

失传千年的“络、溪、谷”三套针穴——来自道家秘籍

几年前在北京认识了一个道人，针灸术很厉害，取穴少，穴位亦奇。所用穴位与现代医家通用的迥然不同，但疗效很好。但就是他一般不出手给病人针灸。经过了解，他针灸用的是《黄帝内经》中的“络”穴。《黄帝内经》最晚成书于春秋战国时期，是上古医术的精华。《内经》记载人身经脉有四套体系，即“经、络、溪、谷”，这四个系统的经脉经纬人身阴阳，使荣卫气血上下浇灌，共同护卫人体健康。经过二千多年的流传，现在得以传承下来的仅有“经”的一个系统，即通常所称的“经络”三百六十穴。其他三套系统“络、溪、谷”的720个穴位及其应用理论在传承流变中湮没无迹了。而现代医书上人各自秘的某些“奇穴”，其实就是化源于“络、溪、谷”系统中的某些穴位，只是人不知其端。有幸的是，上古经络学的薪火得以在民间保存着她的余脉，这位道士从他师门那里继承了上古针灸术，就包含“络、溪、谷”三套经脉体系。为了不使上古秘术再次失传，道人现在已将“络、溪、谷”三套体系公之于众，使这套秘传千年的上古针法得以再现人间。

经曰：络三百六十五穴，亦以应一岁，以溢奇邪。以通荣卫，荣卫稽留，卫散荣溢，气竭血着。肉之大会为谷，肉小为溪，肉分之间，溪谷之会，以行荣卫，以会大气。邪溢气壅，脉热肉败。荣卫不行，必将为脓。内销骨髓，外破大肌，留于节腠，必将为败。积寒留舍，荣卫不居，肉卷筋缩，肋肘不得伸，内为骨痹，外为不仁，命曰不足。大寒留于溪谷也。

溪谷三百六十五穴会，亦应一岁，其小痹淫溢，循脉往来，微针所及，与灋相同。经曰：孙络之脉别经者，其血气(气火)盛而当泻者，亦三百六十有五脉，并住于络，传注十二经络脉，非独十六络脉也，内解泻于中者十脉。

经穴三百六十有五，络俞三百六十五穴，及溪谷三百六十有五，计之一千零九十九有五穴。故经穴之与孙络穴别矣，然其溪谷之谷穴，从乎肌理也。

经之穴三百六十有五，之所以主其运也。络之穴三百六十有五，之所以主其传也。溪之位一百二十有五，营其筋肌也。谷之窍二百四十有奇，之所以泽其筋骨也。

针道维生之衷矣。故经病者调之以络，络病者调之以溪。血病者调之以经，气病者调之以谷。气血之病也，调之于溪谷。

经曰：经者，动气之径也。络者经脉之偶也。溪者经络节持之驿也。谷者筋骨气脉经之汇也。故经有其穴，络有其窍，溪有其脉，谷有其空是也。经，输也。络，注也。溪，交也。谷，合也。故经有十三，奇之有八，络有十六，溪有十四，谷之有七。十四溪者，肌肉筋经之隙也，尺胫，肱股，腰渺(月少)，脊颈肌分肉腠及经络诸穴。谷者，气节之会也，部有七。踝，腕，肘尺，肘肱，膝胫，膝股，少腹之下极。

督之络者，起于骶闾之角而终于椎上，自中傍开半目。左右各一十有八穴，主阳神志久疾。其穴在脊节，名曰百劳刺。

骨之络者，起于骶闾之翼而终于骻，两傍各开一目，左右二十有三穴，主劳异怪。其穴在脊翼节中，名曰侠脊刺。

膀胱足太阳之络，起于脑中，出症门而终于承扶，自中傍开一叩，左右各二十有三穴，主背胁脏腑。其穴在背索外肋横结处，名曰铍风刺。

胆足少阳之络，起于风池循胛环而下缈(月少)至股际；上自中傍开一握。其一支自五枢京门而上，循肋至鸠尾。左右各二十有五穴，主损伤劳苦。其穴在胛肋缈(月少)髂中，名曰铍胠刺。

