

# 上 篇

子午流注针法易通

---

## 第一章 基本概念

### 第一节 子午流注针法的起源与发展

子午流注针法是针灸医学领域中一种独特的取穴法，它是在“人与自然”的理论基础上逐渐演变而成的，是受中国古代“天人合一”和“阴阳五行”等哲学思想的影响，结合经络循行、气血周流而创建的一种刺灸取穴法。

关子午流注法最早文献的记载，溯本穷源，仍然是首见《内经》。如《灵枢》早有叙述：人体五脏内合五行，每脏各有井荣俞经合五个腧穴，五五计为二十五个腧穴；六腑外合六气，每腑也各有井荣俞原经合六个腧穴，六六计为三十六个腧穴。五脏六腑共有十二经脉，每经又各有一个络穴，再加上脾之大络，和任督二脉，合计为十五络脉。这些经络的气血，循行出入于人体上下手足之间，都是从井开始，然后流入荣，注入俞，行入经，合于海。这二十七气的循行，又都是出入于肘膝，流注于五腧，复从五腧汇归于脏腑。经络之气，就这样的循行不已。<sup>①</sup>因此，凡采用针灸治病时，就必须通晓十二经，十五络二十七气的循行，以及井、荣、俞、经、合五腧穴所存留在四肢的部位与功能<sup>②</sup>。还要了解四时气节对人体的影响，正如《灵枢》上指出的：一年之中有十二个月，一天有十二个时辰；于午代表四方的南北，为经，卯酉代表四方的东西，为纬<sup>③</sup>。天有甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，称为十天干，再与地之子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥十二地支相合，成为“日六竟而周甲”，其中五日有六十个时辰，成为一个甲子周期，叫循一候，三候是十五日，成为一个节气；六个节气是九十日，叫做一时；四时总合，成为三百六十日以成一年。因此，为医者，当知六气的加临，节气的盛衰，病气的虚实<sup>④</sup>。这些叙述，说明了古代已用子午十二地支时辰来划分一年四季和一天的寒

① 《灵枢·九针十二原》：“五脏五腧，五五二十五腧；六腑六腧，六六三十六腧，经脉十二，络脉十五，凡二十七气以上下，所出为井，所溜为荣，所注为俞，所行为经，所入为合，二十七气所行，皆在五腧也。”

② 《灵枢·本输》：“凡刺之道，必通十二经络之所终始，络脉之所别处，五腧之所留，六腑之所与合，四时之所出入，五脏之所溜处，阙数之度，浅深之状，高下所至。”

③ 《灵枢·经别》：“余闻人之合于天道也，内有五脏，以应……五时；……外有六腑，以应六律……而合之十二月、十二辰、十二节、十二经水、十二时、十二经脉者，此五脏六腑之所以应天道。”

④ 《素问·六节藏象论篇》：“天以六六之节，以成一岁。”“五日谓之候，三候谓之气。”“不知年之所加，气之盛衰，虚实之所起，不可以为工矣。”

暑、昼夜的不同,也指出了人体五脏六腑、十二经脉与自然气候的变化相适应,从而才有十二地支时辰分属五脏六腑的规律。特别是根据宇宙、环境有规律地变化,将人体气血循行,比喻水流一样,流行灌注,周而复始,以表示经气、脉气的流行是“各有其时,更始更末,无有体止”的循行着。由于天人相应,自然变化对人体时刻影响着,所以《素问》中指明,凡针刺之法,必须观察日月星辰,四时八节之气候的变化,并应根据气候变化的不同,采用针刺方法,所谓“先知日之寒温,月之虚盛,以候气之浮沉,而调之于身”<sup>①</sup>。这里说明了古代先民在观察自然对人体影响的时候,发现了人与自然相应这个规律,所以,在治疗疾病时,重视日时寒温和经气盛衰。子午流注,按时开穴,就是在《内经》这些理论的启示与指导下,逐渐发展、演变起来的一种以时间为条件,把人体十二经气血的周流比作潮水定期涨退一样的有着规律,用刚柔相济,阴阳相合的原则,指出一天之中,气血盛衰的时间,而分别规定了六十六穴按对流注开阖的一种特殊的刺灸取穴法。

继《内经》之后,又有《难经》、《甲乙经》、《子午经》诸书都对井、荣、俞、经、合的流注有所论述,特别是《难经》六十四、六十五难中,明确地指出五腧穴分属五行,以及其意义等都作了分析说明,并对十天干的运用也作了概括性的阐述。《甲乙经》,又将少阴五腧穴增加在阴经之内,使阴脏亦成三十腧,从而完善了五脏六腑的六十六个五腧穴。此外,《黄帝针灸虾蟆忌》(见《隋志》)一书,首举虾蟆随月生毁,用此未定“人气所在”,以示刺灸之禁忌。其次还在《六甲日神游舍图》一篇中,采用按六十日干支属性而定“人气所在”,以示刺灸之禁忌。这种根据自然变化,提出针灸之禁忌,为按时施针提供了依据。

对至宋代,由于干支象数之说盛行,在针灸医学理论中,继承《内经》、《难经》流注之说,也形成了不少新异的见解。这样就使《内经》有关“五腧”、“流注”学说有了进一步的发展。可以这样说,子午流注萌芽于秦汉,产生于宋代,发属于金元。这时研究子午流注的医家,更是盛极一时,著述颇多。例如,何若愚《子午流注针经》三卷,进一步将子午流注的应用及功效作了解释。另外窦汉卿提倡八法流注按对开穴,有《标幽赋》、《通玄指要赋》对气血流注,时穴开阖的重要性也都作了扼要的叙述。如他指出:“一日取六十六穴之法方见幽微;一时取一十二经之原始知要妙……,推于十子十变,知孔穴之开阖;论其五行五藏,察日时之旺衰,”足可证明他重视日时流注之法了。

