

子午流注針法

承淡安

陳璧璠

徐惜年

第一章 緒論

第一节 子午流注法的起源

針灸療法，是中國古代醫學遺產之一，是無數先民積累了豐富經驗，經過几千年的實踐考驗，確切證明有效的一種治療方法。但要運用這種療法達到消除疾病的目的，在操作過程中，也并非容易的一件事。歷代醫家遺留下來的許多經驗，都是值得我們繼承和發揚的，尤其是一些獨特的操作方法，不容漠視，而應該以正確對待文化遺產的態度來學習和研究，使有助於我國人民保健醫療事業的發展。

子午流注法，是千百年來應用於針灸治療的古法之一。它是注重於時間的條件，以自然界周期性的現象，從天人合一的觀點去配合人體氣血周流的情況。它的原理，在中國最古的一部醫書黃帝《內經》之中，早就有所闡釋，其中如「靈樞」的本輸篇所論述十二經的六十六穴作出了井、榮、俞、原、經、合等名稱，分別有出、流、注、過、行、入的不同，以表示脈氣的盛衰，這就是流注兩字的起源。而子午兩字對日時的作用，「靈樞」衛氣行篇也曾明確地指出：「歲有十二月，日有十二辰，子午為經，卯酉為緯。」這意思即是將一年或一天中的時間，用子午卯酉等字樣來劃分四季和晝夜朝夕光熱強弱的不同，以說明外界環境對於人體的直接影響。不但如此，如以氣候時間與人體生理病理的關係來說，「素問」六



节藏象論更有詳細的說明：「五日謂之候，三候謂之氣，六氣謂之時，四時謂之歲，而各从其主治焉。五運相襲，而皆治之，終期之日，周而復始，時立氣布，如环无端，候亦同法。故曰：不知年之所加，氣之盛衰，虛實之所起，不可以為工矣。」這一种重視時日和脈氣盛衰的作用，應用在治療方面，「素問」五常政大論就有了進一步的說明：「故治病者，必明天道地理，陰陽更勝，氣之先后，人之壽夭，生化之期，乃可以知人之形氣矣。」象上述這些文句，在全部〔內經〕中，原是屢見不鮮，雖沒有具體指出子午流注法運用的法則，但子午流注注重于以時日開穴為必要條件的這種針灸療法，追本溯源，是以〔內經〕的理論體系為根據，這一點可以說無疑的。

在中國古代的針灸書籍上，對於注重氣血流注應用在治療方面的記載，也是不勝枚舉。主要的如〔難經〕、〔甲乙經〕和扁鵲所作的〔子午經〕等書，都曾論述到十二經的氣血流注與針灸治療的關係。三國時的名醫華佗，他不但是精于外科，而且也善于運用針灸來治病；他對於針灸的特點，一方面是主張少取穴位，另一方面也着重在候氣，認為「氣至才有效」，這和子午流注的原則是一致的。可見在當時針灸療法中，已是一貫地重視氣血流注的法則。但發揚子午流注法，當以五代徐文伯父子的貢獻為最多。徐文伯所撰的〔子午流注逐日按時定穴歌〕，對於日時穴位，說得條理分明，具體詳細，對於子午流注這一個針灸古法的发展起了一定的作用。而到了金元，操作子午流注法的醫家，更是盛極一時，其時何若愚所撰的〔流注指微賦〕，即將子午流注的應用方法與功效作了進一步的說明，同時竇漢卿所撰的〔針經指南〕、〔標幽賦〕、〔通玄指要賦〕等文，更將流注開闢在針灸療法中的重要性扼要的加以闡釋，如〔標幽賦〕敘述流注開穴的情況說：「輕滑慢而未末，沉澹緊而已至，既至也量寒熱而留疾，未至也據虛實而候氣，氣之至也，如魚吞鈎餌之沉浮，氣未至也，如閑處幽堂之深邃。」而直接說到子午流注法的妙用，〔標幽賦〕中更着重指出：「一日取六十六穴之法方見幽微；一時取一十二經之原始知要妙……推于子午十變，知孔穴之開闢；論其五行五臟，察日時之旺衰。」此種重視日時流注的針灸古法的應用，到明

朝所出版的許多針灸書籍中，更无不將這個針灸古法，繼續的有所發揮，例如〔針灸節要〕、〔針灸聚英〕、〔古今醫統〕、〔醫學入門〕、〔針灸大全〕、〔針灸集成〕等書，尤其是楊繼洲所編的〔針灸大成〕，精選了明代以前的各家針灸學的名著，將徐氏〔子午流注逐日按時定穴歌〕和〔八脈八法〕等着重以時間為主要條件的針灸療法都選入。從這些事實看來，可見子午流注法由來已久，是千百年來許多醫家所應用而認為有特殊價值的治療方法。

