

针灸要 指一本通

彭荣琛 编著

从远古开始，针灸疗法就是中国人和疾病斗争的一个主要和重要手段，历经三皇五帝，沧海桑田，虽然日月轮转，时过境迁，为变中不变者，中医与针灸也。

ZHEN JIU ZHI YAO YI BEN TONG



中医古籍出版社

叶氏
信要

R245
473

中医古籍出版社

针灸指要一本通

彭荣琛 编著



中医学院 0670231

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸指要一本通/彭荣琛编著. - 北京: 中医古籍出版社, 2013. 12

ISBN 978-7-5152-0273-0

I. ①针… II. ①彭… III. ①针灸学-高等学校-教学参考资料 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 216608 号

针灸指要一本通

彭荣琛 编著

责任编辑 杜杰慧

封面设计 韩博玥

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷 廊坊市恒泰印务有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 26.5

字 数 680 千字

版 次 2013 年 12 月第 1 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

印 数 0001 ~ 3000 册

书 号 ISBN 978-7-5152-0273-0

定 价 46.00 元

自序

从远古开始，针灸疗法就是中国人和疾病作斗争的一个主要和重要的手段，历经三皇五帝，沧海桑田，虽然日月轮转，时过境迁，惟变中不变者，中医与针灸也。学习针灸不仅成为中国医生的重要内容，也逐渐成为世界各国医生的一个主选内容。但是，由于中医学学术思想成型年代的特殊性，针灸疗法虽然很实际，很有效，但学术思想的内涵却较抽象，较宏观。学习它和理解它，除了勤奋之外，还需要较高地悟性，才能事半功倍。有如《灵枢》对穴位的描述一样：“所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。”看到的往往是表面现象，深刻理解的才是真正的精华。所以学习中医必须从看开始到思，从思到解，不断深入下去，经历从有形到无形，从形象到抽象，才算万里长征走完了第一步。然后将其反复运用到临床中，在临床中不断锤炼、锻压，从解到不惑，从不惑到挥洒自如，再一次经历从无形到有形，从抽象到形象，螺旋型上升到一个新的高度上，才能最后完成一位合格中医医生的成长历程。所谓看，就是一种学习和观察，当然包括看书本和看病人。从目前的教育方法来说，首先是看书本，随后才是看病人。学习针灸基本知识，只有真正看懂了，才有可能获得其内涵的精华。针灸的基本理论看起来很容易懂，但那是记忆层次的“懂”，不是理解层次的“懂”，要得到理解层次的“懂”，必须要有思和解的参与，所以看、思、解是一个反复、重复进行的互动过程。在完成这一过程中，首先需要教授者能殚精竭虑、反复揣摩针灸知识，正确地提出要点、重点和难点，我曾经将其称之为知识点的教育方法。即将传授的内容分成多个相对独立地知识点，然后对知识点进行正确分析和讲解，而且采用循序渐进和深入浅出的技巧，生动活泼和引人入胜的语言，才会真正能够在学习者心里占据一席之地。犹如把一幅西洋油画，转变成一幅国画，传授给学生，考验的是教育者的功力。华叶递荣，声实相符，这应该是每一个针灸传习工作者所应该追求地目标。

由于中医内涵的博大精深，从事中医工作的人，必须一辈子处在不断地学习中。又由于中医的学术思想多记载在古代文献中，文字简练，含义深刻，自古以来以师传身授为主的教育过程中，难免良莠不齐，歧见纷争，虽名家辈出，辨是明非，言之凿凿，也少不了是是非非，不一而已。即使当今学习中多使用统编教材或协编教材，由于功力所限，不小心就走入了瓜田李下，越小心越难逃迷魂八卦，致使一些人渐行渐远，终难修成正果。在多年的教学过程中，我体会到：科学性，技巧性，艺术性这三者是教师教学中的一项十分重要地基本功，其中科学性又是这三项基本功中的首功。所谓科学性，就是能真正正确反映中医思想的知识。科学性看起来不难，以为上过大学，读过研究生，中医那点东西还弄不明白？实际上恰恰相反，不仅初学者，就是某些知名学者，马前失蹄往往就在这里。中医虽然灵活性很大，原则性却又很强，在原则性面前，是不能用“灵活性”进行解脱的。比如阴阳方面，左阳右阴，前阴后阳，上阳下阴，左升右降，这些都是不能随口以“个人看法”而予以改变的，谁对谁错，一目了然。习者愚氓犹可训，传者雌黄必成灾。在传道授业中，科学性方面的某些缺失，反映了我们学习的功力不足。要弄懂针灸，练就基

