

一、标 幽 赋

篇名簡介 本篇是金、元时代著名針灸家竇汉卿的著作。竇氏精于針灸，并且擅長外科，曾編有針經指南一書，內載标幽賦、定八穴指法、叶蟄宮圖等篇，对当时的針灸医学起了很大的促进作用。名为“标幽賦”的意思，就是將針灸理論与实践中的较为幽微、深奥、隱晦的意义，用歌賦的体裁，明显地标举出来，使讀者易于記誦和体会。所以本篇的主要內容，是綜合闡述針灸与經絡、臟腑、气血的关系，施术前后的注意事項，診斷方法，取穴宜忌，操作手法等等，其中并結合了作者的临床治驗和心得，尤其是重点地發揮了“針經”的精义，因而本篇有着充分的指导性，一向被認為是祖国針灸学中的一篇重要文献。

拯救之法，妙用者針。

針灸治病的范围很广，有良好的疗效，特别是使用簡便，不需藥品，对拯救危急的病例，随时随地都可以使用。所以說“拯救之法，妙用者針”。

察岁时于天道，定形气于予心。

岁时，指一年中的时令，即春、夏、秋、冬四季不同的气候。天道，指自然界一切現象演变的規律而言。任何疾病的發生，必由其內因与外因所致；外因包括不正常的气候及其他自然界的变动等。所以在治疗之前，医者必須从發病的时令季节及气候的变化方面去考虑，这就叫做“察岁时于天道”。另一方面，每个人的生活环境不同，体質强弱有異，疾病原因不一，症狀的表現也不一样。所以更需要仔細辨別患者的营养情况、精神状态、体力强弱、脉气虛实、病程久暫及其他致病的內外因素等方面，俾医者胸有成竹。此即所謂“定形气于予心”。以上兩方面都能够很好做到，也就可以能准确地診治了。

春夏瘦而刺淺，秋冬肥而刺深。

四季不正常气候对人体的影响，得病的深淺各有不同，針刺的深淺，也應該根据症狀有所分別。古人曾將四季中春溫、夏热、秋

涼、冬寒的气候，結合了当时常見的疾病，分为兩类。春夏的溫热屬陽，陽病在表，当时易感受的疾病，如春溫的風热、热病膚痛及各种外感暑病等，大都是邪在体表。治疗也應該以解表退热为主。針刺的穴位，一般都在淺表部，也是肌表皮膚的瘦薄之处，所以适宜于淺刺之法。即所謂“春夏瘦而刺淺”。而秋涼冬寒的气候屬陰，陰病在里，当时所感受的疾病，如冷風湿痹、筋骨攣痛、脾樞痛等症，病邪大都已深入筋骨間，其适应治疗的穴位，一般亦在深層的部位，針刺要深入較肥厚的肌肉，才能得到感应，發揮疗效，因此就适宜深刺的方法。即所謂“秋冬肥而刺深”，这种表里的区别主要也是說明了“病有浮沉，刺有淺深。”进針的深度，必須注意到太过与不及，灵活运用，才不致差誤或难以获得疗效。

不穷經絡陰陽，多逢刺禁，既論臟腑虛实，須向經尋。

經絡是人体气血运行的通路，直行的叫經，支而橫的叫絡。其中包括十二經脉、十五絡脉、奇經八脉、十二經別、經筋及無數孙絡等，貫串在人体上下、左右、內外，联系着全身所有五臟六腑、头面、軀干、四肢等組織和器官，構成了有机的統一整体。从这个整体出發，以陰陽相对的原則为基础，来作为經絡命名与分佈部位的区别。如內为陰，外为陽，腹为陰，背为陽；五臟为陰，六腑为陽等等。所以陰經多分佈于上下肢的內側及軀干的胸腹部，陽經多分佈在上下肢外側头面背腰部。肝、心、脾、肺、腎、心包，屬於臟的是陰經；胆、胃、大腸、小腸、三焦、膀胱，屬於腑的是陽經。这些陰經和陽經之間，又分表为陽，里为陰，有其相互的或对应的关系，彼此銜接，由陰入陽，由陽入陰，从里走表，从表走里，自上而下，自下而上地循环週轉着。这些概念，在中医生理、病理以及診斷、治疗上都有重要意义。灵樞經脉篇：“經脉者，所以能决死生，处百病，調虛实，不可不通。”經別篇也說：“夫十二經脉者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起。”因为疾病的發生，大都不外于机体陰陽失去了平衡和協調，所謂“陰陽乖戾，疾病乃起”，在治疗上，就必須認識陰陽的規律，予以适当的調节。灵樞寿夭剛柔篇：“用針之道，在于調陰与陽。”素問至真要大論：“謹察陰陽所在而調之，以平为期。”这都說明了經絡陰陽在發病机轉上的重要意义。但如

果不理解經絡、臟腑、陰陽與治病的关系，那又將怎樣從經絡系統方面來調理不平衡的陰陽呢？清初醫家喻嘉言曾說：“凡治病不明臟腑經絡，開口動手便錯。”这句警語，也就等於本條所謂“不究經絡陰陽，多逢刺禁”的意思。

