

试论候气针法治疗不寐的策略

俞 裕 天

(首都医科大学附属北京世纪坛医院针灸科, 北京 100038)

摘要: 候气针法是《黄帝内经》所传针法的精华, 但由于极难掌握, 故已几近失传。文章先论述了候气针法里: 辨“针下气”之要; 邪气、卫气、营气的辨识要点; 补、泻、导的手法要点。后以不寐3案为例, 试述了候气针法治疗不寐的策略。最后提出: 候气针法只能从“定”(或“静”)到“动”中体悟, 方能得其要领; 在不寐的治疗上, 建议在完成调神针法基础方针刺后行候气针法; 细审病因、辨证论治、灵活取穴、候气补泻, 是候气针法治疗不寐策略的细则。

关键词: 黄帝内经; 候气针法; 针下气; 不寐

基金资助: 国家中医药管理局中医临床循证能力建设项目(No.2019XZZX-JB004), 首都医科大学附属北京世纪坛医院青年基金(No.2019-q04, No.2021-q01), 国家自然科学基金项目(No.82104980), 北京市属医院科研培育计划(No.PZ2002005)

Discussion on the strategy of qi-awaiting acupuncture technique for insomnia

YU Yu-tian

(Department of Acupuncture and Moxibustion, Beijing Shijitan Hospital, Capital Medical University, Beijing 100038, China)

Abstract: The qi-awaiting acupuncture technique is the essence of the acupuncture method taught in *Huangdi Neijing*. Because it is extremely difficult to master, it has been almost lost. In this article, the author began with discussions on the main points of the qi-awaiting acupuncture technique: the essentials of distinguishing the qi under acupuncture; the essentials of identifying pathogenic qi, defensive qi, and nutrient qi; the essentials of qi tonifying, qi reducing, and qi guiding. Then, the author took the 3 cases of insomnia as examples and described the strategy of the qi-awaiting acupuncture technique in treating insomnia. The author proposes the qi-awaiting acupuncture technique and believes that the essentials can only be obtained by understanding from ‘fixation’ (or ‘quiet’) to ‘movement’. At the same time, in the treatment of insomnia, it is recommended to perform the qi-awaiting acupuncture technique after completing the basic principles of mind-regulating acupuncture. In addition, careful examination of the etiology, treatment based on syndrome differentiation, flexible acupoint selection, and reinforcing and reducing are the detailed rules of the qi-awaiting acupuncture technique for insomnia.

Key words: *Huangdi Neijing*; Qi-awaiting acupuncture technique; Qi under acupuncture; Insomnia

Funding: Construction Project of TCM Clinical Evidence-based Capacity of National Administration of Traditional Chinese Medicine (No.2019XZZX-JB004), Excellent Youth Foundation of Shijitan Hospital of Capital Medical University (No.2019-q04, No.2021-q01), National Natural Science Foundation of China (No.82104980), Beijing Hospitals Research Cultivation Project (No.PZ2002005)

《黄帝内经》(以下简称《内经》)是中医学的根本经典。针灸学,作为《内经》所述的首要治疗方法,可谓冠于中医学。而笔者认为,候气针法就是这冠顶上的明珠。候气针法属于《内经》所传的针刺基础手法,但由于极难掌握,故已几近失传。检索近几十年

来公开发表的著作得知,论述候气针法的医者着实极少,但这并不能掩其金光。盖因“粗工守形,上工守神”(《灵枢·九针十二原》)。

在候气针法传承者之中,黄建业教授可谓此中翘楚。笔者追随黄教授初步理解了候气针法的

原理、方法、体系,并有了一定的实践,回归临床工作后,对候气针法有了更深的体悟。由于笔者长期从事针灸防治脑病的基础与临床研究工作,故本文将不以不寐3案为例,试述候气针法的治疗学策略,以飨读者,谨望候气针法之传承可以延绵不绝。

辨“针下气”之要

“针下气”的辨识^[1-2],无疑是候气针法的极难之处,故有“针刺容易辨证难,辨证容易取穴难,取穴容易补泻难,补泻容易辨气难”的说法^[3]。《灵枢·九针十二原》曰:“听其动静,知其邪正”,可见“针下气”是需要用“听”来辨别的。如果说脉诊(切诊)是医者通过指端按压寸口(或人迎)来“听”人体的状况,那么辨“针下气”就要求医者通过指端持针来“听”(辨)针下气的正邪和营卫。这其中的精细程度已经远远超过了脉诊,非感觉极度灵敏的医者所不能及,故而极难掌握。