本功，首先就是要提供明白无误、正确的理论点，进而掌握饱含中医思想和特色地针灸疗法，正如王冰所说：“且将升岱岳，非迳奚为，欲诣扶桑，无舟莫适。”这仍然是我们需要完成的思维和行动过程。

针灸是中医不可分割的一个重要部分，其学术思想，与中医完全一致。但由于针灸疗法的特殊性，其在中医理论思想的指导下，又形成了几乎可以与其媲美的针灸特有的理论和内容，其涵盖内容和运用技巧，却又有其独特性。由于历史的原因，针灸的大量使用虽然最早、最多，但是发展却受到了一定的限制，以至针灸在中医中又是一条短线。研究者虽多，但从事中医内涵的研究者却最少；学习者虽多，但真正了解针灸者却最少；使用者虽多，但依存针灸思想者却最少。其根本原因，就是针灸的真正内涵还没有全部得到光明正大，针灸的某些内容易学难精，学习针灸者易浅尝即止；针灸的临床疗效相对较好，使用针灸者往往就事论事。常此以往，针灸疗法虽可存，却容易玩成花架子；针灸疗效虽较好，提高疗效却难。如不加以重视，针灸的学术思想保存就会举步维艰，要想得到发展就更难了。

近年来，中国文化逐渐播向海外，影响力逐渐增强。在医学上，中医，尤其是针灸，逐渐得到世界各国的认同，学习针灸的人越来越多，学习的内容也逐渐从功力较浅者的依壶画瓢欲到照猫画虎，到功力较深者的从形似欲到神似的阶段，处于大普及到逐渐提高的过程之中。国内外的这些需求，都不仅需要将普及知识进行传播，也需要我们将针灸的要点明确无误地提出，并具有一定深度地解释，以逐渐得到普及和深化，使初学者不致走弯路，自学者有所依凭，深究者有所方向。

我从事大学教学30多年，各类针灸学术讲台上，神犁脑海，舌耕心田，在教学相长过程中，每有所得，尽载于讲稿之中，以备忘于来日；中医临床40多年，各级医院中，门诊部打铁，住院部推磨，均身临其境，常在进退维谷之间峰回路转，百思不得其解之中而意外获效，阅病惊心，魂牵梦萦，在抚掌长叹之余，也多将体会心得记于教案之中，以用于会诊课徒。良夜孤灯，一壶清茶，数摞讲稿，几本医书，常常乐此不疲。所以总算开辟鸿蒙，脚踏实地；几番咀嚼，数易讲稿，竟也点点滴滴，集成针灸之大要。但愿他是陈年的酒，晚开的花，能让有心者泛舟花海，品酒高堂。并冀其既能指明路径，又能获取要点，故名《针灸指要》。

此次出版，虽不敢说百密而无一疏，但自信不会误人子弟。望能深者得深，浅者得浅，以求来者能够将理论与临床实际完美结合，以承针灸之精华，并予以发扬光大。如若所致，则甚幸，甚幸！

彭荣琛

序于北京花红楼

2012-03-31

凡 例

1. 本书主要依据针灸学大学教材中的内容,提出其中的要点“是什么”,而且重点解释其中的“为什么”,给学习针灸的学者们指出一个明确的学习方向和明确的概念。

2. 本书强调学习针灸,要重视科学性、技巧性、艺术性。所谓科学性,就是要正确地反应针灸学的内容;所谓技巧性,就是深入浅出地将深奥的针灸内容,明白无误地告诉学习者,使学习者容易理解和运用;所谓艺术性,就是强调针灸学和中医学一样,不仅是一门技术,而且是一门艺术,其中变化奥妙之处,不仅要能够深刻领会,而且要能够运用自如。