肺手太阴之络，起于中府，出俞环胛而循，支者横贯中府自经而下，络于大肠者左右各六穴，循经前而下者九穴。主风寒时疫，瘰疬劳嗽。

肝足厥阴之络，起于本脏，自期门循季胁端，环肋内陷上膻中，寻膈入背俞会于杼，直上者贯翳会人迎，其支自大敦循经前而上，至期门而终。上者左右各二十有六穴，下者左右各十有一穴。主气血男女。

心手少阴之络，起于心中，下络小肠。循胁而上，自极泉横贯胛内过俞，自天宗循颈上入脑。循经前而下会于劳宫。上者九穴，下者十有七穴，主动静血脉。

脾足太阴之络，起于脾中，循胁环挠经而下，回曲骨贯箕门，循膝会阴陵上，下鱼至邱，环踝而散。上者十有八穴，下者十七穴，主抑郁积滞妇肠。

肾足少阴之络，起于肾中，下络膀胱，脐上侠少阴，侠脐而界阳明，下坤谷侠太阴。三环相交，叩叩于腹。左右各二十有四穴，至横循经前而下跟。左右各七穴，主虚损劳弱，腰股肿胀。

九阳之络，起于强间，循纹至颅厌，过耳前空关至腨、井、外髎垣，环七椎间。自间至腨各十有一穴，下者各十有七穴，主诸风神志。

任之络，起于承浆；下突翼中，终于下极，自中傍开一目。左右各二十有五穴，主阴血积滞。

冲之络，起于阴骻中，挠阴器，循气冲、腹结气海、天枢外直上至血俞脾枢，会鸠尾、自傍半目上行、挟突喉、会承浆环唇交水沟、迎香过目散脑中。左右各十有九穴，主脏腑郁滞。其穴不内，名曰倚刺。

阳明手大腸之络，起与大腸；自本腑上络肺至突端。出阳关至俞、循六阴环骨至横端上胁。其支者自俞侧直下循髎；本络穴左右各一十有七穴，主二阴腹腰。

胞之络，起于肾脏，出关元中极间；上络神阙，其支者自气海循太乙入肝，自肝循带外下行五枢，至生气横行生门天锡入胞系。左右各六穴，主男生成。其穴循经肌间，其针深浅以知度，故曰渊刺。

胃之络起于中脘，上行膻中，绽鸠端内循而环，歷章门，至太乙入胃系。左右各十穴，主反胃嗝噫食不下。

六阴之络起于气俞，循髎侧至会阳，歷四俞至关俞，循髎脊内缘至二冲上，下循会阴，贯气水穴间。左右各十有八穴，本经有八。主癃闭，瘕疝，痿痹，血气(气火)诸疾。其穴去经皆五分臀肌中，名曰髓腱刺。

络者，网也。络于十二经，合其经脉筋肌者也。经之为干，络之为枝，溪之为茎，谷之为叶。本为一元之体也，运用岂有二般？故经之所以通滞者也，络之所以消积者也；溪之所以祛瘀者也，谷之所以化气(气火)者也。

络脉者，一十有六。膻中手厥阴伏其络，倚于心与九阳也。小腸手太阳伏其络，倚于肾与胞也。何谓也？其为玄牝之府故耳，始生气之从来也。

故督之络于脊椎隙间者，气阖骨也。其自骶闾而始，直行而上者，终于椎上合风府。其合脏腑，其主神志气力，为骨与阳道之督导矣。故络其俞十有八穴，骶闾至脊中六穴，名曰六合，胁胱诸气，脊以上十一穴，名曰十一关，主脏诸气痛也。

故骨之络脊翼上突者，骨之生导气机也。是以起骶闾之翼，而终于椎上，上合强间。其支者，合于风池。其合气于脏腑，其主动，其为阖，为诸劳诸伤诸气之汇也。故络其俞二十有六穴，主百劳诸损伤，故其名曰百劳刺。上治上，下治下。刺五分，灸以年为壮。

