

通元针法“督脉以通为用，任脉以引为归”之探析

刘慧楹¹，吴跃峰²，赖新生^{2*}

(1. 广州中医药大学第一临床医学院，广东省广州市白云区机场路 12 号，510405；2. 广州中医药大学第一附属医院)

摘要 从督脉祛邪、任脉扶正两个角度，探析通元针法通督与归元的机理、意义。提出督脉以通为用，配合背俞穴可内通脏腑、通督络脑，用于治疗瘀血、痰饮、六淫等病邪引起的病证；任脉扶正以引为归，配合腹募穴可引气归元、蓄养真气。提出通元针法以阴阳为纲，以任督二脉及俞募相配为用的准则。

关键词 通元针法；通督养神；引气归元；祛邪扶正；任脉；督脉

“通元针法”是“通督养神、引气归元”针法的简称，其以五脏背俞穴通督养神，以腹部任脉及腹募穴为主以引气归元，兼以祛邪而安正，是我们经过 40 多年临床实践和潜心研究，从针灸理、法、方、穴辨证施治的规律中总结出的。通元针法以调节阴阳平衡为大法，蕴含扶正祛邪、通督归元的学术思想，临床上重视任督二脉的应用，视任督为一体，督脉祛邪以通为用，任脉扶正以引为归，“通督”与“归元”是通元针法的核心治法。

1 督脉祛邪以通为用

1.1 督脉以通为用

“督为阳脉之海，总督诸阳”，督脉循行于身之背，背为阳，阳具有温煦、推动之力，若督脉经气不足，一则运行无力，致经气不通，百病丛生；二则卫外不固，邪气来犯。在运用督脉穴位时注重以通为法，并配合足太阳膀胱经背第一侧线上的脏腑背俞穴，以达到调节脏腑功能、祛邪的目的。

1.2 通督与背俞穴

“督脉者，……与太阳起于目内眦，上额交巅上，入络脑，还出别下项，循肩膊内，挟脊抵腰中，入循脊络肾”；“膀胱足太阳之脉，……其直者，从巅入络脑，还出别下项，循肩膊内，挟脊抵腰中，入循脊，络肾”，可见督脉与足太阳膀胱经循行路线重叠，均交巅络脑，挟脊入肾，且均属阳中之阳，是人身阳气的重要体现。因此，在使用通督养神法时，视督脉、足太阳膀胱经为一体，以督

脉穴位与足太阳膀胱经上背俞穴为主穴。

《灵枢·卫气》云“气在胸者，止之膺与背腧。气在腹者，止之背腧与冲脉，于脐左右之动脉者。”胸腹之气与背俞穴联系密切，而胸腹乃五脏六腑之居所，《灵枢·背腧》曰“五脏俞穴皆出于背者”。背俞穴内应五脏六腑，是脏腑之气输注于背的位置，藏神、魂、魄、意、志五脏神而分调脏腑神气，是脏腑功能内守的必要前提^[1]。同时，膀胱经与督脉经气循环相注而通督入脑以养元神。因此，针刺背俞穴，既可养相应脏腑神气，又能通过自身经脉之循行及与督脉之络属而入脑养元神。

背俞穴位于足太阳膀胱经上，“太阳为开”，乃人身之藩篱，故外邪入侵，首犯足太阳膀胱经上之背俞穴，而背俞穴阳气充盛，可泻实祛邪，“迫脏刺背，背腧也”。历代均有医家主张使用背俞穴祛邪，巢元方主张用灸五脏背俞穴治疗五脏中风，李东垣提出用背俞穴治外感病等，我们认为，针刺背俞穴可祛逐六淫之邪，使脏腑安和。

