

弘
扬
中
华
传
统
医
学

子午流注

与灵龟八法

ZIWU LIUZHU YU LINGGUI BAFA

【郑魁山 编著】



甘肃科学技术出版社

弘扬中华传统医学

子午流注 与灵龟八法

ZIWU LIUZHU YU LINGGUI BAFA

【郑魁山 编著】

兰州

甘肃科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

子午流注与灵龟八法 / 郑魁山编著. —兰州: 甘肃科学技术出版社, 2008.3

ISBN 978-7-5424-1139-6

I. 子… II. 郑… III. ①子午流注针法②灵龟飞腾
IV. R224.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第197604号

策 划 黄培武

责任编辑 陈学祥 陈景明 (0931-8773274)

装帧设计 陈妮娜

出版发行 甘肃科学技术出版社(兰州市南滨河东路520号 0931-8773237)

印 刷 甘肃地质印刷厂

开 本 850mm×1168mm 1/32

印 张 5.375

字 数 100 000

版 次 2008年4月第1版 2008年4月第1次印刷

印 数 1~5000

书 号 ISBN 978-7-5424-1139-6

定 价 18.00元

(附临床应用盘一个)

序

继承和发扬祖国医药学是我国社会主义卫生事业工作中的一项极其重要的方针。祖国医药学，对中华民族的生息繁衍作出过卓越贡献。今天，在人民保健事业中，仍然发挥着更加重要的作用。

子午流注与灵龟八法是千百年来应用于针灸治疗的古法，古今临床实践证明它确系较为完善而有效的针法，成为古典时间治疗学的重要内容。我院针灸系名誉系主任郑魁山教授，出身于针灸世家，在继承总结前人经验的基础上，编著了《子午流注与灵龟八法》一书，并创制了“子午流注与灵龟八法应用盘”，为了满足广大读者的要求和希望，特此修订再版。郑老潜心治学，刻苦钻研，积五十余年临床经验于其中，为广大中医同道对子午流注与灵龟八法广泛的应用和深入的研究提供了宝贵的经验，开辟了新的途径。

深信广大中医同道，在党的中医政策鼓舞下，子午流注与灵龟八法在理论和实践上的研究与发展，同当今





国外“生物钟学说”、“现代时间治疗学”的兴起相比，
将具有更加强大的生命力。古典时间治疗学将赋予时代
内容，放射出更加灿烂的光辉。

丛春雨

1987年2月于甘肃中医学院

前 言

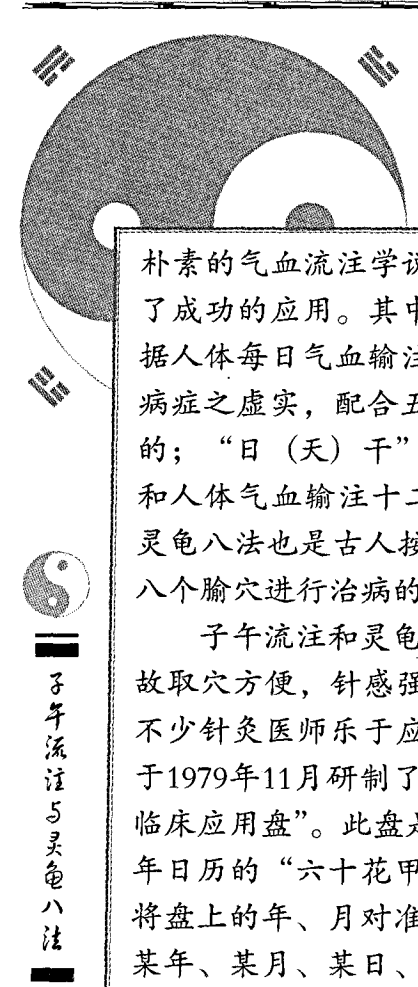
生物为了更好的适应环境的节律变化（季节、昼夜、时辰），在亿万年来生物进化过程中，逐渐形成了具有高度时间节律的生物活动特性，即“生物钟”现象。