第二節 子午流注法的意義

子午是兩個對立的名詞，可以代表水與火或是南和北，也可以代表冬夏兩季和作為記別半夜和日中兩個時辰的符號，尋常引用這兩個字來定名的也是不少，如天文家所用的子午儀，測量時所作的子午綫，地名有川陝要道的子午谷及漢中的子午道……象這些名稱，顧名思義，无非表示子午相對的關係，它的作用和意義原是很單純而顯明的。但流注法用子午兩個字來定名，以表示剛柔相配，陰陽相合，它的意義就並不單純的了。所謂剛柔陰陽是指時間和經穴來說的，因為以一年之中四季的陰陽盛衰而言，在陰歷以子月為十一月，十一月里冬至一陽生；午月為五月，五月里夏至一陰生。一天之中，也可以由子午兩個時辰分別出陰陽的盛衰，即子時一刻，乃一陽之生，午時一刻，乃一陰之生。這從自然界的現象來看，也都是符合的。事實上，每年十一月的冬至日，北半球晝夜最長，從這天以後逐漸的晝短夜長，即所謂陽氣生；經過六個月，到五月的夏至日，這一天北半球的晝最長，從此以後逐漸的晝短夜長，即所謂陰氣生；再經過六個月，仍是回復到冬至晝夜最長的那一天；這樣晝夜的或長或短和氣候的溫熱寒涼，每年的變化是不會休止的。以一天來說，子時是半夜，午時是日中，從子時到午時，陽氣生，即在子時到午時的六個時辰內，地面上的光熱逐漸加強；相反的，從午時到子時，陰氣生，即在午時到子時的六個時辰內，地面上的光熱逐漸減弱。這兩種相反的現象，每一天也都是這樣固定的往復着，永遠

不会变更的。古人观察了这些现象，以每年或每天光热的强弱，即所谓阴阳盛衰都是以子午两个字为基础，相对的变化而发展开来的。所以子午流注用子午两个字来定名，它的原意也是如此。由于十二经有阴阳表里的分别，每经的气血循环，由阴经转入阳经，或阳经转入阴经，经常是周而复始循环不息的，这和上述光热强弱在每天相对变化的意义是相同的，所以流注法用子午两个字定名，并非是指子时或午时去流注，而是将子午两个字活用来表示人体的气血循环，阴阳各经脉气的盛衰，阳进阴退或是阴进阳退，都是和自然界的现象同样地有着规律，因此可以掌握时间适应气血盛衰去及时针刺。

不但如此，再从流注两个字来说，流是流动，注是灌注，〔诗经〕：「如川之流」，「丰水东注」，将流注二字都作为水的行动的形容词。若将子午流注四个字联系起来，就是将人体的气血比拟水液，从子到午，或从午到子，随着时间的先后不同，阴阳各经气血的盛衰也等于潮水定期涨退一样有着固定的时间。本来，潮水能够定期涨退的原因，完全是由于日月的吸力，在一晝夜之中，地球绕太阳自转一周，日月所行的度数，和地球常有向背的不同，向则吸力较大而潮涨，背则吸力较小而潮退，在阴历的朔望两天，日月两种吸力相合，潮最大，上弦和下弦的两天，日月的两种吸力互消，潮最小。此种定期涨退的现象是决定于日月的因素，古人掌握了这一个规律，认为人体的气血和各部分组织，也都能对其周围环境中一定的物理刺激而作反应，表示对外界一定的刺激有感应能力，和潮水受日月吸力的涨退，同样的会起着各种不同的反应。正如〔灵枢〕岁露篇所说：「人与天地相参也，与日月相应也，故月满则海水西盛，人血气积，肌肉充，皮肤致……至其月郭空，则海水东盛，人气血虚，其卫气去，形独居……」而在〔素问〕八正神明篇，对于气血和日月的关系及其有关于针灸的影响，更是进一步的指出：「法天则地，合以天光，凡刺之法，必候日月星辰，四时八正之气，气定乃刺之。是故天温日明，则人血淖液而卫气浮，故血易泻，气易行；天寒日阴，则人血凝泣而卫气沉。月始生，则血气始精，卫气始行；月郭满，则血气实，肌肉坚；月郭空，则肌肉减，经络虚，卫气去，形独居；是以因天时而调血气也。」这

就是把气血和日月的关系直接联系了起来，認為日光有阴晴寒暖的不同，遂使气血有聚散浮沉的变異；月郭有空滿盈虧的現象，亦使气血有虛实增減的感应。所以接着說：「天寒无刺，天温无凝，月生无瀉，月滿无补，月郭空无治，是謂得时而調之，因天之序，盛衰之时，移光定位，正立而待之……。」从这些文句中，說明了季节和时间的条件，在治疗上都有着密切的关系，潮水受日月的影响，有定期性的漲退，气血受日月的影响，在晝夜間也同样有着周期性的盛衰。

