

# 針刺手法一百種



# 针刺手法 100 种

ONE HUNDRED  
TECHNIQUES OF ACUPUNCTURE

陆寿康 胡伯虎 张兆发 编著

中国医药科技出版社

## 内 容 提 要

本书是系统介绍古今针刺手法的针灸学专著。第一、二节,介绍针刺手法的形成与发展,及其理论基础和应用原则;第三至十节,介绍各种针刺手法的理论源流、具体方法、临床应用、注意事项和参考文献;第十一节,介绍18位现代针灸医师的针刺手法;第十二节,对针刺手法的若干问题,加以评析;第十三节,介绍针刺手法的机理研究现状。并附有针刺手法论文索引、针刺手法笔画索引和参考书目。

本书是针灸临床、教学、科研工作者的实用工具书,也是学习与研究针刺手法的重要参考书。

## 针刺手法 100 种

陆寿康 胡伯虎 张兆发编著

\*

中国医药科技出版社 出版  
(北京西直门外北礼士路甲38号)  
毕升信息处理服务部 微机排版  
北京门头沟胶印厂 印刷  
新华书店北京发行所 发行

\*

开本 787×1092 mm 1/16 印张 14  
字数 300 千字 印数 1—22,500  
1988年10月第1版 1988年10月第一次印刷

\*

ISBN 7—5067—0022—0/R·0023 定价: 6.00 元

## 王 序

针灸是中国医药学的重要组成部分,历史悠久,早已盛行海内,并且传布国外。砭石破痈,必须制其小大;而金针疗病,则应调气治神。《黄帝内经》首论针刺补泻之理,徐疾、迎随、开阖、呼吸等补泻方法,早已见诸文字。自宋、金以后,针刺尤其重视手法,席弘、张元素、陈会、凌云、徐凤、汪机、高武、李梴、吴昆,可谓群英辈出,各有所长。明万历年间,浙东杨继洲撰《卫生针灸玄机秘要》,备载杨氏家传手法之秘,后复扩而充之,为《针灸大成》,汇集历代针刺补泻之法,又以问答之体论列经络迎随,可谓有关针刺手法之大作。

尽管针刺手法十分重要,然而由于各家手法不一,流派纷呈,甚至互相抵牾,莫衷一是,以致使人视针刺手法为玄虚者有之,望而怯之者有之,于今研究者甚少。清代李守先论针灸之难时指出:“难不在穴,在手法耳”,实乃中肯之言。余从事针灸研究有年,深感针刺手法之有待于继承发扬,故而曾支持吾妻陈克彦副主任医师,专门从事针刺手法研究,初有成就,惜乎天不假年,正待更进一步之际,竟溘然长逝。今有我院陆寿康、胡伯虎、张兆发三同志,对针刺手法古今文献加以系统整理,编成《针刺手法 100 种》一书。内容丰富,资料翔实,简明扼要,图文并茂,乃临床、教学、科研工作者之重要参考书,出版以后必将有益于针刺手法之学习与研究。故愿向广大读者推荐,是以为序。

王雪苔 1987年3月28日于北京

## 黄 序

针灸医学是中华民族文化宝贵遗产之一。《灵枢·九针十二原》曾曰：余欲勿使被毒药，无用砭石，欲以微针通其经脉，调其血气，荣其逆顺出入之会，令可传于后世，必明为之法……。从此就形成我国医学中一种治之于外，调之于内的独特治法。而针刺手法乃是这种治法的操作技术。余从事针灸临床工作已五十寒暑，深感掌握好针刺手法是提高疗效的关键之一。盖病有深浅，刺有浮沉，症分虚实，刺分补泻，针刺手法的运用是与临床辨证息息相关的。自金明以来，刺法流派不一，操作有简有繁，名目众多，各有长短，常使后学无所适从。陆寿康、胡伯虎、张兆发三位同志为了汇集古今各家针法，广泛搜集文献资料，对各种针刺手法的理论源流、具体方法、临床应用、注意事项，一一进行整理，编成此书。付梓后定可供临床、教学和科研作参考，为继承和创新者服务，为此补序并向同道推荐。

黄美明 1987年3月于上海中医学院

1987年3月28日 黄美明

## 邱 序

我国是针灸的发源地。自秦汉以降,历代医家寝馈于兹,凡两千余年。迄今,已成为世界医学的重要部分。针灸学术从《内经》开始,就讲究针刺手法,经历代医家不断研究,发展有百余种之多。针刺手法不仅在临床上取得良好的疗效,而且在现代实验研究中也取得了科学依据。

但是,针刺手法散在各家著作中,迄未系统整理,致使学习为难。中国中医研究院陆寿康、胡伯虎、张兆发三同志有鉴于此,不辞辛苦,于工作之余,把古今医学著作中有关针刺手法的内容,加以分门别类、详细阐述,并能古为今用,联系临床进行介绍,编成《针刺手法100种》一书。嘉惠后学,实非浅释。余从事针灸研究五十余年,对针刺手法亦多关注。今阅此书,甚感欣慰,愿推荐给广大读者,为弘扬我国针灸学术而竭诚工作。