根據整體觀念，某一臟或某一腑發生病變時，必將在同一經的循行通路上，表現出各種症狀，相應地便可以根據經絡來進行治療。尤其是通過經絡的傳變，要調節臟腑的虛實，更需要根據經絡的相互关系，選取適當的孔穴。因為不同原因的疾病，可以表現同樣的症候。例如頭痛，若腦頂痛連項頸者，是足太陽膀胱經症；痛在腦頂者屬厥陰；痛在後腦者屬督脈；痛在二側頭角者則為少陽；前額頭痛屬陽明經，痛連魚尾者屬於血虛等等。倘醫者不從經絡部位，分清表、里、虛、實，來採取對症的穴位，也就不容易獲得良好的療效。所以要對臟腑各種病變，找到補虛瀉實的主治所在，就必須事先要明確經絡所通，如本條所謂“既論臟腑虛實，須向經尋。”這也可見尋找“經絡所通，主治所在”，在針灸治療過程中，是一個臨症必要的準則。

原夫起自中焦，水下初漏，太陰為始，至厥陰而方終；穴出云門，抵期門而最後。

中焦，約在臍上四寸胃中脘之處，即臍眼與胸骨尖的中間。水下初漏，是古代計算時間的一種方式。當時都以銅壺滴漏作為計時器，其式樣與計時標誌，歷代雖有不同，但主要是用銅壺貯水，水滴下漏於受水壺，壺上有箭，標明時刻。一般是將一天中的十二個時辰，每一時辰劃分為八大刻，二小刻，故一天有九十六大刻，二十四小刻，六小刻等於一大刻，總共百刻（楊繼洲說：一日一夜有一百刻，分為十二時，每一時有八刻二十分，每一刻計六十分，一時共五百分。）本條的水下初漏，即指壺水下漏於黎明，寅時的初刻而言。

“太陰為始，至厥陰而方終”，說明十二經循行體內的順序流注关系，首先從手太陰肺經開始，承接着轉向大腸、胃、脾、心、小腸、膀胱、腎、心包絡、三焦、膽；終於足厥陰肝經，然後再回復到肺經；繼續順序周而復始地循環着，是很有規律的。古人認為這也是運

行营气的通路。营气是中焦胃部飲食水谷的精气化生而成（它是含有广义的营养作用，包括血液在內），所以营气流注，也随着經脉的分佈，最初开始是起于中焦，再上注太陰肺經，順序轉向他經流傳，正如灵樞营气篇說：“营气之道，納谷为宝，谷入于胃，乃傳之肺，流溢于中，布散于外，精專者行于經隧，常营無已，終而复始，是为天地之紀，故气从太陰出……”古人并認為营气之行，有迟速两种不同：速的方面，营行脉中，与脉外的衛气相偕，同受宗气的支配，一晝一夜，在全身繞行五十週；迟緩的方面，称为精專之营，不与衛气相偕，每一个时辰循行一經，一晝一夜的十二个时辰中，迟迟地总共只在全身繞行一周。这一周轉率的开始，其气常以“平旦为紀”。即在每天黎明寅时，当漏水下初刻的时候，营气首先从肺經开始，从此卯时在大腸經，辰时胃經，巳时脾經，午时心經，未时小腸經，申时膀胱經，酉时腎經，戌时心包經，亥时三焦經，子时胆經，丑时肝經。周轉一周之后，仍轉入肺經，适为明日的寅时（滑伯仁在十四經發揮中說，营气，常以平旦之寅时为紀，由中焦而始注手太陰，依次流行也。不言血者，气行則血行可知）。这种营气分时运行的循环学說，在目前虽尚难作出符合科学原則的解釋，但古代医家对此都是非常重視的。在按时取穴的治疗方面也有其一定的价值。

十二經各有許多經穴，是气血通行的必經之途，經脉的循环週轉，既是从肺經开始，所以营气也是从肺經第一个穴位出發，自中府穴出于云門穴起，循着各經穴位的起点和終点順序流注，直到肝經最后的一穴期門而終，即所謂：“穴出云門，抵期門而最后。”但肺經穴位的起点，根据十四經發揮、針灸大成等書，都認為始于中府穴，而甲乙經、千金、外台、靈海集、錦囊秘录等書，却都与本条“穴出云門”句相同，認為是始出于云門穴。这两种不同的說法，也是值得提出作为今后进一步研究的。

正經十二，別絡走三百余支；正側仰伏，气血有六百余候。

手三陰：肺、心、心包經；手三陽：大腸、小腸、三焦經；足三陰：肝、脾、腎經；足三陽：胆、胃、膀胱經；共称为十二正經。这都是运行气血直接与臟腑相通的正常路綫（不与臟腑直接相通者，称为奇經）。每一条正經，分別有着絡脉，作为經与經之間的联系綫；并有許

多旁支，像河道支流一样的彼此貫通。所謂“正經十二，別絡走三百余支”的支絡，就是指三百六十五个孔穴而言。素問調經論：“夫十二經脉者，皆絡三百六十五节。”（节，即指穴位）也就是說，十二正經是体表孔穴的相連表綫，在每条經絡的綫上，分布着作为針刺点的經穴，相互联系着共有三百六十五个穴名（按历代医籍所載之穴名，如包括經外奇穴在內，則人身孔穴之多，更不仅限于365穴）。

