

《中医名家绝学真传》丛书

总主编 刘力红

五行针灸灸指南

〔英〕诺娜·弗兰格林 著
龙梅 译

（增补修订本）

全国百佳图书出版
中国中医药出版社

《中医名家绝学真传》丛书

总主编 刘力红

五行针灸指南

(增补修订本)

[英]诺娜·弗兰格林 著

龙梅 译



中国中医药出版社

图书在版编目(CIP)数据

五行针灸指南:增补修订本 / (英)弗兰格林著;
龙梅译—2版. —北京:中国中医药出版社, 2014.7

(中医名家绝学真传丛书)

ISBN 978-7-5132-1821-4

I. ①五… II. ①弗… ②龙… III. ①针灸疗
法—指南 IV. ①R245-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 033785 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊祥丰印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880×1230 1/32 印张 8 字数 131 千字

2014 年 7 月第 2 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-1821-4

*

定价 25.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

著者简介

诺娜·弗兰格林 (Nora Franglen), 1936 年出生。早年就读于剑桥大学, 主修现代语言, 后以翻译为业。她因经历了五行针灸治疗, 而决定到位于英国莱明顿 (Leamington Spa) 的“传统针灸学院”学习针灸。在导师华思礼教授指导下完成针灸研究生、博士生学业。于 1995 年在伦敦创办“五行针灸学校”, 任校长。2007 年 7 月停止办学后至今一直致力于传播弘扬五行针灸。2010 年始开办“诺娜博客” (Nora Franglen's Blog), 大量撰文传授其 30 多年来实践五行针灸之个人经验和心得, 备受世界各国五行针灸喜爱者和实践者推崇。2011 年 11 月至今, 已四处南宁, 在同有三和中医的全力协助下, 成功举办“五行针灸学习班”, 为来自全国各地学员传授五行针灸, 备受好评。



她还著有:

《五行针灸简明手册》, 2001 年, 环球图书有限公司

《心灵守护者——护持五行》, 2006 年

《事物的模式: 以五行看人生》, 2009 年

以上三书已由英国歌龙出版社 (Singing Dragon) 2014 年发行

译者简介

龙梅，1968年生于四川泸州。1991年毕业于成都中医学院医学系中医专业，之后就职于成都市第一人民医院，任医师，1997年赴荷兰。多年来一

直潜心研习中医，曾随已故民间中医师唐步祺先生习钦安之学。2008年始全身心投入学习、实践五行针灸，有幸成为本书作者弟子。现居荷兰，除临床工作外，协助诺娜女士定期赴南宁举办五行针灸学习班，并继续翻译其著作，积极致力于五行针灸在中国之推广传承。



修订说明

为使本书更加完备、更切实用，著者诺娜·弗兰格林女士在原书基础上进行了适当的增补及调整：

●第一章至第五章基本保持原貌。第三章中加入“传统诊断”“传统诊断问诊内容”及“病案记录”等内容。

●第六章是以原书第八章大部分内容、第九章部分内容为基础编写而成。

●第七章大致为原书第九章内容。

●第八章基本为原书第七章内容。

●第九章基本为原书第六章内容。

●新增第十章，分三节专述穴位的使用原则、思路及治疗各阶段的具体运用。从五行角度对十四经之重要及常用穴位进行一一阐释，既体现传承之美，又富于自身体验和感悟。本章为修订之重点章节，著者将其数十年用穴心法及经验和盘托出，弥足珍贵，对临证选穴有特殊指导意义。

●新增附录“五行针灸自学教程”，乃著者为广大五行针灸爱好者，以及有志于斯而又无从跟师学习者特别编写。附录共分16课，内容涉及诊断、治疗等方面，

力求简明而全面，不仅能让初学者有法可循，也可帮助专业者得到进一步提高，应与《指南》结合使用。

关于五行针灸，刘力红教授曾有一段精辟的介绍：

“五行针灸源自《内经》，因其重感通而轻逻辑，故历代口传心授，不见于文献。因缘所使，上世纪中叶传到西方，由华思礼教授集其大成，并于欧美弘播。复由因缘所使，乃于近年回其故土。

顾名思义，五行针灸乃以五行为旨归的针法。人禀五行之气而生，然五行中又有主导一行，此主导一行与生俱来，终身不变，决定一生之生长壮老已，影响一生之身心状态，是健康的决定因素。因此，对主导一行之判断、调护便成为五行针灸治疗之关键。对主导一行之判断、调护往往超越病证，直视心性，不但对常规病证具疗愈之能，于心性之解放更有其妙用。当今时代，大众心性普遍重压于情绪之下，五行针灸实有其不可思议的功德。”

五行针灸的回归之旅始于2010年初我给刘力红教授的一封长信（详情请阅“译者记”）；2011年秋，此针法之专著《五行针灸指南》在国内由中国中医药出版社首次出版发行。三年来，经刘力红教授邀请，著者已四处广西南宁，为来自全国各地的学员传授五行针灸。如今