邱茂良 1987年3月于南京中医学院

# 目 录

第一节	针刺手法的起源、形成和发展	( 1 )
第二节	针刺手法的理论基础和应用原则	(10)
第三节	基础针刺手法	(21)
一、	持针法	(21)
二、	治神法	(23)
三、	进针法	(25)
四、	针向法	(29)
五、	深浅法	(30)
六、	得气法	(32)
七、	留针法	(34)
八、	出针法	(36)
九、	透穴法	(37)
十、	针刺手法的练习	(41)
第四节	基本针刺手法	(47)
一、	进法 附推法	(47)
二、	退法	(48)
三、	提插法 附提法	(49)
四、	捻转法 附旋法	(51)
五、	导气法	(53)
第五节	辅助针刺手法	(54)
一、	揣法	(54)
二、	爪法	(55)
三、	切法	(56)
四、	循法	(57)
五、	摄法	(59)
六、	扞法	(60)
七、	按法 附压法、关闭法	(61)

八、搓法	(62)
九、飞法	(63)
十、动法	(64)
十一、摇法	(65)
十二、摆法 附拨法	(66)
十三、颤法	(67)
十四、捣法	(68)
十五、弹法	(69)
十六、刮法	(70)
十七、努法 附搬垫法	(72)
十八、盘法	(74)
十九、敲法	(75)
二十、倒法	(75)
二十一、抽添法	(76)

## 第六节 单式补泻手法 (78)

一、捻转补泻法	(78)
二、提插补泻法	(82)
三、迎随补泻法	(84)
四、徐疾补泻法	(87)
五、开阖补泻法	(90)
六、呼吸补泻法	(90)
七、九六补泻法	(93)
八、营卫补泻法	(94)
九、大补大泻法	(96)
十、平补平泻法	(97)

## 第七节 复式补泻手法 (99)

一、烧山火法	(99)
二、透天凉法	(101)
三、进火补法	(104)
四、进水泻法	(105)
五、热补法	(106)
六、凉泻法	(106)
七、阳中隐阴法	(107)
八、阴中隐阳法	(108)
九、青龙摆尾法 附五脏交经法	(110)



十、白虎摇头法 附通关交经法	(111)
十一、苍龟探穴法	(113)
十二、赤凤迎源法	(114)
十三、龙虎交战法	(116)
十四、子午捣臼法	(117)
十五、龙虎升降法	(118)
十六、进气法	(119)
十七、运气法	(119)
十八、纳气法 附关节交经法	(120)
十九、提气法	(121)
二十、留气法	(122)
二十一、汗法	(123)
二十二、吐法	(124)
二十三、下法	(124)
<b>第八节 配穴补泻和担截法</b>	(126)
一、子母补泻法	(126)
二、纳支补泻法	(129)
三、担截法	(131)
<b>第九节 九刺、十二刺和五刺</b>	(133)
一、九刺法	(133)
二、十二刺法	(140)
三、五刺法	(145)
<b>第十节 行针时间和言语诱导</b>	(148)
一、接气通经法	(148)
二、言语诱导法	(149)
<b>第十一节 现代针刺手法荟萃</b>	(150)
一、承淡安针刺手法	(150)
二、陆瘦燕治疗痹病和面瘫的针刺手法	(151)
三、任作田针刺手法	(154)
四、焦勉斋针刺手法	(156)
五、郑毓琳常用的八种针刺手法	(158)

六、	陈应龙针刺手法	(160)
七、	王乐亭十二透刺法	(161)
八、	管正斋针刺手法	(163)
九、	杨甲三毫针单手进针法	(165)
十、	郭效忠针刺手法	(167)
十一、	郑魁山针刺手法	(169)
十二、	司徒铃针刺手法	(171)
十三、	张善忱针刺手法	(172)
十四、	师怀堂针刺手法	(172)
十五、	刘天健运气行针法	(173)
十六、	方吉庆凤凰展翅补泻法	(175)
十七、	张信滞针术	(175)
十八、	孙明一用呼吸法激发经气	(177)
第十二节 针刺手法若干问题评析 (179)		
第十三节 针刺手法机理研究 (190)		
一、	实验研究	(190)
二、	临床研究	(195)
三、	针刺手法与循经感传	(197)
附 录		
一、	针刺手法论文索引	(203)
二、	针刺手法笔划索引	(211)
三、	主要参考书目	(212)

## 第一节 针刺手法的起源、形成和发展

针刺手法有广义、狭义之分。广义的针刺手法是指针刺操作的全部施术方法,包括了进针的准备,治神、揣穴、循切,以及进针后的操作和出针等各种手法;狭义的针刺手法是指毫针进针之后到出针之前的操作方法。本书介绍的是广义的针刺手法。