“生物钟”现象在自然界非常普遍，例如：鸡叫三遍天亮；牵牛花破晓开放；夜来香傍晚香气扑鼻；桃树三月开花；这些都是常见的自然现象。有的生物钟准确得令人惊奇，如一种鲷鹭鸟，生活在离海边五十公里的地方，它们每天飞到海边来的时间，总比前一天推迟五十分钟，这样每当退潮时，它们总是海边上的第一批食客。为什么要推迟五十分钟？原来潮汛时间恰好每日向后推迟五十分钟。

人类的生物钟现象也很普遍。像人体的体温、脉搏、血压、血糖含量、基础代谢率、内分泌激素的分泌、经络电势等都会发生昼夜性变化，人对疾病、药物和针灸的敏感性，也都有周期性的规律。

两千多年前，我们的祖先不仅已经认识到生物钟现象，而且发现不少规律性，并运用于医疗实践。但限于历史条件，它不能像现代科学认识得那样深刻，只能用





朴素的气血流注学说来解释，并在针灸临床工作中进行了成功的应用。其中“时（地）支”子午流注，就是根据人体每日气血输注十二经的“地支”时辰，结合某经病症之虚实，配合五行生克的规律，取五俞穴进行治疗的；“日（天）干”子午流注，就是根据每日的“天干”和人体气血输注十二经的时展开五俞穴，进行治疗的；灵龟八法也是古人按日时开穴的规律，配合奇经八脉的八个腧穴进行治疗的方法。

子午流注和灵龟八法，所用穴位均分布在肢体远端，故取穴方便，针感强烈，施针安全，效果显著，是古代不少针灸医师乐于应用的方法。为便于临床应用，笔者于1979年11月研制了一个袖珍式“子午流注与灵龟八法临床应用盘”。此盘是将子午流注、灵龟八法和公历六十年日历的“六十花甲子”融合在一起编制而成的。只要将盘上的年、月对准后，用不了半分钟时间，即可找到某年、某月、某日、某时治病所需的开穴。故携带、使用都很方便。这对研究子午流注和灵龟八法，对发掘祖国宝贵的医学遗产，对探讨现代日历医学的问题，或许有着重要的意义。故介绍于此，“抛砖引玉”，供日历医学工作者探讨研究；也可供针灸工作者在临床工作中参考。不妥之处，望同道斧正。

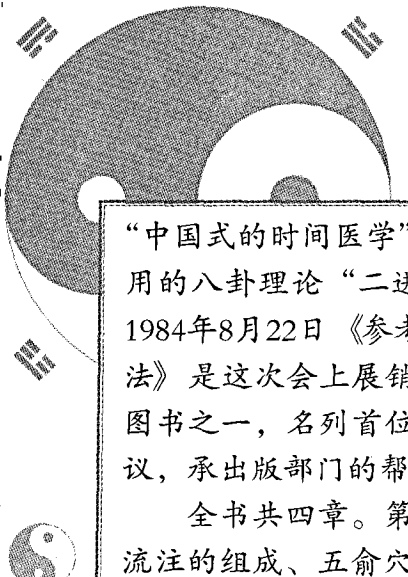
郑魁山

1982年7月10日

修订再版自序

子午流注与灵龟八法，是古代不少针灸医师乐于应用的辨证求经、候时取穴的治病方法。1978年9月笔者所著《针灸集锦》出版时，仅将它简要地附于书末。之后，很多读者来信，要了解这方面的知识，因为计算复杂，建议研制一个容易掌握、便于携带的转盘或图表。通过实践，将纳子法、纳甲法、子午流注、灵龟八法和农历六十年日历的“六十花甲子”融合在一起，研制成了一个袖珍式“子午流注与灵龟八法临床应用盘”。它有上述三种优选取穴法治病的用途，并且不用推算即可找到农历六十多年每日的花甲子及当日当时的开穴，符合简、便、快、准、廉、验的要求。1982年9月在石家庄召开的全国子午流注学术讨论会上，许多专家学者认为，它可与采用电子技术制造的子午流注仪相媲美，给针灸医、教、研提供了重要的工具，并为时间生物医学和针灸、中药等治疗中探讨优选法创造了条件。1983年2月《子午流注与灵龟八法》一书正式出版，1984年8月在北京召开的中国针灸学会第二届全国针灸针麻学术讨论会展销时，引起了国内外专家学者的重视。国外学者称子午流注是





