

针灸时间医学

概论

殷克敬
编著



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

针灸时间医学

概论

殷克敬 编著



人民卫生出版社

PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸时间医学概论/殷克敬编著. —北京:

人民卫生出版社, 2007. 8

ISBN 978-7-117-08757-5

I. 针… II. 殷… III. 针灸疗法-时间中医学

IV. R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 076433 号

针灸时间医学概论

编 著: 殷克敬

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 潮河印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 9.25

字 数: 215 千字

版 次: 2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-08757-5/R·8758

定 价: 20.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

易通医针

程莘农为殷克敬著
针灸时间医学题

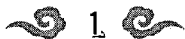


石 序

针灸时间医学是中国医学的重要组成部分。被国外学者誉为“中国生物钟”疗法的子午流注、灵龟八法、飞腾八法就是中国时间医学的代表。根据“天人相应”说，把时间因素与针灸疗法紧密结合起来，构成针灸治疗中颇具特色的应用体系，其理论思想与近代兴起的以生物节律为基础的时间治疗学非常相似，其科学价值已引起国内外学者的关注。千百年来一直有学者对它进行着不懈的钻研和探究，长期的历史发展及古代先哲的不断努力，赋予了它丰富的内涵。然而，由于中国针灸时间医学与运气学说、《易》理中许多内容息息相关，赋予了它顽强的生命力；但因其具有一些玄妙的神秘性，以及古奥的词语，隐晦的含义，使不少热衷于针灸时间医学研究的人望而生畏，致使对针灸时间医学的研究难以广泛深入，更谈不上运用自如，得心应手了。

鉴于此，殷克敬教授经过长时间的艰苦深入研究，辛勤耕耘，为让更多的人系统掌握子午流注、灵龟八法、飞腾八法的有关概念、原理和应用方法，悉心总结整理了自己多年来研习经典，讲学授课的讲稿和临床实践的宝贵经验，汇为一册《针灸时间医学概论》开明宗义地介绍给大家，授人以理，示人以法，实为一部佳作，良可贺矣！

细阅《针灸时间医学概论》一书，纲目分明，章节清晰，



条理井然，直入专题，从源到流，见解独到，易学易懂，知学并举，不落俗套。编著者花费了不少笔墨，较为详细地介绍了针灸时间医学的发展渊源及其内涵和有关历法知识的一些基本概念，奠定了学习的基本知识，然后又重点阐述了子午流注针法的各种纳穴规律和方法，以及《易》理概况和灵龟八法、飞腾八法的临床应用。深入浅出，层次分明，循循善诱，释难解惑，说理性较强。尤其对《河图》、《洛书》、八卦的简述，直接清除了学习者神秘莫测的畏难情绪。书中最后又举隅了编著者应用针灸时间医学的部分临床验案以及近年来发表的有关研究论文，从而克服了偏于说教的不足，很有参阅价值。

该书行将付梓，作者问序于我，有感此书选题独到，探讨入微，实用性强，不愧为挖掘祖国医学遗产——针灸时间医学研究中的一部好的作品，特略述数语以为序耳。

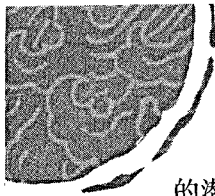
石学敏

2007年3月

前言

随着新的边缘学科——时间医学的兴起，时间治疗学已引起医学界极大关注，被誉为“中国生物钟疗法”的针灸时间医学，包括“子午流注”“灵龟八法”“飞腾八法”等，一直被视为时间医学的缩影。这种带有显著中华民族传统文化特征的中国时间医学，是在传统天文历法与“大道之原”的《易》理、阴阳五行、脏腑、经络的基础上形成的。千百年来，经过历代先哲不断的努力研究、探索、实践，赋予了其独特的思想和丰富的内涵，深刻地展示了中国古代哲学的传统观念和强调事物相互关系的思维观点，使传统的生物钟思想和时间治疗方法渗透到生理、病理、诊断、预防、治疗等各个方面，并从临床实践中逐渐得到了验证，已成为当今世界医学范畴内的一项新的研究课题。