### 一、起 源

针刺手法是伴随着针刺的产生就萌芽了的种子,早在旧石器时代(远古到一万年前),我们祖先就开始利用粗加工的石器,如刮削用的石器、尖状石器 etc 切开痈肿,排脓放血及拍打、按摩身体来治疗疾病。新石器时代(一万年到四千年前),随着石器制造技术的进步,产生了专门用于医疗的砭石,从考古发现的砭石来看,形态有铍形、剑形、刀形、针形等多种,有的砭石呈锥形,很类似《黄帝内经》所说的圆针和锋针,有的形如小剑酷似铍针。这反映我们的祖先伴随着创制砭石,就已经开始了针刺方法的研究。最早的研究就是针对不同的疾病,选用不同的针具来作治疗。皇甫谧在《帝王世纪》中说伏羲氏“尝味百草而制九针”,九针就是针、员针、鍤针、锋针、铍针、员利针、毫针、长针、大针。鍤针,长一寸六分,头大末锐,去末寸半,卒锐之,形如箭头,主治皮肤(病痛)无常处,热在头身者,用法是浅刺皮肤,去泻阳气;员针,长一寸六分,身如圆柱,针尖卵形,主治分肉间邪气,用时揩摩肌肤,不伤肌肉;鍤针,长三寸五分,针身较大,头如黍粟状,圆而微尖,民病在脉,气少,当补者,用时按脉勿陷,以泄邪气;锋针,长一寸六分,针身圆柱形,针头锐利,三面有锋棱,主治痈疾,泻热出血;铍针,长四寸,宽二分半,形如剑,锋利,主脓肿外症,切开排脓;员利针,圆而锐,针头微大,针身反小,主治痈症,痹气暴发者,可深内针;毫针,三寸六分,纤细如毫毛,针酒如蚊虻喙,主治热痛痹,静以徐注,微以久留之而养;长针,七寸,针身细长,针锋锐利,主治深邪远痹,用时深刺;大针,四寸,针尖如挺,其锋微圆,主水肿,大气不能过于关节者,泻水,后人用作火针治疗癆、痈肿。这九种针具,各主治不同的疾病,各有不同的操作方法,如毫针主治热病、痛痹,操作的手法要求:“静以徐往,微以久留之而养”(《灵枢·九针十二原》)。这里的“徐往”就是缓慢行针,“微以久留之而养”,就是留针以补,这些就是针刺手法的萌芽。

1972年山东省微山县两城山出土了四块雕刻针灸行医图的汉代画像石,刻着一个半人半鸟的神物,手握粗针刺向坐在地上的病人(见封面彩图),从持针者全神贯注的形象和病人安祥待针的姿态,可以看出古代对待针灸的严肃、崇拜的态度,这与后来“持针之道,端以正,安以静”(《灵枢·邪客篇》)的操作要求一脉相承。针刺手法就是这样伴随着针灸的产生而起源的,针具和操作方法总是几乎同时产生而又同时发展着。随着砭石之后,出现的竹针、骨针、陶针、铜针、铁针、银针等,不断丰富和改良了针具,与其同时也不断丰富和发展了针刺操作手法,使其由简单到复杂、由单式到复式,形成了各种不同的手法。

## 二、形 成

虽然从远古制砭石到伏羲氏制九针,经历了近万年的漫长岁月,但针刺手法的真正形成,有文字可见者是春秋、战国、秦、汉至三国的历史时期(公元前722~公元280)。《黄帝内经》总结了春秋、战国及秦以来的医学成就,以阴阳、五行、脏腑、经络、精神、气血等为主要内容,用整体和辩证的观点,人与自然相应的观点,论述人体的生理、病理,疾病的诊断、治疗原则,针灸的治疗和操作方法等,从而奠定了中国医药学、针灸学乃至针刺手法的理论基础和基本方法。迄今为止,临床使用的各种针刺手法,尽管在千余年中得到了不断的丰富和发展,但追溯起来,无不出于《黄帝内经》之根基。

《黄帝内经》由《灵枢》和《素问》两部分组成,各九卷,约30万字,将近的一半的篇幅,记载着针灸医学内容。《灵枢》和《素问》中都有大量篇幅专题讨论针刺手法,从针刺工具,针刺前的准备、进针、留针、出针,到针刺方向、深浅、补泻、禁忌、注意事项等,可谓“巨细备至”。成了后代各家针刺手法的理论基础。后代各家一致公认首先是《黄帝内经》形成了针刺手法的理论和基本方法。

《灵枢·官针》篇是讨论刺法的专篇,载有九刺、十二刺、五刺等多种刺法计26种,是后代各种刺法的先河。尽管针具如今有了长足的进步,今天已不再使用砭石和铁针,但《灵枢·官能》篇中的基本刺法至今仍在临床上被广泛应用。

