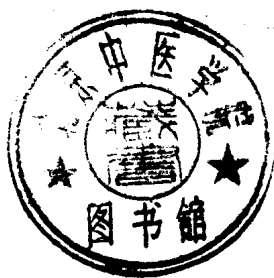


样 本 库

实用 子午流注针法 灵龟八法 手册

郑士钢



中原农民出版社

1188189

2J64/06

内 容 提 要

该书重点介绍如何运用子午流注针法和灵龟八法这种运用大自然变化规律、配合人体各经脉气血周流盛衰的情况而创造出来的逐日按时开穴的独特的针灸方法，达到取穴“得心应手”，手到病除的效果。

该书的特点是通过科学归纳，把文义古奥、运算繁琐的子午流注和灵龟八法通俗化、简单化。作者自创的历表编号法方便实用，日干支图推查法还设有活动图，能免去许多繁杂的运算。该书可供临床医生、医学院校的师生和科研工作者作参考用。

序

子午流注和灵龟八法是古人以天人合一的观点，运用大自然变化的规律，来配合人体各经脉气血周流盛衰的情况而创造出来的逐日按时开穴的一种独特的针灸方法。它导源于《内经》，直至金元时代才渐趋完善。当时有窦汉卿等人倡用其说，从而使这一针法广为流传。明代著名针灸学家徐凤、杨继洲等著作中对此法均有记载，为历代针灸医学家所重视。

近年来，由于国外生物钟学说的兴起，与中医“天人相应”和子午流注针法的部分理论相符合，也就是生物体内可能有一种近似时钟的机构，使人体的生理活动随着昼夜交替、四时变更的阴阳消长过程发生相应的变化。因而，子午流注针法又引起了国内外医学家的注意，并从事整理研究工作，使这一古老针法成为新兴的学科。

子午流注的运用分纳子法与纳甲法两种。所用的穴位均以十二经脉肘膝以下的所出为井、所溜为荣、所注为俞（原）、所行为经、所入为合的66穴为基础，配合天干、地支、阴阳、五行、脏腑、经络等理论，逐日按时开穴。临床实践证明，若能针对病症运用得当，可起到立竿见影之效。

余友郑士钢老师，在福建中医学院曾共事多年，他对中医造诣较深，尤致力于针灸和子午流注针法研究，以其多年研究之结晶，撰著《实用于午流注针法灵龟八法手册》一书，余读之，条理整然，纲举目张、章节清晰，理论联系实际，使读者心领神会，易学易用，起沉痾，疗固疾，造福人民，其济世之功无穷矣。余不揣鄙陋，而乐为之序。

1988年季夏月黄宗飏谨序于福建中医学院

前 言

子午流注针法和灵龟八法以其独特的理论指导针灸临床开穴，对某些疾病往往获得意料不到的疗效，故为历代医家所珍视。然而，此法文义古奥，运算繁琐，开穴复杂多变，所以，目前能使用此法用于临床治病者较少。为此撰著这本手册，意在继承、发扬、普及这一独特的针灸方法。

该书的特点，一是从理论到开穴，复从开穴到理论，逐条阐述，循循善诱。二是日干支推查，介绍3种方法。其中月历表编号法属于自创；日干支图推查法设有活动图，方便实用。三是流注针法分十二经纳子法，十二经纳甲法2种，而各法开穴散见诸篇，周期各异，常有顾此失彼之弊。60年代初，曾和黄宗勖老师共商按六十甲子汇集，今又做了部分修订，命名“逐日按时开穴表。”此表周而复始，受用无穷。学者只要掌握日、时干支的推查，可在30秒钟内查到某年、月、日、时的各项开穴，其速度和准确性，可与设想中的子午流注电子计算机相媲美。四是日干支、逐日按时开穴表、穴位和穴位表解均冠以编号。这样，从日干支推查到开穴，以及穴位概况，皆按编号寻查，上下贯通，形成一条线。五是“医案选”说理性强，案例可信；读者尚可仿照其就诊时间，重复推查日干支，进而寻找开穴，如果符合，说明你已

学会寻找开穴的技能，所以“医案选”还可作为实践操作的自我考查资料。六是通过有关章节介绍，流注开穴可以“信手拈来”。为了方便学者，所以增述“针灸基础知识”一章，力求手册完整、充实。

总之，本书“知”和“行”并举。知中寓行，行中寓知，“知行合一”，理论与实践相结合。本书用于临床、按图索骥；用于教学，循序渐进；用于科研，可资参考。

稿成之际，承蒙全国政协副主席、中国佛教协会赵朴初会长题笺，荣获加拿大、美国国际中医经典研究学会博士学位、福建中医学院黄宗励教授作序，在编撰过程中尚蒙福建中医学院陈俊鸿副教授、福建省药材公司韩立同志及韩序亨、刘慧琴等同志热情帮助，在此一并致以诚挚的谢忱！

