

《灵枢》十二经筋分布规律探讨

侯书伟¹ 胡志强² 谭奇文¹

(1 山东中医药大学 山东 250014)

(2 山东中医药大学附属医院 山东 250011)

关键词: 灵枢; 十二经筋; 分布规律

《灵枢》十二经筋(以下简称经筋)是十二经脉的组成部分,经气经经筋、络脉散络于筋肉关节,使人体保持正常的形态和运动功能。经筋的循行分布较复杂,研究其分布规律,有助于对经络的全面认识,且对临床治疗有一定的指导意义。

1 起止、走向

经筋的起点,均位于四肢末端,与十二经脉的远体点基本一致。具体规律是:手足三阴、手三阳经筋与经脉几乎完全一致。唯手太阴经筋“起于大指之上”,而手太阴肺经“出大指之端”;手太阳经筋“起于小指之上”,手太阳小肠经“起于小指之端”,二者有细微差别。足三阳尤其是足阳明经筋与经脉差异稍大。足阳明经筋起于“中三指”,即大趾次趾、中趾、小趾次趾。而足阳明胃经的远体点位于大趾、大趾次趾、中趾。

此外,十二经筋唯此经筋有 3 个起点。余皆为一个起点,与十二经脉相同。但此例外在历代著述中并非绝无仅有。长沙马王堆汉墓出土的《脉书·十一脉》中的齿脉,即手阳明大肠经:“起于次指与大指”,一条经脉出现了两个起点。但此后的《灵枢》修正了《脉书·十一脉》的这种变异,而《灵枢》中足阳明经筋的起点,受到历代的遵从。

十二经脉的远体点有主脉端点、支脉端点与经脉衔接点之分。手足三阴、手三阳经筋的起点均为主脉远体点。其中,手三阳、足三阴经筋的起点既是经脉的起点,亦是其衔接点。手三阴经筋中,唯手少阴经筋起点为经脉衔接点,手太阴、手厥阴经筋起点仅是主脉端点。足三阳经筋变异较大,足阳明、足太阳经筋起点为支脉端点,足少阳经筋起点为主脉远体点。而足三阳经筋中,唯足太阳经筋起点亦为经脉衔接点。

经筋的止点,均位于头面、躯干及胸、腹腔。少数经筋止于一点,如手少阴经筋“下系于脐”,足少阴

经筋“结于枕骨”,足厥阴经筋“结于阴器”。其他经筋止于多处,如足太阳经筋止于肩髃、舌本、鼻、頄、完谷等处。故用“止点”的概念不如“端点”更能确切地表示经筋在头身的分布情况。十二经筋中,以足三阳经筋在头身的端点最多,这与足三阳经筋的循行特点完全一致。

此外,经筋的止点与经脉的近体点不尽一致,甚至“离经叛道”。如足少阴肾经行于内脏,止于舌本,其经筋则“循膂内挟脊,上至项,结于枕骨。”但正是由于经筋分布的复杂性,扩大了经脉的主治范围,对临床治疗有一定指导作用。笔者曾用足少阴肾经的涌泉、太溪穴治疗枕部疼痛,收到良好疗效。再者,经筋的止点不同于起点,用“点”的概念已不能完全概括。因不少止点呈“条”、“束”、“片”状,如足太阴经筋“其内者着于脊”,附着于脊柱上,呈条束状;手厥阴经筋“散胸中,结于贲”,止于膈部,呈片(面)状。

经筋的走向,完全遵循起于四肢末端,走向头身的原则。虽与手三阳、足三阴经脉走向相同,但此相同仅应视为偶合,而与经络理论中的标、本、根、结、根、溜、注、入等理论完全一致。这种一致性与经筋的功能相统一。经气始发于根部、本部(四肢末端),弥漫散布于结、标(头面胸腹)。十二经脉的功能之一是“行气血而营阴阳,濡筋骨,利关节。”这种濡养皮肉筋骨的作用,最后通过经筋的布散才得以体现。经筋止点的条、束、片状,更体现出经气的这种布散情况。

2 循行

经筋是十二经脉散布经气于全身筋肉关节的系统。由于人体运动系统的复杂性,决定了经筋系统的复杂。其循行虽以经脉为纲纪,但其分布远不受经脉拘制,且更为复杂。无论是体表的筋肉关节,还是胸腔、腹腔,凡有筋肉之处,必有经筋之分布。经筋的循行分布有以下特点。

*侯书伟,男,42岁,副教授

2.1 “结”为经筋循行的基本特点

经筋在循行过程中,不断与邻近部位相“结”。这种“边行边结”的方式,使十二经脉之气不断散布于经筋所过之处的筋肉组织、关节骨骼。对“结”字含义的理解,各家不尽一致。有人认为“结”为“结合”,指经筋的聚拢处,为肌腱所在,这种解释有机械之嫌。