《灵枢·九针十二原》篇首先提出了“右主推之,左持而御之”,刺手与押手配合的进针方法。《素问·针解篇》、《素问·刺要论》、《灵枢·刺节真邪》篇、《灵枢·小针解篇》等进一步论述了针刺中的“治神”、“守神”、“调气”、“行气”、进针方向与深浅、留针、出针等基本方法和原则。诸如针刺必须明辨经络、审察形神、辨别虚实等。

《灵枢》的《九针十二原》、《经脉》、《根结》、《终始》、《官能》及《素问》的《宝命全形论》、《调经论》等篇,对针刺补泻手法的施术原则和操作方法作了较全面的阐述,诸如捻转补泻、开阖补泻、呼吸补泻、徐疾补泻、迎随补泻、摄、爪、切、按、扞、进、退、弹、摇、动等,均有所述及。如《素问·离合真邪论》说:“必先扞而循之,切而散之,推而按之,弹而怒之,抓而下之,通而取之,外引其门,以闭其神。呼尽内针,静以久留,以气至为故,如待所贵,不知日暮,其气以至,适而自护,候吸引针,气不得出,各在其处,推阖其门,令神气存,大气留止,故命曰补”等。这些便成了后世单、复式补泻手法的基础。

《黄帝内经》还具体描述了“得气”的表现和促使针刺得气的基本手法。如在针刺时,有的“气滑”,有的“气涩”;施行补泻时“近气不失,远气乃来”;因“百姓之血气,各不同形”,故针刺后有“或神动而气先针行,或气与针相逢,或针已出而气独行”,但总需求“以气至为故”,惟“气至而有效”。这些对于“气”与“得气”的描述,成为针刺手法的依据,形成了针刺手法的理论基础。

《难经》是继《内经》之后的一部重要古典医籍,全书八十一难中,有三十二难涉及针灸。在针刺手法上进一步强调左右手配合,如《七十八难》说:“知为针者信其左,不知为针者信其右。当刺之时,必先以左手厌按所针荣俞之处,弹而努之,爪而下之。”《七十一难》说:“刺阴者,先以左手摄按所针荣俞之处,气散乃内针。”《难经》在手法补泻中非常注重营卫,认为补泻之法,必须知营卫之气的流行、分布,根据其循行顺逆而施术。如《七十二难》:“所谓迎随

者,知荣卫之流行,经脉之往来也,随其逆顺而取之,故曰迎随。”《七十六难》说:“当补之时,从卫取气;当泻之时,从营置气。其阳气不足,阴气有余,当先补其阳,而后泻其阴;阴气不足,阳气有余,当先补其阴,而后泻其阳。荣卫通行,此其要也。”只有“刺荣无伤卫,刺卫无伤荣”,才能取得良好效果。并指出:“补泻之法,非必呼吸出内针也……得气而内之,是谓补;动而伸之,是谓泻。”这就发展了《内经》的迎随补泻和提插补泻。《难经》还对补虚泻实又具体提出了“子母补泻法”和“泻南补北法”等,以五输为基础,阴阳五行生克学说为指导,建立了一套配穴补泻方法。此外,《难经》还提出了针刺的时令深浅法,认为针刺需结合气血与时令变化,春夏浅刺,秋冬深刺,如《七十难》有:“春夏者,阳气在上,人气亦在上,故当浅取之;秋冬者,阳气在下,人气亦在下,故当深取之。”

春秋战国至三国时期的名医都很精通针灸,长于针术,他们的医疗实践大大丰富了针刺手法,促进了针刺手法的形成。如秦国名医医缓、医和,“精于针石”;扁鹊和弟子子阳,曾“厉针砥石,以取三阳五会使虢太子死而复生”。张仲景亦常用针刺法治疗伤寒和杂病,在手法上有:“宜针引阳气”,“随其实而取之”等论述。三国名医华佗尤善用针,他治病行针深知“刺之而气不至,无问其数,刺之而气至,乃去之,勿复针”(《灵枢·九针十二原》)之精要,如《三国志·华佗传》说他:“若当针,亦不过一两处,下针言当引某许(处),若至,语人。病者言已到,应便拔针,病亦行差。”他治曹操头风,“每发,心乱目眩,佗针鬲,随手而差。”治死胎,“今当与汤,并针一处,此死胎必出。”

针刺手法就是在《内经》、《难经》的作者总结前人经验,加以系统整理和当代名医的不断实践中而形成的。它的形成与生产力的发展有着密切关系,春秋战国时期,我们的祖先由最早掌握的青铜冶炼进入冶铁与冶钢阶段,秦汉时已能制出精美细致的金银毫针,如1968年,河北满城汉墓出土的西汉中山靖王刘胜墓中的金针和银针,金针四枚,完好如新,针柄为方形,柄上有圆孔。经仿制后用于临床,针刺能“气至病所”,不亚于现代的不锈钢针。正是冶炼技术的进步和针具的改良促进了针刺术的形成。