經穴分布在全身經絡上，包括头、面、頸項、軀干及四肢各部，無論是正面、側面、仰起、伏倒，前后左右，到处都有穴位，可作为宣导气血的主要刺激点。所謂“正側仰伏，气血有六百余候”，就是对此而言。候，是指一种情狀或征象的表現，意思是說：气血循着經絡运行，由綫到点，在全身共有六百多个穴位，是能够表现出各种反应現象的所在，如压痛、癢、脹、麻、凉、热等感觉。至于全身穴位总数，甲乙經、千金翼方是649穴；銅人俞穴針灸圖經、十四經發揮是657穴，現代各針灸書籍，大都也是根据这个数字的。

手足三陽，手走头而头走足；手足三陰，足走腹而胸走手。

十二經的循行，供气血上下逆順的周流，各有其一定的走向。灵樞逆順肥瘦篇曾明白地指出：“脉行之逆順，手之三陰，从臟（胸）走手；手之三陽，从手走头；足之三陽，从头走足；足之三陰，从足走腹。”茲根据此种走向作一簡表，附供參考（見表1）。

从表中內容来看，可見十二經的循行方向是很有規律的，各經穴的起点和終点也都是依据这一走向来排列的。头为諸陽之首，所以陽經都会于头部，如表1、2、6、10三条手陽經，都是自手至头，以头部为終点。3、7、11三条足陽經，都是自头至足，以头部为起点。即所謂“手足三陽，手走头而头走足。”陰經方面，4、8、12三条足陰經，都是自足至腹，1、5、9三条手陰經，都是自胸至手。所謂“手足三陰，足走腹而胸走手。”这不但說明了經絡走向有离中性与向中性的分別，也是表示了經絡的“陰陽相隨，內外相貫，如环之無端”（衛气篇）。依据經絡的走向，它的实用价值，更可以作为針灸临床診斷与治疗的主要依据。例如胃經在下肢部的三里、解谿等穴可治头痛；胆經在下肢部的光明、临泣等穴可治目疾（此二經都是自头至足）；大腸經在手部的合谷穴可治齿痛；三焦經在前臂

表 1 十二經循行方向簡表

經 別	循 行 方 向
1. 手太陰肺經	胸 走 手
2. 手陽明大腸經	手 走 頭
3. 足陽明胃經	頭 走 足
4. 足太陰脾經	足 走 腹
5. 手少陰心經	胸 走 手
6. 手太陽小腸經	手 走 頭
7. 足太陽膀胱經	頭 走 足
8. 足少陰腎經	足 走 腹
9. 手厥陰心包經	胸 走 手
10. 手少陽三焦經	手 走 頭
11. 足少陽胆經	頭 走 足
12. 足厥陰肝經	足 走 腹

的外關穴可治耳目病(此二經都是自手至頭);肺經在腕部的太淵穴可治肋間神經痛;心經在肘部的少海穴可治胸膜炎(此二經都是自胸至手);脾經在足內踝部的商丘穴可治腹部膨脹;腎經在足內踝邊的復溜穴可治腹痛、腸雷鳴等症(此二經都是自足至腹)。諸如此例,不勝枚舉。這也可見十二經的走向,在循經取穴的治療方面,具有一定的意義。

要識迎隨, 須明逆順。

迎隨, 是根據十二經循行方向, 來達到補瀉目的的一種針刺手法。靈樞終始篇:“瀉者迎之, 補者隨之, 知迎知隨, 氣可令和。”這就是所謂迎而奪之, 迎其氣而刺為瀉, 隨而濟之, 隨其氣而刺為補。但在臨床上要掌握這一迎隨補瀉的手法, 主要必須辨明十二經循行的逆順關係, 如手三陰經從胸至手是順, 從手至胸是逆; 手三陽經從手至頭是順, 從頭至手是逆; 足三陰經從足至腹是順, 從腹至足是逆; 足三陽經從頭至足是順, 從足至頭是逆(參閱上條十二經循行方向簡表)。也就是說, 手之三陰和足之三陽經的順行走向,

都是自上而下，針刺時針尖向下順其走向轉針，隨而濟之為補，針尖向上逆其走向轉針，迎而奪之為瀉。至于手之三陽和足之三陰經的順行走向，都是自下而上的，所以在針刺時，補法是將針尖和轉針都向上，瀉法就是相反地將針尖和轉針都向下了。

况夫陰陽氣血多少為最。厥陰太陽，少氣多血；太陰少陰，少血多氣；而又氣多血少者，少陽之分；氣盛血多者，陽明之位。

十二經氣血的或多或少，是並不一致的（詳見素問血氣形志篇，本條亦出自此篇）。這種氣血多少的差別，應用在臨床上，可作為補少瀉多的依據。茲將其分類綜合如附表（見表2）。

表 2 十二經氣血多少分類表

表，陽經		氣	血	里，陰經		氣	血
陽明	手 大腸經	多	多	太陰	手 肺經	多	少
	足 胃經	多	多		足 脾經	多	少
太陽	手 小腸經	少	多	少陰	手 心經	多	少
	足 膀胱經	少	多		足 腎經	多	少
少陽	手 三焦經	多	少	厥陰	手 心包經	少	多
	足 膽經	多	少		足 肝經	少	多