3. 本书包括大学教材《经络学》、《腧穴学》、《刺法灸法学》、《针灸治疗学》中的内容,并对其中的内容进行提要、解读和深化。

4. 本书将近些年兴起的“针灸处方学”内容也收集在内,其蓝本主要是依据我和我的同事们在二十世纪九十年代初出版的《针灸处方学》一书,以使本书的针灸学内容更加全面。

5. 为了保持针灸学内容的系统性,本书除了重点解读之外,对无需解读的针灸学内容也进行了简单记录,篇幅虽少,但利于学习者对针灸学内容有一个全面的了解。

6. 本书内容适合学习针灸的学生在学习了解针灸的重点,而且讲授针灸的教师可以作为教辅材料,以及针灸临床医生临症时随手翻阅的资料。自学中医、针灸的读者也可从中获得收益,能从漫无边际之中直达彼岸。

目 录

第一部分 经络指要	(1)
第一章 经络概要	(1)
第一节 古代经络学说的形成	(1)
第二节 经络学说的主要内容	(2)
第三节 经络系统分布概况	(3)
第四节 经络的临床应用	(8)
第二章 手足太阴与阳明	(9)
第一节 手太阴	(9)
第二节 手阳明	(11)
第三节 足阳明	(13)
第四节 足太阴	(16)
第三章 手少阴与太阳	(19)
第一节 手少阴	(19)
第二节 手太阳	(21)
第三节 足太阳	(23)
第四节 足少阴	(25)
第四章 手足厥阴与少阳	(28)
第一节 手厥阴	(28)
第二节 手少阳	(30)
第三节 足少阳	(32)
第四节 足厥阴	(34)
第五章 奇经八脉	(37)
第一节 督脉与任脉	(37)
第二节 冲脉与带脉	(39)
第三节 阳跷与阴跷	(39)
第四节 阳维与阴维	(40)
第六章 经络的分布关系和临床应用	(41)
第一节 根结与根、溜、注、入	(41)

第二节 气街与四海	(43)
第二部分 腧穴指要	(46)
第一章 腧穴概要	(46)
第一节 腧穴及腧穴学	(46)
第二节 腧穴概念的形成及腧穴学的发展	(48)
第三节 腧穴与阴阳五行、脏腑经络的关系	(52)
第四节 腧穴的命名	(53)
第五节 腧穴的分类	(54)
第六节 腧穴的作用	(58)
第七节 腧穴主治的基本规律	(60)
第八节 特定穴	(61)
第九节 腧穴的定位方法	(72)
第二章 任督脉经穴	(76)
第一节 任脉穴	(76)
第二节 督脉穴	(83)
第三章 手三阴经穴	(91)
第一节 手太阴肺经穴	(91)
第二节 手少阴心经穴	(95)
第三节 手厥阴心包经穴	(97)
第四章 手三阳经穴	(100)
第一节 手阳明大肠经穴	(100)
第二节 手太阳小肠经穴	(105)
第三节 手少阳三焦经穴	(109)
第五章 足三阳经穴	(114)
第一节 足阳明胃经穴	(114)
第二节 足太阳膀胱经	(123)
第三节 足少阳胆经	(134)
第六章 足三阴经穴	(142)
第一节 足太阴脾经	(142)
第二节 足少阴肾经穴	(146)
第三节 足厥阴肝经	(150)
第七章 经外奇穴	(155)
第一节 头颈部穴	(155)
第二节 胸腹部穴	(156)