### 三、发 展

从晋(公元281)至现代都可以认为是针刺手法的发展时期。一般又认为晋~北宋(281~1126)是一般发展期,南宋~清(1127~1821)是全盛发展期,清末~解放前(1822~1949)是衰落期,新中国建立后至今是振兴期,近十年更进入了黄金时期。兹分述如下:

(一) 晋~北宋(281~1126)

晋至北宋这段时期内,虽出现了许多著名针灸家和医学家,如六朝时期的范汪、陈延之,刘宋朝的支法存、僧深师,东晋的葛洪,北魏的李亮、李修;隋唐时期的徐氏家族(徐熙、徐秋夫、徐道度、徐文伯、徐骞、徐嗣伯、徐雄、徐之才),唐代的甄权、孙思邈、崔知悌、杨上善、杨玄操、王冰、张文仲;北宋时期的王惟一、王怀隐等。史书记载的针灸学专著达70余种,但多已亡佚。在现存的《肘后备急方》、《备急千金要方》、《千金翼方》、《外台秘要》、《太平圣惠方》、《圣济总录》、《新铸铜人腧穴针灸图经》等著作中,对针刺手法的论述却不很多。故属一般性发展。

徐氏家族的徐道度针术高明,宋元帝有:“天下有五绝,徐道度疗疾”为一绝的赞誉。徐

文伯擅长针术补泻，曾与朱废帝刘昱同诊一双胞胎孕妇，用针“补足太阴（三阴交），补手阳明（合谷）”而胎下，被传颂一时。隋唐时期的甄权，针术高超，《千金要方》载他治大理赵卿风疾，腰脚不随，不能跪起、行，取上、环跳、阳陵泉、巨虚下廉四穴，即得跪。《旧唐书·甄权传》：“隋鲁州刺史库狄嵌苦风患，手不得引弓，诸医莫能疗。甄权谓曰：‘但将弓箭槩，一针可射也。’针其肩髃一穴，应时即射”。如此疗效，肯定有独到的手法，遗憾的是未详述之。孙思邈（581～682）是一位“知针知药”的良医，他在《千金要方》中对锋针、毫针、大针、火针、白针、温针、燔针的操作方法有较详论述。他在《千金翼方》中对用针法遵《内经》之旨提出了“重则为补，轻则为泻”，针灸结合，“针以开道（泻），灸以温暖（补）”的原则。他说：“凡用针者，虚则实之，满则泄之，宛陈则除之，邪胜则虚之。大要徐而疾则实，疾而徐则虚，言实与虚，若有若无，察其后先，若存若亡，为虚为实，若得若失，虚实之要，九针最妙。补泻之时，以针为之，重则为补，轻则为泻，虽有分寸，得气即止。明堂偃侧，针讫皆无不灸。凡病，皆由血气壅滞，不得宣通，针以开通，灸以温暖之。”他的重、轻补泻法和针泻灸补法对后世影响很大。他对针灸法的“得气”也十分重视，如说：“凡孔穴者，是经络所行往来处，引气远去抽病也”。“一切病皆灸三里三壮。每日常灸，下气。气止，停也。”“针曲池，入七分，得气即泻，然后补之”。“针睛明，入一分半，留三呼，泻五吸，冷者先补后泻，复补之。雀目者，可久留十呼，然后速出”可见孙氏对针刺补泻十分熟练精通，可惜专述不多。

## （二）宋～清（1127～1821）

自宋至清，是针灸家和针灸专著辈出的全盛时代，著名针灸家有王执中、席弘、陈会、许叔微、窦材、何若愚、窦汉卿、王国瑞、滑寿、张介宾、徐凤、汪机、徐春甫、吴昆、高武、杨继洲、陈言等。针灸学专著有《针灸资生经》、《子午流注针经》、《扁鹊心书》、《神应经》、《针灸大全》、《针灸问对》、《针方六集》、《针灸节要》、《针灸聚英》、《针灸大成》、《针灸易学》、《针灸逢源》等。对于针刺手法进行了系统的研究，使其得到了很大发展。

在发展刺法上独树一帜的首要数金人何若愚，所撰《流注指微赋》和《流注指微论》（后者已散佚），倡用子午流注针法，主张补泻用生成数，提出经穴行针时间结合呼吸次数的“接气通经”法，认为“针入贵速，即入徐进；出针贵缓，急则多伤”。这些对后世刺法影响很大，为“时间针刺学”和“时间补泻法”奠定了基础。在发展针刺手法方面贡献颇大的是金元时人窦汉卿（约1190～1280），他在所撰《针经指南》（1232）中，以《标幽赋》、《手指补泻》、《流注八穴》等篇而名噪一时，他提出的“动、退、搓、进、盘、摇、弹、捻、循、扞、摄、按、爪、切”十四字手法，以及“得气”、“神朝”、“透穴”等法，是继《内经》、《难经》之后对针刺手法的又一次大总结，实为系统研究手法之先驱。之后琼瑶真人所撰《琼瑶神书》（约1435）在十四法基础上又提出了“琼瑶真人秘传神针手法心授口诀二十四字”法：“循循、提提、按按、弹弹、搓搓、拈拈、进进、退退、搜搜、摄摄、逆逆、摇摇、横横、顺顺、摩摩、刮刮、切切、移移、押押、走走、盘盘、战战、动动、扞扞”。并载有赤凤摇头、青龙摆尾等手法，但似过于繁杂，故流传不如十四字法为广。