潮水定期性的漲退，某日某时漲，某日某时退，航行者既必須預知，而且因有固定的時間，要預知也是很容易的。但將人体的气血比拟潮水，把气血的盛衰比作潮水的漲退，則要預知盛衰的定期性就比较困难了。子午流注法，就是解答了这一个問題，那是古人累积了長期的經驗，体会出每一天之中，气血周流盛衰的时间，以十二經的六十六穴为主，規定了每一日和經穴的开闔，認為是及时針治最适当的时机。在这些規定的开穴時間之外，当然并不是說失时沒有气血，也不是說失时气血不流，而是指出經穴在开时气血当盛，如潮汛之漲，闔时气血漸衰，如潮汛之退，而且从阴經轉入阳經，或从阳經轉入阴經，气血在周身的循环，先后的盛衰的不同，交互錯綜的流注着，都是很有規律的，如同潮水的定期性漲退一样，这也就是子午流注定名的意义和它的內容了。

第三节 研究子午流注法应有的認識

法国医学博士密勒文會說：「中国針灸頗类电疗，而效力过之，其出神入化，非近代科学所能解釋。」將这句话引用来说明子午流注法，那么，子午流注法尤其是出神入化而非近代科学所能解釋的一种針灸疗法。子午流注以時間的条件为主，它把人体十二經气血的周流当作是潮水定期漲退一样的有着規律，用剛柔相配、阴阳相合的原则，指出了每一天气血盛衰的时间，而分別規定了六十六穴按时流注开闔的法則，象这样用阴阳五行所表現的医学，它的流傳既久，也确是我們祖先累积了丰富經驗的医学

傳統之一。不過在一些問題上還受着歷史條件的限制，更由于這一針灸古法最大的弱點是缺乏系統的科學理論，不能都符合現代科學的解釋。但我們要研究這份先民的文化遺產，在現代醫學的知識範圍內，不能因為它缺乏現代科學理論的內容，就說它是不科學而懷疑它的作用。在未經認真的學習和研究之前，更不可以它沒有現代科學知識的依據為理由，而將這一種獨特的針灸古法看作是神秘玄虛，就隨便一筆抹煞。我們認為子午流注法的原理是深奧的，要使它逐漸和現代科學知識相結合，惟有通過認真學習、研究和實踐，根據現代科學的理論，用科學方法來整理它的學理和總結它的臨床經驗，取其精華，弃其糟粕，把它有真實價值的部分發展起來，使它逐漸和現代醫學科學合流。

其實，子午流注以自然界周期性的現象影響，按十二經的陰陽表裏，營衛氣血，在晝夜的循環中，利用一定的時機和被影響所開的穴位去治療；配合日時開穴，這是古人從環境影響和實踐療效中體驗出來的。如果用現代的科學知識去分析它的內容，我們可以體會出這是和巴甫洛夫「晝夜周期節律性」的學說相符合的。巴甫洛夫學說基本觀點，也就是發自「有機體乃是由極端複雜的、無數的一系列部分所構成的一個系統；這些部分，一方面互相聯繫，另一方面又同周圍自然界相聯繫，成為統一的整體」。他又認為形成陰性及陽性條件反射因素之中，的確「時間性」也是一個有力的因素。所以他也曾說：「時間的條件刺激，由生理學的立場說來，雖然沒有一定的解答，但應當對此有如下的概念：即時間可利用自然界的種種周期性的現象來規定的，如太陽的運轉，鐘表上的針運動等」（見閻德潤編著《巴甫洛夫學說及其應用》第六、第十四、第十五頁）。日本生理學權威石川博士，他對經絡學的研究，也認為「經絡的放射機能與身體各部感覺有關……或許有一定規律配合出來……也可能有現代的、我們所未想到的事實存在着」。從這些見解之中，可見子午流注以時間為針治中的主要條件，也并非完全沒有科學的依據，而是古人通過了疾病的治療與自然界環境的影響所發現的一種理論體系。它雖然用陰陽五行去貫通和表現的，但是它有現實的物質基礎，尤其是在醫學實用方面的價值，確有使我們進一步去研

究和发掘的必要。

为了要发揚祖国医学遗产，用科学方法去整理和研究子午流注这一个針灸古法，并非一件沒有意义的工作。我們以为从古人的医学經驗中发掘医学知識和治疗方法，可使我們的医学知識和技能更加丰富和提高。針灸疗法，由于深入的研究，可能在現代医学理論上写出新的一頁，在一定程度上促进現代医学的发展，从而使現代医学的宝库日益丰富起来。

