

《中医名家绝学真传》丛书

总主编 刘力红

五行针灸灸指南

〔英〕诺娜·弗兰格林 著

龙梅 译

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

《中医名家绝学真传》丛书

总主编 刘力红

五行针灸指南

〔英〕诺娜·弗兰格林 著

龙梅 译



中国中医药出版社
·北京·

图书在版编目(CIP)数据

五行针灸指南/(英)弗兰格林著;龙梅译. —北京:中国中医药出版社,2011.9

(中医名家绝学真传)

ISBN 978-7-5132-0532-0

I. ①五… II. ①弗… ②龙… III. ①针灸疗法-指南

IV. ①R245-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 144851 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

三河鑫金马印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880×1230 1/32 印张 5.875 字数 100 千字

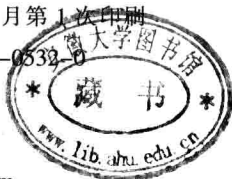
2011 年 9 月第 1 版 2011 年 9 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-0532-0

*

定价 19.00 元

网址 www.cptcm.com



如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

译者简介

龙梅，1968年生。1991年毕业于成都中医学院医学系中医专业，之后供职于成都市第一人民医院，任住院医师，1997年赴荷兰。多年来一直潜心研习中医，曾随已故民间中医师唐步祺先生习钦安之学。2008年始全身心投入学习、实践五行针灸，有幸成为本书作者弟子。



著者简介

诺娜·弗兰格林 (Nora Franglen), 1936 年出生。早年就读于剑桥大学, 主修现代语言。之后以翻译为业, 以此养家。她因经历了五行针灸治疗, 而决定到位于英国莱明顿(Leamington Spa)的“传统针灸学院”学习针灸, 在导师华思礼教授指导下完成针灸研究生、博士生学业。于1995年在伦敦创办“五行针灸学校”, 任校长。2007年7月停止办学后至今一直致力于传播弘扬五行针灸。2010年始开办“诺娜博客”(Nora Franglen's Blog), 大量撰文传授其20多年来实践五行针灸之个人经验和心得, 备受世界各国五行针灸喜爱者和实践者推崇。



她还著有:

- ◎《简明针灸指南:五行》,2001,环球图书有限公司
- ◎《灵魂的守护者:五行针灸》(2006年)
- ◎《事物的模式:从五行角度观人生》(2009年)

序

由诺娜·弗兰格林所著的《五行针灸指南》很快就要与中国的读者见面了。当我第四遍拜读此书，未免对当初贸然应承为她作序有些许懊悔。对于五行针灸而言，我只有学习的份，实在没有资格去说些什么。但是，既然应承了，也只好在这里写上几句。

我与五行针灸的因缘，源自龙梅医师。龙梅毕业于成都中医学院，1997年移居荷兰。去年初，龙梅医师给我写来一封十页纸的长信，信中畅谈了她与五行针灸的奇遇，以及学习操持该针法的感受。读龙梅的信，令我感动不已。竟有如此奇妙的针法流传海外，若知之而不迎其回归，无乃吾辈之罪乎？遂于去岁暑期邀其回国讲学，系统介绍五行针灸。

五行针灸源自中国，已有上千年的历史。上世纪后叶，由英国针灸大师华思礼教授（J.R. Worsley, 1923—2003）公开传授。数十年间，虽历尽艰辛，然而在华思礼教授的努力下，五行针灸已传及欧美，造福苍生。相比之下，对于发源地上的中国大众，无论是业内还是业外，五行针灸都还是一个陌生的字眼。据华思礼教授所言，五行针灸不见经传，多系口心相授，这不由使人想到了中国的禅宗——不立文

字,教外别传。

《伤寒杂病论·序》云:“夫天布五行,以运万类,人禀五常,以有五藏,经络府俞,阴阳会通,玄冥幽微,变化难极。自非才高识妙,岂能探其理致哉!”以愚之拙见,此段经文恰可作为五行针灸的写照。顾名思义,五行针灸是以五行旨归的针法,但此一五行非指泛泛之五行,而系对五行中主导一行的判断。人禀五行之气而生,而主导一行决定人一生之生长壮老已,影响人一生之身心状态,是健康的决定因素。可以说,五行针灸便是围绕主导一行而展开的次第谨严之针法。五行针灸之难处亦其魅力处,即是对此主导一行之判断。此尤成为该法行者需不断进取之动力,亦为渐入佳境之处。