明初人徐凤，从学于元代针灸家倪孟仲和彭九思，撰《针灸大全》六卷（1439），收载有倪孟仲、彭九思传人泉石先生《梓岐风谷飞经走气撮要金针赋》（简称《金针赋》）一篇，内集单式手法十四种、复式手法十四种，成为“发明窦太师针法”的专著，对十四字法作了简要的论述，说：“爪而切之，下针之法；摇而退之，出针之法；动而进之，催针之法；循而摄之，行气之法；搓则去病，弹则补虚；肚腹盘旋，扞为穴闭；沉重豆许曰按，轻浮豆许曰提。一十四法，针要所

备。补者一退三飞，真气自归；泻者一飞三退，邪气自避。”《金针赋》的复式手法计有：龙虎升腾、青龙摆尾、白虎摇头、苍龟探穴、赤凤迎源、烧山火、透天凉、阴中隐阳、阳中隐阴、子午捣臼、进气、留气、抽添、龙虎交战等多种，是复式手法之高潮。

受其影响，明·高武在其所著《针灸聚英》(1529)中进一步解释了十四法，并将烧山火、透天凉、阳中之阴、阴中之阳、子午捣臼、龙虎交战(进气)、留气、抽添称为“八法”；青龙摆尾、白虎摇头、苍龟探穴、赤凤迎源称为“四法”，并作了解说，但又认为“此八法巧立名色，非素、难意也。”四法也是“巧立名色而已，求针之明，为针之晦”。认为只有“呼吸补泻尚得素难意”。可见对针刺手法的不同看法和争论早在明代就开始了。

陈会是明初另一位杰出的针灸家，他曾著《广爱书》十卷，惜未传世。现传的《神应经》仅是其中的一卷，由弟子刘瑾补辑而成。《神应经》记述的动摇、提插、捻转三结合的催气手法，切实可用，对后世影响很大，其法是：“候数穴针毕，停少时，用右手大指及食指持针，细细动摇，进退，搓转其针，如手颤之状，谓之催气……约行五、六次，觉针下气紧”便达到气至的目的。陈会首先叙述了“平补平泻”的手法，他说：“凡人有疾，皆邪气所凑，虽病人疲弱，不可专行补法……只宜平补平泻，须先泻后补，谓之先泻邪气，后补真气。”后来“平补平泻”法又有所发展变化，成为基本补泻法之一，被现代针灸家所广泛采用。他还倡用十二经补泻时右手与左手同时持针，用双手运针刺左右两侧腧穴，这一刺法亦被后世所采用。陈会的补泻手法以捻转为主，结合提插、呼吸、开合等法组成，主张随咳嗽或吸气进出针，具有简洁易行的特点，被后世不少针灸家所推崇。

明代著名医学家汪机(1403～1539)撰《针灸问对》三卷，以自问自答形式，对53个针灸专题进行了答疑，所答有理有据，多有发挥，对有争议的问题，常能直言不讳，提出自己的见解，发前人之未发。如他认为针法有泻而无补，其一就针具言：“针乃砭石所制，既无气又无味，破皮损肉，发窍于身，气皆从窍出矣，何得为补？”其二就作用看：“夫泻，因泻其盛也，于补亦云宣不行之气，移未复之脉，曰宣曰移，非泻而何？”但他在施术中并无完全否定补法，而是主张务实求是，他说：“当刺之时，先以左手压、按、弹、努、爪、切，使气来如动脉应指。然后以右手持针刺之，待气至针动，因推针而内之，是谓补；动针而伸之，是谓泻。古人补泻心法，不出乎此，何尝有所谓男子左泻右补，女人左补右泻也哉？是知补泻转针，左右皆可，但当识其内则补，伸则泻耳。后人好奇，广立诸法，徒劳无益。”他认为：“所立诸法，亦不出乎提按、疾徐，左捻右捻之外”，不过是“将此提按、疾徐、左捻右捻六法交错而用之。”他的这种不尚形式，务实求是，敢于批判的精神的确十分可贵，他以提按、疾徐、捻转为纲，概括各种手法的方法，至今仍有指导意义。汪机对通经接气和三才法也提出了己见。认为：“一呼脉行三寸，一吸脉行三寸，呼吸定息，脉行六寸，乃言无病人。”“人有所病，则血气滞滞，经络壅塞，莫能循其常度而行矣。”因此，“若依其法，接某经当几呼，过几寸，岂能一一中其肯綮”。他认为进出针的“三才法”也未必完全可行，他说：“赋言内针作三次进，出针作三次退，与经文徐而疾、疾而徐之意，大不相同，且针出内而分三寸，肉厚穴分用之无碍，肉薄去处法将何施？故针者惟当察其肉之厚薄而酌其宜，庶几无害。”他指出后世诸家书籍所载某穴针几分，留几呼，灸几壮等，《内经》中均不定，故不必拘泥固定，应按病情随机应变，“惟以气至为期，而不以呼之多少为候”。“当视其穴俞，肉之厚薄，病之轻重，易为灸之多少大小，不必守其成规。”此外，他还对荣卫之流行，捻转补泻之方法提出了很有见地的看法，为后世提供了有价值的参考资料。