小 結

一、子午流注法的起原，由来已久，它是以〔內經〕天人合一的理論为基础，注重气血流注，按时取穴，此为針治的必要条件。此种古法的整理与发揚，以五代徐文伯的貢獻最多，它不但应用在临床的實踐方面有其一定的价值，也是千百年來为針灸医家所推崇的一种治疗方法。

二、子午流注的意义，是將人体的气血比拟为水液一样，在全身循环周轉，从子时到午时，从午时到子时，随着時間的先后不同，表现出周期性的盛衰开闔，等于潮水定期漲退那样，开时气血当盛，如潮汛之漲，闔时气血漸衰，如潮汛之退。掌握了这个規律去按时針治，正如順水推舟，更可以迅速的获得疗效。

三、子午流注是祖国丰富多彩的医学遗产之一。它虽然缺乏系統的科学理論，但我們在对它沒有認識和研究之前，不要以为它的内容在現代医学知識範圍內，还不够符合科学的解釋，就看作是神秘玄虛，說它不科学，随便一笔抹煞。我們應該接受古人經驗的启示，从多方面的實踐中，不难发掘出新的知識和治疗方法，从而在現代医学理論上写出新的一頁。

第二章 气血在十二經中的运行

第一节 气血营卫的作用与經脈

子午流注是掌握了人体气血循环中所有盛衰的周期性，定出了开穴时间去适应針治的一种疗法。中医所謂气血运行的学說，在現代医学知識的範圍內，表面上看来，似乎还不够有科学的解釋，但它很早就被应用在祖国医学上，是后教先民深刻研究观察的成果，單就血液循环与心血这一点來說，就比哈維氏的发现大約要早一千七八百年。我們知道，在十七世紀以前，世界的科学家还不明了血液是循环的，到了一六二八年，英国的医生哈維（一五七八——一六五七）根据他的研究，才說明了血液循环的道理，指出心臟是压送血液在血管里流动的机器，是循环系統的动力机关，因而使生理学成为一种科学。其实，这在中国古医書〔內經〕之中早曾有所記述，如〔素問〕五臟生成篇：「諸血者皆屬于心」；陰陽形象大論：「心主血」；痿論：「心主身之血脈」；六節藏象論：「心者身之本……其充在血脈」；舉痛論：「經脈流行不止，環周不休」；〔靈樞〕邪氣藏府病形篇：「經絡之相貫，如环无端」等等。由此可見，哈維氏的发现，无非是給我們祖国医学气血运行的学說中关于血的运行的先見作了一个証实。古人不但早就指出了血的运行，而且更是詳細的列举十二經之中气血运行在生理病理上的关系，言簡意賅，条理分明，这也是几千年來作为中医诊断和治疗疾病的准則。

从現代生理学去研究气血两个字，一般或以为这就是体内氧化作用所需要的氧气及在循环器官内流动的血液。可是〔內經〕中所說的气血，并不是單純的仅指这两点而言，尤其是气的方面，它所包含的意义既广，名称也是很多，如精气、神气、元气、真气、脉气、谷气、宗气、营气、卫气、正气、邪气

等。总的來說，气可分为外气和内气两种：外气是外来的空气及所感受自然界的风、火、寒、暑、燥、湿等六气；内气是体内的元气，亦称真气，即〔灵樞〕刺节真邪論所說：「真气者，所受于天与谷，气并而充身也。」这一种真气所在，可有上中下三个分别，上所受于天以通呼吸，中生于水谷以养营卫，下者气化为精，藏于命門，以为三焦之根本。所以上有气海，名膻中，其治在肺；中有水谷气之海，名中气，其治在脾胃；下有气海，名丹田，其治在肾。將这些名称約略的分开來說，气在天者，受于鼻而喉主之；在水谷者，入于口而咽主之。鍾子未生之初为先天之气，成于已生之后为后天之气。气在阳分即阳气，在阴分即阴气，在表为卫气，在里为营气，在脾为充气，在胃为胃气，在上焦为宗气，在中焦为中气，在下焦为元阴元阳之气。再就这許多气的别名中，以气血的作用所分的宗营卫三气來說，宗气积于上焦，出于喉嚨，以貫心脉而行呼吸，熏于皮肤，充其身形，泽其毫毛，如霧露之灌溉万物，正如〔灵樞〕决气篇所說：「上焦开发，宣五谷味，熏肤充身泽毛，若霧露之溉，是謂宗气」；至于营气，亦称为阴气，或称为水谷的精气，「营气出于中焦，并胃中出上焦之后，上注于肺，受气取汁，化而为血，以奉生身，莫贵于此」；所謂卫气，亦称为阳气，或称为水谷的悍气，它的作用，和营气不同，营气阴性精專，是随宗气行于經脉之中，清者为营，有着营养身体的作用，而濁者为卫，卫气出于下焦，渐升而上，阳性慄悍滑利，并不随宗气循經而行，而自行于各經皮肤分肉之間，「溫分肉，充皮肤，肥腠理，司皮毛之关闔」，在身体上有着防卫和免疫等作用，所以也称为「营行脉中，卫行脉外」。

