著《中医脐疗大全》被济南出版社作为重点图书出版发行，全书 38 万字，记载了 155 种病症的脐疗方法。

古代名医扁鹊有句名言：“人之所病，病疾多；医之所病，病道少。”意思是说：老百姓所担忧的是自己患的病太多了，而医生所担忧的则是治疗疾病的方法太少了。历代的名医之所以成为名医，有一个重要的原因就是因为这些名医掌握了其他医生所不会的治疗方法，治好了其他医生治不好的病。而同西医学相比，治疗方法众多正是中医学的独特优势。读研究生的三年，我的许多时间是在图书馆里度过的，现在回想起来，也正是这三年和以后的刻苦努力，打下了我的中医和针灸基础，使我有以上的认识。可惜由于种种原因，许多中医的治疗方法还没有被系统地挖掘和整理。于是，我一发而不可止，有志于此，沉耽于此，虽一朝一夕也未敢懈怠，于 1994 年至 1998 年分别又在北京、台湾、济南等地出版了《中医鼻疗法全书》、《中国传统医学独特疗法丛书》（包括单独应用涌泉穴的《中医足心疗法大全》和应用劳宫穴的《中医手心疗法大全》等 8 部）。以上包括神阙、涌泉、劳宫三个单穴在内的 10 本书籍全部获得了山东省教委科学技术进步理论成果奖（有关神阙、涌泉、劳宫三个单穴的临床应用的脐疗、手心疗法、足心疗法三本书，我已同时让我的研究生帮助修订，济南出版社 2007 年将再版发行，本书不再详述）。

孔子曰：“三十而立，四十而不惑，五十而知天命。”1992 年出版《中

医脐疗大全》时正是我的而立之年，但为编著此书再加上以后几年来的青灯黄卷和废寝忘食，我自幼虚弱多病的身体被严重透支，我重新遭受了数年新的病痛的折磨。写作就是学习的过程，当时我完全沉浸在写有所得的快乐中，晚上写到黎明也毫无睡意，白天写到傍晚也不觉得饿，经常想不起自己是不是已经吃过中午饭，吃的什么饭。有几次抬头看表是5点多钟，看看窗外天色朦胧，竟然不知道是早上5点天色将明还是下午5点天色正暗！记不清是从哪一天起，我的胃部开始疼痛，写得时间长了就会头晕眼花、恶心呕吐，睡觉醒来时双手发麻甚至一时不能活动，体重下降到了不足53公斤，通过胃镜拍片等检查，幽门处有两个大枣大的隆起，颈椎也有问题。

我知道自己得了严重的胃病和颈椎病，身为医生的我更明白胃痛没有了规律性且针药难以缓解和幽门处的隆起通常都意味着什么，也知道病因就是饮食不节和起居不时，病因不除，只靠针药难以根治。在病理检查排除了肿瘤后，我在心有余而力不足的感受和体验中继续坚持用了两年的时间编写完成了《中医鼻疗法全书》和《中医足心疗法大全》两部书稿，同时坚持注意饮食起居和结合针灸、服药，每天坚持早睡，早上起来爬千佛山锻炼身体。当时，我经常试图悄悄地跟在我十分崇敬的张珍玉教授身后，可每次正值壮年的我却总会被年过七旬的张老越落越远。

由于身体和时间的原因，以后的书我已无力自己完成，便约了十几位志同道合的博士、硕士，一同进行《中国传统医学独特疗法丛书》的编写，我担任主编。就在丛书编写期间，我惊闻被我邀请担任丛书编委会主任、年长我数岁的《中医外治杂志》主编朱连学先生因操劳过度英年早逝！

最虚心的人是最善于吸取自己和别人经验教训的人，此时年近不惑的我才开始逐渐明白人生就像长跑，聪明的人应该均匀地分配自己的体力，而不是竭尽全力在没到达终点之前就累倒在路上。一个医生，如果自己的身体就不好，还有什么说服力？你还怎样更好更多地为其他人解除痛苦？《素问·上古天真论篇》是《内经》的第一篇，讲的主要内容就是养生的意义和方法：“上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，食饮有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去。今时之人不然也……逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。”此外，在《素问·太阳阳明论篇》还有这样一句话：“食饮不节起居不时者，阴受之……阴受之则