故膀胱足太阳之络，始于脑中，自竅门上出而下至肩中俞。其支络天髎，自肩井而散。其络自肩中俞直下。经急风，气输，热俞，心机，智关，督关，膈门，气屈，肝育，阳俞，垣宫，荥门，无邪，水宫，元门，后仓，子强，阳光，水储，自宴，五马，环止，络泉，横络会阳，上络秩邊，下走承扶而终也。其穴二十有三，所过八穴，主头项背，膀胱热，胁弩痛。阳宫垣俞二穴不可刺，夏刺则即日死，春刺失精，冬刺水枯。下治上，上治下。刺五分，灸七壮。

胆足少阳之络，始于风池，循肩俞，经天髎傍五翼髎穴，背傑，魄门，膏肓俞，偻风，息痛，(病头员)门，结气，膻门，死户，劳俞，厌气，偻宫，(尻兀)户，尻俞，臀关会于环跳。其支者，自五枢，结气，腹荥，历京门，上季胁，循肋外而上，天合，端门，龢阳，木宫，胆舍，胃仓，厌气，会于鸠尾。又支者，自日月循于缕风。其络穴二十有五，所过十穴，主弦胀。气满不得食，腹痛如豁。忌直刺，灸五七壮。

肺手太阴之络，始于中府，从肺系出膈俞，经臆嘻，魄关，气门，少泉。循太阳络之热俞，气输，急风，至厌肩，会云门，上交息肩，祛风，侠天府而下，歷嗌满，尺关，气屈，终于列缺。支者自肺系，出俞府，气户直下，逆满，膺俞，太宴，云宫，噫满，併不容，承满，木宫，胆舍，天枢，终于兰门。本络十五穴，所併十四穴，主气满不得息，逆嗌不食，腕满背阙痛。本络勿直，灸三七壮。

肝厥阴之络，始于本脏。系期门，金火木水土，五宫五穴至季端，循胁内陷天焦穴上行，石满，星垣，脾枢，血愈，离气，天燥，厌门，食关，天钺，入膻中。又支者，自章门后五分曲胁而上者一十二穴，天刚，地怒，人怨，志滞，姑妄，意会，肓髎，乌蒙，户牖，天怨，赤宫，天渊，经大包傍上极泉。其循经前而上者，始蠡沟前上行，天斗，气承，疵门，交太阴经，蹶都，蛊舍，温市，会曲泉，血府，幽都，串阴器，上气街，交太阴阳明，至水满，地瘅，疊门，会章门。本络三十七穴，所交六穴，主蛊胀瘕痞，满不得食，阴阳二痿，目弦头晕呕噏者。

心手少阴之络，始于心中，出乎灵墟内三分之本主，下循九衢，云端，交三经过期门，日月间至神营，下长街，域间，宇门，急腹入络小腸。其上者自神营，玉都，天荒，天苍，会极泉。贯内肺络俞，会天宗，秉风，肩井，天髎，入舌系嗌，支者自天宗会于脑。循经前而下者，内肱，扶正，亢阳，上荣，天官，极曲，貊邪，脐满，腕会，膺渊，郗中，咸炅，胃都，通荥，腕中，天阙，精极，会少府络劳宫，与小指次指出其端。本络二十有六穴，所过十有三穴，心胷腕腹。

脾足太阴之络，始于本脏，出上系，当乳根步廊下于鸠尾平处，名曰中岳。自中岳，液井，引縱，天衡，会于大包，入寅溟，肺墟，蒙光而下，倚阳，相使，青菀，厌会，中枢，太葆，谷关，天寐，从星，流光，动风至带脉后一寸，下入承尻，环枢，从承，坤谷，于冲门下一寸冲会过经，循之下。经灵门，爽光，胞会，高渠，荣骭，鹤膝，蛇目，入阴陵泉，上机，五疝，下机，秘关，縱谷，入三阴交环踝而散。本穴三十有五，所过四穴，主情抑志郁，脏腑积滞，妇腸结瘕流疝。