明白了这一些气血的意义和作用，要研究气血运行，更当先有認識十二經的必要。因为气血和营卫周身运行的徑路，就是經絡，亦称經脉，如〔灵樞〕本藏篇所說：「人之血气精神者，所以奉生而周于性命者也；經脉者，所以行血气而营阴阳，濡筋骨，利关节者也。」〔素問〕調經論：「五藏之道，皆出于經隧，以行血气，血气不和，百病乃变化而生，是故守經隧焉。」隧是指澆道，等于地下的隧道一样，因为經脉主要的有十二，伏行在分肉之間，是經常不能看到的，故称为經隧；这和有形态而能看見的絡

脉尿管不同，經脉是尿管以外的循環路綫，也是祖國醫術中確定認為它是氣血運行的通路，而以此为主体作為針灸導引的治療上的准繩來應用和發展的。子午流注的針灸古法，就是根據了這個基本學說，將十二經的氣血運行，作出了表里開闔的法則，以時間為主要條件，這確是在經絡學說的範疇中一種獨特的治療辦法。

第二節 十二經氣血多少的分別

子午流注以十二經的氣血運行為基礎，作出了剛柔相配陰陽相合和表里開闔的法則，此種剛柔陰陽表里的意義，也就是依據十二經有着陰陽表里的名稱而來的。十二經分為六陽經和六陰經，以藏府的名稱去分別，藏為陰，府為陽；所以六陰經屬藏，即肝、心、脾、肺、腎、心包；六陽經屬府，即胆、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦。這裡所說的藏府，雖與現代解剖學上同名的內臟器官的作用並不完全相同，但以十二經分布在全身的部位，去解釋陰陽表里的關係，仍是有着它的意義的，尤其是六陽經之中分為手三陽、足三陽，六陰經之中分為手三陰、足三陰，以〔內經〕所分人體的陰陽來說，里為陰，表為陽；腹為陰，背為陽；內為陰，外為陽。只要從經脈所分布的部位，就很容易明了，凡是分別于胸腹一面與上肢手掌一面及下肢內側一面的都是陰經；分別于背側頭部與上肢手背一面及下肢外側一面的都是陽經。陰陽各經，雖是分布在全身，但在陰經或陽經的名稱之上加上手足兩字，其原意主要的就是以十二經氣血的運行，每一經的脈氣所出都有一個井穴，就以井穴所在手和足的部位，用來作為手足三陰三陽經的區別。手陰經方面，如手太陽肺經的井穴少商，在手大指之端；手少陰心經的井穴少沖，在手小指內之端；手厥陰心包絡經的井穴中沖，在手中指之端；手陽經方面，如手陽明大腸經的井穴商陽，在手小指外側之端；手太陽小腸經的井穴少澤，在手小指外側之端；手少陽三焦經的井穴關沖，在手第四指之端。象這六經的井穴，都是在手的指端，所以在經的名稱之上，也都有一個手字。至于足的陰陽經方

面，也是如此，除足少阴腎經的井穴涌泉系在足心外，其余的井穴，都在足的趾端；如足太阴脾經的井穴隱白，在足大趾內側之端；足厥阴肝經的井穴大敦，在足大趾外側之端；足太阳膀胱經的井穴至阴，在足小趾之外側；足少阳胆經的井穴窍阴，在足之第四趾之端；足阳明胃經的井穴厉兑，在足次趾之端。諸如此例，以井穴为标准，十二經分有手足的名称，因此也就易于辨別了。

子午流注的阴阳相合，不仅以十二經有着阴阳的名称，而阴阳也可以代表气血，血为阴，气为阳。由于十二經气血多少的分量并不一致，在阴阳各經中再分出气血的阴阳，要使它阴阳相合，就将发展出許多錯綜复杂的关系。关于十二經气血多少这一点，〔素問〕血气形志篇說得很明白：「人之常数，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」，这就是从十二經阴阳表里去說明气血的多少。「太阳常多血少气」，就是手太阳小腸經、足太阳膀胱經多血少气；「少阳常少血多气」，就是手少阳三焦經、足少阳胆經少血多气；「阳明常多气多血」，就是手阳明大腸經、足阳明胃經多血多气；「少阴常少血多气」，就是手少阴心經、足少阴腎經少血多气；「厥阴常多血少气」，就是手厥阴心包絡經、足厥阴肝經多血少气；「太阴常多气少血」，就是手太阴肺經、足太阴脾經多气少血。如將十二經气血的多少，合并起来說，太阳、厥阴，即小腸、膀胱、心包絡和肝經四經，都是多血少气；少阳、少阴、太阴，即三焦、胆、心、腎、肺、脾六經，都是多气少血；独有阳明，即大腸与胃經是气血俱多。〔針灸大成〕为便于記憶，对此并載有一个歌訣說：「多气多血經須記，大腸手經足經胃，少血多气有六經，三焦胆腎心肺脾，多血少气心包絡，膀胱小腸肝所異。」