1.3 祛邪以通督

1.3.1 败血瘀精、瘀血、痰饮等内生病邪 五脏及三焦气化功能失常均能生痰饮，而以肺、脾、肾三脏及三焦气化功能失常尤为常见。痰饮为有形之阴邪，具有湿浊黏滞的特性，既可阻滞气机、影响气血运行，又可表现为病证缠绵难愈。“病痰饮者，当以温药和之”，背俞穴乃脏腑之气输注于背部的腧穴，背属阳，故以背俞穴调整脏腑功能，并调动阳气以温化痰饮。瘀血形成的因素很多，主要与气血运行不畅、血不循经有关。而背俞穴之膈俞乃血会，主治瘀血，用之可活血、化瘀、通络，配

基金项目：国家中医药管理局全国名老中医药专家传承工作室建设项目 [国中医药人教发(2014)20]

* 通讯作者：lai1023@163.com

合脏腑背俞穴可调整脏腑气血，改善因病理产物所致的气机紊乱而达阴阳平衡。

1.3.2 六淫等外感病邪 宋代陈言《三因极一病证方论》云“六淫，天之常气，冒之则先自经络流入，内合于脏腑。”风、寒、暑、湿、燥、火六淫各循其分，若病久不去，则内舍五脏六腑，表现为由表至里，循脉所分，发于五行五气相应之脏腑^[4]。如《素问·痹论篇》云“骨痹不已，……内舍于肾，……皮痹不已，……内舍于肺”，进而发为肺痹之烦满喘而呕，脾痹之懈惰，发咳呕汁，上为大寒等五脏痹。治疗此类病症，《素问·痹论篇》明确记载“五脏有俞，六腑有合，循脉之分，各有所发，各治其过，则病瘳也”。

1.4 临证应用

背俞穴内通脏腑、通督络脑，诸穴阳气充盛、力专效宏，故临床治疗败血瘀精、瘀血、痰饮、六淫等病邪引起的病证，宜先取相应背俞穴刺络拔罐以泻实祛邪，同时通督扶阳、入脑而醒脑开窍并养元神。而后再行针刺治疗，针刺取穴除相应背俞穴外常配百会、前顶、后顶、大椎等督脉诸穴以通督养神。如治疗呆病时，重在祛痰化浊、活血化瘀，取四花穴（膈俞、胆俞）祛瘀通督，配血海、四关活血化瘀，配中脘、丰隆、膻中行气化痰浊^[5]。如治疗带状疱疹后遗神经痛，湿热毒邪为其关键病因，可取心俞+膈俞、肝俞+脾俞两组穴位交替刺络拔罐放血以泻热，配合谷、曲池、外关、太冲等穴以泻火解毒^[6]。如治疗荨麻疹，重在健脾清肺、平肝熄风、活血化瘀，取肺俞、脾俞、膈俞、肝俞穴进行刺络拔罐^[7]。

2 任脉扶正以引为归

2.1 任脉与腹募穴

“任脉起于中极之下”，乃元气汇聚之少腹部，循行于人前正中线上，属阴。任脉为阴脉之海，与足三阴经、阴维脉均有交汇，可调节阴经气血。任脉亦为“妇人生养之本”，故任主胞胎。任脉的循行及其属阴的特性，决定了任脉具有蓄养、封藏之功。募穴为五脏六腑之气结聚于胸腹部的腧穴，《难经·六十七难》载“五脏募皆在阴，何谓也？然，阳病行阴，故令募在阴”，论述了募穴属阴的道理。我们认为，募穴是脏腑之气纳藏、生化之所，因脏腑之气皆由元阴元阳化生，“元通募腹阴血随”。任脉上共有 24 个穴位，其中脏腑募穴有 6 个，充分体现了任脉与募穴之间的联系，两者同属

阴，皆为脏腑精气之源，元气纳藏、化生之所，运用此类穴位治病，可以扶助人身之本——元真之气，恢复阴阳平衡，脏腑功能可正常发挥则疾病去。因此，我们在临证时多以任脉及腹募穴为主穴，以引气归元，蓄养真气。