第三节 背部穴	(156)
第四节 上肢部穴	(157)
第五节 下肢部穴	(158)
第三部分 刺灸法指要	(160)
第一章 刺法灸法学概要	(160)
第一节 刺法灸法学的定义和特点	(160)
第二节 刺法灸法学研究的内容	(161)
第三节 刺灸法的演变与发展	(162)
第二章 毫针的针前准备	(164)
第一节 毫针的基本知识	(164)
第二节 毫针刺法的练习	(165)
第三节 针刺异常情况的处理	(166)
第三章 毫针的基本针法	(168)
第一节 进针	(168)
第二节 深度	(169)
第三节 得气	(170)
第四节 针法	(171)
第五节 手法	(173)
第六节 留针	(177)
第七节 出针	(178)
第四章 灸法	(179)
第一节 艾条灸	(179)
第二节 艾炷灸	(182)
第三节 隔物灸	(186)
第五章 其它疗法	(191)
第一节 拔罐法	(191)
第二节 三棱针刺法	(193)
第三节 皮肤针刺法	(194)
第四节 电针刺法	(196)
第四部分 处方指要	(198)
第一章 预防类方	(198)
第二章 解表类方	(201)
第三章 清热泻火方	(204)

第四章 开窍类方	(210)
第五章 安神类方	(212)
第六章 祛风寒湿类方	(214)
第七章 止吐泻类方	(216)
第八章 止咳平喘类方	(219)
第九章 温里类方	(221)
第十章 补益类方	(222)
第十一章 理气类方	(225)
第十二章 理血类方	(228)
第十三章 固涩类方	(231)
第五部分 证治指要	(233)
流行性腮腺炎	(233)
哮喘	(235)
呕吐	(239)
呃逆	(242)
痢疾	(244)
泄泻	(249)
胃痛	(252)
胃下垂	(255)
失眠	(258)
附：健忘	(261)
遗精	(262)
腰痛	(265)
脱肛	(267)
遗尿	(269)
中风	(272)
面瘫	(277)
附：面肌痉挛	(280)
痿证	(280)
痹症	(283)
肩周炎	(286)
截瘫	(288)
血证	(291)
痛经	(294)
肠痈	(297)
痔疮	(299)

牛皮癣	(301)
缠腰火丹	(302)
麦粒肿	(305)
目赤肿痛	(306)
近视眼	(308)
耳鸣耳聋	(310)
鼻渊	(313)
咽喉肿痛	(315)
牙痛	(317)
第六部分 医籍指要	(320)
第一章 古代文献部分	(320)
第二章 古代医家部分	(386)
张仲景的针灸思想与《内经》的关系	(386)
张仲景针灸理论思想和方法探幽	(388)
补土有方的李杲	(395)
罗天益的针灸思想	(397)
高武的学术思想	(399)
集针灸学术之大成的杨继洲	(401)
张介宾的针灸学术思想	(404)
汪机的针灸学术思想	(405)
吴亦鼎的学术思想	(408)

第一部分 经络指要

第一章 经络概要

第一节 古代经络学说的形成

1. 气功是经络的发现与证实者

如《素问·上古天真论》说到：“上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一。”指的就是气功修炼。又如《庄子·刻意》：“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟伸，为寿而已矣，此道引之士，养形之人，彭祖寿考者之所好也。”道引指的是“导令气和，引体令柔”的健身术，也就是练气功。出土文物中，发现在战国初期的一件《行气至佩铭》的石刻文，郭沫若将其译成现代文是“行气，深则蓄，蓄则伸，伸则下，下则定，定则固，固则萌，萌则长，长则退，退则天，天其春在上，地其春在下，顺则生，逆则死。”说明在作小周天气功时，初期有发热、发胀、触电样感觉，随着修炼功夫加深，会感到一股气流沿任、督二脉走动。首先在丹田发热，接着气从丹田出发，逐渐向下经过会阴、尾闾，从脊柱内上行至大椎、风府，直到泥丸宫（百会），然后经印堂沿鼻柱，过素髻，至龈交通于任脉，再向下经绛宫（膻中）、气海而返回丹田。若继续练功则可打通大周天，一旦练成大周天，会在行动时感到神庭处有一团“亮光”，并随大小周天的路线和气一道循行，这时出现“返观”现象。如《奇经八脉考》所说：“内景隧道，唯返观者能照察之”。上海气功师张剑鸣先生在其“练气功二十八年”一文中写道“气感在头部，则如探照灯，色、光、角度都逼似，有时交叉，有时分开，在头部到处探游。”“工夫至此，就会对自己的上下、左右、前后、阴阳界限及五官九窍的内在联系，比较心中有数了。”现代有人（张惠民《气功疗法趣谈》 天津科技 1980）在气功师任、督二脉的前端、后端和中端安置三对电极，当气功师作气功时，气经过三对电极，记录仪上依次出现电极处的肌电增大与减少，与气功师的感受相一致。古代人们的生活节奏比较慢，对练习气功的人来说，条件相对比较好，练成气功的人相对应该比较多，气功师身体中气的走向和路径，与经络基本一致，众口一词，经络概念就有了依据。