再就十二經的气血多少，分別作一比較，可以看出其中是有着阳有余則阴不足，或阴有余則阳不足的規律。例如膀胱經与腎經为表里，膀胱經是多血少气，腎經是多气少血；小腸經与心經为表里，小腸經是多血少气，心經是多气少血；三焦經与心包絡經为表里，三焦經是多气少血，心包絡經是多血少气；

胆經与肝經为表里，胆經是多气少血，肝經是多血少气。独有手足阳明的大腸和胃經气血俱多，但它表里配合的肺脾兩經，即手足太阴經，如果个别去和手足太阳經的气血多少相比较，又恰仍是相反的。所以手太阳小腸經是多血少气，手太阴肺經就是多气少血，足太阳膀胱經是多血少气，足太阴脾經就是多气少血。此种以十二經气血多少的分別，在針术中素来是被認為治疗上的准則，如「灵樞」經水篇所說：「十二經之多血少气，与其少血多气，与其皆多血气，与其皆少血气，皆有大数，其治以針艾，各調其經气，固其常有合乎？……审切循捫按，視其寒溫盛衰而調之，是謂因适而为之真也。」子午流注的右法，就是掌握了气血运行的盛衰，它是和阴阳各經中气血多少，有着相对的有有余不足一样，从阳进阴退或阴进阳退的規律中，以阴阳相合的原則，产生了調和气血按时針刺的时间的由来。

第三节 气血週流上下逆順的次序

子午流注以适应气血周流盛衰的时间，作为針治的主要条件，这和「内經」中十二經气血周流的学說是一致的。「内經」中关于气血周流的論述很多，如其在全身上下周流和逆順循环的方向來說，「灵樞」逆順肥瘦篇即曾清楚的指出：「脉行之逆順：手之三阴，从臧走手；手之三阳，从手走头；足之三阴，从头走足；足之三阳，从足走腹。」这就是將十二經的气血周流，分述其在全身自上而下或自下而上的逆順方向。这种方向，也是各經穴位所分布的起点和終点；如「手之三阴，从臧走手」，臧是指胸部，也就是太阴肺經从中府而走大指之少商，少阴心經，从极泉而走小指之少冲，厥阴心包絡經从天池而走中指之中冲；「手之三阳，从手走头」，就是阳明大腸經从次指商阳而走头之迎香，太阳小腸經从小指少泽而走头之听宫，少阳三焦經从四指之关冲而走头之絲竹空，「足之三阳，从头走足」，就是太阳膀胱經从头睛明而走足小趾之至阴，阳明胃經从头头維而走足次趾之厉兌，少阳胆經从头前关（瞳子膠）而走足四趾之窻阴；「足之三阴，从足走腹」，就是太阴脾經从足大趾内側隱白而走腹之大包，少阴腎

經从足心涌泉而走腹之命府，厥阴肝經从足大趾外側大敦而走腹之期門。綜合這十二經氣血的走向，它的逆順就很容易明了，手三阴肺、心、心包絡經，从胸走到手是順，从手走到胸就是逆；手三阳大腸、小腸、三焦經，从手走到头是順，从头走到手就是逆；足三阴肝、脾、腎經，从足走到腹是順，从腹走到足就是逆；足三阳胆、胃、膀胱經，从头走到足是順，从足走到头就是逆。从這些逆順中，既可以分辨出阳气和阴气的走向，也可以用来作为診斷病狀的參考。這正如〔素問〕太阴阳明論所說：「阳者天气也，主外；阴者地气也，主内；故阳道实，阴道虚。……故阴气从足上行至头，而下行循臂至指端；阳气从手上行至头，而下行至足。故曰：阳病者，上行极而下；阴病者，下行极而上。」又如逆气对于健康的关系，〔内經〕中所說的也是很多，如〔素問〕逆調論中的一节：「不得臥而息有音者，是阳明之逆也；足三阳者下行，今逆而上行，故息有音也。……阳明逆，不得从其道，故不得臥也。」