判断主导五行,即是判断深层的人性,故需摒弃表层逻辑思维的束缚。用华思礼的话就是“放弃思维,进入感觉!”放弃思维,那就意味着必须进入心的层面。因而,这又是一门需要深入,需要破除许多成见,方能切入的针法。现在的知识学问都强调用脑动脑,而古之学问多言用心。《内经》将心定为君主之官,而脑只是奇恒之府,此盖古今差别,值得细细品味。余以为,体味心脑差别,或为深入中医之关键,而五行针灸无疑是接近这一关键的最方便法门。

从专业的角度,此一针法直取经义,守神为务,是直趋上工之针法。而从大众的角度,若能由此渐明五行,则不但生活工作充满乐趣,自身之调摄亦知从何而入。

今岁6月，因参加第四十三届世界传统中医大会，得于德国的罗腾堡市与本书原著者诺娜相晤，并接受其针灸治疗。诺娜判断我的主导一行为金，在严格按照五行针灸次第选穴后，以手太阴的鱼际穴结束了那次的治疗。诺娜言，鱼际是手太阴肺最具魅力的穴位，根据多年体悟文字声音的心得，我自然想到了鱼——字之间的内在联系，鱼际亦宇际也！《黄帝阴符经》云：“宇宙在乎手，万化生乎身……”拜读诺娜的著作，从书中体味她的睿智；接受她的诊断治疗，感受这一过程的精细和真诚；再从她不经意中内心深处流淌出来的对中医的那份道念，我能想象到诺娜对五行针灸即将踏上故土的喜悦和期望。端详这位颇具童趣的长者，心中除了景仰，更是万分的惭愧。作为炎黄子孙，我们为中医做了什么？我们能为中医做些什么？

刘力红

辛卯仲夏吉日于南宁青山

原著者为中文版序

拙著《五行针灸指南》一书能与广大中文读者见面，我感到由衷高兴。

非常荣幸，在本书翻译及出版过程中得到刘力红教授的鼓励与支持，并特为此书作序。

我自己的五行针灸之旅缘于近30年前伦敦一次聚会上结识了一位针灸师。我因接受(针灸)治疗体会到身心的深刻变化，引发了学习针灸的念头，从此一直修习五行针灸术至今。当年能受教于一代针灸大师华思礼教授，实三生有幸。我非常乐意将自己所学传授他人。在担任12年“伦敦五行针灸学校”校长后，我仍继续自己的工作：指导其他针灸师临床实践，帮助他们提高水平。对我而言，贯穿五行针灸实践的根本理念在于对人心灵、精神的深刻理解；并认为人之心神将影响我们怎样面对生活，面对疾病。

此书作为实用教材，针对那些愿意学习实践五行针灸者；亦可帮助有兴趣者了解五行针灸之基本原理。这些原理体现《素问》、《灵枢》等中医经典所确立的传统精

神：人乃天地所生，天人相应；如逆天地之道，则疾病丛生。

传统中医历经多种途径流传至西方，并在此欣欣向荣。看到中医的西行之旅如今踏上归途，重返故乡中国，实令人欣喜。我很自豪这本手册为其回归迈出新的一步。衷心期望所有愿为病人付出心血之医者，能在书中找到心灵共鸣，通过对生化万物之五行的深刻理解，更好地为病人服务。

祝贺龙梅迅速而出色地完成翻译任务。还要承认，多么感激她来到欧洲后对五行针灸一腔热忱，欣然接纳。佩服她有勇气向刘力红教授介绍五行针灸，感激她怀有这份心愿：在中国发扬这一真正体现中医传统精神的针灸流派。

诺娜·弗兰格林

“臣积考《太始天元册》文曰：太虚寥廓，肇基化元，万物资始。五运终天，布气真灵，惚统坤元……生生化化，品物咸章。”

——《黄帝内经·天元纪大论》

感谢辞

一如所有的传统，我们的所学皆来自前人。每一代针灸师对自己的老师们都应心存感激。每当我拿起银针，不由想到三焦经之第七穴：会宗，这个可爱的穴位让我感到先人们仿佛就站在我肩旁鼓励着我。我感谢历代先贤，因为他们的贡献使我们得以认识穴位神奇的力量。我一生尤其感谢两位老师：第一位是我的针灸师傅华思礼教授¹，他以毕生智慧和对五行针灸深邃的理解深深激励着我；第二位是针灸历史学家，彼得·艾克曼博士（Peter Eckman），我常常需要参考他所著的《沿着黄帝的足迹》²一书来阐明在实践中反复遇到的一些问题。