從附表來看，十二經氣血多少的差別，可分為三組：1. 手足太陽、厥陰；即小腸、膀胱、心包絡、肝四經，都是多血少氣。2. 手足少陽、太陰、少陰，即三焦、膽、肺、脾、心、腎六經，都是多氣少血。3. 手足陽明的大腸、胃二經，都是氣血俱多。這種氣血或多或少的比較，陽為氣，陰為血，也是出於內經的陰陽平衡觀念。所以按十二經的表里配合起來，適成為兩兩相對，陽有餘則陰不足，陰有餘則陽不足。例如，膀胱與腎為表里，小腸與心為表里，表的陽經多血少氣，里的陰經便是多氣少血。又如，三焦與心包為表里，膽與肝為表里，表的陽經多氣少血，里的陰經便是多血少氣。至于大腸與胃經氣血俱多，但與它們表里配合的肺、脾兩經，即手足太陰經，如果個別去和手足太陽的氣血多少相比較，恰又仍可以相對的配合起來。

即手太陽小腸經是多血少氣，手太陰肺經便是多氣少血；足太陽膀胱經是多血少氣，足太陰脾經便是多氣少血。像這樣陰陽表里氣血多少相對的比較，雖不是指實質的氣和血的分量而言，可是根據古人所發現的這一抽象的原則，在臨床實踐中，不僅可作為對各經治療方法上，宜忌的辨別，且對於針刺感覺與療效方面，也有密切的關係。

先詳多少之宜，次察應至之氣。

十二經氣血多少的差別，既如上述，在治療中必須“先詳多少之宜”，即首先當了解各經氣血或多或少的不同，來決定宜補宜瀉的手法，作為刺絡瀉血，刺經導氣的依據。例如眾所周知的委中穴的放血法，對急性病症的上部充血，內臟及腰背腹腔等的郁血，及炎症而起的大痛、大吐瀉瀉症狀，在委中穴的四圍靜脈上微刺放血，可以獲得良好的效果。委中屬足太陽膀胱經，由於太陽經是多血少氣的，所以對於本經的實証，便適宜用刺絡法瀉血；相反的，對於少血多氣的經絡，就不適宜多用刺絡法瀉血。像這樣的分出宜忌，也是臨床操作中應有的認識。

其次，針刺要找感覺，也是一個重要的環節，即本條“次察應至之氣”的意思。中醫學說中，對於氣的含義很廣，這裡所謂“應至之氣”的氣字的涵義，便是指針刺機體時所引起的各種反應現象，包括痠、脹、麻、熱、涼等感覺及放散情況，這些感覺的產生，涼感自麻而來，熱感自痠脹而至，是可以肯定的，而脹麻與脹痠麻的感覺，大都在血多氣少的太陽、厥陰經或氣血俱多的陽明經，比較易於出現。所以要消除病理反應的氣實熱痛和氣虛麻涼，用針刺來調氣補瀉，應當採取那些經穴和操作手法，來達到平復不正常的病理感覺，事先就當明確認識找到感覺的意義和性質，惟有適當的掌握運用，才能獲得一定的療效。

輕滑慢而未來，沉澁緊而已至，既至也，量寒熱而留疾，未至也，攝虛實而候氣。

針刺感覺的產生與放散情況，每因被針的人與操作者的不同，所表現的反應現象，也是多種多樣而相當複雜的。所以有時很容易產生感覺，而有時竟沒有感覺。古人把這些反應現象，認為是氣

的“未至”与“已至”的分别，并将从操作者针下所感到的感觉，归纳为两种类型。凡针下去感到空浮、虚滑、松慢等，都是气之未来的象徴，不容易产生感觉；如针下去时感到沉重、滞滯、紧实有吸力等现象，都是气之已至，即针家所谓“针下得气”，亦即针的感通作用”，就容易产生感觉。这里面当然也包括许多因素的影响，但依据这几个原则去研究，怎样才能产生感觉的问题，是有其实用意义的。例如临床上，一般刺入肌肉时，是不易得到感觉的。如进入结缔组织中，予以适当的提插，和捻转或卧针，牵引结缔组织，使局部组织紧张，便易产生感觉。又如针刺腹部穴时，由于皮下组织很松弛，脂肪很厚，是不易找到感觉的，如用压手辅助，就容易找到感觉。再如一般针背腰部的穴位时，采用侧卧的体位，使背腰部的肌肉松弛，往往也不易找到感觉，如采用坐位，使背腰部的肌肉紧张，感觉就易于产生，也易于控制了。

至于如何来运用针下的各种感觉，对疗效是有着密切关系的。所以当针下已发现感觉的时候，气之“既至也，量寒热而留疾”，便当根据寒热不同的情况，运用“热则疾之，寒则留之”的手技，作适当的调节。它的操作方法，就是热在表，宜作浅刺并疾出其针以瀉热，寒在里，宜作深刺并久留其针以温寒，这也是古法中的一种补瀉原则。灵枢邪气脏腑病形篇，曾参合了脉象，对此有较具体的说明：“刺急者（寒多脉急）深内而久留之；刺缓者（热多脉缓）浅内而疾发针，以去其热……”这些寒热留疾的补瀉手法，在临床上如能辨証論治，灵活掌握，是有着重要意义的。