手足阴阳各經絡的走向，按其上下順逆而先后联系起来，就是气血循环周流不息的順序。〔灵樞〕經脉篇对于这一点有着詳細的說明，指出十二經从手太阴肺經开始，周流全身，終于足厥阴肝經，原文冗長，姑不引述。元代滑伯仁的〔十四經發揮〕，对此亦有扼要的闡釋：「十二經絡始于手太阴（肺經），其支者，从腕后出次指端而交于手阳明（大腸經）；手阳明之支者，从缺盆上掖口鼻而交于足阳明（胃經）；足阳明之支者，从附上出大趾端，而交于足太阴（脾經）；足太阴之支者，从胃别上膈注心中而交于手少阴（心經）；手少阴无支者，直自本經少冲穴而交于手太阳（小腸經）；手太阳之支者，别頰上至目内眦而交于足太阳（膀胱經）；足太阳之支者，从腓内左右别下合膕中，下至小趾外側端而交于足少阴（腎經）；足少阴之支者，从肺出注胸中而交于手厥阴（心包絡經）；手厥阴之支者，从掌中循小指次指出其端而交于手少阴（三焦經）；手少阴之支者，从耳后出自目銳眦而交于足少阴（胆經）；足少阴之支者，从肝别貫膈上注肺，入喉嚨之后，上額循鬚，行督脉，絡阴器，过毛中，行任脉，入缺盆下注肺中，而复交于手太阴（肺經）。」从这裡所述十二經先后联系着的順序，單簡的說，十二經气

的循环周流，就是自肺經开始，接着在大腸、胃、脾、心、小腸、膀胱、腎、心包、三焦、胆、肝各經順序循环着，此后仍是繼續从肝經轉入肺經，周流不已，和上述手足阴阳各經上下逆順的次序是完全相同的。

古人不但指出了十二經絡气血循环的走向，而且还認為气血从肺經开始循行十二經脉，在一呼一吸之間，脉行六寸，一日一夜的時間中，照这个順序要往复在全身循行五十周，即日行二十五周，夜行二十五周。对于这一点，在〔灵樞〕中，有着好几篇的專題論述，例如五十营篇、卫气行篇、营气篇，卫气篇、营卫生会篇等文中，都曾將营卫气血环绕运行五十周承接会合等情形，詳細的分析与闡釋，尤其是卫气篇中，強調适应气血运行在治疗上的重要性，認為：「五藏者，所以藏精神魂魄者也；六府者，所以受水谷而行化物者也；其气内干五藏，而外絡肢节；其浮气之不循經者为卫气，其精气之行于經者为营气，阴阳相随，外内相貫，如环之无端，亭亭淳淳乎，孰能穷之。然其分别阴阳，皆有标本虚实所离之处。能别阴阳十二經者，知病之所生；候虚实之所在者，能得病之高下；知六府之气街者，能知解結契紹于門戶；能知虛石之坚軟者，知补写之所在；能知六經标本者，可以无惑于天下。」子午流注的針灸古法，就是适应着气血在周身的运行，定出了它的盛衰的周期性，作为按时开穴針刺的时间。不过气血运行，在一晝夜之中有五十周的循环，而子午流注按其盛衰所定的开穴时间，还仅是掌握了五十周之中的一部分时间。所以在子午流注之外，另有其它几种利用时间流注开穴的治疗方法，可以相輔为用，这也是研究子午流注法之中所应该注意的。

小 結

一、中国古代医家，对于气血运行在生理病理上的作用，早就有了深刻的認識，并按其性質分类，定出許多名稱，确定了以經絡为其在周身运行的經路，如果气血在經絡間的运行失常，万病乃变化

而生。这种学说，也是几千年来中医应用在治疗上的准绳。

二、十二经分为六阴经和六阳经，以其所属的脏腑与分布在腹背或四肢内外侧部位的不同，作为阴经和阳经的区别。凡脉气所出的井穴，在指端的称为手阴经或手阳经，在趾端的称为足阴经或足阳经。这些经脉，虽是气血运行的通路，但其中气血的分量有多有少，并不一致，如小肠、膀胱、心包络和肝经都是多血少气，三焦、胆、心、肾、肺、脾六经都是多气少血，独有大肠与胃经是气血俱多。而将阳经或阴经按其每经相配的表里作一比较，阳为气，阴为血，那就有着阳有余阴不足，或阴有余阳不足的显明的对比。子午流注针法，阳进阴退，或阴进阳退，也是和阴阳各经气血多少有着相对的有余不足一样，掌握了气血盛衰的周期性，去按时针治，调和气血。

