

针 灸

试论“按时刺灸”的由来和发展

上海中医研究所 吴绍德

按时选穴刺灸早见于《内经》，后代发展成为“子午流注”、“飞腾八法”、“灵龟八法”等多种方法，时至今日，由于现代生物学中生物钟等新学说的兴起，其理论思想和科学价值正在日益广泛地引起国内外学者的注意，研究及重新估价这一学术思想，已成为整理和发扬我国民族文化遗产，丰富和完整祖国医学理论体系，创造我国新医药学的当务之急。故有必要对此作一历史的回顾，庶能有助于推动这一学的学习和研究。

一、“按时刺灸”的由来 及理论基础

按时选穴进行刺灸的思想，首见于《灵枢·九针十二原》，其文说：“知机之道者，不可挂以发，不知机道，叩之不发，知其往来，要与之期”，其中所说的“机”，即指的是针刺的时机。所谓针刺的时机，文章指出需要知道经脉的往来逆顺和气血的盛衰时机，然后乘气有可取之时期而进行刺灸。《九针十二原》中有关以上这段文字，是转引古代针灸医著《小针》而来的。有关《小针》中这段文字，后为《灵枢·小针解》、《素问·针解篇》等专文所解释，这种思想贯穿于《灵枢》、《素问》各篇中，可以想见，按时刺灸的思想，在《内经》成书之前早已以萌芽，故可以说是出于远古，由来已久了。有关气血盛衰理论的原始，可能来自气功行气，《灵枢·五十营》载有“人一呼，脉再动，气行三寸，一吸，脉亦再动，气行三寸，呼吸定息，气行六寸。”这种从直觉感知气血运行速度的情况，惟气功者可以办到，故其理论由来很可能是由气功练功过程中被发现的。气血在经络中运行，出现规律性的盛或衰情

况，乘气至隆盛时而用针灸，即所谓“守机”，会得到较好的疗效，就是高明的医术。所以《灵枢·卫气行》说：“谨候其时，病可与期，失时反候者，百病不治。”

经络气血运行与刺灸的关系，在《灵枢·逆顺》中有较为具体的记载，其文说：“气之逆顺者，所以应天地、阴阳、四时、五行也；脉之盛衰者，所以候血气之虚实、有余、不足；刺之大约者，必明知病之可刺与其未可刺，与其已不可刺也。”《素问·八正神明论》中进一步指出：“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。是以天寒无刺，天温无疑，月生无泻，月满无补，月郭空无治；是谓得时而调之。”从引文中可以看到，所谓刺法必候天地、阴阳、四时、五行，或四时、八正之气，归根到底是基于日（实际是地球）和月的运转状态与人体气血运行相关的理论，所有历代“按时施治”、“按时刺灸”、“按时投药”等，莫不以此为立论推演出各种具体的方法，溯本穷源，不外“日运说”和“月运说”两大派而已。

有关日月运转与气血盛衰对刺灸的关系，在《内经》中也有记载。《灵枢·卫气行》中指出：“谨候其气之所在而刺之，是谓逢时。”这是按气至时刻而施刺灸的记载，后世子午流注法纳甲法，飞腾八法、灵龟八法都以此为准。《灵枢·九针十二原》中还指出：“其来不可逢，其往不可追”的原则，《灵枢·小针解》中释为：“其来不可逢者，气盛不可补也；其往不可追者，气虚不可

泻也。”《灵枢·邪客》中进一步释称：“因冲而泻，因衰而补，如是者邪气得去，真气坚固，是谓因天之序。”明确地指出，按时刺灸，必须是气来盛实时不可逢（补），而须用泻法；气去虚衰时不可追（泻），而须用补法。《素问·针解》篇中还指出：“补泻之时者，与气开阖相合也。”最早提出气血开阖的概念。唐代王冰注称：“气当时刻谓开，已过未至谓之阖。”清代张志聪注称：“气来谓之开，可以迎而泻之，气去谓之阖，可以随而补之。”这是按气血盛衰而分别施用补泻的记载，后世子午流注纳支法即准此，这是“按时刺灸”与“按时补泻”的准则。