中国医学之所以垂范几千年不衰，除在临床中有确切疗效外，还因为它具有与《易》理，运气学说纵横交错，本乎自然而自成体系的理论指导有密切关系。没有在天文、历法基础上形成的《易》理和运气学说，就没有中医的完整体系。我们说《内经》是博大精深，气势磅礴的经典著作，从古至今一直被视为指导中医临床的圭臬。《内经》160篇中，直接论述《易》理、运气学说的内容多达70余篇，几乎占到全书的二分之一，尤其在针灸医学方面，《易》理、运气学说对其有着重要的开拓价值。尽管针灸时间医学尚未充分引进，但已展现出了巨大



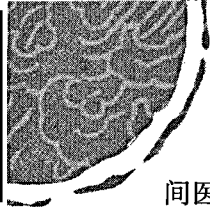
的潜力，这一点历代针灸医家早已注意到了它的指导作用。子午流注针法的应用，即展现了针灸医学“生物钟”的合理内核，又反映了《易》理、运气学说的内涵；“灵龟八法”、“飞腾八法”的取穴则把《易》理、运气学说相结合运用，其析繁执简的医理，更能说明其博大而精深。但在科学昌明的今天，我们对祖国医学的遗产继承的太少，诸如针灸治疗取穴繁多，处方用药繁杂，头痛医头，脚痛医脚的现象，比比皆是，与先贤相比，相形见绌，现在要找到地道的、传统的、正宗的中医治疗方法较少，尤其单纯应用针灸治疗疾病的范围也日渐缩小，置中医宝库中的瑰宝不去发掘，十分可惜，言其数典忘祖亦不为过。因而，继承发扬传统的中医针灸尤显必要。人们对自然科学的认识绝不是按比例向前发展的，古老的不一定是落伍的，中医的许多经典实用性很强，又有顽强的生命力，千百年来是经得起实践验证的。我绝不是厚古薄今，社会在进步，科学在发展，新的事物有其特点，应该在继承的基础上用现代科学的手段发掘传统的精华，变为今用，如果一概弃之，岂不是缘木求鱼了。

“子午流注针法”、“灵龟八法”、“飞腾八法”是古人以天人相应观点根据自然界变化规律，结合人体脏腑经络气血流注的盛衰，创立的按时取穴治疗的独特针灸方法。由于历史条件的限制，文义古奥，涵义隐晦，运算复杂，开穴多变，加之取穴也有一些难以掌握的推演方法，使初学者如堕烟海，茫无头绪，不得要领。唐·刘长卿诗云：“古调虽自爱，今人多不弹。”古调不弹尚可，但作为有一定效验的古老针法，却不能不深入研究，尽管其缺点显而易见，但经过不断运用补充，特别是近数十年来，专家、学者们给这些传统的针法注入了现代时间医学的新观点、新思想、新理论，使其获得了空前的发展。虽然目前多侧重于整理与验证的研究阶段，但已展现出一

个广阔的前景。随着现代时间医学的迅速崛起，时间医学与时间生物学的结合很快出现了时间生理学、时间病理学、时间内分泌学、时间营养学、时间治疗学等新的交叉学科；中国针灸时间医学在学术界地位已经确立，同时在应用研究方面已取得了可喜的成绩。我深信针灸时间医学这种传统的治疗方法如与现代多学科的研究相结合，用高科技手段进一步整理、验证、提高，揭示其“内核”，顺应现代的科学脉搏，将会获得经久不衰的生命力，以崭新的面貌屹立于世界医学之林，为人类健康做出更大贡献。

本书前身是我多年来给中医院校本科学生、研究生和留学生的讲稿，本来并不是作为出书用的，但多年来渴望学习掌握针灸时间学的人愈来愈多，尤其是已有多年的临床经验的中医针灸同道，他们对中医针灸时间医学，特别是久负盛名的“子午流注针法”因其逻辑繁杂，解释牵强，不易理解而却步。与此同时也阻碍了自身的普及应用与深入研究，许多年轻的中医针灸医师，更望有一本系统的、说理性较强、推算取穴简便的专著。《易传》曰：“化而裁之谓之变，推而行之谓之通。”本书尽量通过现代思维方法，重点对“子午流注针法”、“灵龟八法”、“飞腾八法”取穴的有关内容，从源到流，作比较全面系统地介绍，在继承和发展的有机联系上，尽量体现出时代特征，在揭示其历史面貌的同时，对其基本理论、基本知识和具体运用作一比较详细地论述，释难解惑，循循善诱，图表示意，重在实用。