另一方面，针刺如一时得不到任何感觉，即本条所称“气之未至”，便需要“据虚实而候气”。它的意义，是根据病人的营养情况、精神状态、体质强弱、气血虚实等方面，来采用候气的方法。如留针稍待片刻再刺，或因深浅不适，手法不当，便需要左右反复刺激，或进或退，或按或提，以找到感觉为止。然后再按病情使用不同的补瀉手法。不过感觉的产生也有许多因素，如始终不能产生感觉，也应适可而止，切不可过份的深刺和久留，一定要获得针通的感觉，以免发生意外。

气之至也，如鱼吞钩饵之沉浮；气未至也，如闲处幽堂之深邃。

气速至而速效，气迟至而不治。

针刺感觉的有無，术者在针下时也可以体会得出，当针体有反应的时候，所謂“气之至也”；针下感到滯滯，紧实，有吸力，如魚之吞鈎或沉或浮一样。否則如沒有反应，所謂“气未至也”，好像閑居在寂然無聞的靜室中，一無感觉。像这样是否能找到感觉的情况，古代針灸家非常重視，并強調了“气速至而速效”，始終認為它与疗效有密切的关系；如感觉很快产生针通，放散較远，見效必是很快的。灵樞九針十二原：“刺之要，气至而有效，效之信，若風之吹云。”这意思就是针刺必須要有感应，才能很快的产生效果，等于是風吹云飞一样。相反的，如果沒有感觉，說明局部和全身的功能已瀕于消失的程度，就不可能治好疾病，所謂“气迟至而不治”。这种针感与疗效的关系，在临床实践中，也是常見的事实。一般在初次针治有了感觉反应，其疗效确是較好的，而感觉反应的大小快慢，也可以定疗效的預后情况。但也有例外的，一般神經过敏的人，如稍予輕微的刺激，可能使感觉反应及于全身；而有些神經滯鈍或麻痹的患者，由于生理上、病理上的問題，就不会产生感觉。这些在针下過敏和滯鈍的特殊現象，当然不是正常的感觉反应，在临床上仍是需要辨别的。

現夫九針之法，毫針最微，七星上应，众穴主持。

九針，是古人所用式样不同的九种針具。它的名称：1.鑱針，2.圓針，3.鍤針，4.鋒針，5.鉞針，6.圓利針，7.毫針，8.長針，9.大針。

九針中第七种的毫針，創制时，是取法毫毛的形式，針尖針身都很纖細灵巧，長短不一，故名为毫針，亦称为小針或微針。即所謂“九針之法，毫針最微”的意思。古人以“天人合一”的观点，曾將九針在治疗中的作用，分別为九种，認為与宇宙間的現象各有所应。按照九針的順序，1.鑱針应天，2.圓針应地，3.鍤針应人，4.鋒針应四时，5.鉞針应五音，6.圓利針应六律，7.毫針应七星，8.長針应八風，9.大針应九野（詳見灵樞九針論）。在这种分別相应中，毫針被列为上应七星，大意是天有七星，人有七窍，七窍的部位在天，七星的部位在天，兩者都是高高在上的；所以將七窍联系了七星。

主要也是說明，在九針之中，能适宜于頭面七竅部位徐徐進針，或在其他部位能作持久留針之用，及治療痛痹等症，惟有毫針最為妥善。因九針中的其他八針，是專供淺刺、深刺、放血、決膿的使用，內中的圓針、鑿針，更僅是用于体表按摩，不能作為針刺。用途最廣的，實當首推毫針，它是針刺治療中的主體，可以廣泛适用于各種病症的任何穴位。這也就是“上應七星，眾穴主持”的意思。因此毫針的遺法，流傳最久，直到現在。由于制針技術的進展，它的式樣已改得更为纖細，即現代臨床上一般所常用的細針了。

本形金也，有蠲邪扶正之道；短長水也，有決凝開滯之機。定刺象木，或斜或正；口藏比火，進陽補羸。循機捫塞以象土，實應五行而可知。

中醫學術的基本理論，從醫療觀點到實際應用，都貫串了陰陽和五行學說。如把五行的屬性結合針灸療法，則針刺時所用的針具，便可與五行之一的金聯繫起來（金，內經列為四季中的秋令，稱它有肅殺之氣）。由于針灸術的發展，針具逐漸改用金銀銅鐵等金屬品制成，代替了古代的砭石，所謂“本形金也”；將它比擬作各種金屬制的武器，也有蠲邪扶正的作用。在臨床，按不同的症狀性質，選取適當穴位，利用針刺的各種手法，即可蠲除邪氣（排除病理產物），扶補正氣（增進機體的功能），從而達到平復不正常的病理現象，而治愈疾病。

“短長水也，有決凝開滯之機”，是指經絡散布全身，長短不一，像江海與河道的支流一樣，可供氣血川流不息的運行。倘若氣血在經絡中運行有了障礙，如屬於血實的局部充血，或淤滯不得暢流；屬於氣實的興奮過度不得安寧，都可以利用針術去疏通宣導，如同河道在淤積或泛濫時，可用疏濬或決水的方法一樣。因而將經絡比擬為短長的水道，並列為五行屬水的一類了。