笔者认为,应从结构和功能两方面进行理解。其一,“结”不仅是经筋的聚拢之处,亦是经筋密布或散布之处。可以是肌腱所在,亦可是肌束所在。如足少阳经筋“起于小指次指,上结于踝”,此处之“结”是肌腱所在处。但其“……上走髀,前者结于伏兔之上”,则是指股四头肌束。其二,从功能的角度理解,“结”为经筋将十二经脉经气集中布散之处,多为关节、肌腱、肌束(群)所在,亦可是胸中、缺盆、贲等大的部位。唯此,才能全面理解《灵枢》经筋“结”字之旨义。根据经筋循行部位、分布复杂程度等不同,其“结”亦有多寡之异。一般说来,阴经“结”处较少,阳经“结”处较多。

2.2 不入脏腑

经筋在循行过程中未与任何脏腑发生联系,与十二经脉迥异。这是由其功能决定。虽不入脏腑,但不少经筋在循行过程中均进入胸、腹腔,使其循行有内、外行之分。手三阴经筋均进入胸腔:手太阴“……下结胸里,散贯贲,合贲下”;手少阴“……挟乳里,结于胸中;循贲,下系于脐”;手厥阴“……入腋,散胸中,结于贲。”足三阴经筋中,唯足太阴“……循腹里,结于肋,散于胸中。”手、足三阳经筋均行于体表,不入胸、腹腔,体现出“阴主内,阳主外”之含义。

2.3 循行分布复杂

某些经筋的经文描述较经脉繁杂,而多数经筋的实际循行分布亦较经脉复杂。虽然经筋在走行过程中以经脉为纲纪,但远不受其拘制,多超出其分布范围,循行距离亦多较正经为长。如足阳明经筋“直上结于髀枢;上循胁,属脊”,从股骨大转子部,向上经胁部联系脊柱。而足阳明胃经则仅行于胸腹。足三阴、三阳经在循行过程中,基本遵循阴经走阴面(胸、腹部)、阳经行阳面(背、腰部)的原则。唯足阳明例外。该经虽阳气最盛,且多气多血,却循行于人体阴面。而其经筋的循行分布则弥补了正

经循行之不足。

其他经筋如手阳明“上左角,络头,下右颌”;足少阴“循脊内,挟脊,上至项,结于枕骨”;足太阳“其支者,从腋后外廉,结于肩髃”;手少阴“当曲颊入系舌本”等,均超出经脉分布范围。但亦有例外,如足厥阴。足厥阴肝经起于大趾,沿下肢内侧上行,最终与督脉会于巅顶。而其经筋起于大趾后,沿下肢内侧上行,最终仅止于阴器。其循行距离尚不及足厥阴肝经一半。

此外,足阳明胃经“循颊车,上耳前,过客主人,循发际,至额颅。”循行至额颅中部,其经筋则仅“从颊结于耳前”。其他如足太阴脾经上行至舌,其经筋仅循行胸中;手少阴心经上行至目系,其经筋仅“结于胸中”等。比较而言,阳经经筋较经脉复杂,变异较大;阴经经筋相对变异较小。而阳经经筋中,足三阳经筋又明显较手三阳经筋复杂。其中,足阳明经筋起自中三趾、结于跗上后即分为两支。一支沿下肢前外侧上行到髀枢;一支沿下肢前侧上行到阴器,在四肢部即不以经脉为纲纪而“分裂”为两条主干,这在经筋中可谓绝无仅有。

2.4 有主干、旁支之分

经筋循行与十二经脉相似,有主干、旁支之分,但阳经经筋旁支的数量较多,分布较广。十二经脉中,足阳明支脉达4条之多。经筋中,足太阳经筋旁支达6条之多,且明显超出足太阳经脉分布范围。需要注意的是,手、足三阴经筋几无旁支,唯手厥阴有一旁支,而十二经脉皆有支脉。此特点既异于十二经脉,亦明显异于手、足三阳经筋。阳经经筋皆有旁支,总数达15条之多。

2.5 经筋亦相互交会

十二经脉中,除手三阴不与他经相交外,余者皆与他经相交。足少阳更与7条经脉(包括督脉)相交。经筋相互交会较少,仅半数经筋与他经筋相交,多者仅与两条经筋相交。如足阳明经筋“其支者,结于外辅骨,合少阳。”“下结于鼻,上合太阳”;手少阴经筋“上入腋,交太阴”等。此外,有些经筋均循行至某一部位,如“角”、“耳后完骨”、“项”等。循行至项部的更有4条经筋之多:手阳明、足太阳、足少阳经筋“结于项”,足阳明经筋“合于项”。似应认为以上经筋在项部亦相互“交会”。

(收稿日期:1998-02-24)