

砭石学

孟竞璧 孟子敬著

中医古籍出版社

代 序

振兴砭术让砭石疗法走向世界

各位嘉宾、各位同道：

首先我代表中国针灸学会砭石分会筹备组欢迎大家参加具有几万年历史的砭石疗法，在北京召开的首届全国砭石疗法学术研讨会。1997年中国中医药报公布：“发掘中国古老的砭术疗法”，引起了国内外医学界的高度重视。日本针灸界立即派出以井美惠子为首的考察团，考察砭术。回日本后就办班培训砭术师并成立日本砭术学会。我国很多地区已成立砭石疗法门诊部，取得一些重要成果。我们今天欢聚一堂，共同探讨砭石疗法对人类的独特贡献，也是促进我国成立砭石学术机构的一次准备会议。这次会议是对我国砭石疗法的首次总结，是继绝兴灭，共谋砭石疗法发展之大计，我认为这次会议标志着砭石疗法的复兴，并将被载入医学史册。

砭石疗法是中华民族以她的非凡睿智在远古新石器时代发明的，它为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献。从公元前500年到秦汉时代，古代医家集医学之大成所撰写的《内经》一书记载，以砭石为首的针、灸、药、导引、按跷等五大支柱构筑了辉煌的中医学殿堂。到东汉时代，华佗精通针、灸、药，发明麻沸汤麻醉下，开展外科手术，在导引术指导下，创立了五禽戏，惟独没提到砭石疗法。正如东汉学者服虔称：“季世复无佳石，故以铁代之耳。”说明砭石疗法已失传两千年了。

20世纪30年代有祖传砭术世家，隐姓埋名不求功利的韬光居士，假借药王孙思邈后裔的砭道人之名，自费出版《砭经》一书以济世活人，由于历史的局限并没有达到继绝兴灭的目的。到90年代发现了泗滨浮石这一佳石制成了砭具，经耿乃光教授等人进行物理检测，发现砭石每摩擦一次，超声波脉冲平均发射3690次，以及具有极远的红外线辐射，证实《砭经》论述“砭之效，惟动与热直达病所之奥”。砭石疗法堪称中国古代的第一大发明，我国是砭石疗法的故乡，我们须承担起复兴砭石疗法的历史使命。为此目的，联合砭石考古文献权威马继兴和针灸学会副会长、著名针灸学家贺普仁两位教授发起，经中国针灸学会研究批准，下属砭石分会筹备组并召开研讨会，回顾20世纪是继失复砭的历史性巧合。

21 世纪是兴砭的时代，科技迅速发展已开始揭示人体之奥秘的生物学世纪，产生了当代医学无法治疗的现代文明病，如疲劳综合症、电脑综合症和人体各部急性肌肉痉挛性疾病等，但这些病却可在中国最古老的砭术治疗下得以痊愈。在短暂的 4 年来，无论临床或科技领域已取得了较高水平的成果和论文，恢复了《内经》所记载的中医学的完整框架。当代砭石疗法建筑在现代科学研究的基础上，它具有无创、简便易学、无污染等特点，实验证实，具有独特超声波脉冲和极远红外线的泗滨浮石砭具作用于病人后，可发生生化和热效应，改善亚健康状态，增强医疗保健疗效，具有很好的发展前途，定能成为西方崇尚的替代疗法，添补现代医学不足，从而确保人类的持续发展。让我们共同努力，行动起来，发扬中国最古老的砭石疗法，为砭石疗法走向世界作出应有的贡献，让我们祝愿这次大会圆满成功。