2.2 元气的周流

2.2.1 元气的功用 “元者，始也”，元气既是构成宇宙万物的最本质、最原始的要素，也是人体中最根本、最重要的气，是人体生命活动的原始动力。元者，源于脐下肾间动气，为人之生命、十二经之根本，借三焦历络五脏六腑。元气推动人体的生长、发育和生殖，调节人体脏腑、经络、形体和官窍的生理机能。因此，元气的充足与否不但关系着生命的长短，同时也在疾病发生、发展、恢复和转归过程中发挥关键作用，元气亏少或元阴元阳失衡会影响一身之阴阳，导致各种疾病的发生。

2.2.2 归元以扶正，平调阴阳 阴阳的互根互用、对立统一是生命的基础。通元针法以阴阳立论，认为用针之要在于调阴与阳，推崇阴阳之调重在任督二脉，以冀元气复归，治病求本。

通元理论强调，机体正常的生理是营卫、气血、阴阳、上下相会，经络之相贯，如环无端^[8]。人体脏腑气血生化、营卫运行、经络相贯是《周易》圆道在人体的体现，这种渗透到五脏功能、十二经脉气血运行理论的圆道思维，最终归结于任督二脉^[9]。任督二脉分别位于人体前后正中线，乃人之中轴，元气蓄于脐下，自肾间启动，沿督脉而上腾，循任脉而下潜，形成督升任降的经气循环，任督元气充盛复溢于十二经。元气的督升任降，保证了一身阴阳的转化互用，因此，归元即调元，即调阴阳。通督养神时需配合引气归元以濡养元神，使神有所养，安于本位；引气归元时需配合通督养神，欲降先升，养神以驭气，使气有所主。

2.3 引气归元

我们运用引气归元法，主取腹部穴位，原因有三：一是腹部乃元气纳藏之所，肾位于其中，五行属水，元气自脐下肾间启动，由此循环于上下、左右、内外，取穴于此可培补、调动真元之气；二是任脉走行经过腹部正中线，所有阴经之气均流行经此，取穴于此可调阴气而灌注十二经；三是腹部乃脏腑募穴聚集之所，为脏腑之气集结之地，取穴于此可调脏腑气机而保证脏腑各守其位，各守其职。通过运用腹部任脉穴位、脏腑募穴，以求引气归元，实现扶正固本。临床上我们用此法治疗多囊卵巢综合征所致的不孕症，认为肾虚为其本，痰瘀为

其标,多取天枢、关元、中极、归来穴,配合肝俞、肾俞、三阴交穴以治之^[8]。认为清阳不升导致的眩晕主要病机乃脾虚清阳不升、肝郁气机不畅,临床常选用气海、关元、中脘、归来、天枢等穴扶正固本,使脐下肾间动气充足,中焦气血化生有源,营卫调和,为振奋阳气提供物质基础^[9]。认为噎膈、呕吐、反胃等脾胃疾病皆因气机逆乱、胃气不降反升所致,治宜调理气机、和胃降逆,多用膻中配伍中脘治疗。因膻中为宗气之海,善治气机不利诸症,配伍中脘,可降上逆之胃气,且中脘为胃之募穴、八会穴之腑会,善调脾胃诸疾^[10]。

3 小结

通元针法以阴阳为纲,以祛邪、引元为目的,视任督二脉为一体,一气周流,如环无端,取穴以任督二脉、俞募相配为用,提出“督脉祛邪以通为用,任脉扶正以引为归”的治疗思路,灵活地发挥针刺“从阴引阳、从阳引阴”的治疗作用,能够最大限度地发挥人体的自愈机制,激发人体正气,以收到屡起沉疴之临床功效。

参考文献

[1] 庄娟娟,王继红,赖新生. 赖氏“通元针法”中基于气街

理论的理论探讨 [J]. 中国针灸, 2016, 36(5): 535-538.

[2] 陈震益,赖新生. 赖新生教授应用背俞穴临床经验 [J]. 亚太传统医学, 2016, 12(11): 82-84.