明代,针灸著述更多,诸家对流注针法的研究亦为重根。其中如徐凤、李梴、杨继洲等,都对子午流注针法的运用和机理作了阐述。特别是徐凤著《针灸大全》编写了子午流注逐日按时定穴歌十首,这给临床运用于午流注针法的开穴提供

① 《素问·八正神明论篇》。

了一个简明的方法<sup>①</sup>，且词简意赅，条理分明，所以，后世应用子午流注针法的开穴，无不依此为基础。此后针灸书刊，对子午流注针法继续有所应用和发挥。例如，《针灸节要》、《针灸聚英》、《古今医统》、《医学入门》、《针灸集成》以及杨继洲的《针灸大成》等专著，都将以时间条件为主的子午流注针法作为主要篇章论述。由此可见，子午流注针法不仅由来已久，且为历代医家所选用。但由于子午流注针法的开穴，较难于一般取穴法，加之后人缺乏研究，尤其是封建统治阶级对祖国医学轻视、排斥，因而晚近清代，几乎很少有人应用、研究流注针法。

解放后，在党中央的正确领导下，在中医政策的感召下，老一辈中医，奋发图强，曾有四川吴棹仙著述《子午流注说难》，并将子午流注环周图献给毛主席，力推古法。吴老指出：“子午流注环周图，是我多年用针灸治病的一种方法。这是《内经·灵枢》第二篇的一种方法，扁鹊引用它作了子午经，便于十日之推算，增加心经五穴，共为六十六穴。子至午为阳，阳日阳时取阳穴；午至子为阴，阴日阴时取阴穴。脏腑的病，按时取治，其放甚捷。”<sup>②</sup>此外，还有江苏承淡安等先后发表著述，亦极为重视、推广古法。承氏曾经指出：“子午流注针法虽然具有悠久的历史，也有特殊的疗效，但到了现在，能够应用此种古法的人却是很少了。”“它虽然缺乏系统的科学理论，但我们在对它没有认识和研究之前，不要以为它的内容在现在医学知识范围内，还不够符合科学的解释，就看作是神秘玄虚，说它不科学，随便一笔抹煞。我们应该接受古人经验的启示，从多方面的实践中，不难发掘出新的知识和治疗方法，从而在现代医学理论上写出新的一页。”<sup>③</sup>由于吴、承等氏著述之发表，遂使这一古法得到推广，从而也丰富了针灸医学内容，为人民保健事业做出了一定的贡献。

当然，由于历史条件的限制，在子午流注针法的发展过程中，也不可能完美无缺，这就要求我们取其精华，去其糟粕，整理提高，使之推陈出新。今天，科学的春天已经来临，我们相信，在党的百花齐放，百家争鸣的方针指引下，子午流注针法的合理部分必将齐出灿烂之花，造福于人类。

## 第二节 子午流注的意义

子午是对立的两个名词。古人曾经用它来表示水火、南北，……，说明了子午二字无非是表示相对的关系。而在这里，子午是指对间而言。它们是十二地支中的第一数和第七数。如一天之中，子为夜半，午为午中；一年之中，十一月建子，五月建午，可见它是代表阴阳对立的面个名词。据《仪书·律历志》所载：“肇萌

① 按“子午流注逐日按时定穴歌”，有人认为南北朝刘宋时期徐文伯所著。本文根据《针灸大成》引“徐氏”文都来自《大全》故认为此歌出于明代徐凤所著。

② 健康报 1956 年 2 月 10 日。

③ 承淡安：《子午流注针法》，江苏人民出版社，1957 年版。

于子”。“子”就是“籽”的意思，犹言种于开始孳萌。从自然界来说，子象征着地下初阳渐生，生物的育芽已经开始萌动孳生，这正象《运气论奥》所说的：“子者，北方至阴寒水之位，而一阳肇生之始。”相反，“午”恰好与“子”相对，据《运气论奥》所载，它是“长也，大也”，大意是一岁之中，五月建午，此时禾苗丰满壮，开花结果，这就是子午的意义。不过在古时，人们常把“子午”二字看作是代表十二地支的全数。用它配合天干来记述年、月、日、时，所以子午就成了一种记事的符号；子为阳之始，午为阴之始。正象《华佗中藏经》上说的那样：“阳始子子前，末于午后，阴始子午后，末于子前。阴阳盛衰，各有其时，更始更末，无有休止。”如以一年为例，子是十一月，午是五月，冬至在十一月，夏至在五月；以气候言之，子时寒，午时热。再以一天来说，子为夜半的 23~1 点，午为午中的 11~13 点。正如《针灸大成》上记载的：“子时一刻，乃一阳之生，至午对一刻，乃一阴之生，故以子午分之而得乎中。”可见子午是代表十二地支、阴阳的总称，它含有阳极生阴，阴极生阳的意义，这都说明于午二字是阴阳的起点与分界线。

流注二字的意义是，流指水流，注指转注。《诗经》上曾经说过：“如川之流”、“丰水东注”，意思是流注乃形容水的行动。而在这里是将人体的气血循环比作水流一样的流行灌注，以出井、流浆、注俞、行经、入合来作比喻，用来说明人体的气血就象水流一样，始出为井，渐成细流为浆，所注为俞，所行为经，然后汇合入于泽海，以表示脉气的流行经过，所以，徐凤指出，“流者往也”、“注者住也。”

总之所说，指明了“子午流注”是将机体的气血据行，周流出入，比作水流，或从于到午，或从午到子，随着时间先后的不同，阴阳各经气血的盛衰也有而定的时间；气血迎对而至为盛，气血过时而去为衰，泻则乘其盛，补则随其去，逢时为开，过对为阖，这样把握时机，按时开穴，就会收到疗效。由此可见，于午流注是在“人与自然”的理论启示下，逐渐演变而建立起来的具有独特意义的一种针刺取穴方法了。