肾足少阴之络，起于本脏，下络膀胱，自膜而上，出建里下五分之阳宗穴，阳明，三阴，八会，听门，牙关，于肓俞上五分之少抉，交阙会中，左走右，右走左，入肓俞，肩门，息肩，于外陵上五分取中肱，五正，肘关，曲云，水道上五分屈胁，会气穴，交关元，左走右，右走左。走水道，(尻兀)关，精宫(子戶)，归来，大赫，交中极，左走右，右走左。急气，腹直，蠶里，絳顶，舍次，冲次，灵交，过阴廉。至溺矢俞循经而下，脊吕，古光，合阴谷，阳邱，鯁阳，脬佑，溺阳，合复溜，走太钟，水泉而散。本络三十一穴，所过十五穴，主诸虚损，劳弱，腰股肿胀，足膝不利。

九阳之络，起于强间，循风痏，天罗，阳空，一阳，寂天，至束，灵阳，过县颅，下厌眦，外髎会，(风痏)风，額俞，经天牖，池下寸半之颈俞，刚风，痓癓，痓风，歷肩井，承强，至肩中俞，急风，气输，热俞，风关，气会，命营交至阳，于至阳灵台间一口寸寻神府，上灵台，延骨络上行，于神道身柱间寻逆天俞上直，清灵，气縱，天池，意怡，宴椎，行风，上会风府入脑间。本络二十有八穴，所过十有一穴。主诸风癓痓，厥逆不用，神恩恍惚息寐弗力。

任脉之络，始于承浆，傍开一目下循，终于下极。从孔厌，侠噏，喉絡，天突翼，以下九膺九穴至鸠尾下翼，翼以下八宫六穴至神阙翼，以下下元六龢至下极俞者，本络俞二十有五，其主阴血腹脇，玄牝寒热血症。所过有九穴，主气满厌食，噏逆浮虚，诸邪妄行不归。

冲脉之络，起于阴极之会里前导中，侠会，囊邸，走气冲，疝俞，自中傍开二寸半循根柢，精宫，腹五里，精舍，三合，骯枢，肏端，灵髓，祭坛，循脾枢，血愈，会鸠尾，嗌门，自中傍开半目上行，陷突，膻会，明堂，紫宛，重云，宝盖，挟突喉，会承浆环唇，交水沟，迎香，过目散脑中。本络一十有九穴，所过七穴，主脏腑郁滞，奔豚嗌噫。

阳明手大腸之絡，起于大腸，絡于肺間心突中上天突，自大腸出陽關至本俞，環尻骨端循六陰絡之五衛，四竅，平蹊，步常，步恒，鶴翅，絡氣街，環尻端下寸半走無名六穴至氣街，自鶴翅上行，走(皮丸)(月少)，帶脈，氣弩，腋眇，臂縱，併巨骨，散于天鼎。其支者自本俞外五分之燭筋下行，寅泄，還陽，聚瘻，七塞，闔關，至極底入腸中。本絡俞一十七穴，所過一十有三穴，主嗌干氣痛，二便腰腹。

胞之絡起于腎臟，出關元中極間之靈匯，自任脈上行神阙，其支者，自氣海，中注，肓俞，天枢，滑肉門，太乙入絡于肝，自肝下循五枢五穴，至生气，鎬陽，元宮，生門，天錫，絡胞中(男子曰元田宮)。本經六穴，所過一十有五穴，主男女生成氣血之事。

胃足陽明之絡，系于脾，出中脘，沿沖脈任絡上行膻中。出鳩突，膨松，腕元，叩門，梵氣，龍門，稽水，歷章門，絡帶脈，循脾薄，太乙入胃系，出膜絡脾。其支者，自脾薄，沿大橫，腹結，府舍，冲門，從陽明之外而下行，巽戶，沓泣，伏風，承髀，陽全，臨關，承氣，膝兑，鶴隘，腕宿，愈腸，胷舍，經豐隆，肺門，達解溪而散。本絡俞二十有一穴，所過九穴，主反胃嗝噫，食不下。胷中滿悶，滯利水泄。