“中国式的时间医学”、“中国式的生物钟”；称灵龟八法用的八卦理论“二进位法”，是“电子计算机的鼻祖”。1984年8月22日《参考消息》报道，《子午流注与灵龟八法》是这次会上展销图书中，为国内外学者最受欢迎的图书之一，名列首位。为了满足海内外读者的要求和建

议，承出版部门的帮助及敦促，特此修订再版。

全书共四章。第一章主要论述纳子法和纳甲法子午流注的组成、五俞穴与天干、五行的配合和徐氏子午流注逐日按时定穴诀，力求理论联系实际，增加了脏腑经络辨证候时取穴、医案及子午流注的现代研究。第二章灵龟八法与飞腾八法，主要论述灵龟八法的组成、八法与八脉交会穴的配合、八法八穴主治病证、主客配穴和医案。第三章经脉和五俞穴及八脉交会穴，主要论述经脉的生理功能、病理症候及其在诊断治疗上的作用，阐明了五俞穴、八脉交会穴的穴性功能，并加了按语。第四章针刺手法与艾条灸法，重点介绍了针刺的操作、行针候气法、常用的补泻手法与艾条灸法。

本书文字浅显易懂，并附插图，可供中医师及广大针灸工作者参考。不足之处，尚希读者批评指正。

郑魁山

1987年4月于甘肃中医学院

目 录

第一章 子午流注	(1)
第一节 子午流注与五俞穴	(2)
一、子午流注的组成	(3)
二、五俞穴与天干、五行的配合	(7)
第二节 时(地)支子午流注	(10)
一、十二经纳地支歌	(11)
二、脏腑经络辨证候时支取穴	(12)
三、医案举例	(20)
第三节 日(天)干子午流注	(26)
一、何氏流注经络井荣图	(27)
二、徐氏十二经纳天干歌	(31)
三、徐氏子午流注逐日按时定穴诀	(35)
四、徐氏子午流注日时开穴图	(37)
五、脏腑经络辨证按日干取穴	(39)
六、医案举例	(40)
七、有关子午流注的现代研究	(47)
第二章 灵龟八法与飞腾八法	(52)
第一节 灵龟八法	(53)





一、八法与八脉交会穴的配合	(53)
二、灵龟八法的组成	(54)
三、八法八穴主治病证	(68)
四、主客配穴主治病证	(86)
五、医案举例	(88)
第二节 飞腾八法	(96)
第三章 经脉和五俞穴及八脉交会穴	(98)
第一节 经脉和五俞穴	(98)
一、手太阴肺经	(98)
二、手阳明大肠经	(101)
三、足阳明胃经	(105)
四、足太阴脾经	(108)
五、手少阴心经	(111)
六、手太阳小肠经	(114)
七、足太阳膀胱经	(118)
八、足少阴肾经	(121)
九、手厥阴心包络经	(124)
十、手少阳三焦经	(127)
十一、足少阳胆经	(130)
十二、足厥阴肝经	(133)
第二节 经脉和八脉交会穴	(137)
一、任脉	(137)
二、督脉	(138)
三、冲脉	(139)
四、带脉	(139)

五、阴跷脉	(140)
六、阳跷脉	(141)
七、阴维脉	(142)
八、阳维脉	(143)
第四章 针刺手法与艾条灸法	(144)
第一节 针刺手法	(144)
一、针刺前揣穴（定穴）法	(144)
二、速刺进针法	(146)
三、行针候气法	(146)
四、补泻手法	(151)
五、混合补泻法	(152)
第二节 艾条灸法	(155)
一、温和灸	(156)
二、雀啄灸	(156)
三、熨热灸	(156)
四、温针灸	(156)

附录

一、子午流注与灵龟八法临床应用盘使用说明	(157)
二、子午流注与灵龟八法临床应用盘两面	(160)