明代的另一医家李梴(十六世纪)在《医学入门》(1575)中对针刺手法作了系统地讨论,他认为:“神针大要有四法,一穴位、二开阖、三迎随、四飞经走气。”他摘录《内经》、《难经》有关补泻方法的原文,详加注释,就迎随补泻、呼吸捻转补泻结合自己心得进行了深入讨论。对“切而散之,爪而下之,弹而努之,扞而循之,动而伸之,推而按之,通而取之,摇而出之”等刺法的操作作了具体的描述,他的论述参古涉今,有不少创新之处。如对“通而取之”的论述,不仅指出了“通者通其气也,提插之后用之。”而且还介绍了“龙虎龟凤,飞经接气之法”及“取气、斗气、接气之法”,并对“青龙摆尾、白虎摇头、苍龟探穴、赤凤迎源”,即“龙虎龟凤”四法作了详细而具体的操作介绍。此外,对烧山火、透天凉、龙虎交战、留气法、子午捣臼、龙虎交腾等复式手法均有论述,故《针灸大成》收录了他的手法,命名为《南丰李氏补泻》。

《针灸大成》是明·杨继洲(1522~1620)汇集《内经》、《难经》及各家医籍,集明以前针灸学术之大成,继《内经》、《甲乙经》之后的又一次大总结,因此,备受后世推崇。《针灸大成》对《内经》、《难经》乃至宋、元、明等各家针刺手法进行了系统、全面的整理和阐述,汇集了二十余种有关文献,以及杨氏家传的《卫生针灸玄机秘要》,并结合了他长期从事针灸临床和教学,任职太医院的经验,因此,其内容之丰富,比同时期的高武、汪机、徐春甫、李梴等著作,都更为全面和突出。直到现代,言针刺手法最详者仍当推《针灸大成》。《针灸大成》卷四在全面介绍《内经》补泻、《难经》补泻、《神应经》补泻、南丰李氏补泻、四明高氏补泻之后,还详述了家传三衢杨氏补泻,就经络迎随设为问答,讨论了36个与针刺手法有关的问题。《三衢杨氏补泻》是杨家秘传的针刺方法,内容包括“十二字分次第手法及歌”和“下手八法口诀”。载有12种进出针法,24种复式手法和8种单式手法。十二字分次第手法是:一爪切、二指持、三口温、四进针、五指循、六穴摄、七针退、八指搓、九指捻、十指留、十一针摇、十二指拔。二十四种复式物手法是:一烧山火、二透天凉、三阳中隐阴、四阴中隐阳、五留气法、六运气法、七提气法、八中气法、九苍龙摆尾、十赤凤摇头、十一龙虎交战、十二龙虎升降、十三五脏交经、十四通关交经、十五隔角交经、十六关节交经、十七子午补泻、十八子午捣臼、十九子午前后、二十子午补泻歌、二十一子午倾针、二十二脏腑阴阳呼吸内外捻针补泻、二十三进火、二十四进水。下手八法是揣、爪、搓、弹、摇、扞、循、捻。共计44种单式和复式手法。这些手法虽多是前贤所倡,但杨氏在继承过程中,进行了整理、研究和创新,故别具一格、自成体系,成为后代研习针刺手法的重要文献。杨氏在“经络迎随设为问答”中就针刺手法的一些理论问题,提出了许多精辟见解。他认为:“经脉十二,络脉十五,外布一身,为气血之道路也。其源内根于肾,乃生命之本也。根在内而布散于外,犹树木之有根本,若伤其根本,则枝叶亦病矣。”故而针刺之要,“宁失其穴,勿失其经,宁失其时,勿失其气。”主张“用针之法,候气为先”。因此,提出了留气、提气、中气、通经接气、调气等多种催气、行气的针刺手法。认为“言经脉者,是上下之气往来”,针刺时只有达到“徐推其针气自往,微引其针气自来”的境界,才能扶正气,攻邪气,取得良好疗效。这些论述为阐明针刺补泻的原理确有很大启迪。杨氏还认为阴阳两气“相易而居”,针刺原理在乎调阴阳之气,使之平秘。如他说:“有平补平泻,谓其阴阳不平而后平也。阳下之曰补,阴上之曰泻。但得内外之气调则已。有大补大泻,惟其阴阳俱有盛衰,内针于天地部内,俱补俱泻,必要经气内外相通,上下相接,盛气乃衰。此名调阴换阳,一名接气通经,一名从本引末,审按其道以予之,徐往徐来以去之,其义一也。”这就从根本上阐明了刺法的原理和补泻的目的,对现代研究针刺手法很有指导意义。所以说杨继洲不愧为精于针刺手法的一代大师。