### 第三节 子午流注取穴法的基本原理

于午流注针法，是以十二经肘膝以下的六十六个经穴为基础，根据出井、流浆、注俞、行经、入合的气血流注，盛衰开阖的道理，配合阴阳、五行、天干、地支、脏腑等来逐日按时开穴的一种针刺取穴法。要想了解古代先民是怎样建立这种以时间条件为主的按时开穴流注针法，这首先要从我们的祖先是怎样认识自然，并与自然斗争这个问题上谈起。

自从有了人类以来，人和自然界的斗争就每时每刻在进行着，而这种斗争促进了人类的发展。在人与自然斗争的过程中，宇宙大地为人类创造了生存的条件，作出了贡献。相反由于它的变化，也给生物带来灾害，所谓“风能生万物，亦

能害万物”就指此而言。自然界的变化，主要是地球的自转，给地面带来了昼夜的更替，地球围绕太阳不断运转，就产生了春夏秋冬四季的变化。人们在辛勤劳动过程中，逐渐认识了自然，把握了自然，并仔细的观测了日月星辰的运行是有规律的，进而制定出岁、时、节气的时序，从而发现宇宙大地是一幅动的、美丽的、变化着的自然图画。同时还发现春生、更长、秋收、冬藏的规律是生物对四季变化的反应，进而认识到四季变化对人的生长发育有着一定影响。随着时间的推移，人类认识不断深化，才产生了“人与天地相参”这个概念。以时间条件为主的子午流注按时开穴针法，就是在这个基础上，逐渐演变出来的。为了说明它的原理，下面分四个问题加以叙述。

### 一、四时变化与子午流注的关系

宇宙空间的日出月落，昼夜交替，暑往寒来的客观现象，是有一定规律和不断运动着的。这个运动，是因地球居于太空之中，由空中大气把它升举着。并由地球自身不断的自右而左地上下旋转，和它绕着太阳不断运转，使太阳对地球的直射位置发生改变，就是说地球与天空各星体的距离有远有近和它中间所生的光热有多有少，所谓“动静相召，上下相临，阴阳相错”，但太阳直射的位置并不是乱变，而是有一定规律的，这样就产生了春夏秋冬四个不同季节。一年四个季节给生物界带来了生长化收藏的不同结果；如春日气候温和，春雷振惊，伏蛰梦醒，万物萌动，草木吐绿，大地呈现一派春生景色。夏日气候炎热，雷电交加，林木茂密，池塘蛙鸣，万物盛长，大地呈现一派夏长景象。秋日气候渐凉，金风渐起，大雁南飞，梧桐叶落，万物成实，大地呈现一派秋收景象。冬日气候严寒，大雪纷飞，草木雕零，蛇虫伏穴，万物蛰藏，大地呈现一派冬藏景象。一切生物顺应这个变化，就会生生不息，违背这个规律，就会灾害丛生。这些自然变化，给人们以极大的启示，因而把自然界动植物随着环境周期变化而发生的各种现象就叫做“物候”。由于人体居于宇宙之中，无时不与天地之气相应，正如《素问·四气调神大论》中指出的，自然界与生物界的春生、夏长、秋收、冬藏这个总规律，也要求人体每时每刻来适应这个规律。由于日光直射地面的方位、角度不同，所以，阴阳在四时气候中也就发生了消长变化，这正如《素问·脉要精微论》中说的：“是故冬至四十五日，阳气微上，阴气微下；夏更四十五日，阴气微上，阳气微下。”《素问·六节脏象论》中也说：“五日为之候，三候谓之气”。说明自然界的阴阳消长，气候变化是无休止的，总是不断的运转变化着，而五天之中，有一个小变化，称这个变化为一候；一年之中，三百六十五天共分七十二候。十五天之中，则有一个较大的气候变化，这就产生了二十四节气，每气十五天，所以三候为一气。那么，这两个四气是怎样观察到的呢？它是人们在观测日月星辰运行的时候，发现黄昏时北斗星的斗柄所指方向，也是随着季节的不同而不同，并且是有规律地循环更替

着。所以，才总结出：“斗柄指东，天下皆春；斗柄指南，天下皆夏；斗柄指西，天下皆秋；斗柄指北，天下皆冬”，再加上人们发现日影长短，昼夜长短都有一定的规律，从而制定这些节气，用来说明阴阳消长的不同变化。这个变化，使人们知道植物的生长收藏要顺应大自然的节气，才能发生发展。那么，植物是怎样来适应自然的呢？原来植物本身也有同大自然这个规律的适应系统。例如，我们在日常生活中，经常看到牵牛花大约也在寅时左右打开它的喇叭；芍药在日出卯时展开它的笑容；而午时花要在中午才显示出它的美貌；相反夜来香要在傍晚的西时放出香味，这一切说明百花本身就是一座美丽的“时钟”，这个“时钟”不仅能指示时间，还能预示季节。例如，梅花盛开则与冬日飞雪争俏；梨花散香预示春光来临；熟季花报告夏日麦收；桂花飘香喜迎中秋佳节。不仅植物应时如此，动物也有它自己的“时钟”。如公鸡的按时报晓，候鸟的暑北寒南，就都说明自然界的光热、温度、湿度、潮汐虽然对生物有着不同的影响，但在生命内部还有一个和昼夜相适应的“日钟”，有和潮汐相适应的“潮汐钟”，有和地球公转相适应的“年钟”，以适应自然的变化规律。只有这样生物才能生生不息，发展壮大。正如，《素问·宝命全形论》中所说的：“人以天地之气生，四时之法成。”从而说明生物活动都与自然界的气候分不开的，这是自然与机体内部环境的“节律同化”的象征。然而这种“人与天地相参”就成了子午流注，按时开穴的根据。用针治疗，就必须明白天道地运，掌握四时八节之时序，才能调整机体内的“时钟”来适应大自然的规律，求得二者之间的相对统一，才能保持健康，终其天年。这种观点是有客观依据的。例如，人律经络电的变化，出现在本经主时内，经穴电位比非主时经穴电位高，这说明本经主时，每逢经穴开时，气血旺盛放经穴电位高，反之，非主时经，适当经穴闭合，气血渐衰故经穴电位较低，逢时开穴给以针刺就能达到扶正祛邪的目的。