前 言

砭石疗法是中华民族以她的非凡睿智在石器时代济世救人，它为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献，是中国古代第一大发明。从公元前 500 年到秦汉时代，古代医家集古代医学之大成所撰写的《内经》一书记载，以砭石为首的针、灸、药、导引按跷五大支柱构筑了辉煌的中医学殿堂。古代针学者在《灵枢·九针十二原第一》假借权威黄帝之令“万民有疾，勿用砭石，以微针传于后世，必明法令，终而不灭，先立针经”之后，医家逐渐放弃砭术而不研究砭石疗法，使之逐渐退出医学界。到东汉时代，华佗精通针、灸、药，发明麻沸散，酒服麻醉下，开展外科手术，在导引术指引下，创立了保健体操——五禽戏，惟独没提到砭石疗法。正如东汉学者服虔称：“季世复无佳石，故以铁代之耳。”说明砭石疗法已失传两千年了。

20 世纪是继失复砭的时代，在 30 年代，有祖传砭术世家韬光居士，假托药王孙思邈后裔砭道人之名，自费出版《砭经》一书以济世活人，由于历史的局限并没达到继绝兴灭的目的。到 90 年代发现了泗滨浮石这一砭具佳石制成了砭具，经耿乃光教授等人进行物性检测，发现砭石每磨擦指背一次超声波脉冲平均发射 3690 次，以及具有极远的红外线辐射，证实《砭经》论述“砭之效，惟动与热直达病所之奥”。1997 年 6 月 30 日中国中医药报报登载了“发掘中国古老的砭术疗法”后，引起国内外中医学界的高度重视，日本针灸界立即派出以井上惠美子为首的考察团考察砭术，回日本后即办班培训砭术师并成立日本砭术学会。特别值得提出地球物理学家耿乃光教授对泗滨浮石砭石提供可靠的科学数据，并建议开展临床疗效研究，组织砭石学术团体，为此目的联合针灸学家、中国针灸学会副会长贺普仁教授和砭具考古权威、古医文献泰斗马继兴教授申请，经批准在中国针灸学会领导下成立砭石分会筹备组。三年来有日、德、美、加、澳和我国包括港、澳、台等地相继成立砭石疗法门诊部，开展砭石治疗，并于 2001 年 10 月 20 日召开首届全国砭石学术研讨会，收集论文 48 篇，包括文献考古、临床医疗保健、实验研究和砭石物性等几个方面的重要成果，是继失复砭三年来的初步总结，恢复了《内经》所记载的中医学的完整框架，这次大会对失传两千多年得以重新在现代科学研究基础上促进、推广、复兴砭石疗法具有重要的历史意义而载入医学史册。

21 世纪是生物学世纪，也为砭石的发展和推广提供了良好的契机，科技迅速发展至今，已开始揭示人体之奥秘，但同时也产生了当代医学难以治疗的现代文明病，如疲劳综合症、电脑综合症和人体各部急性肌肉痉挛性疾病等，但这些病却可在中国最古老的砭术治疗下得以痊愈。标志着砭术能够改善亚健康状态，增强医疗保健疗效。人们对西医的毒副作用及其局限性有更深了解后，对经过科学验证的、自然的替代疗法有了越来越大的兴趣。天外来客所产生泗滨浮石制成砭石，含有对人体有益的能量，无污染、无公害，投资少定能补充现代中西医不足，为造福人类做出更大的贡献。

推荐书

我从事砭石和古文献研究，从云南到河北，从石器到隋唐时代，在古遗址和古墓发掘形态各异，多种用途的医疗砭具，是中国古代第一大发明，为中华民族繁衍昌盛作出了突出的贡献。春秋战国时期，“砭”字有几十种写法，《内经》记载：以砭为首，针、灸、药、导引按跷等五大支柱构成完整的中医治疗体系。同时在《灵枢经》第一页记载：“以黄帝权威下令，万民百姓有疾病勿用砭石。”因此后世医家不能离经叛道，无人用砭石，更不敢写书。故唐代颜师古称：“上古以砭攻病，今术已绝矣。”提示砭石疗法已失传 2000 多年了。