与脉诊相似的是,辨“针下气”也需要医者进入一种“定”(或“静”)的状态去“谛听”。要进入这个状态,我们可以在儒、释、道的经典中找到一些记述:《礼记·大学》曰:“知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑,虑而后能得”。《楞严经》曰:“摄心为戒,因戒生定,因定发慧”。《道德经》曰:“致虚极,守静笃。万物并作,吾以观其复”。此外,这种“定”(或“静”)的状态,也是一种“无我之境”,是摒弃了利欲而与外物无利害对立关系时的境界。总而言之,笔者认为,辨“针下气”非在“定”(或“静”)处下功夫不可,非“定”(或“静”)则不能知其要。

邪气、卫气、营气的辨识要点

“针下气”大体可分为正气和邪气2种,而其中的正气又可细分为卫气和营气2种^[1]。故辨“针下气”,实际上是去感知和区分针下的3种震动波(频率)。

《灵枢·终始》描述:“邪气来也紧而疾,谷气来也徐而和”,这已总论了正气和邪气的特点。

关于邪气,郑魁山曾述:“不要把针下突然紧涩、肌肉缠针和感应一闪即无,时间很短的邪气,误认为经气”^[4]。黄教授指出:“邪气呈单相波出现,一般较指端搏动感稍为有力,混杂在营卫中并行,与郑氏所云‘一闪即无,时间很短’之‘一过性’有相类似的体会(即所谓‘紧而疾’)”^[1]。其中,邪气要与卫气相鉴别,卫气乃水谷之悍气,其气慄悍滑利,往

来流利,疾而不紧。故针下疾而不紧者,未必是邪气来至。

关于卫气,《素问·痹论》曰:“卫者,水谷之悍气也,其气慄悍滑利,不能入于脉也,故循皮肤之中,分肉之间,熏於肓膜,散于胸腹”。黄教授指出:“卫气呈单相波(亦一过性)出现,一般相当于指端搏动感之大小,略似‘滑脉’之状,疾而不紧,滑而不涩,‘如动脉之状’,按‘水下百刻’的规律来流注(见《灵枢·卫气行》)”^[1]。

关于营气,《素问·痹论》曰:“荣者,水谷之精气也,和调于五藏,洒陈于六府,乃能入于脉也,故循脉上下,贯五藏,络六府也”。黄教授指出:“营气呈多相波(连续性)出现,一般较指端搏动感弱,略似‘涩脉’之象,徐和柔匀,不紧不疾,循行于十二经脉,分别旺于十二时辰”^[1]。

补、泻、导的手法要点

“针下气”既明,则可行补、泻、导矣。《灵枢·九针十二原》载:“徐而疾则实(补法),疾而徐则虚(泻法)”。《灵枢·五乱》云:“徐入徐出,谓之导气,补泻无形,谓之同精”。故候气针法的手法主要就是补、泻、导3种^[1-2]。①补法:即所谓“徐而疾”,就是慢入快出,入针后,从浅层取正气,由浅渐而入深,令正气充实。补后,患者可有“针下热”的感觉,自觉温暖,若有所得,精神倍增。②泻法:即所谓“疾而徐”,就是快入慢出,即快速入针至深层,从深层候得邪气之时,急令虚之(缓提慢出)。泻后,患者可有“针下凉”的感觉,自觉病痛若失,身心畅快。③导法:又称“导气同精”,就是当候得正气之时,徐入徐出,以导其气。如候邪气微,可导中带泻;如候正气虚,可导中带补。导后,患者可自觉有“凉”或“热”气到达病所,局部或全身感觉轻快。

笔者常感叹《灵枢·九针十二原》所述之妙:“刺之微,在速迟。粗守关,上守机,机之动,不离其空,空中之机,清静而微。其来不可逢,其往不可追。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。粗之暗乎,妙哉工独有之”。故笔者认为,虽然,辨“针下气”需要在“定”(或“静”)中进行,然而,由于气的来复极快,故而候气针法更需要“见机行事”。医者对患者行候气针法之时,由“静”而“动”,要求医者有极高的反应速度,此非粗工能及,真乃妙工独有。

候气针法治疗不寐3案

利用候气针法治疗不寐,前人早有报道,疗效是值得肯定的^[5]。在临床上,笔者对不寐的治疗较有心得,总结了一套以调神针法为主的穴组,疗效优异,治疗不寐的调神针法基础方:①头部穴组:四神聪、神庭、本神(双)、印堂、阳白(双)、安眠(双);②上肢穴组:合谷(双)、内关(双)、神门(双);③下肢穴组:太冲(双)、申脉(双)、照海(双)、三阴交(双)、足三里(双)、失眠(双)。由于本文主要讨论候气针法治疗不寐的策略,故此方之方义则不一赘述。在治疗上,笔者常在此方的基础上,遵黄教授教诲:辨证取穴,候气施针,取得了令患者满意的疗效,故下以3案为例,试论其策。