2. 针灸治疗的成功使经络认识得到支持

如《灵枢·九针十二原》：“欲以微针通其经脉，调其气血。”而需要达到这一目的，就是针刺需要“得气”，《内经》中因此称穴位为“气穴”（《灵枢·四时》），并认为“为刺之要，气至而有效”，为了得气，针刺时就有许多行气、催气、导气的方法，而这些方法均与经络密切相关。

3. 古代解剖学使经络有了基础

如《灵枢·经水》：“若夫八尺之士，皮肉在此，外可度量切循而得之，其死可解剖而视之。”关于经络的长度，在《灵枢·脉度》篇里就有记载，由于古代解剖学的发现，使抽象的经络有了体内依据，虽然这两种认识并不相同，而仅是一种模糊的联系和印证，然而在人们认识上却是一种提高，以至得到一致的赞同（练过气功和未练过气功的人都能接受）。

4. 经络名词的解释

《灵枢·脉度》说：“经脉为里，支而横者为络，络之别者为孙。”从层次上说，孙络处于最表浅位置，稍深者为浮络，再深者为络脉，最深者为经脉。从分布上说，孙络密布于体表，浮络为可见之络（包括高起于皮肤的小血管、小筋膜、小斑点等），络脉在特别的部位可见（如小儿望指纹之小络脉，四缝穴部位的小络脉、踝、腕关节之间的小络脉等），经脉一般不可见，但在大关节部出现的大血管应该属于经脉之范畴。

第二节 经络学说的主要内容

一、经络的组成

经络是由十二正经、奇经八脉、十五络脉、十二经别、十二经筋、十二皮部以及其它小络脉组成。

二、气血的循行

1. 营气的循行方式

(1) 气的循行方式：营气的运行途径，根据《灵枢·营气篇》：气从手太阴→手阳明→足阳明→足太阴→脾→心→手少阴→手太阳→足太阳→肾→心→手厥阴→手少阳→三焦→胆→足少阳→足厥阴→肝→肺→督脉→复出太阴。

(2) 《针灸聚英》等书所述的经气运行途径，除了没把脏腑牵涉进去外，其余与《内经》同。

(3) 《真气运行法》一书，把时辰与经气流注相搭配，认为一个时辰经气流注一条经脉。

2. 卫气的循行方式

根据《灵枢·运气行篇》记载，有两种运行途径：

(1) 白天，阳气从目出，经三阳经入手心足心，进入阴分，复合于目，是为一周，昼行 25 周；晚上，从手心足心入足少阴→肾→心→肺→肝→脾→肾，如此循环，夜行 25 周，此为一种运行途径。

(2) 水下一刻，运行一条经脉，从太阳→少阳→阳明→阴分，为一循环，此循环一天（昼夜）只循行二十五周于身。此为又一种运行途径。

3. 气血的循行周期

五十营（《灵枢·五十营》），即气血每天运行人体 50 周。其中白天运行 25 周，夜晚

运行 25 周。

4. 气血运行的速度

根据《灵枢·脉度》人体经脉主要通路的长度是 16 丈 2 尺。结合五十营来看,《内经》中所说的速度约是 3.2cm/秒。当然这种计算是一个约数,因为《内经》成书年代的原因,古今度量衡,不可能真正进行准确换算。所以只有采取约数的计算方法,日本人长滨善夫与丸山昌郎发现经脉感应的传导速度为 15~48cm/秒。而中国人的感传速度为 20cm/秒。这些感传速度与《内经》中经气运行速度并不完全一致,而且感传速度快于运行速度,只有李伯宁氏发现莫桑比克人的感传速度为 3.3~6.6cm/秒。其原因有待进一步研究。