木是五行之一，樹木枝干的形態，有斜正曲直不同，而針刺在決定穴位後，針進肌肉中所保持的角度，也有直針，斜針，橫針等等不同。如一般經穴，大都保持90度的直角式進針；背脊胸椎七節以下諸穴，都從45度斜角度刺入；頭蓋部與胸骨部若干穴位，大都從15度銳角沿皮橫針刺入，這些或正或斜的針刺在身體上，如同樹木

枝干有正斜的形态一样。所以说“定刺象木，或斜或正”，将它与五行的木联系起来。

五行中的火属于阳性，古法治疗一般羸弱的病人，为了避免使经络突然受到针体的寒冷刺激，往往先将针含在口内加温，然后刺入。这种温针法，虽与烧针尾，或直接用火燃烧的燔针不同，但其作用也相当于用火加温，或烧热一样，所以认为口燔温针法，含有火的意思，将它与五行火的属性联系起来。

针刺手术完毕，当出针之后，一般都是将消毒棉花在扎针部盖上，揉擦数转，使针孔闭合，这种方法，也相当于古人循机捫塞的意思。循机，就是循着经络气血往来的途经，在穴位的局部或附近揉捏；捫塞，就是在出针后，捫塞住针孔，略揉片刻，使其闭合。古人认为这样是等于用土将针孔塞住一样，可以联系到五行之一的土的属性，所以说“循机捫塞以象土”。

上述几个五行相应的例子，其实是古人用了五行学说，来作为针灸疗法上的一种分类说明的方式方法。本条最后指出“实应五行而可知”的意思，实质上就是说，针灸治病，首先要分辨邪正，又需要明了经络所通，然后才可以调邪扶正，决凝开滞；而进针要保持一定的方向，对患者要根据体质与不同的疾病，适当地应用温针法；出针后更需要略揉针孔使其闭合，这种种也确是临床上必要的措施。所以用五行学说作为主要的逻辑方法，产生了医疗概念，来指导实践，它在实际应用上的价值，是不容漠视的。

然是三寸六分，包含妙理；虽细楨于毫髮，同貫多岐。可平五臟之寒熱，能調六腑之虛實。

三寸六分是指毫针的长度，灵枢九针十二原：“七曰毫针，长三寸六分”（按九针篇所说毫针之长度，亦作一寸六分）。楨，是筑墙所需用的木柱，当墙两端的叫楨，在墙两边的叫榦；细楨就是形容针体的细而尖长。

针刺治病的微妙作用，从疗效的证实来说，如手部的合谷穴能治下颚齿痛，足部的内庭穴能治上颚齿痛，头顶的百会穴能治脱肛，小趾端的至阴穴能治头目痛等等。像这样以病灶和针治所在的距离相比较，似乎不可能也不应该发生疗效。但在临床上如果

是針治得法，其療效是非常顯著而迅速的，真是所謂“包含妙理”。這種妙理的主要關鍵，又與經絡的整體觀念分不開的。經絡像河流一樣的分布全身，每一經都有它的循行通路，分別與臟腑相聯繫。所以只用一根細如毫髮的針，只要根據病變的臟器和性質，從有關經絡方面去辨証論治，作為針刺的目標，不論是上下左右，正側前後，即使穴位與病灶的距離很遠，針刺在某一經穴上，針的感通作用，不僅在本經傳達，且從經絡的陰陽表裏等相互關係方面，往往可以使許多分歧的經絡共同貫通，療效影響全身，即所謂“雖細慎于毫髮，同貫多歧”的意思。

至于所謂“可平五臟之寒熱，能調六腑之虛實”，更是說明了經絡與臟腑疾病的關係；針刺在經絡上，只要結合臨床具體情況，採用不同的手法，便可以治理臟腑的寒熱虛實等各種病理反應，如清熱、溫寒、補虛、瀉實等等，來平復不正常的病態，而治愈疾病，因此可見經絡學說與操作手法的重要性。

拘攣閉塞，遺八邪而去矣；寒熱痺痛，開四關而已之。

八邪，指四時八風之邪，亦稱虛邪賊風，就是不符合季節的，如應熱反冷，應涼反溫等，及其他帶有致病因素的，自然界一切不正常氣候變化（詳見靈樞九宮八風，歲露論等篇）。

八邪影響于生理活動機能所構成的各種疾病；在刺書真邪論曾有較具體的說明：“虛邪之中人也，洒淅動形，起毫毛而發腠理，其入深；內搏于骨，則為骨痺；搏于筋，則為筋攣；搏于脈中，則為血閉不通，則為癰；搏于肉，與衛氣相搏，陽勝者則為熱，陰勝者則為寒……”這裡分別指出了受病部位不同，而表現出骨痺、筋攣、血閉不通、癰、熱、寒等各種症狀。所以本條的“拘攣（手或足屈不能伸）、閉塞”（氣血凝滯不通），“寒熱、痺痛”也都是指此而言。強調了受病的原因，是由于八邪所致。治療方面，主要是採用“遺八邪而去矣”的原則，首先要考慮患者所感受到的風、寒、濕、熱等某種不正常的气候，針對病情，從肅清外邪着手，然後就用“開四關”的針治方法，來進行對症治療。

