

●武当字门绝技●

秘傳點穴神功

贾宝和 高飞 编著



京体

北京体育学院出版社

北京体育学院出版社

●武当字门绝技●

秘传点穴神功

贾宝和 高飞 编著

北京体育学院出版社

〔京〕新登字146号

责任编辑：董英双

责任校对：双 子

责任印制：李家琦

秘传点穴神功

贾宝和 高飞 编著

北京体育学院出版社出版发行

新华书店总店北京发行所经销

(北京西郊圆明园东路)

北京农科院印刷厂排版

北京地质印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：4.75 定价：2.80元（压膜装）

1992年7月第1版

1992年7月第1次印刷

印数：21000册

ISBN7-81003-603-3/G·468

（本书因装订质量不合格本社发行部负责调换）

前 言

“点穴术”在武当字门拳中历来被视为本门上乘功夫，而秘不示人。由于其极具技击威力，伤害性大，本门传人在研习点穴攻击技法的同时，也总结出了针对性很强的解穴和生死救治方法，将这些内容归类统称“五百钱”，而讳称“点穴”之名。

武当字门拳主要流传于江西。由于历史上武术界门派之见甚深，各自保守，字门拳传播比较局限，作为本门精华的“五百钱”更是鲜为人知，濒临失传。为了挖掘、整理、研究这一传统武术遗产，我们遍搜本门遗著、多方访问调查，结合自己多年武术实践经验，融汇医道，总结、提取其可行之术，编成此书，取名《秘传点穴神功》，揭开“五百钱”之神秘面纱。至于书名中“神功”之说，系作者对此术的偏爱，尚乞读者提出宝贵意见。

应该指出，由于年代久远，加之历代传人的局限，点穴技法、各层功夫修炼及其效果还有待于深入探究。本书是挖掘整理的一个拳种的秘技，收集到的资料有限，所以对摸拿点穴、解穴方法、拿穴生死图、擒拿回生推拿还阳十二经络全图等的整理还比较粗，有些穴位的名称是依流传的手抄本标定的，属传统用语，与现在通行的穴名有些出入，但各穴位位置均有介绍，可供读者参考。至于跌打损伤治法、解穴药物等，都是古传验方，对格斗散打损伤的治疗均具有积极作用。字门拳技击格斗十八法（亦名袖珍十八法）对于修功练

技、增强格斗本领确有启迪。

习武目的在于健身与防身自卫。本书所列各种技击、点穴手法主要用于对敌的搏斗。因此，习武要重武德，不得随意伤人，更不能故意伤人。

限于作者水平及对字门拳挖掘、研究尚待深入，书中难免挂一漏万，粗疏之处敬希读者指正。我们还希望本书能起到抛砖引玉的作用，激励字门拳传人整理奉献本门绝技，为弘扬传统武术的这一拳种，保留文化遗产多做贡献。

编 者

目 录

第一章 点穴术入门	(1)
第一节 点穴术概述.....	(1)
第二节 十二时辰点穴法.....	(2)
第三节 摸拿封闭口教诀.....	(19)
第四节 点穴术的技术特点.....	(20)
第五节 点穴术的技术原理.....	(22)
第二章 点穴功法	(28)
第一节 点穴基本功.....	(28)
第二节 点穴辅助功法.....	(44)
第三章 解穴术	(50)
第一节 推拿法口诀.....	(50)
第二节 擒拿回生推拿还阳十二经络诀.....	(60)
第三节 点部铜人八大气门穴主辨症生死图.....	(61)
第四节 三十六大穴受伤推拿按摩疗法.....	(69)
第五节 急症经穴按摩疗法.....	(83)
第六节 解穴药物秘方.....	(86)
第四章 反点穴术	(95)
第五章 跌打损伤救治	(104)
第一节 跌打损伤论.....	(104)
第二节 跌打用药歌诀.....	(105)
第三节 跌打损伤难症集方.....	(106)

附 录	(125)
一、字门拳概述	(125)
二、字门拳先师余克让生平考	(128)
三、字门拳打手要言	(132)
四、字门拳十八法译释	(132)
五、字门拳练习八要素	(139)