5. 气血运行的特点

(1) 运行计算一般从手太阴开始,到足厥阴结束,算 1 营 (1 个周期)。

(2) 气血运行是采用阴阳经互相传递的方式,即阴经经脉的气血,传送到阳经经脉;阳经经脉的气血又传送到阴经经脉,如环之无端,流个不停。如《灵枢·动输》所说:“营卫之行也,上下相贯,如环之无端……夫四末阴阳之会者,此气之大络也,四街者,气之径路也。故络绝则经通,四末解则气从合,相输如环。”

第三节 经络系统分布概况

一、十二正经

1. 何谓正经

所谓正经,就是指经络系统的主体,而且和脏腑的主体相合,而不是指其分布在人体的正中间。具有以下特点:

(1) 阴阳表里相配;这种配属关系主要与脏腑的阴阳属性相关。如五脏属阴,心为少阴,心为手经,故称手少阴心经。

(2) 经脉左右对称;这是从经脉循行来说的,从功能上来说,则左右经脉仍然是有区别的,左为阳,右为阴,左为气,右为血。左边的以阳气为主,右边的以阴血为主。说明左右协调又有气血不同。

(3) 人体气血运行的主要通道,十二经阴阳首尾交接,形成气血运行的大周天;阴阳气血交接的地方主要为:①四肢末端;②胸部;③头部。

(4) 经脉气血与脏腑直接相通。

(5) 有穴位。在十二正经上记载的穴位,属于针灸学术上称的经穴。还有一些奇穴也在十二正经上。

2. 正经的阴阳相配规律

太阴配阳明;厥阴配少阳;少阴配太阳。这种配合方式是从脏腑的配合方式而来的。

3. 正经的循行走向规律

这种规律与气机阴升阳降规律是相吻合的。当我们举手伸直身体的时候,就可以发现阳经均是向上循行的,阴经均是向下循行的。以胸部为中心点,向上循行走手的为手经,

向下循行走足的为足经。其特点是：

- (1) 手三阴从胸走手；
- (2) 手三阳从手走头；
- (3) 足三阳从头走足（足阳明从胸腹走，足少阳从身侧走，足太阳从背部走）；
- (4) 足三阴从足走胸。

4. 正经的分布规律

(1) 阴经：太阴在前，厥阴在中（侧），少阴在后（厥阴在足内踝上8寸进入正常部位）。

(2) 阳经：阳明在前，少阳在中（侧），太阳在后。

二、十五络脉

从络穴分出联系表里经的经脉为大络脉，共12条，另外还有3条大络脉，即任脉的络脉，督脉的络脉，脾经的另一条络脉，共计15条。在《内经》中还有胃之大络一说。如《素问·平人氣象论篇》所说：“胃之大络，名曰虚里，贯鬲络肺，出于左乳下，其动应衣，脉宗气也。”可见在心脏部位，可能是此处无法进行针灸，故不为后人所用，因此胃之大络没有列入大的络脉中。因此总称15络，而不是16络。这里要注意的是，络脉与络穴的关系，从大的经脉上分出一支络脉，其分出处，就是络穴。如手太阴肺之络，从列缺别出后入掌中，散鱼际，并与手阳明经相连。手阳明大肠之络，从偏历处别出然后上手臂，经肩髃上曲颊进入牙齿，并与手太阴经相连。可见了解经行一条线，络行一大片，就能使治疗路径更加宽阔，方法更加多样。