## 二、脏腑活动与子午流注的关系

人在自然界中，是一个适应周围环境的完整有机体，外界气候的温热寒凉和朝夕光热的强弱，对人体脏腑生现活动具有密切的关系。人们如能顺应这个自然规律，就可以“春秋皆麦百岁，西动作不衰”，违背这个自然规律，就要“半百动作皆衰”。至于四时气候对脏腑活动的影响，早在《素问·脏气法时论》中有过论述。如肝主春、心主夏、脾主长夏、肺主秋、肾主冬。《素问·六节脏象论》中也说：“心者……通于夏气。肺者……通于秋气。肾者……通于冬气。肝者……通于春气。脾者……通于土气。”说明五脏之气，要应天时，否则就会发生疾病。所以，《素问·金匮真言论》又指出：“秋善病风症，冬善病痹厥。”“西‘善病’必然是‘两虚相得，乃客其形’。实际就是机体的‘时钟’违背了自然界的规律，不能适应其变化，才遭致影响，产生疾病。热而疾病的发生又和气候的不同变化，对某些脏腑

发生危害，所以，才有“善病”这种客观反映。这种“善病”早在《周礼》上就有过论述，如“春时有疝首疾，夏时有痒疥疾，秋时有疔寒疾，冬时有嗽上气疾。”今天这种“善病”亦被客观事实所证明。如东北地区的克山病，都在隆冬三九天发病率达到高峰。一天之中的某些疾病也有生物周期变化规律，如哮喘发作多在寅时，五更泻多在天明前腹泻，这些现象不是偶然的，而是有深刻的内在规律的。正因有这些现象，为医者就必须明白天之六六为节，地之九九制会的周期性规律，否则“不知年之所加，气之盛衰，虚实之所起”，就不可以为工。子午流注法，按时开穴的十干于配合脏腑的规律，就是从这些客观事实中得到启示，逐渐演变确定的。如十干中的甲乙在时为春，五行属木，而五脏之中的肝胆应东方，在时属春，五行配木，所以才有“甲胆乙肝”的配属。由此可见，子午流注，按时开穴法的建立，是依据地球的经纬度数和时气候缩小，而分配子人身躯体直接受到宇宙光热的影响，结合气血运行系受宇宙线的影响而确定的。

### 三、昼夜更替与子午流注的关系

人与自然界是息息相关而时刻不可分离的，正因为人体与四时之气相关，所以，不论生理活动，病现变化也必随着昼夜有节奏的更替而发生不周变化。《灵枢·顺气一日分为四时》篇里指出：“夫百病者，多以旦慧昼安，夕如夜某”。为什么会出现早晨疾病轻快些，中午安静些，傍晚加重些，子夜严重些呢？原因就在子“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，邪气独居子身，故某也。”这说明疾病的“旦慧、昼安、夕加、夜某”是受着气温变化，阴阳消长和五行生克的影响发生改变的。因为早晨气温开始上升，人律的阳气亦升发渐旺，从而使机体的抗病能力增强；反之，病邪削弱，故神清身爽而症状轻快一些；中午的气温盛长，人律的阳气隆盛，病邪受到克制，所以身体感到舒适而安静；黄昏气温开始下降，人体阳气亦逐渐衰减，而阴气盛长，病邪随着亦强盛，所以疾病症状如重；到了干夜气温下降，人律阳气内潜，邪气就横行无阻，肆无忌惮的独居子身，于是病情就更加严重了。如广州中医学院针灸教所室的同志，曾在“从测知人律十二经五腧穴的测定值观察经络与外界环境的关系”一文中指出：“常因感冒咳嗽而引起支气管哮喘发作，夜半则觉病甚，我们根据治外感病适应按时分经辨证施治的原则，在夜半刺手太阳肺经的井穴少商，获得显著疗效，从而体会到外界环境对人体十二经五腧穴是有不同程度影响的”。并对“51人，左右两侧十二经五腧穴，在一日五个不同时间内进行测定”，结果“见到朝早所测得的平均数值比日中平均数值较低，这说明朝则人气始生，日中则人气长，长则气旺的现象，而日入时所测得的平均数值比朝、午较高，这说明日入则人气由盛极而转始衰的现象，夜半所测得的平均数值五分之四都比日入的平均数值较低，这说明夜半则人气入藏，血气内藏的规