1. 华思礼教授（J.R. Worsley, 1923-2003），英国著名针灸大师。“五行针灸”在西方得以传承发扬的奠基人。（小序号皆为译者所注，下同）

2. 此书原名《In the Footsteps of the Yellow Emperor》，作者曾为华思礼学生，以大量史实考证中国传统针灸，尤其是五行针灸流传至西方的历史沿革。

序言

我愿把五行针灸描绘成现代世界中的一门古老的治疗术。在我们更加关注于内心的充实，为实现、发挥自我最大潜力而努力之时，五行针灸绝对能赋予我们特别重要的意义，同时还让我们对灵魂所栖息之身体有更深入的理解。针之所及，能使身心两方趋于和谐。

我所实践和传授之五行针灸这一流派至简而极实用。言其至简：我感到天下至道不繁，而深刻领悟五行后，发现它所揭示之人性正反映此至道。我在20多年学习、实践五行针灸过程中体会到，它能用最简单的线条勾勒出至深之人性，真是无懈可击。它又将对人的理解演绎成精密的诊断和系列的治疗程序，所实施之每一次治疗都证实了道的确凿存在。

我想通过这本书帮助人们发现这个简单的真理，让大家有路可寻，还能学得一些方法使自己在施治中保持一种专注。

我们必须将自己沉浸于五行之中，方能深入领会每一行在人身上有怎样的表达，如此才有望将自己的技艺

提升到最高境界。比如，只有当我们的治疗专门针对金，直到它展示出自己的秘密，才有可能真正理解金这一行。五行不会赤裸裸地表述自己，除非得到直接治疗。更重要者，医家对病人的体恤之心，使我们有可能理解每一行不同的表现。所以，任何不专注、用意的不明确都会模糊我们的视线，继而难以认清五行。我们必须依次专注于一行，使其向我们次第开放。

我对人之认识受赐于所采纳的五行学说，它指导我每一刻之实践。当然还有很多其他方法、其他路径，都同样基于对人生命与健康的理解，从不同方面丰富了我们的知识，这些不同的体系都能让病人逐渐恢复平衡。这里我只集中介绍一个流派，并把自己学到的知识献给诸位，这些知识业已经过无数代针灸师之提炼而传授于我。

我希望这本书成为学生和针灸师的实用手册，帮助大家深入学习，启发思维，温故知新，巩固基础。书中所记皆是我自己和周围同事们绝对行之有效的经验。

欢迎读者提出各种建议以扩大我们对五行针灸的讨论。

诺娜·弗兰格林

目录

第一章 主要诊断——对护持一行的诊断/001

一、五行/002

二、护持一行/005

第二章 五行/013

一、五行前言/014

二、木/016

三、火/019

四、土/026

五、金/029

六、水/034

七、五行特质/042

八、十二官/043

第三章 五行诊断的要素 /045

- 一、病人与治疗者的关系 /046
- 二、感觉与情志信号 /048
- 三、训练我们的感觉 /050
- 四、失衡的程度 /054
- 五、致病原因 /055

第四章 辅助诊断信息 /059

- 一、脉诊 /060
- 二、怎样诊脉 /061
- 三、血压 /064
- 四、三焦 /065
- 五、幕穴 /067
- 六、中央动脉 /069
- 七、赤羽氏测试 (Akabane test) /070

第五章 治疗 /073

- 一、治疗的不同阶段 /074
- 二、腧穴选择举例 /078
- 三、评估疗效 /082
- 四、病愈规律 /088
- 五、治疗间隔时间 /090
- 六、病人在治疗中的角色 /092

第六章 治疗原则 /095

- 一、五行相生相克规律 /096
- 二、经气的转化 /097
- 三、时令和日治疗周期 /103

第七章 治疗技法 /107

一、治疗技法 /108

二、针法 /109

三、灸法 /112

第八章 穴位选择 /117

一、穴位名称与定位 /118

二、腧穴选择指南 /120

三、针灸腧穴的神性 /123

四、主管穴 /124

五、背俞穴 /128

六、天窗穴 /129

第九章 腧穴组和 /133

一、附体：外七龙与内七龙 /134

二、邪气 /140

三、夫妻法则 /147

四、出入阻滞 /150

五、瘢痕导致的阻滞 /155

后记 /157

译者记 /159