[3] 吴跃峰,赖新生. 赖新生通元针法治疗呆病经验介绍 [J]. 新中医, 2017, 49(5): 140-141.

[4] 李景,彭冲,郑嘉怡,等. 赖新生辨治带状疱疹后遗神经痛经验 [J]. 中医杂志, 2018, 59(16): 1367-1369.

[5] 张素娟,吴沛龙,赖新生. 赖新生治疗荨麻疹经验介绍 [J]. 新中医, 2017, 49(8): 209-211.

[6] 吴跃峰,王继红,赖新生. 赖新生教授治疗不寐经验介绍 [J]. 新中医, 2015, 47(8): 9-10.

[7] 吴跃峰,赖新生,李琛. 通元理论与《易经》 [J]. 中医杂志, 2019, 60(1): 7-10.

[8] 李月梅,孟珍珍,王冉冉. 赖新生教授通元针法治疗不孕不育经验 [J]. 中国针灸, 2015, 35(3): 283-286.

[9] 宋子凡,黄佳雷,赖新生. 通元针法治疗清阳不升型眩晕 [J]. 环球中医药, 2018, 11(3): 429-431.

[10] 刘爱平,吴跃峰,王继红,等. 赖新生教授膻中穴配穴经验介绍 [J]. 上海针灸杂志, 2016, 35(10): 1151-1153.

(收稿日期: 2019-01-16; 修回日期: 2019-02-20)

编辑: 黄 健

(上接第 987 页)

症,治疗肢体痉挛抽搐之症。4) 酸甘化阴配伍以安定神志,用于治疗阴血不足、虚热内扰之心神不宁、烦躁不安之病证。如天王补心丹,以甘寒之生地、麦冬、天冬配以五味子、酸枣仁酸甘化阴,滋阴清热,养心安神。又如酸枣仁汤,酸枣仁配以甘淡味的茯苓宁心安神,酸甘化阴,以滋阴补血,养心安神。

4 结语

综上所述,酸甘化阴配伍源于《黄帝内经》,运用于《伤寒杂病论》,经宋金元时期的继承和发展,最终丰富于明清时期。历代医家对酸甘化阴研究各有其理论依据及用药特点。把握好酸甘化阴的临床应用规律,做到随证灵活运用,具有更深层次的意义。

参考文献

[1] 李志安,李军. 《黄帝内经》五味学说及其临床应用 [J]. 河南中医, 2016, 36(12): 2061-2062.

[2] 马继兴. 神农本草经辑注 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1995: 68-70.

[3] 张仲景. 伤寒论 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 9,

27, 39, 47, 49, 50.

[4] 孙敬辉,王承龙. 张仲景芍药配伍应用探析 [J]. 环球中医药, 2017, 10(2): 199-202.

[5] 成无己. 注解伤寒论 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2004: 59.

[6] 叶天士. 临证指南医案 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2006: 118-119.

[7] 王腾飞,周鸿云,赵琼,等. 从“五味合化”思想谈“辛甘化阳、酸甘化阴” [J]. 中医杂志, 2013, 54(19): 1705-1707.

[8] 张静雅,曹煌,刘昌孝,等. 中药酸味的药性表达及在临证配伍中的应用 [J]. 中草药, 2015, 46(24): 3617-3622.

[9] 张静雅,曹煌,刘昌孝,等. 中药甘味的药性表达及在临证配伍中的应用 [J]. 中草药, 2016, 47(4): 533-539.

[10] 王景霞,杨旭,高学敏,等. 基于气味的酸甘化阴法本质探析 [J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(6): 2075-2078.

[11] 朱红梅,胡成明. 酸味药研究述评 [J]. 中华中医药杂志, 2011, 26(6): 1251-1253.

[12] 魏文娟,杨柏灿. “酸甘化阴”的实质探析 [J]. 上海中医药大学学报, 2013, 27(3): 22-24.

(收稿日期: 2018-12-28; 修回日期: 2019-01-29)

编辑: 黄 健