一针疗法

入五脏。”由此可见，食饮不节起居不时伤人最甚。我今天之所以用了这么多的篇幅论述其对健康的危害，是因为我有切身的教训，是因为我二十多年的临床中所见的许多疾病都与此有关但病人甚至医生对此却熟视无睹，是因为有不少人仍在废寝忘食地透支着自己的身体却浑然不知，是因为一些学术精英因此而英年早逝的消息还时有所闻！《素问·四气调神大论篇》是《内经》的第二篇，最后的结尾是这样几句话：“是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎！”话题虽然扯远了点，但我希望以上所说能对一些人增强健康意识和改变不良的饮食起居习惯有所启示，能对您长久地保持“未病”和“未乱”的身体而有所裨益。

历史上不少名医都曾经发过如此感慨：40岁之前不要轻言医道。意思是说中医学博大精深，不下几十年的功夫很难真正登堂入室。《灵枢·九针十二原第一》曰：“知其要者，一言而终；不知其要，流散无穷。”老子《道德经》仅五千言，张仲景《伤寒论》数万言，叶天士《温热论》万言耳，却皆能久传不衰，倍受推崇。40岁以后再看我自己的书，虽然洋洋洒洒数百万言，虽然至今印刷多次仍不时有患者来信来电索书，但我自己明白：这些书多是文献的汇集和整理，少有自己独到的临床经验。我暗下决心，首先把身体养好，留得青山在，不怕没柴烧，等60岁退休后，时间也充足，再把自己几十年独到的见解和经验整理成一本小书问世。

近年来，我多次应邀在全省、全国和国际会议上做“一针疗法”的讲座，反响很好，每次课后，不少人都用充满希望的眼神问我有没有书，每当我告诉他们准备60岁以后再写书的时候，我同时看到的是他们那不解和失望的表情。

前段时间，和学校的一位同事在一起吃饭时，他通过如下一件事认为现在对针灸的宣传还非常不够。他说：这几天刚看了一篇报道，说的是中国的一名军人在一次事关国家荣誉的比赛中以惊人的毅力取得了第一。在比赛途中，他不慎扭伤了脚，医生给予了必要的处理后，他又坚持跑到了终点——同时，他也倒在了地上，他的脚已经肿得惨不忍睹！我的这位同事说：如果您当时在现场，他还用受这么大的罪吗？因为这位同事曾经不止一次地看到我对于急性踝关节扭伤的患者只需要在其对侧的手上扎一针，就可以使其疼痛立止，行履如故，而且他本人就是受益者之一。作为山东

中医药大学针灸推拿学院的院长，我再次感到了宣传针灸，让更多的人了解针灸，让更多的学生学好针灸，让更多的人受益于针灸的重要性和自己义不容辞的责任。

几个月前，我把自己研读《灵枢》的感悟和一些临床体会给我一位年过七旬的老师——北京张士杰教授汇报。张老是全国针灸名家，善用太溪穴，人称“张太溪”，其所著《古法针刺举隅》例举单用太溪治症多达60种，书虽仅6万余言，却是几十年临床经验的结晶。当我说准备向张老学习60岁以后也写本小书时，张老说：“你还是现在就写吧！我希望早一点看到你的这本小书。”我想：趁着我的许多老师身体还康健，精力还好的时候把书写出来，并得到他们的指点，以后再加以修改和充实，不是更好吗？

经过几年的钓鱼、摄影、爬山等户外锻炼和调养，我的身体已恢复如初。

济南出版社的胡瑞成主任告诉我：早在前年就已经将我的《一针疗法》列入出版计划。

今年学校的寒假也特别长，有一段近年来难得的清闲时间。

今天，农历2006年正月初七，正好是二十四节气的立春——一个标志着春天来临的日子，我想起了《素问·四气调神大论篇》所说：“春三月……夜卧早起……以使志生……”以及明代医家吴崑《针方六集》中的一句话：“针道博矣！大贤识其大者，小贤识其小者，故小言虽卑近，而亦高远之阶梯，何可无也！”

就这样，我开始了“食言”——先把这本小书写出来，一方面宣传一下针灸，希望对学习针灸者能提供一点帮助；另一方面是希望得到更多人的指点。

二

关于这本小书的书名和写法问题，让我费过一番琢磨。

针灸是扎在穴位上的，此书是叫《一穴疗法》，还是叫《一针疗法》？

“一穴疗法”和“一针疗法”的含义并不完全相同。“一穴疗法”是只用一个穴位治病，只要是作用在这个穴位上的方法（如可以针，可以灸，可以拔罐，可以贴药，可以按摩，可以穴位注射等），都属于“一穴疗法”