三、气血循环着十二经周流，自上至下，或自下至上，都有一定的走向。手之三阴经从胸走手，手之三阳经从手走头，足之三阳经从头走足，足之三阴经从足走腹，这是顺行的走向，相反的便是逆行。如将这些顺序联系起来起来，十二经气血的循环周流，也就是自肺经开始，接着轮流贯注于大肠、胃、脾、心、小肠、膀胱、肾、心包、三焦、胆、肝各经，此后仍是继续从肝经转入肺经，一晝夜之間，照这个顺序要往复在全身循行五十周。子午流注，便是在这五十周的循环之中，掌握了其中一部分的时间，作为相应气血盛衰开阖的针刺时机。

第三章 十二經流注的配治穴位

第一节 流注經穴的分类

十二經的起点和終点，都是在四肢的末端，这些末端的部位，从針灸疗法临床的体驗中，尤其是肘关节到指端和膝关节到趾端的部分之間，更是各經絡重要的穴位。子午流注所应用的刺激点，就是选用了这些要穴，共六十六穴，其中包括手足三阴經，計手太阴肺經、手少阴心經、手厥阴心包絡經、足太阴脾經、足少阴腎經、足厥阴肝經，每經各五穴，合共三十穴；手足三阳經，計手太阳小腸經、手少阳三焦經，手阳明大腸經、足太阳膀胱經、足少阳胆經，足阳明胃經，每經各六穴，合共三十六穴。在这十二經的六十六穴之中，每一阴經的五穴，分別有井、榮、俞、經、合等名称；但阳經多一原穴，所以每一阳經的六穴，就分为井、榮、俞、原、經、合等名称，由此再分別每一穴的性質和其作用。各經的脉气，所出是井，所流是榮，所注是俞，所过是原，所行是經，所入是合。对于此种流注經穴的类别，〔灵樞〕本輸篇中就有如下的詳細說明：

「黃帝問于岐伯曰：凡刺之道，必通十二經絡之所終始，絡脉之所別处，五輸之所留，六府之所与合，四时之所出入，五藏之所溜处，閤數之度，淺深之狀，高下所至，愿聞其解。

「岐伯曰：請言其次也。肺出于少商，少商者，手大指端內側也，为井木；溜于魚际，为榮；注于太淵，为腧；行于經渠，为經；入于尺泽，为合；手太阴經也。

「心出于中冲。中冲，手中指之端也，为井木；溜于劳宮，为榮；注于大陵，为腧；行于間使，为經；入于曲泽，屈而得之，为合；手少阴也。

「肝出于大敦。大敦者，足大指之端，为井木；溜于行间，为荣；注于太冲，为腧；行于中封，为经；入于曲泉，屈膝而得之，为合；足厥阴也。」

「脾出于隐白。隐白者，足大指之端内侧也，为井木；溜于大都，为荣；注于太白，为俞；行于商丘，为经；入于阴之陵泉，伸而得之，为合；足太阴也。」

「肾出于涌泉。涌泉者，足心也，为井木；溜于然谷，为荣；注于太谿，为俞；行于复溜，为经；入于阴谷，按之应手，屈膝而得之，为合；足少阴经也。」

「膀胱出于至阴。至阴者，足小指之端也，为井金；溜于通谷，为荣；注于束骨，为俞；过于京骨，为原；行于昆仑，为经；入于委中，为合；委而取之，足太阳也。」

「胆出于窍阴。窍阴者，足小指次指之端也，为井金；溜于侠谿，为荣；注于临泣，为俞；过于丘墟，为原；行于阳辅，为经；入于阳之陵泉，为合；伸而得之，足少阳也。」

「胃出于厉兑。厉兑者，足大指内次指之端也，为井金；溜于内庭，为荣；注于陷谷，为俞；过于冲阳，为原；行于解谿，为经；入于下陵，下陵膝下三寸，腓骨外三里也，为合；足阳明也。」

「三焦者，合于手少阳，出于关冲。关冲者，手小指次指之端也，为井金；溜于液门，为荣；注于中渚，为俞；过于阳池，为原；行于支沟，为经；入于天井，为合；屈肘得之，手少阳经也。」

「手太阳小肠者，上合手太阳，出于少泽。少泽，小指之端也，为井金；溜于前谷，为荣；注于后谿，为俞；过于腕骨，为原；行于阳谷，为经；入于小海，伸臂而得之，为合；手太阳经也。」

「大肠上合手阳明，出于商阳。商阳，大指次指之端也，为井金；溜于本节之前二间，为荣；注于本节之后三间，为俞；过于合谷，为原；行于阳溪，为经；入于曲池，屈臂而得之，为合；手阳明也。」

「是为五臟六腑之腧，五五二十五腧，六六三十六腧也。六腑皆出足之三阳，上合于手者也。」（以上各穴，原文中均分述其部位所在，文繁不全录。）