有关按时选穴的记载，从日运立说者，大致有《灵枢·卫气行》中按一日之中水下百刻，每四刻卫气行运一周的理论，“（病）在于三阳，必候其气在于阳而刺之，病在于三阴，必候其气在阴分而刺之。”有按春夏秋冬四时（季）的变化，“冬刺井”、“春刺荣”、“夏刺输”、“长夏刺经”、“秋刺合。”（《灵枢·顺气一日分为四时》）与“春取经血脉分肉间”；“夏取盛经孙络，取分间绝皮肤”；“秋取经腧，邪在府，取之合”；“冬取井荣”（《灵枢·四时气》）的方法。有《素问·刺法》遗篇中按一年之中五运六气的变化来推算五运升降失司而成五郁，以及六气司天不得迁正，刚失守而成五疫，司地不得迁正，柔失守而成五痹时选用五输穴的配穴方法。以上三种方法，虽都出于《内经》，但前二种见于《内经》正文，自晋·皇甫士安的《甲乙经》，到隋·杨上善的《太素》均有记载，是《内经》时代的真传无疑，而后者虽称《素问》，但自晋至隋都仅载《素问》八卷，其中有关记载五运六气的卷七于唐宝应中（762）王冰注《素问》时补入，而《刺法》、《病本》二篇，在王冰注本中亦缺，于明万历中（1580）马蒨《发微》中才首次见到，有人疑为伪托所撰，应视为后人的发展。

从月运立说的，与《八正神明论》以月生死（毁）与气血盛衰关系的理论相类，制订了一种以月生死来决定针刺宥数的方法。《素问·缪刺论》中说：“以月生死为数，用针者随气盛衰，以为宥数，针过其日数则脱气，不及日数，则气不

泻。……月生一日一宥，二日二宥，渐多之，十五日十五宥，十六日十四宥，渐少之”。这是一种以月的盈亏计算日数来决定针刺数与用穴多少的方法，与《八正神明论》中“月生无泻”，“月满无补”，“月郭空无治”之说相比较，前者是针对脏腑之气的虚实而设，故须区分补泻；后者是针对邪在分肉之间而设，故针数随日增减而不强调补泻。

二、《内经》以后历代医家的发展

《内经》以后秦越人著《难经》，对以日运立说的按四时选穴刺灸的方法另有阐述，《难经·七十四难》中说：“经言春刺井、夏刺荣、季夏刺俞、秋刺经、冬刺合者，何谓也？然，春刺井者，邪在肝，夏刺荣者，邪在心，季夏刺俞者，邪在脾，秋刺经者，邪在肺，冬刺合者，邪在肾。”还解释说：“五脏一病，辄有五也，假令肝病，色青者肝也，臊臭者肝也，喜酸者肝也，喜呼者肝也，喜泣者肝也，其病众多，不可尽言也。四时有数而并系于春夏秋冬者，针之要妙，在于秋毫也。”《难经》将日运与四季之气和脏腑之气及其辨证结合起来选穴，是继《内经》之后的又一种运用法，其方法较《内经》单纯辨时发展为兼顾辨证，有了进一步的提高。

汉代《史记·龟策列传》（前104～前91）中有：“日为德而君于天下，辱于三足之鸟，月为刑而相佐，见食于虾蟆”之说。受这种思想的影响，《隋志》载有《黄帝针灸虾蟆忌》（419）一卷（存），首举虾蟆图，随月生毁（死），而定人气所在，以示刺灸禁忌。如第一篇中“月生一日，虾蟆生头喙，人气在足少阴至足心，不可灸伤，使人阴气不长，血气竭尽，泄利，女子绝孕，生门塞。”月生十五日（上半月），毁十五日（下半月），人气各有所主的经脉或部位。这是继《素问》以月生死而定补泻和针刺数的另一种学说，其法以月盈亏的程度为依据，月盈气在阳位，月亏气在阴位，凡人气逐日所在的部位，针灸皆须避忌。这对唐代盛行的针灸择日和避忌之说，颇有影响。书中第三篇为《六甲日神游舍避刺图》，按六十日干

支的属性来推定人气所在,以示刺灸的禁忌,这种思想可能就是后代“子午流注”等学说的先河。

《隋志》中还载有《赤乌神针经》一卷(佚),不著撰人,《唐志》补为张氏子存所撰。《黄帝虾蟆经》中有:“日斗者,色赤而无光,阳气大乱,右日不可刺灸,伤人之阳经,终令人发狂也”的记载。“赤乌”正与《史记》中“辱于三足之乌”同,该书可能是专门讨论太阳运转时发生的日蚀等自然现象对人体的影响和刺灸关系的专书。