六陰之絡者，地氣之絡也。走關俞，腰俞，會陽，長強，循五衛，四竅，平蹊，步常，步恒，鶴翅，絡沖門，氣街，下循會陰，絡二陰。本俞有八穴，所絡十穴。主癃閉痿痺，女子諸病。

再論針灸心悟

沒有理論就不能明理，不能明理就更談不上什么手法。

十一年前當我第一次拿針給人扎針時手沒有抖，老師傅告訴我，你是天生扎針的。然後開始練習各種手法，什麼補瀉，什麼“燒山火、透天涼”，練習了五年終於小有所成。

老夫苦等千年终于等到你了love8o8o8you加微信拉你进交流群交流

但是现在快 30 岁的我终于明白了手法其实根本不重要，重要的是心境。就和写书法一样，心到则手到，手到才会病除。在得气的那一刹那你才会真正的与病人的真气相感应。

现在，即使不扎针，当手指触碰到病人特定的穴位上心里就会有一种感觉，很微妙，只可意会不可言传，一瞬间就明了病人的气血盛衰与邪气深浅。

所谓气场感应大概就是这种感觉。什么时候当你拿针的手感觉不出针的存在，也就是心开始发挥作用的时候。

当我第一次给病人扎针时，病人的疗效竟大大出乎了我的意料，从此再不敢对古人玄妙的治疗方法产生一丝一毫的怀疑，再也不敢对古人的思想进行试探和亵渎。

在临床专攻针灸三年后，自认为全部掌握了针灸的技巧与奥妙，变得骄傲与自满，看了若干部针灸经典才发现自己是一只小蚂蚁来到了一滩水迹旁还以为是看见了大海，无地自容。

干了五年后，才知道自己发现的新大陆原来都是古人玩剩下的。

于了八年后，才发现针灸治病的病种范围已经大大出乎了我的意料。自己看到的只是冰山之一角，海底下的东西太深了。

现在干了十年头了，最近又研读了《易经》，才发现古人的智慧真是深不可测。

大道无形，中国的文化都是相通的。

膜拜，顶礼，五体投地，感谢我伟大的祖先。感谢你们给了我炎黄子孙的血脉，中华的智慧作为一种遗传基因已深入到我的骨髓，溶化在血液中，并且自然而然的在经脉血管里流来流去。

针灸是一种修行，修性、修心。

love8o8o8you加微信拉你进群相互帮助

针灸是要用一生来修炼的。

每天种一点善因，走完美好的人生！

针灸最忌浮躁的心态！

为什么现在好的针灸师凤毛麟角呢？都被这个浮躁的社会同化了。

放下功利心，调整好心态，才能悟出更高的境界！

浅谈针灸手法几个细节

“要看一位医生针灸水平怎么样，就要看他取穴是否精简，手法是否纯熟圆润”恩师就是这样教导我的。

“百穴易得，针术难求”不少的医书上只给出下针穴位，手法的甚少，针法历代是不传之术，也因为手法是身传临教，只能意会，不能言传的东西。《针灸大成》里面所讲到到的针刺手法也是能算是一个方向。

真正是内涵是没法写出来的。就好像做菜一样，程序给你了，但能否做出一首美味的菜，就看自己的悟性了，“师父领入门，修行在个人”学中医更加。医者：意也。多想想吧。

站在高处远望，思考会更好。（在这我多言一名：望，不是看风景，而是看天地运转之气，阴阳之道，尽在这里面）

就拿现在很多人在义论的“烧山火”“透天凉”来说吧，我在网上自到不少有关对这两个手法的作了很深透切的议论。但是我还是觉得应该把我的对这个手法的认识也作深一步的阐述。尽是个人观点，请各位网友点评。

我把一个针灸分成三个部分，并作计分。一：下针前（为1分）二：手法（2分）出针后：（1）。这整个针灸过程只有4分。我为什么要这样分呢，因为这样我感觉要踏踏实实做好每一步，力求能争取稳拿每一分。是医生都应该有这样的心态去做。