无论业内业外，五行针灸渐为国人所接纳，一批批五行针灸师遍布大江南北，为更多病患造福。

特别感谢中国中医出版社的大力支持，使得本次修订得以顺畅完成。

五行针灸特别关注人之内心，强调医患双方的良好关系，其回归恰合时代的呼唤。古老针法法天则地，既是艺术，也是科学，华思礼教授赞其为“人类最优秀的医疗体系之一”。诚如刘力红教授所言，于当今时代，有殊胜之功德。

龙梅

癸巳年末于荷兰乐思顿

序

由诺娜·弗兰格林所著的《五行针灸指南》很快就要与中国的读者见面了。当我第四遍拜读此书，未免对当初贸然应承为她作序有些许懊悔。对于五行针灸而言，我只有学习的份，实在没有资格去说些什么。但是，既然应承了，也只好在这里写上几句。

我与五行针灸的因缘，源自龙梅医师。龙梅毕业于成都中医学院，1997年移居荷兰。去年初，龙梅医师给我写来一封十页纸的长信，信中畅谈了她与五行针灸的奇遇，以及学习操持该针法的感受。读龙梅的信，令我感动不已。竟有如此奇妙的针法流传海外，若知之而不迎其回归，无乃吾辈之罪乎？遂于去岁暑期邀其回国讲学，系统介绍五行针灸。

五行针灸源自中国，已有上千年的历史。上世纪后叶，由英国针灸大师华思礼教授(J.R.Worsley,1923—2003年)公开传授。数十年间，虽历尽艰辛，然而在华思礼教授的努力下，五行针灸已传及欧美，造福苍生。相比之下，对于发源地上的中国大众，无论是业内还是业外，五行针灸都还是一个陌生的字眼。据华思礼教授所言，五行针灸不见经传，多系口心相授，这不由使人想到了

中国的禅宗——不立文字，教外别传。

《伤寒杂病论·序》云：“夫天布五行，以运万类，人禀五常，以有五藏，经络府俞，阴阳会通，玄冥幽微，变化难极。自非才高识妙，岂能探其理致哉！”以愚之拙见，此段经文恰可作为五行针灸的写照。顾名思义，五行针灸是以五行为旨归的针法，但此一五行非指泛泛之五行，而系对五行中主导一行的判断。人禀五行之气而生，而主导一行决定人一生之生长壮老已，影响人一生之身心状态，是健康的决定因素。可以说，五行针灸便是围绕主导一行而展开的次第谨严之针法。五行针灸之难处亦其魅力处，即是对此主导一行之判断。此尤成为该法行者需不断进取之动力，亦为渐入佳境之处。

判断主导五行，即是判断深层的人性，故需摒弃表层逻辑思维的束缚。用华思礼的话就是“放弃思维，进入感觉”！放弃思维，那就意味着必须进入心的层面。因而，这又是一门需要深入，需要破除许多成见，方能切入的针法。现在的知识学问都强调用脑动脑，而古之学问多言用心。《内经》将心定为君主之官，而脑只是奇恒之府，此盖古今差别，值得细细品味。余以为，体味心脑差别，或为深入中医之关键，而五行针灸无疑是接近这一关键的最方便法门。

从专业的角度，此一针法直取经义，守神为务，是直趋上工之针法。而从大众的角度，若能由此渐明五行，

则不但生活工作充满乐趣，自身之调摄亦知从何而入矣。

今岁6月，因参加第四十三届世界传统中医大会，得于德国的罗腾堡市与本书原著者诺娜相晤，并接受其针灸治疗。诺娜判断我的主导一行为金，在严格按照五行针灸次第选穴后，以手太阴的鱼际穴结束了那次的治疗。诺娜言，鱼际是手太阴肺最具魅力的穴位，根据多年体悟文字声音的心得，我自然想到了鱼——字之间的内在联系，鱼际亦字际也！《黄帝阴符经》云：“宇宙在乎手，万化生乎身……”拜读诺娜的著作，从书中体味她的睿智；接受她的诊断治疗，感受这一过程的精细和真诚；再从她不经意中内心深处流淌出来的对中医的那份道念，我能想象到诺娜对五行针灸即将踏上故土的喜悦和期望。端详这位颇具童趣的长者，心中除了景仰，更是万分的惭愧。作为炎黄子孙，我们为中医做了什么？我们能为中医做些什么？

刘力红

辛卯仲夏吉日于南宁青山

著者为中文版序

拙著能与广大中文读者见面，我感到由衷高兴。

非常荣幸，在本书翻译及出版过程中得到刘力红教授的鼓励与支持，并特为此书作序。

我自己的五行针灸之旅缘于30多年前伦敦一次聚会上结识了一位针灸师。我因接受（针灸）治疗体会到身心的深刻变化，引发了学习针灸念头，从此一直修习五行针灸术至今。当年能受教于华思礼教授，实三生有幸。我非常乐意将自己所学传授他人。在担任12年“伦敦五行针灸学校”校长后，仍继续自己的工作：指导其他针灸师临床实践，帮助他们提高水平。对我而言，贯穿五行针灸实践的根本理念在于对人心灵、精神的深刻理解；并认为人之心神将影响我们怎样面对生活、面对疾病。