20 世纪 70 年代，山东战国墓出土编磬一套 13 枚，其中两枚已损坏。经音乐教师杨凌滋依据《尚书·夏虞书·禹贡》记载：大禹代舜称王，令徐州进贡品之一泗滨浮磬。据此在古泗水地区找到泗滨浮石，并复制成编磬，在 1987 年中国艺术节敲击，发出庄严的声音，震惊世界。经耿乃光等物性检测证实可发射超声波脉冲和极远红外线，据此于 1997 年 6 月中国中医药报发表“发掘最古老的砭石疗法”。之后 3 个月日本井上美惠子组团考察砭术，回国后即办砭术师培训班，并成立日本砭石学会，这必将被中日文化交流载入史册。现在国外有日、美、加、德、澳和国内各地和港台等均设有砭石疗法门诊部。孟老收集近年来砭术治疗的病种进行归纳和总结，采用中医经络、经筋理论和现代理论作为指导，对各种疾病的理、法、方、穴术加以论证，我认为这本书可以促进砭石疗法的振兴与推广，使砭石疗法在二十一世纪重新焕发光彩，为人类健康事业做出贡献。

特此推荐

中国针灸学会原副会长、高级顾问

北京市中医院针灸科前主任、砭石专家

贺普仁

06.9.30

The 21st Century Congress of Natural Medicine



CERTIFICATE OF WORLD FAMOUS DOCTOR AWARD

Prof./Doctor/Sir *Meng Jingbi*

The World Peace Foundation of United Nations NGO and the Organizing Committee of the 21st Century Congress of Natural Medicine have decided to present you with a World Famous Doctor Award to commend your outstanding contribution made to the development of World Natural Medicine.




T.Y.S. Lama Gangchen

UNITED NATIONS AFFILIATED NGO
LAMA GANGCHEN
WORLD PEACE FOUNDATION

THE ORGANIZING COMMITTEE
OF THE 21ST CENTURY CONGRESS
OF NATURAL MEDICINE



孟竞璧荣获联合国世界和平基金会世界名医证书

The World Famous Medicine Experts on Internet
LES MEDECINS MONDIALEMENT RECONNUS SUR INTERNET

국제인터넷세계명의
國際互聯網世界名醫榮譽證書

HONOR CERTIFICATE

Mr Meng Jingbi

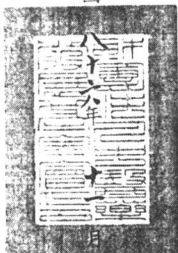
孟 竞 璧 先生:

This is to reward you for your contribution in the health area,
please accept this certificate of world famous medicine experts.

鑒于你在醫療保健領域做出的貢獻，特授予國際互聯網世界名醫榮譽證書。



中華民國



一
日

董事長: 張次郎

財團法人中醫藥發展基金會

此聘

顧問

本會中醫藥研究發展中心
茲敦聘 孟競璧 為

聘書

(56)中發基會字第 001 號

深入发掘失传已久的传统中医
学术——砭石——之宝藏。

中国中医科学院 马继兴
资深研究员 2006年国庆节



首届砭石疗法学术研讨会誌庆

砭石者
灸之母
如针

二〇〇二年十月 贺善仁题





CONSEJO
CULTURAL
MUNDIAL

WORLD CULTURAL COUNCIL
CONSEL CULTUREL MONDIAL

*El Consejo Cultural Mundial
otorga este Diploma al*

Prof. Meng Jingbi

*en reconocimiento a su amplia
trayectoria científica*

Canberra, Australia, 14 de Noviembre de 1991

Prof. Dr. Werner Stumm
Presidente

Dr. José Rafael Estrada V.
Vicepresidente

孟竞壁教授荣获世界文化理事会爱因斯坦奖



香港2005年王定一主席针灸学术研讨会上孟竞壁教授报告“撑起中医五大支柱之一砭石疗法造福人类”