象。”<sup>①</sup>又如，北京中医研究院，名老中医岳美中同志，在他著的《辨证施治的浅识》一文中，介绍了这样一个病例，一位十岁女孩，患合眼闭口四肢瘫软，仿佛无知觉一样的病症。每到上午午时，半夜子时，就出现上述症状，呼之不应，过一个多小时才逐渐苏醒，醒后和正常一样。岳老从阴阳半说来分析，认为半夜子时为一阳生之际，白天午时是一阴生之际，子午两时正是阴阳交替之时，而该患儿在这两个时辰出现昏迷并四肢瘫软，就必须调合阴阳，纠正偏失，故岳老采用能调合阴阳，使机体上焦得通，津液得下，胃气因和的小柴胡汤来纠正时间失量与机体内在环境的失衡，故能而剂而安<sup>②</sup>。从这个病例来说，就有力的证明，气血运行，经气流注与时间关系密切。人体这种对子“昼夜节奏”的反应，不仅中医认识到了，并且已被近代科学所证实。据《生理钟》一书记载，Völker 早在本世纪二十年代就观察到人体的脉搏、体温、氧消耗量、二氧化碳释放量、排尿量及尿中氮含量等均有昼夜节律变化。其后，实验研究资料进一步表明：这种昼夜节律变化主要是“内生性”的，即受人体内固有的“生物钟”支配的。Halberg 的一系列工作主要是证明了肾上腺的作用。肾上腺的分泌功能具有明显的昼夜节律，而其他种种的昼夜性功能则都受肾上腺功能周期的控制。例如摘除肾上腺或此腺功能的病理损坏可消除嗜酸粒白细胞的节奏。关于摘除肾上腺也能取消肝脏内糖原节奏的损害有力地支持了 Halberg 的结论。Jores 根据对不同动物的实验观察，推测垂体的昼夜周期活动是体温、脉率、血压、氧耗量等节律变化的基础。Euler 等和 Menzel 也有类似的推道，如白天肾上腺的活动增强，而在夜间垂体的活动增强<sup>③</sup>。综上所述，说明治疗用针必须“顺天之时”，观察日月星辰，四时八节之时序，并根据时间的不同施以针刺治疗是具有一定的科学根据的。这正如《素问·八正钟明论》中所说的：“法天则地，合以天光”，治病要“先知日之寒温，月之衰盛，以候气之浮沉而调之子身”。因此，才有“冬刺井”、“春刺荣”、“夏刺俞”、“长夏刺经”、“秋刺合”的规律。这种规律，就是根据冬主闭藏，而井穴有开闭逐窍之力，所以冬天应刺井穴。春主升发，而荣穴具有疏调血脉之力，所以春天应刺荣穴，只有这样，应时开穴，才能这到“春夏秋冬，各有所刺，法其所在”的要求。流注针法，就是按照十二经脉和阴阳衰显，营卫气血在昼夜的循环中，利用一定时刻和影响所开的经穴，采用迎随的方法，使针与经气相遇来治疗疾病的。

#### 四、经气运行与子午流注的关系

人生宇宙、气变之中，与自然界是息息相关的。就是说，无时无刻都在受着自然气候影响而进行人体生理功能活动的。所以《素问·六节脏象论》中指出：

① 广东中医杂志，1980年，第8期。

② 新中医 1976年第6期。

③ E. Bünning:《生理钟》。祝宗岭等译，科学出版社，1965年版。

“天食人以五气，地食人以五味，……气和而生，津液相成，神乃自生。”说明了天供给人风暑湿燥寒五气，以分别滋养人体的肝心肺脾肾五脏。地供给酸苦甘辛成，以分别入于五脏才能维持生理功能。由于天的五气通过呼吸进入心肺，成为气血运行的动力，地的五味通过食道进入胃肠，经过消化，输布津液以养五脏，才能使五脏安和，神乃自生。但宇宙在不断变化，人体为了适应自然，求得生存，就产生了适应自然的调节系统，才能完成“与天地相参，与日月相应”。就拿一天来说：“朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬”，而人体卫阳之气，也随着气候阴阳的变化发生着升发、旺盛、内敛、内守的不同变化，这样就使机体在受到自然界气候影响之后，进行适应性的调节而保持其相对平衡。人体这种适应调节机能，近似所谓“昼夜节奏”这一重要生理现象。它比今日论及的“生物钟”的概念要早两千年。事实上，依赖于时间的生理学过程相当普遍。据《生理钟》一书指出：不仅人体内存在着“近似昼夜节奏”，而且一切生物都是如此。例如，把一朵花放置在黑暗里几天，它仍然在黄昏闭上花瓣，在清晨予以开放。虽然连续黑暗，它在几天之内都“知道”在什么时候等待日出，这便是“生理钟”在周期性过程基础上工作的证据。就人体来说，经气的运行，阴阳的转化无一不与四时有关。如《素问·四时刺逆从论》中指出：“春者，天气始开，地气始泄，冻解冰释，水行经通，故人气在脉。夏者，经满气溢，入孙络受血，皮肤充实。长夏者，经络皆盛，内溢肌中。秋者，天气始收，腠理闭塞，皮肤引急。冬者盖藏，血气在中，内着骨髓，通于五藏。是故邪气者，常随四对之气血而入客也。”金元时期的张景岳认为：“人身之阴阳，亦与一日四对之气同，故于后则气升，午后则气降，于后则阳盛，午后则阳衰矣。”这是强调四时之气不同，机体亦随之发生不同变化。这些变化反映着人体在昼夜晨昏的自然变化过程中的生理活动。生理学已经证明，人的体温、血糖、基础代谢、经络电阻等都发生昼夜性变化，同时证明生物体时周样强度刺激的反应也随着昼夜节奏的不同而有所不同。然而，这种节奏是可以颠倒的，并且各种功能的昼夜节律颠倒所需要的时间长短不同，《生理钟》一书记载，Sharp 的研究，经过几天连续光照后，在与以往条件相比移动12小时的光-暗循环条件下，可以使人体的某些昼夜的功能发生颠倒。排泄水、钾、钠节奏的颠倒需2~9天，睡眠节奏的颠倒与此平行；而淋巴球与嗜酸性白细胞节奏的颠倒则只有在三天后或更早便可以完成。从上述这些客观事实不难看出，连立在“人以天地之气生，四时之法成”理论基础上的子午流注法是具有严格的生物学规律的。以对间条件为主，由于宇宙四时八节变化是有它一定的规律，人身为了适应自然，其经脉运行和经气盛衰亦有它一定的规律，因而才有天干、地支配合脏腑的规律。所以，不能以为组成流注针法的天干、地支、五行等等，是臆造出来的东西，不加分析地一概斥之为唯心论而如以抛弃；相反，我们应当用近代科学方法，作进一步的深