第一章 点穴术入门

字门拳又称字门八法，是一种练拳与练气相结合的拳术。字门八法者，残、推、援、夺、牵、捺、逼、吸是也。后来又在八法的基础上演化出贴、穿、圈、插、抛、托、擦、撒、吞、吐等十法。它十分讲究以静制动，以柔克刚。强调“擒拿须认穴，嵌骨要酥筋，其中真妙诀，等闲不度人。”点穴酥筋，是字门拳点穴术的基本要求，它可使对方穴位受制，人体失去局部或整体的活动机能，达到克敌制胜的目的。

第一节 点穴术概述

“点穴术”是字门拳的一种摸拿穴位的功法，又称短手或小手，江西民间又叫“摸”。它与打穴、闭穴等点穴功法不同。打穴是用捶法，即平捶或尖捶（中指节）点打，或用五指尖头（梅花指）、肘尖、肩头、指尾突峰及腕、足、膝等部位点打。点穴则多以大指或中指从事。如与人格斗，多以握手、拍衣等方式摸拿对方穴位。如排解纠纷，则在拉扯对方时摸拿对方穴位。摸拿穴位如系普通小穴，不过麻痛无力而已，大穴轻则受伤，重则死亡。点后人尚不知，是本点穴术的上乘境界。故江西民间对“点穴术”大有谈虎色变之感，防范甚严。因此，古往今来，精通此道者甚微，但江西各地如高安、丰城、清江等地仍有遗传，并历代都有高手。

本术拿穴之法十分讲究生死穴道、经络运行和时辰点

穴。字门先师余克让先生所著《推拿口诀》云：“人周身之穴共百零八穴，名为三十六天罡，七十二地煞，名为三十六大穴，七十二小穴，合为一十八关。内有此穴无治：龙泉穴、窝风穴、风海穴、金钱穴、仙鹤穴、笑腰穴无治，乃是死穴。”《擒拿回生推拿还阳十二经络全图》亦云：“人为小天气血筋，此为三宝定寸神，随人识得经络清，仙家下凡定寸神，本是开元李老君，十二寸神走血门，神农创出十二筋，生死擒拿掌中心，擒死提生在人行，七十二把生死筋，或生或死由人擒，生门拿到死门陵，三条半筋阴阳门，擒拿二十三把半，访尽天下英雄汉，四十八把阴阳筋，生门死部要分清。”故习“点穴术”必须先学寻经认穴，掌握气血运行、经络分布规律，熟悉气血某时在某穴，某时又入何宫，然后按时辰拿穴。故歌诀云。

“周身气血沿经络，日夜不停在奔波。
遇时点穴如受损，十人有九命归阴。”

第二节 十二时辰点穴法

一、十二时辰血行经络

子时（23—1点）胆经，丑时（1—3点）肝经，寅时（3—5点）肺经，卯时（5—7点）大肠经，辰时（7—9点）胃经，巳时（9—11）脾经，午时（11—13点）心经，未时（13—15）小肠经，申时（15—19）膀胱经，酉时（17—19点）肾经，戌时（19—21点）心包经，亥时（21—23点）三焦经。