络脉的称呼有很多种。①从经络的基本概念上说，有：大络，如十五络，脾之大络，胃之大络，气之大络等，这些络脉主要起到沟通阴阳经的作用；小络，应是大络分出的分支，是刺络的主要部位，如《灵枢·官针》：“络刺者，刺小络之血脉也”；孙络，是络脉中最小分支，如《素问·气穴论》说：“孙络三百六十五穴会，亦以应一岁，以溢奇邪，以通荣卫”。②从络脉分布的部位上，有鱼络，即在手鱼上的络脉；肢络，在《灵枢》中多称为“关节肢络”，可见其多在关节和四肢；眇络，指眇肋部的络脉；布络，指网状布散的络脉，如手、足心之络脉；嗑络，指口咽部的络脉。③从络脉的表现上，有血络，指充血的络脉；结络，指有瘀血的络脉；虚络，指颜色青而不显见的络脉。④其它，如衡络、横络，均指横向分布的络脉；别络，从较大络脉上分出的小络脉；阴络，指属于阴处、阴经、五脏的络脉；阳络，指属于阳处、阳经、六腑的络脉；浮络，指显现在皮部的络脉。

三、十二经别

1. 经别的特点

十二经别既弥补了十二经脉的不足，也形成了独立的系统，发挥其特有的作用。十二经别是从十二经脉上分别出来的，故其从十二经脉言，属旁支，十二经脉属正经。但十二经别与其它经脉比较，则仍属于正经范围，故《灵枢·经脉》篇称十五络为别，而本篇称十二经别为正。

十二经别是从十二正经分出的较大的支脉，这些支脉之所以不列入正经的循行之中，

是因为它们形成了独特的循行方式，与十二正经的其它支脉显然不同，所以其它支脉仍直接隶属于十二正经，并在十二正经中予以认识，而这些独特的支脉则称之为经别，形成独立系统，本篇把它们称为“正”。所谓“正”，就是：①十二正经分出，归于正经范畴；②是正经上的大支脉，与属于络脉的小支脉不同。所以经别既形成了独立的体系，又与正经密切相关。这种不同于其它经脉的特点，可归纳为如下三点：

（1）离合出入 他说明十二经别是从十二正经上分离出来，并深入体内与脏腑相属，然后外出体表与十二正经相合。这个特点说明经别既从正经上来，又回到正经上去，是正经上特有地一个闭合分支。他的循行路线长，影响面大，循行部位有深有浅，牵涉面广。他离别出来的部位基本上在肘膝以下，从里出表的部位，基本上在头胸上部。可见，经别呈向心性循行。

（2）六合 指经别循行结束时均回合于正经之上的六种方式。其中每一对阴阳经别与阳经经别相连的正经上。如手阳明经别，出缺盆，合于阳明；手太阴经别循喉咙，复合阳明。这个特点说明：①经别会合处，是阴阳气机在体表交换的一个部位；②以正经的阳经为主体，对经别的阴阳气机进行沟通。

（3）连属脏腑 说明经别之气与脏腑相通。其中阳经经别除连属本腑之外，还与其表里相配的脏相连；阴经经别则只联系本脏。如手太阳经别，入腋走心，系小肠；而手少阴经别则仅属于心，不与小肠相系。还有一点值得注意的是：无论阴阳经别均与心（或胸肺）相通（连），这个特点说明：①经别在体内与五脏关系密切；②心脏是阴阳气机在体内交换的一个重要部位。

（4）经别的循行 见图 1

经别名称	离	入	属	散络	连	出	合
足太阳	腘窝中	肛门	膀胱	肾	心	项	足太阳正经
足少阴			肾	带脉			
足少阳	髀	季肋	胆	肝	心	颐颌	足少阳正经
足厥阴	跗上	毛际	与足少阳经别通行				
足阳明	髀	腹	胃	脾	心	口、咽、舌	足阳明正经
足太阴	足阳明经别同						
手太阳	肩解	腋	小肠	心		面	手太阳正经 (目内眦)
手少阴	渊腋两筋间		心	小肠	喉咙		
手少阳	臑	缺盆	三焦	胸中		喉咙	手少阳正经 (完骨之下)
手厥阴	渊腋下三寸	胸中	心包	三焦			
手阳明	肩髃	柱骨	大肠	肺		耳后	手阳明正经
手太阴	渊腋	肺	大肠				

图 1

2. 经别的价值

（1）经别是以根结式为其循行途径。经别既与正经密切相关，又与正经的循行方向