目

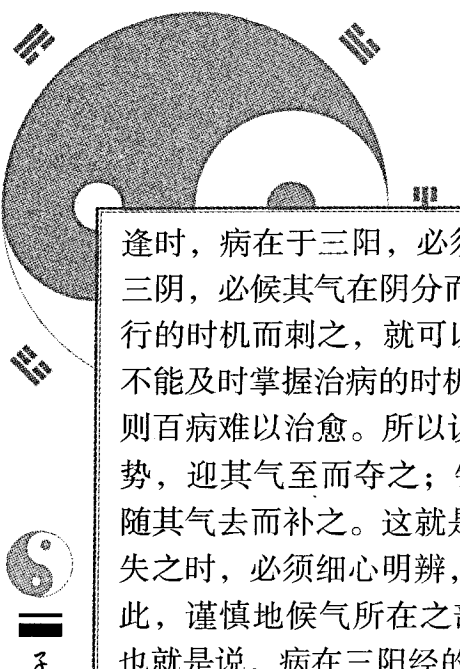
录



第一章 子午流注

子午流注是古人根据人体气血流注脏腑经络的日、时开穴规律，配合天干、地支、阴阳、五行、五俞穴联合组成的一种逐日按时开穴治病的方法。《素问·八正神明论篇》说：“凡刺之法，必候日月星辰四时八正之气，气定，乃刺之。”“先知日之寒温，月之虚盛，以候气之浮沉，而调于身。”《标幽赋》说：“望（十五）不补而晦（三十）不泻，弦（上弦初七、初八，下弦二十二、二十三）不夺而朔（初一）不济。”指出针灸时，必须观察日月星辰四时八正的气候，根据气候运用针法。气候温和、天色晴明，则人的血液流行滑润，卫气浮于表，血容易泻，气容易行；气候寒冷，天色阴暗，则人的血行滞涩不畅，卫气沉于里。月亮初生的时候，血气开始流行，卫气开始畅行；月亮正圆的时候，血气充实，肌肉坚强；月黑无光的时候，机体比较软弱，经络空虚，卫气衰减，形体独居。天气寒冷，不要针刺而要用艾灸，天气温和要针刺；月亮初生之时，不可用泻法，要用补法；月亮正圆之时，不可用补法，要用泻法；月黑无光之时，不要针刺，要用艾灸。《灵枢·卫气行篇》说：“谨候其时，病可与期，失时反候者，百病不治。故曰：刺实者，刺其来也；刺虚者，刺其去也。此言气存亡之时。以候虚实而刺之，是故谨候气之所在而刺之，是谓





逢时，病在于三阳，必须其气在于阳分而刺之；病在于三阴，必候其气在阴分而刺之。”指出如能谨慎地候其气行的时机而刺之，就可以正确估计疾病的治愈日期；如不能及时掌握治病的时机，或违反四季时令气候而误治，则百病难以治愈。所以说，针治邪盛的实证，当刺其来势，迎其气至而夺之；针治气衰的虚证，当刺其去势，随其气去而补之。这就是说，在针下产生感应或感应消失之时，必须细心明辨，候其虚实而运用补泻手法。因此，谨慎地候气所在之部位而及时针刺者，叫做逢时。也就是说，病在三阳经的，必须候其气在阳分之时刺之；病在三阴经的，必须候其气在阴分之时刺之。如此就能治愈病症。这就是古代医家观察到天地、日月、阴阳、四季等变化对人体的影响，用“天人相应”的观点，运用针灸治病的方法。