限于水平，该书中不妥之处，欢迎同行批评指正。

福建省建阳卫生学校

郑士钢谨识

1988年10月

目 录

序言

前言

第一章 概论…………… (1)

第一节 子午流注针法和灵龟八法的含义…………… (2)

第二节 子午流注的组成…………… (3)

一、天干…………… (3)

二、地支…………… (4)

三、天干、地支分配阴阳及其相互配合…………… (6)

四、脏腑经络与地支配合…………… (6)

五、脏腑经络与天干配合…………… (6)

六、五输穴的含义及其与五行的配合…………… (8)

第二章 日、时干支的推查…………… (11)

第一节 日干支的推查…………… (11)

一、计算法…………… (11)

二、月历表编号法…………… (15)

三、日干支图推查法…………… (17)

第二节 时干支的推查…………… (18)

第三章 逐日按时开穴表的阐述…………… (20)

第一节 十二经纳子法	(20)
一、补泻开穴	(20)
二、本穴和原穴	(21)
第二节 十二经纳甲法	(21)
一、流注输穴	(22)
二、主经过原	(31)
三、合日互用	(31)
四、闭穴(阖穴)	(32)
第三节 灵龟八法	(32)
一、基本内容	(32)
二、灵龟八法开穴的推查	(40)
附 1: 逐日按时开穴表	(41)
第四节 子午流注、灵龟八法的临床运用	(102)
一、按时开穴	(102)
二、定时开穴	(102)
三、八脉交会穴的应用	(103)
四、结合原络开穴	(103)
五、结合配穴治疗	(104)
六、医案选	(106)
第四章 十二经脉循行和穴位表解	(109)
附 2: 腧穴定位的方法	(109)
第一节 手太阴肺经	(112)
第二节 手阳明大肠经	(115)
第三节 足阳明胃经	(118)

第四节	足太阴脾经·····	(121)
第五节	手少阴心经·····	(124)
第六节	手太阳小肠经·····	(127)
第七节	足太阳膀胱经·····	(130)
第八节	足少阴肾经·····	(133)
第九节	手厥阴心包经·····	(137)
第十节	手少阳三焦经·····	(140)
第十一节	足少阳胆经·····	(143)
第十二节	足厥阴肝经·····	(146)
第十三节	常用配穴表解·····	(149)
第五章	针灸基础知识·····	(162)
第一节	针法·····	(162)
一、毫针刺法	·····	(162)
二、三棱针(圆利针)刺法	·····	(178)
第二节	灸法·····	(180)
一、常用灸法	·····	(180)
二、注意事项	·····	(184)
第三节	拔罐法·····	(185)
一、常用拔罐法	·····	(186)
二、适应范围	·····	(187)
三、注意事项	·····	(187)
附图 1	流注针法应用穴位示意图·····	(189)
附图 2	阳历推查日干支活动卡·····	(192)

第一章 概 论

子午流注学说是祖国医学的重要组成部分。它的起源很早。远在战国时期《内经》一书就有“肺病者、愈于壬癸，壬癸不愈，加于丙丁”的记载。东汉末年，著名医学家张仲景在《伤寒论》中论述六经病欲解时与时间的关系，有“太阳病欲解时，从巳至未上”、“阳明病欲解时，从申至戌上”、“少阳病欲解时，从寅至辰上”等记载。这些记载都说明疾病的发生、发展和转归与治疗的时间有着密切的关系。这种时间医学运用于针灸开穴，就称子午流注针法。本法用穴是以五输穴为主，有关五输穴的记载首见于《内经》，以后《难经》和《针灸甲乙经》都有论述。宋代徐文伯《子午流注逐日按时定穴歌》是对子午流注定穴的具体总结，还有窦汉卿在《针经指南》中提倡八法流注（即灵龟八法）。明代高武的《针灸聚英》、徐凤的《针灸大全》、杨继洲的《针灸大成》等书也对流注学说都有较详细的介绍。

子午流注学说注重时间条件。它的科学依据是什么？是“天人相应”的整体观。因为人生活在自然界中是一个适应外在周围环境的完整体，是与自然环境息息相关的。天地万物无时不在变化着，人体生命活动也相应地运动着。近代科