本书用于教学，循序渐进，说理较透；用于临床，知行并举，方便实用，易于掌握，多种推算，便于选择；用于科研，提供参阅；最后附有编著者多年临床验案举隅和近年来发表的有关论述文选，旨在从源到流，理论实践并重，对中医院校针灸专业的教学、临床、科研均有参阅价值，同时对喜爱研究时



间医学的同道，自学、研修者也有一定的帮助。

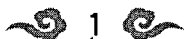
本书整理编写过程中始终得到中国工程院院士、当代针灸泰斗程莘农教授，中国工程院院士、著名针灸医家石学敏教授的支持关怀，并题字、作序，在此表示衷心的感谢！还要感谢多年来致力于中医针灸时间医学研究的老前辈、同道们，他们殚精竭虑，多年的辛勤耕耘与实践经验为本书提供了丰富的参考资料；还应感谢杨雪利主任医师，百忙中帮助整理。由于本人学力有限，编写中难免有疏漏和错讹之处，敬请赐正，实为幸甚！

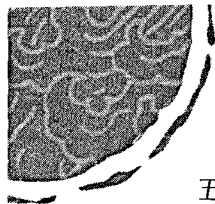
殷克敬

2007年3月于渭水之滨

目 录

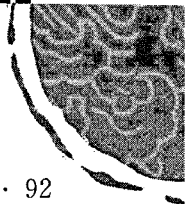
第一章 针灸时间医学的渊源与发展沿革	1
一、萌芽于殷商、战国时期	2
二、形成于先秦至东汉时期	3
三、发展成熟于金、元、明时期	9
四、提高于 20 世纪 50 年代以后	13
第二章 子午流注的意义与内涵	15
第三章 子午流注针法的基本知识	22
一、天干、地支始源	22
(一) 甲子的始源	23
(二) 天干、地支的含意	24
二、天干、地支的变化规律	24
(一) 天干变化的规律	25
(二) 地支变化的规律	25
三、天干、地支的阴阳属性	27
四、天干、地支的五行属性	27
(一) 天干配五行	28
(二) 地支配五行	28



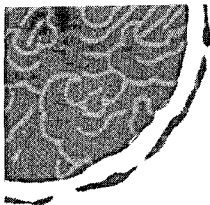


目
录

五、天干、地支的配合关系	30
六、天干、地支与经络脏腑的配合	31
(一) 天干与经络脏腑的配合关系	31
(二) 地支与经络脏腑配合	35
七、五门十变与天干五运的化合关系	37
八、地支与阴阳、六气、五行的配合	40
九、天干、地支与方位的关系	41
十、五输穴的始源、含义及其应用	43
(一) 五输穴的渊源	43
(二) 五输穴的含义	45
(三) 五输穴内容、定位及主治	46
 第四章 历法知识	74
一、阳历、阴历、农历的含义及相互关系	75
(一) 阳历	75
(二) 阴历	76
(三) 农历	77
(四) 日、月、年的概念	80
二、地方时间与标准时间及其换算	82
 第五章 子午流注针法的运用	86
一、年、月、日、时干支的推算	87
(一) 年干支的推算方法	87
(二) 月干支的推算方法	90



(三) 日干支的推算方法	92
(四) 时干支的推算方法	99
二、子午流注纳甲法(纳干法)的应用	102
(一) 阳进阴退	103
(二) 经生经, 穴生穴	106
(三) 返本还原(遇输过原)	107
(四) 日干重见、气纳三焦、血归包络	108
三、合日互用取穴法	127
四、一、四、二、五、三、零反克法开穴规律	129
(一) 反克开穴的始源	130
(二) 反克开穴法的内容	131
(三) 反克开穴法的临床应用	131
五、子午流注纳甲法小结	134
六、子午流注纳子法(纳支法)的应用	135
(一) 本经补母泻子法	136
(二) 异经补母泻子法	137
七、日取六十六穴开穴法	139
八、养子时刻注穴法	141
九、子午流注针法注意事项	146
 第六章 奇经纳卦法概要	 152
一、奇经纳卦法的渊源	152
二、《河图》、《洛书》的概述	159
(一) 《河图》的基本知识	160