入研究和整理提高,使其更加完善、系统,以便指导临床实践。

为了探讨这个问题,不妨再进一步说明,宇宙空间的星宿、地球的运动是有规律地在运行着,这样就给地面的光热和吸力产生不同的影响和变化,但是这种变化是有它一定的规律的。因此,天地间的一切生物必然随着春生、夏长、秋收、冬藏这个大规律,求得生存和发展,这就是《素问·四气调神大论》中说的“阴阳四时者,万物之终始也,死生之本也。”外界环境的变化给机体一定的影响,同时机体本身也在有规律地活动,以适应自然。就卫气来说,它的运行和天津环周一样的有着规律,在一日一夜之中,要循行于全身五十周次,白天在阳分行二十五周次,夜间在阴分行二十五周次,并环周于五脏之间(图1)。

由于气血来源于谷气,并通过经络这一途径,运往全身,所以子午流注,按时开穴与经络气血循环有关。正如《灵枢·营气》篇中指出的:“营气之道,内谷为宝。谷入于胃,乃传之肺,流溢于中,布散于外。精专者,行于经隧,常营无已,终而复始,是谓天地之纪。故气从太阴出,注手阳明。上行注足阳明。下行至跗上,注大指(趾)间与太阴合……复从跗注大指间,合足厥阴。上行至肝,从肝上注肺……下注肺中,复出太阴。此营气之所行也,道顺之常也。”(图2)

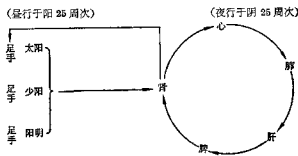


图1 卫气循行示意图

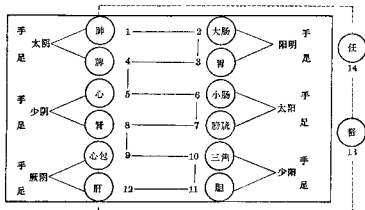


图2 营气运行示意图

《灵枢·营卫生会》篇中也说:“人受气于谷,谷入于胃,以传与肺,五脏六腑皆以受气。其清者为营,浊者为卫,营在肺中,卫在脉外,营周不休,五十而复大会,阴阳相贯,如环无端。”《素问·调经论》说:“五藏之道,皆出于经隧,以行血

气,血气不和,百病乃变化而生,是故守经隧焉。”这些经文,首先说明了气血来源于胃纳水谷,上奉于心而化血,再经过隧道(经络)内外,依次传递于各经,循环不息,一日一夜与卫气会于太阴,同时气血在经络内外流行时,又和时间有密切关系,所以元代滑伯仁指出:“经脉者,所以行气血,通阴阳,以荣于身者也,其始从中焦注于手太阴、阳明……,其气常以平旦为纪,以漏水下百刻,昼夜流行,与天同庆,终而复始。”这里所说的“平旦”,指寅时,此时气血出自中焦,流注于手太阴肺经,卯时流注于手阳明大肠经,辰时流注于足阳明胃经,巳时流注于足太阴脾

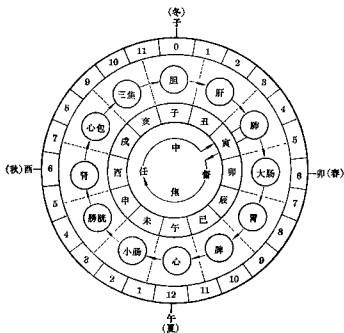


图3 十二经气血流注时间周期示意图

经,午时流注于手少阴心经,未时流注于手太阳小肠经,申时流注于足太阳膀胱经,酉时流注于足少阴肾经,戌时流注于手厥阴心包络经,亥时流注于手少阳三焦经,子时流注于足少阳胆经,丑时流注于足厥阴肝经,复出肺经(图3)。人体气血就这样一时一经的按经周而复始,如同海洋潮汐,有涨有落,气血流注某经,如潮汐之涨,则某经气血旺盛,气血行离某经,如潮汐之落,则气血衰退。流注针法,就是根据这个原理,依者经气在十二经中的运行往来盛衰顺逆,作出表里开阖的法则,以时间为主要条件,按时开穴的一种配穴方法,从而说明子午流注按时开穴是建筑在经络气血学说基础之上的。

以时间条件为主的流注针法,还可用近代控制论的原理来说明它。在生命发展史上,就原生质来说,也有它的传导刺激信号。人类在同自然界不断斗争的过程中,机体内部就形成了一个灵敏度很高的信息传递系统。就控制论的观点来说,人体所以成为活的有机体,是因在人体内部各组织之间,在人体与外界环境之间,存在着各种信息的传输和加工系统。经气的传输,俞穴的开阖,就是一种信息传退活动。外界气候变化时机体来说是一个信息源,这个信息源作用于机体,可以通过不同的通道来传输,经络即作为一种传输通道,而穴位则是接收器,又是发送器。针灸刺激对机体来说也是一个信息源,它给机体输入能量;这种能