学证明，一切生命活动都随着时间的不同呈现着周期性的变化。如在一天之中，人的体温升降、心率快慢、血压高低、血糖含量、经络电位值测定等，都有不同程度的改变。这些都说明在人与自然之间存在着密切的联系。自然界的阴阳消长不但与人体生理功能有关，而且对某些疾病也有着密切的关系。《灵枢·顺气一日分为四时篇》说：“朝则人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气长，长则胜邪，故安；夕则人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入脏，邪气独居于身，故甚也”。从临床病例看，如咳嗽一症，平日咳，多属肺经；上半日咳，多属胃经；午后咳，多为阴虚火动；黄昏咳，多属肾阴虚。这些“天人相应”的客观事实和子午流注的理论是一致的，子午流注这个古老的学说，需要我们努力发掘它，在实践中检验它，使其更好地造福于人类。

第一节 子午流注针法和 灵龟八法的含义

“子午”，一是代表时间变化过程①，二是代表阴阳消长情况②；“流注”代表人体气血的运行随着时间变化、阴阳消长、有如水流动一样地流行灌注着。但“流”是指人体气血从子到午、从午到子周流不息；“注”是指气血的灌注，有着不同时间的盛衰，好象潮水一样，潮则盛，退则衰。子午流注针法就是在“注”的概念上根据“气血循环、时穴开阖③”的观点指导开穴的。所以子午流注针法中的“针法”

二字,应理解为“开穴”。“开穴”和“取穴”的含义不同,“开穴”是对“阖穴”而言,是有时间条件的,而“取穴”则不受时间的限制。

灵龟八法又叫奇经纳卦法,是以人体十二经脉和奇经八脉气血会合的八个穴位归纳九宫、八卦的一种学说。相传夏禹治水,在洛水见到一个灵龟,龟甲上排列有一至九数,夏禹把它纳入八卦,称为九宫,这是灵龟的出处。八法是奇经八脉与十二经脉相通的八个穴位,后人把它配入灵龟的九宫,按照日、时干支的代数推演变化,定出按时开穴的方法。因为八穴应用范围甚广,故将八穴称八法,合称灵龟八法。

注:① “子午”代表时间变化过程。“子午”是十二地支中的两个时辰,夜半11点至1点是子时,中午11点至1点是午时,时间的变化过程,是从子到午,复从午到子,周流不息的。② “子午”代表阴阳消长情况。《华佗中藏经》中说:“阳始于子前,末于午后;阴始于午后,末于子前。阴阳盛衰,各在其时,更始更末,无有休息”。《针灸大成卷五·论子午流注法》中说:“子时一刻,乃一阳之生;至午时一刻,乃一阴之生;故以子午分之而得乎中也”。③ 《针灸大成》卷五,徐氏论子午流注法。

第二节 子午流注的组成

子午流注是由天干、地支、阴阳、五行、脏腑经络以及肘、膝以下的五输穴配合组成,学习和运用本法,就必须掌握这些内容。

一、天干

“天干”是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸

10个数的总称，古人用来记日，所以又叫日干，其命名含义是“天”指日出日没的意思。日出日没就代表着一天，“干”有个数的意思，故一日常用一个天干来表示。

二、地支

“地支”是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥12数的总称，因其常用以代表1昼夜所划分的12个时辰（1个时辰等于2个小时），故通常将地支称时辰。

地支最早是用来记月的。因为月亮盈亏1次就是1个月，1年盈亏12次就是12个月。其命名含义是日为阳，月为阴，天为阳，地为阴，月和地都属阴，所以记月的命名取一个“地”字，支有分支之意，合称地支。

1年12个月，1日12个时辰，都是从子到午，从午到子有规律地运行着。《灵枢·顺气一日分为四时》篇中指出：“以一日分为四时，朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。”《灵枢·卫气行》篇中指出：“岁有十二月，日有十二时，子午为经，卯酉为纬。”所以地支既代表月，又代表时辰。它们之间的对应关系可见表1。

表1 十二地支（时辰）与时钟、时间的关系

地支 (时辰)	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
时钟	11~1	1~3	3~5	5~7	7~9	9~11	11~1	1~3	3~5	5~7	7~9	9~11
时间	夜半	夜间	晨前	上	午	中午	下	午	黄昏	夜间		

表2

干支配合60环周表

干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号	干支	编号
甲子	1	乙丑	2	丙寅	3	丁卯	4	戊辰	5	己巳	6	庚午	7	辛未	8	壬申	9	癸酉	10
甲戌	11	乙亥	12	戊子	13	丁丑	14	戊寅	15	己卯	16	庚辰	17	辛巳	18	壬午	19	癸未	20
甲申	21	乙酉	22	丙戌	23	丁亥	24	戊子	25	己丑	26	庚寅	27	辛卯	28	壬辰	29	癸巳	30
甲午	31	乙未	32	丙申	33	丁酉	34	戊戌	35	己亥	36	庚子	37	辛丑	38	壬寅	39	癸卯	40
甲辰	41	乙巳	42	丙午	43	丁未	44	戊申	45	己酉	46	庚戌	47	辛亥	48	壬子	49	癸丑	50
甲寅	51	乙卯	52	丙辰	53	丁巳	54	戊午	55	己未	56	庚申	57	辛酉	58	壬戌	59	癸亥	60