1

下针前：

《针灸大成-神针八法》开头一段是可以概括了下针前的应用“心无内慕，如待贵宾，心为神也，医者心，病者心，与针随上下”。心：指的是医者心，患者心，如何做到心无内慕？？这就是下针前的一个重点。我的方法是“放松”（没有思考的放松）我的做法：患者取针灸体位，闭目，鼻子深吸气，嘴巴呼气，慢慢放松全身，慢慢放松太阳穴，不要思考，放松感觉紧张的地方“朋友，你们也可以试试，现在就去感受一下，多做几次，找感觉.也可以看看有关催眠的书，就知道这个原理了。

医者患者都做到心无内慕，当然能随针上下。

值得一提的是《针灸大成-八法神针》里面有一个很好的无痛下针方法。“左捻九而右捻六，此乃无痛下针方法”意思说，左手按在穴位上，向左按转九圈，右按转六圈。这个方法，非常不错，我在临幊上都是这样用。

2

行针

接下来谈谈，我对上乘心法：烧山火和透天凉的认识。

好了现在到这里先，我有时间再打，先把上面的慢慢学好，一定要稳拿这一分先。针灸不可心不在焉的。

在我打下一次时，大家可以看看，我之前发过的<<清朝之前的针灸医案>>里面有一本无极针法，是很难得的一本书，可惜大家没有重视，很遗憾，很心痛。

临幊上用烧山火和透天凉与《针灸大成》为指导方向，并注重一些细节上，以透天凉为例：

试问有没有被吓着的经历，是否还能对那当时的感觉记忆犹新，如果没有那就试想打屁股针时的感觉，当进针时，全身如触电一样，顿时有清凉感，紧接着可能会发热，当针深入时，感觉就不明显了，其中原理我就不进行细说，但由此推论并总结：针刺角度为45度并逆经。其次紧提慢按。钩鱼的朋友都知道，鱼标沉下去，并有一定深度时，就证明鱼上钩了。迅速甩杆（当然也只有钩小鱼的时候才会甩杆）。紧提慢按就是这种意境，慢慢插下去，快速提起来。而两者的幅度不同，如鱼标沉下去不比甩杆的幅度大吧，具体怎么样，要结合实际自己掂量，由于进针的幅度比退针的幅度小，所以由地部开始，才能渐退到天部。

捻提：

在捻针同时加上提针为捻提，用阴法（拇指指向后）一提一捻。提到尽头放松而手不离针，又向前插并微微向前捻；提捻幅度要比插捻的幅度大。将上述方法终合：食指，中指固定，拇指向内向上捻，尽处，拇指向前向下捻。紧提慢按，用阴数。而无论是提插还是捻转均要从小幅度开始，切记勿急功求进。

烧山火则与透天凉反之：食指，中指固定，拇指向前向下捻，尽处，拇指向后向上捻。紧按慢提，用阳数。而两者不同的是烧山火注重捻插，透天凉注重捻提。更值得注意的是其中的一周期的快慢问题。如何产生针下气如脉动？如何感觉针下的气血流动？这个我也说不出，只能意会，指导方向都为：心静：针时，两者能与针上下，手稳：运针有规律。周期的快慢问题，我通常以呼吸频率，秒针频率，心跳频率与针下感来指导。如在秒针上来说，在一秒钟内完成一个捻提与捻插，这个频率同秒针一样有规律，运针一定要柔和，圆润。手法好的人，针灸是一种享受。这个周期的快慢非常重要，即使针法再怎么不好，周期也要有规律，特此再次强调。

上面的是针法，那下面的就是想法了，做事是脖子以下去干的，那控制下面的就是脖子以上的了。

我所推崇的《无极针法》不知道有多少个人看了没有。如果看了的话，那再重看重点的，没看的话，那就从后面看回来。

有个很好的动作值得我们去做，流传了几千年，现在还在有人在用——咒语，有点迷信的说法，是不是这样呢，请听下会分解。

“针邪秘要” “孙真人针十三鬼穴”