此书作为实用教材，针对那些愿意学习实践五行针灸者；亦可帮助有兴趣者了解五行针灸之基本原理。这些原理体现《素问》《灵枢》等中医经典所确立的传统精神：人乃天地所生，天人相应；如逆天地之道，则疾病丛生。

传统中医历经多种途径流传至西方，并在彼欣欣向荣。看到中医的西行之旅如今踏上归途，重返故乡中国，实令人欣喜。我很自豪这本手册为其回归迈出新的一步。衷心期望，所有那些愿为病人付出心血之医者，能在书中找到心灵共鸣，通过对生化万物之五行的深刻理解，更好为病人服务。

祝贺龙梅迅速而出色地完成翻译任务。还要承认，多么感激她来到欧洲后对五行针灸一腔热忱，欣然接纳。佩服她有勇气向刘力红教授介绍五行针灸，感激她怀有这份心愿：在中国传播发扬这一真正体现中医传统精神的针灸流派。

诺娜·弗兰格林

2011年2月

“臣积考《太始天元册》文曰：太虚寥廓，肇基化元，万物资始。五运终天，布气真灵，揔统坤元……生生化化，品物咸章。”

——《素问·天元纪大论》

感谢辞

一如所有的传统，我们的所学皆来自前人。每一代针灸师对自己的老师们都应心存感激。每当我拿起银针，不由想到三焦经之第七穴：会宗，这个可爱的穴位让我感到先人们仿佛就站在我肩头鼓励着我。我感谢历代先贤，因他们的贡献使我们得以认识穴位神奇的力量。我一生尤其感谢两位老师：第一位是我的针灸师父华思礼教授¹，他以毕生智慧和五行针灸深邃的理解深深激励着我；第二位是针灸历史学家，彼得·艾克曼博士(Peter Eckman)，我常常需要参考他所著的《沿着黄帝的足迹》²一书来阐明在实践中反复遇到的一些问题。

诺娜·弗兰格林

1. 华思礼教授 (J.R. Worsley, 1923-2003) 英国著名针灸大师，五行针灸一代宗师。“五行针灸”在西方得以传承发扬的奠基人。(小序号皆为译者所注，下同)

2. 此书原名《In the Footsteps of the Yellow Emperor》，作者曾为华思礼学生，以大量史实考证中国传统针灸，尤其是五行针灸流传至西方的历史沿革。

自序

我愿把五行针灸描绘成现代世界中的一门古老的治疗术。在我们更加关注于内心的充实，为实现、发挥自我最大潜力而努力之时，五行针灸绝对能赋予我们特别重要的意义，同时还让我们对灵魂所栖息之身体有更深入的理解。针之所及，能使身心两方趋于和谐。

我所实践和传授之五行针灸这一流派至简而极实用。言其至简：我感到天下至道不繁，而深刻领悟五行后，发现她所揭示之人性正反映此至道。在我三十多年学习、实践五行针灸过程中，体会到，她能用最简单的线条勾勒出至深之人性，真是无懈可击。它又将对人的理解演绎成精密的诊断和系列的治疗程序，所实施之每一次治疗都证实了道的确凿存在。

我想通过这本书帮助人们发现这个简朴的真理，让大家有路可寻，还能学得一些方法使自己在施治中保持一种专注。

我们必须将自己沉浸于五行之中，方能深入领会每一行在人身上有怎样的表达，如此才有望将自己的技艺

提升到最高境界。比如，只有当我们的治疗专门针对金，直到它展示出自己的秘密，才有可能真正理解金这一行。五行不会赤裸裸表述自己，除非得到直接治疗。更重要者，医家对病人的体恤之心，使我们有可能理解每一行不同的表现。所以，任何不专注、用意的不明确都会模糊我们的视线，继而难以认清五行。我们必须依次专注于一行，使其向我们次第开放。

我对人之认识受赐于所采纳的五行学说，它指导我每一刻之实践。当然还有很多其他方法、其他路径，都同样基于对人生命与健康的理解，从不同方面丰富了我们的知识，这些不同的体系都能让病人逐渐恢复平衡。我希望这本书成为学生和针灸师的实用手册，帮助大家深入学习，启发思维，温故知新，巩固基础。书中所记皆是我自己和周围同事们绝对行之有效的经验。

这里我只集中介绍一个流派，并把我之所学献给诸位，这些知识业已经过无数代针灸师之提炼而传授予我。

在本书增补修订本中，特别附上“五行针灸自学教程”，以帮助那些遍布世界各国、热衷于五行针灸，但没有机会跟师学习的许多读者。虽然该教程主要针对专业人员，但也适用于业余爱好者，使其进一步了解五行针灸，并决定是否继续深入学习。