二、十二时辰气血流注歌

寅时气血注于肺，卯时大肠辰时胃，
巳脾午心未小肠，膀胱申注酉肾注，
戌时包络亥三焦，子胆丑肝各定位。

三、十二时辰点打穴位

子时：燕窝穴，受伤即亡，紫同穴，对时三天，轻廿一天。大指凤点手打，名为寒婆晒日。

丑时：天丁穴血飞逢中，只怕头破伤了风。若凡伤风身寒冷，纵是妙药难收功。

寅时：架梁穴在眉当中，受伤不宜寅刻宫。血丝长彪如射箭，心惊肉跳要送终。

卯时：血海轮流在卯时，受伤不宜破了皮。人似昏迷血似箭，烧烘金银即可医。

辰时：井泉穴血耳从中，一处受伤七孔通。鼻流鲜血牙关闭，任用妙药亦无用。

巳时：巳时井栏气筋关，标手打得咽喉翻。手重妙药也难救，手轻即用回生丹。

午时：通脉轮流在午时，不宜掌心破了皮。人死昏迷血似箭，血似莲花不可医。

未时：未时血海在肚角，内身腰宫两相连。此时若凡受了伤，任用妙药救枉然。

申时：申时受伤在尾通，重伤即亡轻痛三天。受伤两腿屈难坐，通气下节大便中。

酉时，酉时血海在百重，涌上血箭不知痛。中时莫把药

急救，只要金银烧得红。

戌时，铜壶滴漏在戌时，尤如淋症小肠紧。受伤不宜先吃药，炒熟旱谷敷小阴。

亥时：亥涌泉穴麻石床，受伤之人面带黄。行路一步诸难走，十二经中用妙方。

四、点穴歌诀

人身之血有一头，日夜行走不停留。
遇时遇穴如伤损，一七不治命要休。
子时走在心窝穴，丑时需向涌泉求。
对口是寅山根卯，辰到天平已凤头。
午时却在中脘会，左右命宫未时流。
凤尾属申封门酉，丹肾俱为戌时位。
六宫直寻亥时来，不教乱缚斯为贵。

天门晕在地，尾子不还乡。
两肋丢开手，腰眼笑杀人。
太阳并脑后，气户血海伤。
耳后受伤均不治，伤胎鱼笠即时亡。
前后二心并外肾，鱼睛目定甚张忙。
肋稍插手难于治，肾俞丹田最难当。
夹脊断时不下药，正腰一天立身亡。
伤人二乳到胸膛，百人百死到泉乡。
出气不收无药石，翻肚吐粪见阎王。