咒语在古代中运用较广，医学上也均用于一些疑难杂症上，最广的用于癲，痫，狂等精神疾病，民间则是一些人由于水平有限，认识不高在用时也会借助咒语中的神力帮助驱除疾病。当疾病好转时，会误认为神仙显灵，神灵在保护着他帮助他驱除病魔。我有个亲戚在给人治病时，均会念一下咒，然后拿神符在他面前画符咒，毕时对他说：好了，今后无灾无难，福星高照，稳多点，赚多点之类的好话。刚开始我也不以为然，后来我也对病人这样说时，病人的心态积极了许多，暗淡的神情也能眉开笑容。从而我将一些咒语和好话改进，以起到触类旁通作用。如果用现代的话来解释在医学中运用的话，我认为是属于心里暗示。有积极的一面，也有消极的一面。当一看到咒语就认为是不科学，迷信，封建，这人也未免太老

套了。砒霜是巨毒的，而只要运用得当也能成救人的药，就看你如何用了。

我对这个咒语认识以及运用简述一下，既然咒语是心里暗示，那么也是意念的一种表现。练气功的朋友都知道，大小周天也在其中。我在针灸运用上有两点可用之处：第一，精力集中在针上，也是《针灸大成》里讲的：咒法非《素问》意，但针工念咒则一心在针上。我们可以通过这点来达到两者随针上下。其二，借助神力，让病人能赶快恢复健康。当你在下针时，请你假装“我是吸天地之精华，收日月之光辉，通万物之神灵。任何病经我手，尽心尽力一针治愈。”怀着这种心态去给病人施针时，会有不可思议的效果。这是一点，

接下来是运针时的意念，说白点就是想像，如烧山火，医生针时，要手不离针，而且针一个穴位就用一次。心里默念咒语（具体是什么话，可参考《针灸大成》或自己组织语言）我常用的是针邪秘要里面的：手提金鞭倒骑牛，唱得黄河水倒流，一口吸尽川江水，运动人身血脉流，南斗六星，北斗七星，太上老君急急如律令。因为我是讲白话的，对我来说，这个很顺口，并配合针灸时用的频率，觉得非常顺畅。

在慢提紧按中，紧按时请想像从针身钻出一条火龙。沿着经络传到病所，传到胸腹部，上下游动，热气传遍全身，打通五脏六腑，奇经八脉。

透天凉则是人体的热气不断在从针孔泄出，有一种人就不要这样做啦，练气功的人。就不要浪费这些阳气，通过想像把阳气往丹田收集，很宝贵的，想求也求不来的。紧提慢按中，紧提时想像如针筒把里面的热气抽出来。实在想不出来还有一个好办法，就是拿针去捅气球，不过这是放血时用是最好的。

上面介绍的，我们医生想像就比较好办，而患者不一定会，而且给他们感觉也不好，所以用第二种方法，心里暗示：当使用烧山火时，我会告诉病人，等下会有股热气从针处开始传，具体传到那里你要立刻告诉我，这个至关重要。通过我么一说，病人心里就有个回映“热气”“传导”并很“重要”对重要的事，他们会很用身心去做的，会静静在等候，去感觉针下的一举一动。,如果病所在腹，你可以说，会有股热传到腹部，等等，一般都会循经传导或局部传导。

透天凉道理也是一样，我就不说了，留点你们思考。有一点是重要的，在运用手法时，针不离手，手不离针；大概运针时间是三到十五分钟左右，在针感最明显时出针，或在到达病所时出针。

这是针灸中烧山火的意念，指导规则为：以病因，治法来进行。如果要补的话，就想着补，泻就想着泻，祛邪就要有祛邪的想法。这一点我也不多讲了，自己体会，会比我讲的好上百倍。