杨继洲的同代人吴昆(1515~1620)也是一位博学好思的才子,他在所著《针方六集》对针刺手法亦多有精辟阐发。如他认为烧山火的适应症为“此施之气血未败之夫则宜”,透天凉“此施之外邪致病者尤验”。两法均需辨证而施。他十分重视辨证施针,务求得气。他在《旁通集》中说:“病态千端,必先阴阳。”“善针者,必察病人之形气色脉而后下针”,“问病在何经,察其寒热、虚实,……在乎阴阳顺逆,补泻而已。”而其要领又在于务求针下得气,故吴昆说:“要谨候气之所在而刺之,……病在阳分者,必候其气加在阳分乃刺之,病在阴分者,必候其气加在阴分乃刺之。”并就如何掌握“气的火候”,如何“见气”、“定气”、“受气”、“导气”、“取气”、“置气”,如何辨针下“邪气”、“谷气”等进行了详述。在刺法上吴昆对透穴刺法,亦多有论述,为后人所采用。

清代的针灸学专著远不如明代丰富多采,多数承袭前人之说,缺乏创新。其中对针刺手法有所阐发者有下述几种:

《医宗金鉴·刺灸心法要诀》(1742)撰有“行针次第手法歌”,在杨继洲“十二字分次第手法歌诀”的基本上撮其要而成,一取穴、二持针、三温针、四进针、五指循、六撮法、七退针、八搓针、九拈针、十留针、十一摇针、十二拔针。虽无新义,但歌诀流畅,注解简明,乃不失为较好的手法研习资料。

《罗遗篇》,1763年刊行,陈廷铨著。陈氏认为:“夫用针之道,以气至为主。知虚知实方可无误,虚则脉虚,为痒为麻,实则脉实,为肿为痛。虚则补之,气至则实,实则泻之,气去则虚。”又说:“大抵用针之妙,贵在审气。气至速者效亦速,而病易痊;气至迟者效亦迟,而病难愈;候气不至,必死无疑。此因气可知吉凶也。”他这种将针刺的微妙,建立在“气”之上的论点是十分可贵的。由于他的针刺手法,求以气为主,故而主张:“用补用泻之间,必以呼吸为准,随气下针,乃其要也。”他认为:“呼则内针补也。针已三下,又必静以久留,候气至为度,如气至觉针下紧涩或痛,是谓阳气隆至也……徐出针而急按其穴,使气不得出,则气充于内,神存气留,故谓之补。”“吸则内针泻也。针已三下,又必静以久留,候气至为度,如气至觉针下松活相安,是谓阴气隆至也……疾出针而不闭其穴,使气去不能复聚,则大邪之气,随泄而散,经气以平,故谓之泻。”这种将补泻着落于气来、气去,使气充于内和气散于外,达到经气以平的方法,操作简单而深得要领,引起了后人重视。

《针灸易学》三卷,李守先撰于1798年。录有“四明高氏补泻”、“明堂补泻”、“神应经补泻”等,内容简略。认为:“补要久留虚不虚,泻要去疾实不侵,转左阴中能生阳,旋右阳中可生阴。”悉遵成法,较少新意。

《针灸内篇》,署林屋江上外史考正撰述。该书对《内经》、《难经》、《神应经》补泻法作了简单评述,无特别之处,唯所述先师凌汉章(名云、号卧岩,著有《子午流注图说》等)之后人凌声臣等,“凡人有疾皆邪气所凑,病者虽弱,不可专补,宜先泻其邪,后补真邪”的观点,尚有可取之处。

清·嘉庆李学川撰有《针灸逢源》(1817),书分六卷,卷一、二为灵素经文,卷三为群书汇辩,卷四为经穴考正,卷五为证治参详,卷六为论治补遗。除卷一、卷二载有《内经》针刺手法之外,卷三记述《难经》子母补泻迎随,《医经溯洄集》泻南方补北方论,《本草纲目》奇经八脉论,《医门法律》络脉论,《类经》周身经络穴位歌、内景赋,以及窦汉卿、徐凤、李梴、高武、陈会等针刺手法内容。不仅资料丰富,而且开拓了针灸学术研究的思路,把视野放宽到针灸专业著作以外的其他医学文献中去。这对针刺手法理论的探讨,颇多裨益。