第一节 子午流注与五俞穴

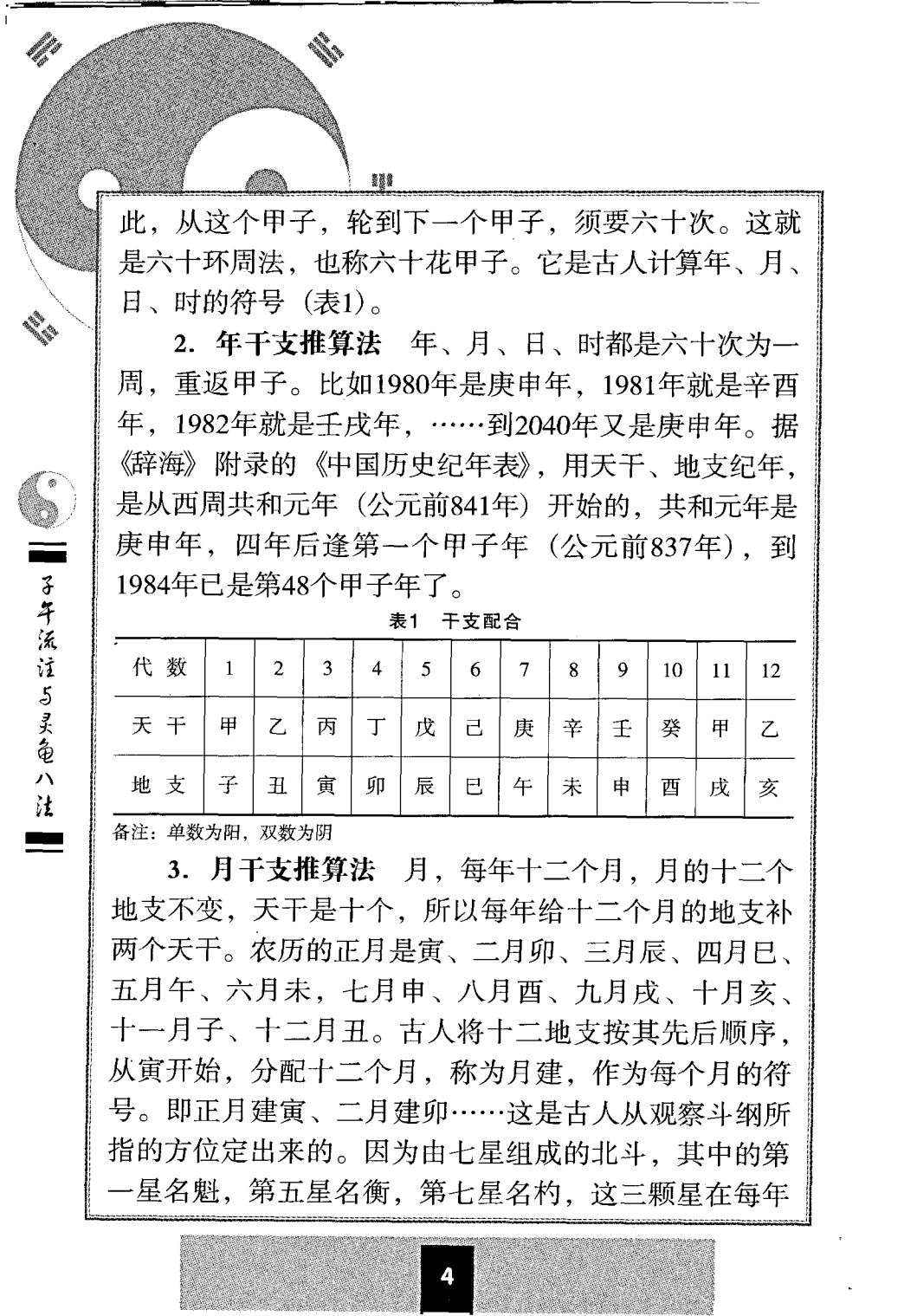
子：即子时，深夜23~1点的时间；午：即午时，每天11~13点的时间。按一天来说，子至午这段时间属阳，所以说“子时一刻一阳生”。午至子这段时间属阴，所以说“午时一刻一阴生”。故子午为阴阳之始生，也是昼夜之分的标准。按农历的一年来说，子是十一月（冬至），午是五月（夏至）；按气候来说，子时寒，午时热；可见子午有阴极生阳，阳极生阴的意义。这是根据《灵枢·顺气一日分为四时篇》中的“朝则为春，日中为夏，日入



为秋，夜半为冬”近似“昼夜节奏”的自然周期现象和“旦慧，昼安、夕加、夜甚”的病症不同表现发明的。流：似水之流，指人体气血运行不息；注：输注，指气血注到某经的时间。流注又分两种，一种是按“时支”的，一种是按“日干”的。这两种流注方式，都是如环无端，周而复始。采用的穴位都是《灵枢·本腧》篇内的“井、荣、俞、经、合”（见五俞穴表）穴位，应用方法都是根据脏腑经络所对应五行的属性（如肺和大肠属金）取穴。