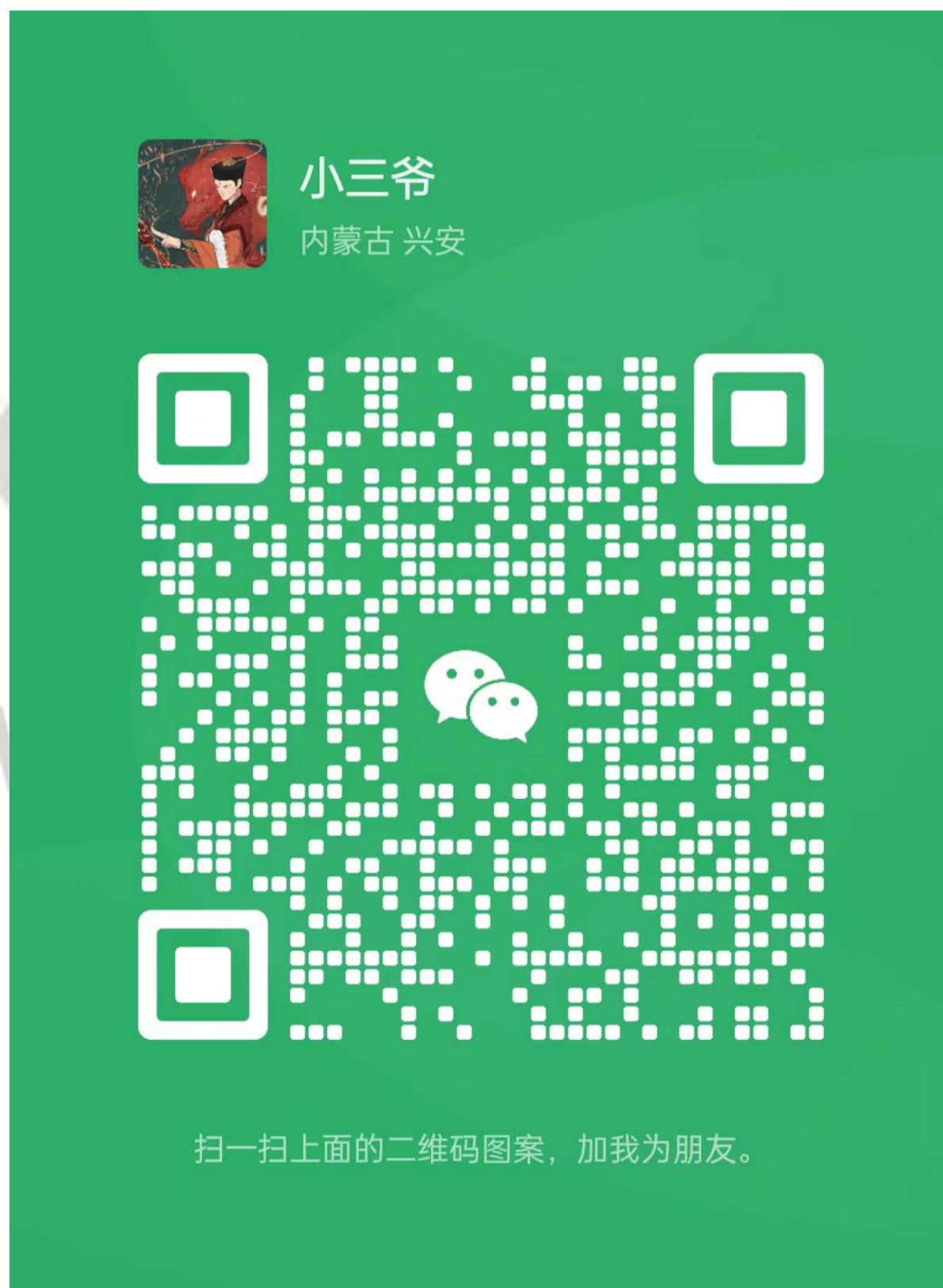
老夫苦等千年终于等到你了love80808you加微信拉你进交流群交流

出针后：

因这个针灸过程都处于放松状态，所以针感在出针后还是会持续一段时间，我都会叫病人还是保持最佳舒服的针灸体位，直到针感消失或减弱时才能走。如果三十分钟后还没有弱下来的话，还有病人要用床位，我就会下逐客令。这是下针后应该做的，如果不这样做，前面所做的都是白费。这也是重要的一点。医嘱问题，应该吃什么，不应该是什么，能做什么，不能做什么等等。

我将针时重点简述一下：放松，手法熟，意念，针后。

学好这几点，一定会对大家有帮助。



love80808you加微信拉你进群相互帮助