量经过穴位的加工、编码,讯号就被放大,进而通过经络传达到所络属的脏腑器官中去,使其机能状态发生一定的改变。不过外来信息能否使对方接受,是有条件的;就拿打电话来说,它不全在于声音大小,而在于语音清楚;针刺的强弱,取穴的多少,留针时间的长短,以及逢时开穴等等,从控制论角度看,无非是从信息的质和量上来选择最优信息,使信息不受干扰,保证信息传递准确,迅速。如果不加选择,信息既不能集中,也不能有效的传通到目的地,反会造成混乱,降低了信息传递效率。结合针刺给的质量不同,安排的方式不同,所获得结果也就不同。按对开穴,正值经气旺盛,恰好似定时、预约接收一样,此时针刺就可使外来信息与内出者相适应,则使信息不致偏离、乱动,反会更加集中,结果这一逆话就会收到良好效果。如果不去预约、定时,虽然给以一定信息,但无法被接受,就会降低传递效果。用这个推理,似可以说明按时开穴、选择经气流注最佳时刻的重要意义了。这个推理并非臆想,客观已经证实了这一点。如黄氏曾用“按时开穴针治感冒的高热及哮喘病的痰气上壅,呼吸困难而收立竿见影之功”,并举例“谢某患感冒发烧,体温39.5℃,经服药热不降,当天夜间戌时先取大敦穴,施治泻法,结合有关孔穴针治,终于针后十五分钟内热度下降至37.5℃而精神快然。又以此法,针恰范某的哮喘病痰气上壅,致呼吸困难的,是日开大都穴配合有关穴位,在针大都穴时,立觉气降痰下,呼吸顺利,精神立佳”<sup>①</sup>,可见于午流注法的按对开穴,有一定的价值。另外,临床实践认识到,穴位对外界刺激有一定的耐受力与恢复期。因为,针刺可以引起得气,产生酸、麻、胀、重,这种兴奋有时可以持续很长时间。如张氏曾经果用周期表的研究方法,发现六十六个腧穴的开闭时间存在着“三八间隔现象”。而“三八间隔现象”的实质,“表示着孔穴在针刺后兴奋性的改变及其规律,这种兴奋性的改变大致可以维持八小时左右。所以,为了获得某一个孔穴特异而固定的效应,一般应该在其兴奋性处于正常的状态下去刺激它,否则常不能获得预定的反应。因此,某一个孔穴在针刺后八小时内一般不再重复使用,因为针刺兴奋性改变了的孔穴,往往发生兴奋的重积或诱导而出现反常的效应,时间针法使特别在具体选穴方面重视了孔穴在针刺后兴奋性改变规律性。”张氏根据上述情况,指出“孔穴在针刺以后,其兴奋的改变是可以向其周围扩散的。即与其兴奋性改变的同时,其附近孔穴的兴奋性也要随之而改变。所以孔穴在针刺后的八小时对内,不仅不应该重复刺激,而且也不应该针刺其附近的孔穴。”<sup>②</sup>从而说明流注针法开穴规律,其上下肢的孔穴每隔八小时开穴的原委所在了。

流注针法的开穴,除和经络气血运行的盛衰有看密切关系外,又和十二经脉

① 哈尔滨中医杂志,1987年,第4期。

② 黑龙江中医药研究,1983年,第3期。

中的气血多少有关，因此，只有掌握十二经脉中的气血多少，才能了解其相对的有余和不足，并根据十二经的阴阳相合，刚柔相配，找出阳进阴退；或阴进阳退，表里开阖的时间规律，从而产生了调和气血，按时针刺的时间来，如《素问·血气形志篇》中指出：“太阳常多血少气，少阳常少血多气，阳明常多气多血，少阴常少血多气，厥阴常多血少气，太阴常多气少血，此天之常数。”（表1）

表 1 十二经气血常数

| 经 名 | 表 里 | 常 数 |   |
|-----|-----|-----|---|
|     |     | 血   | 气 |
| 太 阳 | 表   | 多   | 少 |
| 少 阴 | 里   | 少   | 多 |
| 少 阳 | 表   | 少   | 多 |
| 厥 阴 | 里   | 多   | 少 |
| 阳 明 | 表   | 多   | 多 |
| 太 阴 | 里   | 少   | 多 |

明·杨继洲在《针灸大成》中还记载这样一首歌：“多气多血经须记，大肠手经足经胃。少血多气有六经，三焦胆肾心脾肺。多血少气心包络，膀胱小肠肝所异。”从这些记载中，可以看出十二经中存在阳有余则阴不足，或阴有余则阳不足的规律。例如，肾与膀胱二经为表里，肾经多气少血，膀胱则多血少气；心经与小肠二经为表里，心经多气少血，小肠则多血少气；心包与三焦二经为表里，心包多血少气，三焦则多气少血；肝与胆二经为表里，肝经多血少气，胆经则气多血少；惟有胃与大肠二经气血俱多，但它表里配合的肺脾二经，即手足太阴经，如果个别去和手足太阳经的气血多少相比较，又恰好相反，所以小肠经多血少气，脾经是多气少血，膀胱经是多血少气，脾经是多气少血。由此可见，十二经中的气血各不相同，所以《灵枢·经水》篇中指出：“十二经之多血少气，与其少血多气，与其皆多血气，与其皆少血气，皆有大数，其治以针艾，各调其经气，因其常有合乎！”这种各经气血多少，是人体与自然界的春季风多湿少、夏季热多燥少、长夏湿多寒少、秋季干燥清凉之气多，温和之气少、冬季寒凉之气多，火然之气少的气候转移，阴阳变化相同，所以说“人之常数而应天之常数。”子午流注针法，就是建筑在各经气血多少的基础上，去按时开穴针治，以疏通经气，调和气血的偏盛偏衰，并可根据十二经的气血多少，来采用不同补泻手法，一般来说，气血多的用泻法，气血少的用补法。多气多血则用出血泻气法，多血少气则用出血不宜泻气，血少气多则用泻气不宜出血。还可根据十二经气血多少的不同，来决定施针的