四關，就是兩手的肘關節，兩足的膝關節。古人認為它是氣血陰陽外內出入的要道，經常是暢通無阻的；人體如果感受了外邪的

侵襲，臟腑經絡陰陽失和，則四關閉合，要道也阻塞了，使氣血的運行發生了障礙，於是表現出陽郁則熱，陰侵則寒，血不流而滯則癢，癢則為疼痛，氣不通而逆則厥，厥則為不仁等等現象，如肌肉風濕，急性慢性風濕關節痛，以及其它軀干四肢諸神經麻痺疼痛與瘙癢之類。所以適用開四關的針治辦法來達到疏通經絡，宣導氣血的治療目的。主要也就是選用指端到肘關節，趾端到膝關節部位中的井、榮、俞、原、經、合各穴。而臨床上常用的開四關針法，大都均是採用兩手的合谷和兩足的太沖穴。合谷是大腸經的原穴，用它來調氣（解表消炎、鎮痛、發汗等），太沖是肝經的俞穴，用它來調血（肝藏血，俞穴主治體重節痛），都有良好的效果，即所謂“開四關而已之”。已，就是消除與平復的意思。

凡刺者，使本神朝而后入，既刺也，使本神定而氣隨，神不朝而勿刺，神已定而可施。

素問寶命全形論：“凡刺之真，必先治神。”這是明顯地指出刺法的主要問題：施術者不僅局限於針灸的刺激作用，必先掌握病人的精神和氣行血循的情況。在未針之前，首先要有安靜的環境，使病人有適當的休息時間，從多方面來解除病人因疾病所引起的種種精神上的不安。對初診病人，更需要熱誠的解說，使他消除針灸必痛或無效的心理，啓發有恢復健康的信心。像這樣做到病人的情緒穩定樂觀，精神興奮而不散漫，充滿了生氣，然後再進行操作手術，即本條所謂“使本神朝而后入”的意思。但當進針之後，仍要做到“使本神定而氣隨”，時時注意病人的表情，隨其所表現的反應，運用各種手法。有些病人在進針後，表現出疼痛、畏懼、氣色改變、肌肉抽搐等情況；甚至還有一些人，針尖剛剛刺入皮膚，就連聲呼痛，感覺加大時，病人表情痛苦，或高呼要求停針。像這樣的情況，術者就應該適當處理，急速將針尖稍偏，避開痛點，輕針捻轉，或暫時將針提起一、二分，有時也可提至皮下之處。總之，“既刺也，使本神定而氣隨”，術者必須從多方面消除病人的一切顧慮，施術時也要使病人沒有痛苦，樂於接受，再進行各種手法，才能有利於健康的恢復。反過來說，“神不朝而勿刺”，如病人精神疲憊，或有極端恐懼與不安的心理，都不適宜針刺。靈樞本神篇：“是故怵惕思

慮者，則傷神，神傷則恐懼流瀦而不止，……愁憂者，氣閉塞而不行；盛怒者，迷惑而不治；恐懼者，神蕩憚而不收。”這都說明了在針刺前後，對病人的精神方面，是應該切實重視的。也正是本條所謂“神不朝而勿刺，神已定而可施”的意思。這些方面，確與療效有着一定的關係。

定脚處，取氣血為主意；下手處，認水火是根基。

（著者按：水火二字，針灸大成刊為水木，楊繼洲并隨文注解說：“水者母也，木者子也，是水能生木也，……此言用針必先認子母相生之義，舉水木而不及土金火者省文也。”但本句在張景岳類經圖翼所附載之標幽賦原文，則為水火二字，如以涵義的廣泛而言，似較針灸大成所刊的水木二字為確切，故亦據此校正，大意可參閱下文。）

定脚處，下手處，都是指操作針灸的施術目標而言。定脚，是形容用針刺在某一經穴上的意思。下手，是形容已做好了准备工作，將開始進行操作的意思。“定脚處，取氣血為主意”，就是在考慮選用經穴時，要從主症的經絡系統，及該經氣血的或多或少方面，去作為主要的研究對象。因為針刺要消除病理反應的痠、熱、疼痛等亢奮現象，或由病理反應的麻涼虛寒，形成相反的溫熱感覺，以及刺絡瀉血，刺經導氣，和宜補宜瀉的手法等等，與所刺經絡多血或多氣的差別，是很有關係的。如手足太陰、厥陰經都是多血少氣的；手陽明大腸、足陽明胃經，都是多血多氣。一般針刺在這些多血經絡上的若干穴位，常易于產生麻涼感，可借以發揮鎮痛、退熱的作用，來緩解痠熱疼痛。例如臨床常用的後谿、合谷，治頭面五官病；閃關、大陵治心病；三里、內庭、行間治腸胃病；太沖治肝胆病；曲泉治泌尿器病等等。這些穴位，都是屬於多血的經絡，也是常用它來作為鎮痛、退熱的要穴。所以當進行治療選取穴位之際，對於每條經絡氣血多少的差別，及其某一症候的出現時，在該經的異常變化與過敏現象，確是值得去體驗的。

“下手處，認水火是根基”，是說明在進行針刺操作的过程中，基本上需要根據水火的屬性，去作為治療的準則。所謂“水火”就是指陰陽而言。素問陰陽應象大論說：“水為陰，火為陽”，“水火者陰陽之徵兆也”。由於水與火是兩種常見的相對的物質，用它來代