五、三十六大穴点穴法

1. 天丁穴

部位：头顶中央处。

经属：督脉经（亦为膀胱、肝经所会之处）。

点中：丑时点中，脑晕倒地不省人事，若凡头破、伤风、身寒冷，纵是妙药难收功。

2. 太阳穴

部位：在眉梢与外眼角之间向后约一寸凹处。

经属：奇穴。

点中：轻则头昏、眼黑、耳鸣；重则血窜两目，目中出血，晕死在地。

3. 贲腧耳穴

部位：耳门处。

经属：三焦经，亦为胆经所过之处。

点中：亥时点中，耳鸣头晕倒地。

4. 架梁穴

部位：鼻柱中央突起部，眉心与鼻尖之正中。

经属：督脉。

点中：寅时点中，气上逆，血上涌，伤重血丝长彪如射箭，心惊肉跳要送终。

5. 对口穴

部位：颈后陷窝中入发际五分。

经属：督脉经。

点中：冲击延髓中枢，失语、头晕、倒地不省人事。

6. 风池穴

部位：在枕骨粗隆直下凹处与乳突之间，在斜方肌和胸锁乳突肌腱之间取穴。

经属：足少阳胆经系足少阳阴经之会。

点中：午时点中，冲击延髓中枢，昏迷不醒。

7. 神庭穴

部位：头前部入发际五分处。

经属：督脉、督脉与足太阳膀胱经之会穴。

点中：头晕、脑胀（巳时点）

8. 睛明穴

部位：在眼内眦角上方0.1寸处。

经属：足太阳膀胱经。

点中：流泪、头昏、眼花倒地。

9. 二仙传道穴（乳根）

部位：在乳下一寸六分陷者中。

经属：胃经。

点中：冲击心脏，休克易亡。

10. 将台穴

部位：即乳上三肋间距中线之寸部。

经属：胃经（亦即脾经所会之处）。

点中：冲击肋间神经和胸前神经及动、静脉，震动心脏
停止供血、休克。

11. 咽喉穴

部位：喉窝部。

经属：任脉。

点中：卯时点（打），气滞血淤，头晕。

12. 中管穴

部位：即胸正中部剑骨下鸠尾缘处。

经属：任脉。

点中：饮食不纳，抬不起头，四肢无力，气逆上涌，人事昏迷。

13. 肩井穴

部位：肩上正中窝部。

经属：胆经。

点中：二指点伤，全身疼痛无力。

14. 静平穴

部位：乳下两肋间。

经属：肝经。

点中：恶寒发热、咳嗽疼痛，重必吐血。

15. 气门

部位：即胸中线第二肋骨交接部。

经属：任脉。

点中：胸部胀闷，气滞血淤，伤重神智昏迷，即亡。轻者半年，气急咳嗽而亡。

16. 乳中穴

部位：即乳头中央。

经属：胃经。

点中：冲击肋间神经和动脉充血破气。伤重人事不知。

17. 中腕穴

部位：即胸中线部、脐上四寸。

经属：任脉。

点中：内气漫散，心慌意乱，神志不清。

18. 平针穴

部位：在胸中线部，两乳间下一寸五分。

经属：任脉。

点中：口吐血、心如刀割，不食不饮，冷汗不干，夜间烦躁。

19. 膀胱穴

部位：即脐下四寸正中线上。

经属：任脉。

点中：重伤小便不通，小便胀急。

20. 血平穴

部位：即脐下一寸三分，旁开四寸。

经属：脾经。

点中：轻伤气滞血淤，疼痛难忍，重伤吐血而亡。

21. 命宫穴

部位：即第五第六两根肋骨尖端之间。

经属：胆经。

点中：呼吸疼痛，咳嗽带血，久则成癆。

22. 肚脐穴

部位：位于脐窝正中。

经属：任脉。

点中：冲击肋间神经，震动肠管、膀胱；伤气。

23. 双燕入洞穴（天池穴）

部位：乳头外一寸。

经属：心包经。

点中：心如刀割，四肢麻冷无力，全身疼痛，吐血、咳嗽成癆。

24. 丹田穴

部位：即脐正中线直下一寸五分。

经属：任脉。

点中：气向上攻，四肢无力，面黄肌瘦。

25. 肚角穴

部位：即脐中线直下四寸三分旁开四寸处。

经属：脾经。

点中：冲击六腑，多见气逆呕吐不止。

26. 吊筋穴

部位：在脐上二寸，下脘旁开0.5寸处。

经属：肾经。

点中：受重伤，常有呃逆吐，两目斜视，昏迷不醒。

27. 涌泉穴

部位：在足心前三分之一处，即屈足趾时出现凹陷处。

经属：足少阴肾经。

点中：伤丹田气，气机不能上升，破轻功。

28. 太渊穴

部位：仰掌、腕横纹之桡侧凹陷处。

经属：手太阴肺经。

点中：阻止百脉，内伤气机。

29. 仙桃穴

部位：即睾丸部。

经属：肝经部分。

点中：睾丸常缩入腹，人事昏迷，重伤即亡。

30. 铜壶滴漏穴

部位：即尾闾骨下五分。

经属：督脉。

点中：戌时点打，受伤多见大便不收，小便长流，腹内疼痛。

31. 凤尾穴

部位：第十一、十二椎骨两旁各一寸五分处，即脾俞、胃俞二穴处。

经属：膀胱经。

点中：血气不行，腰眼疼痛，人又黄又肿。

32. 腰眼穴

部位：在腰上两旁微陷处。

经属：经外奇穴。

点中：立刻昏倒，面失神色，甚至会发笑声。

33. 仙人托印穴（辄筋）

部位：在腋下三寸，复前行一寸；著胁。

经属：胆经。

点中：血气上涌，神智昏迷，两目直视。

34. 盆弦穴

部位：即十一肋骨尖处。

经属：肝经。

点中：气往上涌，食欲不佳，腹内剧烈疼痛。

35 凤翅穴

部位：即背部第五胸椎旁开三寸。

经属：膀胱经。

点中：全身麻痛，四肢无力，精神倦怠。

36. 海底穴

部位：即二阴之间。

经属：任脉。

点中：大便闭塞不通，腹内膨胀，面唇苍白、心惊。

以上三十六大穴，若被点中，轻则受伤，重则死亡。现将三十六穴大穴图附于后，供参照：