深浅和留针的不同时间,由此可见子午流注针法与经络气血多少有着密切的关系。

由于子午流注针法,是以机体气血循环盛衰的时间作为针治开穴的主要条件,因而又和气血在十二经中的上下逆顺周流有着密切关系。就是说,按时取穴是根据气血在十二经中流注循环往复,一昼夜之间,往复全身五十周,流注针法就是在这五十周中,掌握其中一部分时间,作为经气盛衰、气血开阖的针刺时机,所以《灵枢·逆顺肥瘦》篇中指出:“脉行之逆顺,……手之三阴,从脏走手;手之三阳,从手走头;足之三阳,从头走足;足之三阴,从足走腹。”说明气血在十二经中的流行是自上而下,或自下而上的逆顺方向和走向;由于有上有下,有顺有逆则使气血循环周流不息,如环无端,同时气血在经脉中的流行,又是随着机体呼吸之间向前推进的。《灵枢·邪客》篇中指出:“宗气积于胸中,出于喉咙,以贯心脉,而行呼吸焉。”《难经》中载有:“人一呼脉行三寸,一吸脉行三寸,呼吸定息,脉行六寸,人一日一夜,凡一万三千五百息,脉行五十度,周子身,漏水下百刻,营卫行阳二十五度,行阴亦二十五度,为一周也。”这是古人从人的呼吸、脉搏的关系上,来推断营气的运行速度,明确指出,在一呼一吸之间,脉行六寸,一日一夜之间,呼吸一万三千五百次,气血前行八百一十丈,相当于循环五十周,流注针法,就是依据经气周流各经的盛衰不同,掌握时机,应时开穴治疗的。

总上说明,子午流注针法是速筑在经络学说基础之上的,所以应用本法时,必须掌握各经气血流注的盛衰、多少,经脉循行的顺逆不间,在一日一夜循环五十周的时间内,选出气血旺盛的时间,配以十二经的六十六个腧穴,按时开穴,以调整经气的盛衰,气血的虚实,从而扶正祛邪,达到平衡阴阳的目的,达就是流注针法开穴的治病理论依据。这种理论在实践中已经得到证实。如龙溪专区中医研究所等,用流注开穴治疗腰痛,指出腰痛虽有内外因之分,但以内因为主,即谓“邪之所凑,其气必虚”<sup>①</sup>。《证治准绳》说:“有风、有湿、有寒、有热、有挫闪、有瘀血、有滞气、有痰积,皆标也;肾虚,其本也。”说明肾虚为本病发生的主要关键。腰脊为足太阳膀胱经循行之路,膀胱与肾相表里,申时(下午3~5时)和酉时(下午5~7时)均为膀胱经及肾经气血循行旺盛之刻,此时施针,能助二经的经气更为旺盛,促进气血循行,达到疗疾的目的。该文时30例腹痛病例,分成第一、二两组,第一组(流注组)痊愈者6例,第二组(对照组)未有痊愈病例,说明流注按时开穴治疗,对疏通经气有效,比对照组疗效高,这初步说明用子午流注针法治疗腹痛疗效较佳。

从这些实践中,使我们认识到,机体虽然复杂,但它的运动是有规律可循的。

① 福建中医药,1965年,第1期。

如能抓住这个规律，就能相应的调节它的偏盛，纠正它的失常。当然，这并不是说子午流注针法就完美无缺，由于它受到历史条件的限制，对宇宙本源以及机体奥秘的认识上，还存在一定的主观臆断，对于这些，我们既不能鄙视它，也不能固守它，更不能割断历史来强求古人，而是要通过反复实践，从中取其精华，弃其糟粕，使之逐步提高。



## 第二章 子午流注针法的组成

子午流注针法，是由天干、地支、阴阳、五行、脏腑、经络，以及各经分布在肘膝以下的井、荥、俞（原）、经、合五腧穴联合组成的一种逐日按时开穴针法，所以要运用它，就必须掌握这些内容，是推算、运用本法的必要条件，现将其中主要部分，分别叙述如下，以资利用。

### 第一节 六十对干支周期的计算法

干支实际上是“天干”和“地支”的合称，它是我国古代历法学中的一个重要创造。就这两个字来说，干指天干，是天的骨干，即“幹”字的简化，主运行流动，它计有十字——甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸；支指地支，是地的“支撑”，即“枝”字的简化，主固定不移，它计有十二字——子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。由于天主动，故称天干；地主静，故称地支。实际上，干支就是天干、地支的简称。是古代人们长期观察日月星辰的望晦朔弦和岁时季节的变化规律，用它作为推算历法，记事宇宙变化的一种代表符号。它的原始用法，是以干纪日，以支纪月，它可以说明一切事务的发展，由小到大，由少到壮的变化规律。如它可以表这宇宙时间和空间黄赤道座标系统；可以推演纪年辰的历法运算表号；可以演绎与推算岁时综合气候的节令阴阳，五行属性；它是古代劳动人民群众将长期的生产活动结合天时的气交变化，寒来暑往，时生物生长发育的影响而逐渐认识深化的一种重要的记事符号，简单的说，它也等于1、2、3、4、5、6、7、8、9、10……个数。

至于天干、地支的意义，根据《史记·律书》所载：十干的甲是“田”字出头，表示万物皆生于土，它标志着生命的开始，象征着一切事物的起始，代表着阳气始发，万物始生，所以甲居第一位；乙字，即居的意思，形容生物始出，形状幼弱，弯曲来伸之象；丙字与炳同义，有显著的含意，即较幼芽更显著成苗；丁字有壮大的含意，言其幼苗壮大；戊字同茂，犹言苗壮茂盛；己字含有止而不进之意；庚与更字同义，言其生长茂盛之极，开始变为成实，它表示着事物发展的转折点，代表第二代生命即将开始；辛与新同，犹言万物结果而新的生机潜伏于内，开始再生新一代；壬字同妊，有妊娠妊养的含意，表示第二代生命又妊育起来；癸同揆，有等待的含意，就是生物揆其春令时节和风至，万物生，从而说明由甲到癸标志生物始生、繁茂、壮大、收藏循环不已，终而复始。