唐宋以来,按干支变化择日刺灸和进行禁忌的学说,取代了按日月盈亏以候人气所在而定刺灸宜忌的学风,发展成为各种针灸禁忌的方法,都应归属于“按时刺灸”的范围,但目前已少应用。

以十二经脉和一日之中的二十四时相配合的学说,可能创始于宋代。如宋·丁德用在注释《难经·七十二难》时说:“夫荣卫通流,散行十二经之内,即有始有终,其始自中焦,注手太阴一经一络,然后注手阳明一经一络,其经络有二十四,日有二十四时,皆相合,此凡气始至而用针取之,名曰迎而夺之(泻),其气流注终而内针,出针扞穴,名曰随而济之(补)。”此法后为明《针灸聚英》(1529)所阐发,发展成为“十二经病并荣俞经合补虚泻实”法,即今人所称“子午流注——纳支法”。

子午流注——纳甲法的创始在于南宋。首见于何若愚的《子午流注针经》。有关何若愚的生存年代,目前认识不一。考该书常山阎明广序称:“近有南唐何公,务法上古,撰《指微》三卷。”又称:“近于贞元癸酉年间,收何公所作《指微》针赋一道。”贞元乃金海陵王年号,癸酉即贞元元年,当南宋绍兴23年(1153),阎氏称何若愚为近人,则南唐,当不会是指李煜、李璟的南唐。何氏当为金人无疑。子午流注以《河图·生成数》“五门十变”之说为基础,考何氏《指微赋》中有“补生泻成经络迎随”法,亦以《河图·生成数》为理论依据,两法学术渊源相近,其同为何氏所创始可无疑。至于子午流注纳甲法的内容,以五门十变为基础,联系六十甲子日的天干,与十二

经脉五行生克的关系来推算逐日按时所开的五输穴。金·窦汉卿《针经指南·标幽赋》(1232)中称:“一日刺六十六穴之法,方见幽微”,“推十千十变,知孔穴之开阖,论五行五脏,察日时之旺衰。”可以窥见其内容的大概。

灵龟八法可能在元末明初时期产生。其原始出于窦汉卿的《针经指南》,是以奇经八脉与手足十二经脉上的八个穴位相配伍的一种配穴法,称为“流注八穴。”明初朱楠等编《普济方》(1406)时也仅称“窦太师针灸法流注八穴”,高武著《针灸聚英》也仅收有“八法飞腾定十干八卦法。”都未见灵龟八法的记载。窦氏称此流注八法乃少室隐者之所传,隐者为谁,无从稽考,可能为窦氏托名所撰。当时还没有和干支及《洛书》九宫八卦相配合。灵龟八法之名称,首见于徐凤的《针灸大全》(1439),书中标题称“窦文贞公八法流注,但内容并载灵龟、飞腾二法,并称:“灵龟取法飞腾针图”,是“灵龟八法”为继“飞腾八法”之后,取法于飞腾十干纳甲而来,不是窦汉卿的发明,疑为徐氏所创。

至于“飞腾八法”,首见于元代王国瑞的《扁鹊神应玉龙经》(1329),国瑞为王开之后,王开是窦汉卿的弟子。窦氏《针经指南》中载有“叶蛰宫图”,其学术思想与之相近,亦可能为窦氏晚年所创,论年代则要比“灵龟八法”早一百多年。

总之,“按时刺灸”的学术思想,其历史由来已久,可以追溯到《内经》以前,但与干支相配则始于隋唐,子午流注、飞腾八法、灵龟八法的创用则在金元时代,其理论皆以日月的运行与气血盛衰相关的理论为依据。现代科学认为时间的推移与气候的变化以及地球和月球的运转与太阳的关系密切相关,而时间与气候的变化又对人体的生理病理有紧密的影响,为此,回顾与探讨这一古老的学说,进而用现代科学的手段去加以整理和研究,有可能对发展现代医学,创造我国独特的新医药学提供新的研究课题和开辟新的研究道路,从而为现代生理学理论谱写新的篇章,以为全人类的卫生保健事业作出新的巨大的贡献。