三、天干、地支配阴阳及其相互配合

“阳道奇、阴道偶”。天干、地支按顺序编号，凡单数属阳，双数属阴。天干甲、丙、戊、庚、壬属阳；乙、丁、己、辛、癸属阴。地支子、寅、辰、午、申、戌属阳；丑、卯、巳、未、酉、亥属阴。

天干与地支的配合规律是阳干配阳支，阴干配阴支，天干在上，地支在下，按照干支的顺序向下排列，天干的第一位是甲，地支的第一位是子，二者配合即为甲子，从甲子开始，干支再依次向下配合，就是乙丑、丙寅、丁卯、戊辰……。天干10数，地支12数，则天干往复排列六次，地支五次，共60次又轮到甲子，每轮60次，通称六十甲子。中国古历以60为1周期，如60年、60天、60时辰，都是用甲子来表示的。表2从甲子到癸亥1~60的数字，就是干支的编号。

四、脏腑经络与地支配合

人体十二经脉气血运行是有规律的，一天十二时辰的推移也是有规律的。古人在长期实践中发现人体某脏腑气血的盛衰和时辰有着密切的关系，所以创立了“脏腑经络与地支配合”学说。如肺经气血旺于寅时，大肠经气血旺于卯时，故二者相互配合（详见表3）。

表3 脏腑经络与地支配合

地支 (时辰)	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
脏腑 经络	胆	肝	肺	大肠	胃	脾	心	小肠	膀胱	肾	心包	三焦

〔附〕 歌括

肺寅大卯胃辰宫，脾巳心午小未中，

申膀酉肾心包戌，亥焦子胆丑肝通。

《素问·举痛论篇》指出：“经脉流行不止，环周不休”。笔者认为在子午流注学说中，流与注是有区别的。

《素问·举痛论篇》的记载是属于“流”的概念，而脏腑经络与地支配合的学说是属于“注”的概念。

经络穴位电位值测定初步证实了十二经脉流注的观点。在早晨、中午、黄昏、半夜4个不同的时间测定十二经络有关穴位，其电位值不同，而且每条经络的盛衰时间和它的穴位导电量也是不同的。如手太阴肺经的旺盛时间是晨前3~5小时，也就是寅时。在这段时间里测定肺经和与肺经相表里的大肠经，其结果是肺经的导电量比大肠经平均值高，若在卯时则适得其反”^①。根据经络的分布和‘气’的循环节奏，流行于经络的经气具有阴阳两类属性，但其本质却是统一的元气。然而中医的生物节奏学并不停留在二元论的水平上，每条经络和它联系的脏腑在每天有两个小时的时间内具有最明显的活动性和敏感性。事实上，在经络中运行的经气是按照某一固定的时间进行的，在1天的24小时内，元气每两小时出现一次高潮，使每一经络具有最大的活动力，此时针刺治疗的效果最好”。^②

注：① 山东中医学院学报（1）：24，1980。
② 中国医药国外资料择（3）：1，1978。

五、脏腑经络与天干配合

在长期实践中，古人认识到某日（或某时）属某天干，这时某脏腑经络经气特别旺盛，所以有“脏腑经络与天干配合”学说的创立。如天干甲，胆气旺盛；天干乙，肝气旺盛。因此，以胆配甲，以肝配乙（详见表4）。

表4 脏腑经络与天干配合表

天 干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
脏腑经络	胆	肝	小肠	心	胃	脾	大肠	肺	膀胱三焦	肾心包

〔附〕 歌括

甲胆乙肝丙小肠，丁心戊胃己脾乡，
庚属大肠辛属肺，壬属膀胱癸肾脏，
三焦亦向壬中寄，心包同归于癸方。

天干为十个数而脏腑经络是十二个，一个天干配一脏或一腑，剩下三焦和心包没有天干可配，只得采取寄居，寄居的方法，心包属阴，寄于癸水，三焦与心包相表里，寄于壬水。

《素问·六节藏象论篇》指出：“五日谓之候，”古人以5天称为1候。因为1天是12个时辰，5天是60个时辰，恰好一轮甲子。这是古人划分时段的一种方法。十二经纳甲法是以5天为1周，10天为再周的开穴法，因此脏腑经络与天干的配合是以10天为一周期的。

六、五输穴的含义及其与五行的配合

五输穴位于四肢的肘、膝以下，阴经有五个，阳经有六