2001年首届全国砭石疗法学术研讨会主席孟竞璧教授致欢迎词



中国针灸学会砭石分会筹备组左1秘书长张维波教授，左2组长孟竞璧教授，左3副组长耿乃光教授，左4副组长谷世喆

首届全国砭石疗法学术研讨会 论文集

SYMPOSIUM OF THE FIRST NATIONAL ACADEMIC
CONFERENCE ON BIAN STONE THERAPY



中国针灸学会砭石分会
2001年4月
中国·北京

第二届全国砭石疗法学术研讨会论文集

主 编 孟竞璧
副主编 张维波 耿乃光 谷世喆
责任编辑 田宇国
编 委 张维波 付卫军 吴金鑫 孟竞璧

主 办 中国针灸学会砭石分会（筹）

协 办 北京中医医药协会 砭石疗法委员会
中国中医研究院针灸研究所
北京海泰思科技发展有限公司
首都国际中医砭石学会
美国砭石研究学会

2004年4月



照片说明：左1 孟竞璧，左2 原国家主席杨尚昆，右1 陈超教授，其他为驻马使馆外交官员。

目 录

第一章 绪 论	(1)
1. 砭石发展简史	(1)
1.1 砭石的再发现	(1)
1.2 砭石的由来及有关文献研究	(2)
1.3 砭石治疗过程中发现了经脉	(4)
1.4 长沙马王堆出土的《帛书》阴阳十一脉循行路线示意图	(4)
1.5 《砭经》评议	(9)
1.5.1 《砭经》作者的研究	(9)
1.5.2 砭术的失传论述	(10)
1.5.3 对《砭经》内容的探讨	(10)
附件:《砭经》原文	(12)
砭术述略	(13)
砭道人述	(15)
跋採藥老人	(15)
1.6 古代“砭石”文字多样性的考证	(15)
1.7 近几年发掘出土的砭石及其用途的考证	(16)
1.8 20 世纪是继失复砭的时代	(22)
1.8.1 砭石佳石的探索	(22)
1.8.2 泗滨浮石砭具的发现和物理特性检测	(23)
1.8.3 泗滨浮石的成因	(31)
1.8.4 有关泗滨浮石的其他问题	(35)
第二章 中医理论指导砭石疗法	(37)
2.1 中医学的哲学真谛	(37)
2.1.1 中医学的整体衡动观	(38)
2.1.2 阴阳学说的基本内容	(38)
2.1.3 阴阳学说在祖国医学上的应用	(39)
2.1.4 五行学说的基本内容	(39)
2.1.4.1 五行学说在祖国医学上的应用	(40)
2.2 经络总论	(41)
2.2.1 经络的生成与古代的经络观察	(41)
2.2.1.1 经络的生成	(41)
2.2.1.2 经络、经络理论和经络学说	(41)

2.2.3 中医的经络系统与已知结构的关系	(43)
2.3 经络各论	(44)
2.3.1 十二经脉	(44)
2.3.1.1 十二经脉循行的方向和次序:	(45)
2.3.1.2 经脉的分布概况	(46)
2.3.1.3 经脉的表里和流注关系	(46)
2.3.2 奇经八脉	(48)
2.3.2.1 督脉	(48)
2.3.2.2 任脉	(48)
2.3.2.3 冲脉	(48)
2.3.2.4 带脉	(48)
2.3.2.5 阴跷、阳跷	(48)
2.3.2.6 阴维、阳维	(49)
2.3.3 十四经脉循行路线	(49)
2.3.3.1 肺,手太阴之脉	(49)
2.3.3.2 大肠,手阳明之脉	(50)
2.3.3.3 胃,足阳明之脉	(51)
2.3.3.4 脾足太阴之脉	(52)
2.3.3.5 心,手少阴之脉	(53)
2.3.3.6 小肠,手太阳之脉	(54)
2.3.3.7 膀胱,足太阳之脉	(54)
2.3.3.8 肾,足少阴经之脉	(56)
2.3.3.9 心主,手厥阴心包络之脉	(57)
2.3.3.10 三焦,手少阳之脉	(58)
2.3.3.11 胆,足少阳之脉	(59)
2.3.3.12 肝,足厥阴之脉	(60)
2.3.3.13 任脉	(61)
2.3.3.14 督脉	(61)
2.3.3.15 足六条经脉的循行路线显像照片	(62)
2.3.3.16 十二皮部	(63)
2.4 经络的病证	(64)
2.4.1 十二经脉的是动病和所生病	(65)
第三章 穴位篇	(66)
3.1 腧穴概说	(66)
3.1.1 穴位的命名	(66)
3.1.1.1 象形的穴名	(66)
3.1.2 穴位的分类、演变与发展	(67)
3.1.3 定穴法(审穴法)	(68)
3.2 经络腧穴各论	(78)