一、子午流注的组成

1. 干支配合六十环周法 “干，犹幹也”，是干线、树干，是单个的意思。日出至日没为一天，故称天干，是最早用来纪日的；支，是总体支流、树枝，有分支的涵义。月亮盈亏一次为一月，是古人用来纪月的。日为阳，月为阴，所以天干十个，地支十二个。《素问·六微旨大论篇》说：“天气始于甲，地气始于子，子甲相合，命曰岁立。”也就是干支合而六十年之岁气立。干，就是甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，十个天干；支，就是子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，十二个地支。天干起于甲，地支起于子，二者配合起来就成了甲子、乙丑、丙寅、丁卯、戊辰、己巳……。因为天干的甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，相当于1 2 3 4 5 6 7 8 9 10；地支的子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，相当于1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12。都是单数为阳，双数为阴，所以属阳的天干，配属阳的地支；属阴的天干，配属阴的地支，这是永远不变的。因



此，从这个甲子，轮到下一个甲子，须要六十次。这就是六十环周法，也称六十花甲子。它是古人计算年、月、日、时的符号（表1）。

2. 年干支推算法 年、月、日、时都是六十次为一周，重返甲子。比如1980年是庚申年，1981年就是辛酉年，1982年就是壬戌年，……到2040年又是庚申年。据《辞海》附录的《中国历史纪年表》，用天干、地支纪年，是从西周共和元年（公元前841年）开始的，共和元年是庚申年，四年后逢第一个甲子年（公元前837年），到1984年已是第48个甲子年了。

表1 干支配合

代数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
天干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸	甲	乙
地支	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥

备注：单数为阳，双数为阴

3. 月干支推算法 月，每年十二个月，月的十二个地支不变，天干是十个，所以每年给十二个月的地支补两个天干。农历的正月是寅、二月卯、三月辰、四月巳、五月午、六月未，七月申、八月酉、九月戌、十月亥、十一月子、十二月丑。古人将十二地支按其先后顺序，从寅开始，分配十二个月，称为月建，作为每个月的符号。即正月建寅、二月建卯……这是古人从观察斗纲所指的方位定出来的。因为由七星组成的北斗，其中的第一星名魁，第五星名衡，第七星名杓，这三颗星在每年

正月的黄昏时候，杓星指向寅位，夜半时衡星指向寅位，平旦时魁星指向寅位。到了二月，则同样的分别指向卯位，三月指向辰位。其余各月均依此类推（图1），所以推算每个月的干支，要牢记下述歌诀：

甲己之年丙寅首，乙庚之岁戊寅头，
丙辛之年庚寅上，丁壬壬寅顺行求，
戊癸甲寅正月起，六十首法助医流。

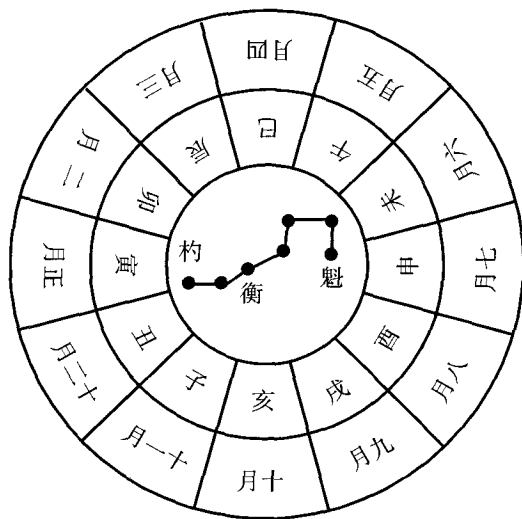


图1 斗纲正月指寅位

按：此歌俗名年上起月，是按当年的天干、地支，当月的地支，依次相推，找到当月的天干，即月的干支。比如甲年或己年的正月都是丙寅，二月即丁卯、三月即戊辰；乙年或庚年的正月都是戊寅、二月即己卯、三月即庚辰……。余皆类推。