(二)《洛书》的基本知识	162
三、八卦的由来与含义	165
(一) 先天八卦与后天八卦	168
(二) 八卦的演变概况	171
(三) 九宫八卦概述	174
四、奇经八脉概况	177
(一) 奇经八脉的命名	177
(二) 奇经八脉的循行概况	179
(三) 奇经八脉的作用特点	182
五、八脉八穴	183
(一) 八脉八穴的由来	183
(二) 八脉八穴的定位、主治与操作	185
(三) 八脉八穴的交会相通	188
六、八脉八穴与八卦配合的意义	192
 第七章 灵龟八法	197
一、灵龟八法概述	197
二、灵龟八法的临床运用	198
(一) 八法逐日干支代数	198
(二) 八法临时干支代数	201
(三) 灵龟八法取穴推算方法	204
(四) 八穴的相配及针刺先后	206
(五) 八穴应用取穴法	207
(六) 定时纳取八穴针刺	207

三、灵龟八法应用小结	207	
第八章 飞腾八法取穴的应用	218	目
一、飞腾八法概述	218	录
二、飞腾八法的临床应用	220	
三、飞腾八法应用小结	221	
附录	225	
附录一 2005~2020 年日干支表	225	
附录二 病案举隅	242	
附录三 论文选录	247	

第一章 针灸时间医学的渊源与发展沿革

中医择时治疗历史悠久，古代先贤在千百年的医疗实践中积累了非常丰富的治疗经验，已形成了独具特色的时间治疗学；尽管时间医学是近代提出的新兴学科，但有关生物节律，人类生理功能与天时环境的关系记载在中国已有数千年的历史，早在三四千年前的《大戴礼记》中就有许多描述。成书于战国时期的中医经典著作《黄帝内经》比较系统地论述了四季、昼夜、时辰对人体气血运行的影响与疾病的关系。现代生物学证实，生物界有规律的周期性活动是一种普遍现象，也是生命的基本特征之一，现代科学证明，人体的空间物质组成与宇宙星体的物质组成是一致的，宇宙星体运动的时间节律是生命活动的必要信号，这一切证实了人类是时空的产物，说明我国古代先贤论断的正确性。针灸时间医学的代表就是子午流注针法、灵龟八法、飞腾八法的取穴治疗，子午流注是定时取穴，“因时制宜”的一种针灸治疗方法，它注重强调“择时”与“选穴”两个方面。与灵龟八法、飞腾八法作为针灸时间医学的代表，在中医时间医学中占有十分重要的地位。把时间因素和针灸施治紧密的结合在一起，构成针灸治疗中一个颇具特

色的应用体系。

时间医学虽然是一门新兴的学科，但在中医文献中却不乏记载，其内涵丰富，源远流长，自成体系，别具一格。中医时间医学，是以子午流注针法为其代表。它与古代的哲学、天文、历法等知识相结合，以中医阴阳、五行、脏腑、经络学说为基础，将有关的时辰治疗与传统的生物钟思想渗透到中医生理、病理、诊断、治疗等各个方面。千百年来“天人相应律”、“天人共通律”的观点，根据人体气血运行情况与自然界的相应关系，结合脏腑经络、气血流注、候气逢时等理论，通过长期的医疗实践，逐渐的形成“因时制宜”、“择时选穴”，在临床治疗中发挥了巨大的作用。

一、萌芽于殷商、战国时期

人们生活在自然环境中，外界寒、凉、湿、热的气候与朝夕光照的强弱对比，对人体无时无刻地有着不同的影响，逐渐地产生了相应的“节律反应”。殷商、战国的《易经》和1973年发掘的湖南长沙马王堆汉墓（西汉古墓）的《帛书》中都记载有疾病的预防、治疗服药时间以及采药的时间等。《五十二病方》、《养生方》等文献均有相关时间节律的叙述，有力地说明了问题。其中陈述的饮食调养、起居、练功以及疾病发生和预防、治疗等都已非常注意到时间的因素，并提出了相应的一些措施。例如，《养生方》中云：“不顺四时之度而民疾”，“善治气者，使宿疾应散”，“新气朝寂”等。《五十二病方》指出：“疮病百夏日勿渍”意为该病不可在夏季施治；疣病选择“日晦日下晡时”，主张痿（淋病）、癰疽、白处（白癜风）、胎伤等病，当择旦时治疗，务戒夕时施治。《周礼·天官》指出：“四时皆有疠疾”，殷商甲骨卜辞有：“王病者，日中羽（慧）”