3.2.1	手太阴肺经穴	(78)
3.2.2	手阳明大肠经穴	(80)
3.2.3	足阳明胃经穴	(84)
3.2.4	足太阴脾经穴	(91)
3.2.5	手少阴心经穴	(95)
3.2.6	手太阳小肠经穴	(97)
3.2.7	足太阳膀胱经穴	(100)
3.2.8	足少阴肾经穴	(111)
3.2.9	手厥阴心包经穴	(115)
3.2.10	手少阳三焦经穴	(117)
3.2.11	足少阳胆经穴	(120)
3.2.12	足厥阴肝经穴	(127)
3.2.13	督脉经穴	(130)
3.2.14	任脉经穴	(134)
3.2.15	经外奇穴	(138)
3.2.15.1	头颈部	(138)
3.2.15.2	胸腹部	(139)
3.2.15.3	背腰部	(140)
3.2.15.4	上肢	(141)
3.2.15.5	下肢	(142)
第四章	砭具的制作和砭术的技法	(144)
4.1	砭具的制作	(144)
4.1.1	砭块	(144)
4.1.2	砭尺	(144)
4.1.3	砭板	(144)
4.1.4	砭锥	(144)
4.1.5	砭梳	(145)
4.1.6	圆砭石	(145)
4.1.7	砭擗指	(145)
4.1.8	砭轮	(146)
4.1.9	砭滚	(146)
4.1.10	泗滨浮石佩	(146)
4.1.11	砭扣	(146)
4.1.12	砭豆	(147)
4.1.13	砭铲	(147)
4.1.14	电热砭石治疗仪	(147)
4.1.15	砭镰	(148)
4.1.16	砭刀	(149)
4.2	砭术操作技法	(150)

4.2.1 按压类技法	(150)
4.2.1.1 按法	(151)
4.2.1.2 点法	(152)
4.2.1.3 压法	(152)
4.2.2 摩擦类操作技法	(153)
4.2.2.1 摩法	(153)
4.2.2.2 擦法	(154)
4.2.2.3 推法	(154)
4.2.2.4 搓法	(156)
4.2.2.5 抹法	(156)
4.2.3 摆动类技法	(157)
4.2.3.1 一指禅摆动法	(157)
4.2.3.2 滚法	(157)
4.2.3.3 揉法	(158)
4.2.3.4 擗法分为顺(轻)擗和逆(重)擗	(161)
4.2.3.5 砭擗指的指诊技法	(161)
4.2.3.6 弹拨法	(162)
4.2.4 振动类操作技法	(162)
4.2.4.1 振动类技法	(162)
4.2.5 叩击法类技法	(162)
4.2.5.1 砭刀	(163)
4.2.5.2 穴位叩击法	(163)
4.2.6 刮法	(163)
4.2.7 划法	(164)
4.2.8 扭法	(165)
4.2.9 温凉闻挝感法	(165)
4.2.9.1 温法	(165)
4.2.9.2 凉法	(166)
4.2.9.3 闻法	(166)
4.2.9.4 感法	(167)
第五章 砭石治疗篇	(168)
5.1 治疗总论	(168)
5.1.1 砭石疗法三个关键	(168)
5.1.1.1 砭具	(168)
5.1.1.2 砭石技法	(168)
5.1.1.3 理论	(168)
5.1.2 八纲辨证及治疗原则	(168)
5.1.2.1 阴阳	(169)
5.1.2.2 表里	(169)