表陰陽的特征，是最为适宜的。水性寒冷，水流向下，寒和下都属于陰；火性炎熱，火焰向上，熱和上都属于陽。用这种水火相反的特性，來說明机体在生理或病理情况下的活动情况。所以在針治时，根据陰陽、表里、虛实、寒熱为基础，按疾病所在的陰陽表里与虛实寒熱的不同表現，結合临床的具体情况，便可采取或針或灸，以及膠刺、强刺、弱刺、点刺、留針等等补瀉的不同手法。可見“認水火为根基”的意思，也就是啓發医者，必須遵守从整体观念出發的治疗原則。

天地人三才也，湧泉同璇璣百会；上中下三部也，大包与天樞地机。

天地人三才一氣之說，是中医学整体观念的主导思想。天在上为陽，地在下为陰，人居于天地之間为和。陰陽交泰，上下升降的运行不息，是自然界一切現象形成和演变的根源。將它結合了人体的生理病理和治疗方法，也說明了人的各部組織有其相互的內在关系。治法亦可不限于某一局部，或仅仅是某一臟腑經絡的实质病变。这一整体观念，如以全身經穴的部位及疗效來說，湧泉与璇璣、百会三穴，就可以代表天地人，作为上下升降互为其用的例証。督脉的百会穴，位居顛頂中央，在上应天；任脉的璇璣穴，位居胸骨柄之前面、胸骨柄端陷凹中，在中应人；腎經的湧泉穴，位于足掌部跖骨中央，在下应地。这三穴的部位比拟了天地人，虽分在上中下不同，但上病下取，或下病上取，其疗效可相互貫通，調节全身机能。例如在上的百会穴，能治脫肛；在下的湧泉穴，可治头痛、眩暈、咳嗽、失音等；在中的璇璣穴，可治喘息、扁桃体炎等症。这都是病灶与穴位距离很远的上下取穴法。在临床實踐中，各有其良好的效果。

至于“上中下三部也，大包与天樞地机”的意思，是說明上中下三焦部位，都包藏着一定的臟器，各有不同的病症。上焦在胸膈部，是心、肺兩臟的外廓，其出現的症候，多屬心、肺的病变；中焦和下焦，就是指上腹部和下腹部，这两个部位所出現的証候，又多屬脾胃和肝腎的病变。根据这样的区别，可分用位于身体的上、中、下各部的三个穴位去主治。其中脾經的絡穴大包（穴在胸壁側之

正中),可主治喘息等上焦病;胃經的天樞,亦为大腸募穴(穴在臍旁二寸之处),可主治一切腹腔疾患,包括胃、大腸、胰腺等消化器官所屬的中焦病;脾經的郗穴、地机(穴在下腿內側之上約三分之一处),可主治生殖泌尿器疾患,如遺精、陽萎、子宮充血等各种下焦病。但三焦的部位,分开来看,上中下各有不同的症狀,合起来看,症狀可以相互出現,又是一个不可分割的整体。所以三个穴位的主治作用,上中下相互貫通,也可以更換应用。如地机,可治食慾不振;天樞,可治腎臟、膀胱、子宮、卵巢、睪丸等生殖泌尿器疾病;大包,也可以治疗消化不良、膀胱麻痺等症。像这样互为溝通的整体作用,在实际应用上,是应当有所認識的。

陽蹻陽維并督帶,主肩背腰腿在表之病,陰蹻陰維任冲脈,去心腹脇肋在里之疑。

奇經八脉所分布的部位,陽蹻、陽維在陽面,陰蹻、陰維在陰面,督脉在后,任脉在前,橫为帶脉,縱为冲脉。所以在奇經之中,如以陰陽表里来分別,陽蹻、陽維、督脉、帶脉为表,是屬於陽的四脉,分布于肩背腰腿等处,和手足三陽經的若干穴位相关联。这四条陽脉的病变,它所表現的主要症狀:1.陽蹻主下肢,从外踝以上的肌肉收縮痙攣,內踝以上的肌肉弛緩。2.陽維主肌肉痺痒,皮膚痛,寒热病惡風出汗,癲癩病手足抽搐,甚者失音不能言語。3.督脉主脊柱强直,角弓反張或腰背强直不能俯仰,头重,大人癲病;小兒風癩病。4.帶脉主腰腹部脹滿,妇女腹痛,月經不調,及各种帶下病。以上这种种肩背腰腿在表之病,如取用与上述四脉有关的穴位去治疗,自能获得一定的功效。

陰蹻、陰維、任脉、冲脉为里,是奇經中屬於陰的四脉,分布于胸腹脇肋等处,和手足三陰經的若干穴位相关联。这四条陰脉的病变,它所表現的主要症狀:1.陰蹻主下肢,从內踝以上的肌肉收縮痙攣,外踝以上的肌肉弛緩。2.陰維主心痛,癲癩病,僵仆失音,肌肉痺痒,以时發作,惡風出汗。3.任脉主少腹及前陰的病变,男子疝气,女子少腹結塊,赤白帶病。4.冲脉主气从少腹上冲,腹中脹急疼痛等病。以上这些病变,都可取用与上述四脉有关的穴位去主治,即所謂“陰蹻、陰維、任、冲脉,去心(胸)腹脇肋在里之疑”。