1. 补法案 患者某,女,37岁,教师。因目睹严重交通事故,受到惊吓,后出现不寐,纳少,乏力,惊恐,心慌,精神不振,腰膝酸软,畏寒怕冷。舌淡,苔薄白。寸口脉沉弱,左关稍弦,双尺弱甚。寸口脉小于人迎脉。《灵枢·经脉》云:“肾足少阴之脉……气不足则善恐,心惕惕如人将捕之……盛者,寸口大再倍于人迎,虚者,寸口反小于人迎也”。《素问·阴阳应象大论》云:“恐伤肾”。《灵枢·本神》云:“肝气虚则恐,实则怒”。故患者病在肝肾,尤以肾虚为甚,当以补肾为主治之。在调神针法基础方针刺结束后,针刺患者足太阴肾经之原穴——太溪穴。当候得针下“徐而和”之营气之时,徐入徐出,导之,患者自觉有“气”沿下肢内侧往上传导;当候得针下“滑疾”之卫气之时,即补之,患者自觉小腿较胀,脊柱有微热。复候卫气补之数次,患者自觉惊恐和心慌之感骤减,心胸感觉温暖,面色变得红润,精神状态好转。后再以温胆汤为主辅以补肝肾药物善后。隔日再诊,患者言睡眠明显改善,各种症状均有所好转,惊恐感觉消失,自言得“神清气爽”之感。

2. 泻法案 患者某,男,21岁,大学生。患者家庭条件极佳,因丧母后,其父在短时间内再娶,遂感愤懑,出现不寐,胸胁满闷胀痛,急躁易怒,善太息,口苦,偶有头痛。舌红苔薄微黄,脉弦稍数。《灵枢·经脉》云:“胆足少阳之脉……是动则病口苦,善太息,心胁痛……头痛……胸、胁、肋、髀、膝外至胫、绝骨、外踝前及诸节皆痛”,患者证在足少阳胆经,治宜泻少阳相火,又足少阳胆经与手少阳三焦经相交,故治又宜宣通三焦而疏肝解郁,再遵黄教授

经验:虚火梦多取支沟,且《标幽赋》云:“胁疼肋痛针飞虎(支沟)”^[6],故候气针法当穴取手少阳三焦经之支沟穴而泻其邪气。在调神针法基础方针刺结束后,针刺患者支沟穴,当候的针下“紧而疾”的邪气之时,即泻之(缓提慢出),反复泻邪5次后,患者当场哭泣,自觉上肢微凉,且胸胁满闷之感迅速缓解。后再以四逆散加减善后。次日再诊,患者言针刺当日下午补眠超过4 h,夜里仍可安稳入睡,愤懑之感明显减退。

3. 导法案 患者某,女,49岁,公司职员。患者无明显诱因出现不寐,情绪渐较前低落,喜怒无常,偶有心慌、盗汗,已持续2月余。近半年来,月经情况不太稳定,时断时续,每次仅1~2 d,常有血块。舌淡紫苔薄白,脉弦,双尺稍弱。《素问·上古天真论》云:“女子……七七,任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也”。患者已进入更年期状态,故其总病机为阴阳失调。《灵枢·根结》云:“用针之要,在于调阴与阳”。《奇经八脉考》云:“阳跷者,足太阳之别脉,其脉起于跟中,出于外踝下足太阳申脉穴……阴跷者,足少阴之别脉,其脉起于跟中足少阴然谷穴之后,同足少阴循内踝下照海穴”,《灵枢·寒热病》云:“阳气盛则瞋目,阴气盛则瞑目”。因此,阳跷脉与阴跷脉,司眼之开合,主睡眠与觉醒,而申脉穴与照海穴则是治疗不寐之要穴。在调神针法基础方针刺结束后,在已针刺的申脉穴与照海穴上,候得针下无邪气之时,行导法:徐入照海则徐出申脉,徐入申脉则徐出照海,此手法左右手同时进行,重复导数次,患者自觉双下肢微有温热之感,当场感觉精神状态有所改善。后再以小柴胡汤加减善后。次日再诊,患者诉睡眠、情绪、躯体症状均得到明显的改善。

小结

候气针法的本质就是《内经》所传之针刺手法,同时也是其中最难掌握的精要。候气针法的关键难点在于辨“针下气”;而笔者提出辨“针下气”之要,在于医者必须进入“定”(或“静”)的状态,才能有效辨别针下的邪气、卫气、营气。至于补、泻、导的手法,则是在辨得气的性质之后进行的,遵循的是徐疾之法,这种手法也是《内经》所记述补泻之根本手法。由于气的来复速度极快,因此,候气针法要求医者能做到:静若处子般候气,动如脱兔般补泻。

临证之时,笔者常遵黄教授之言:“审因分经辨证论治、独取一穴、候气补泻”^[6],但又不拘泥于此。在治疗不寐上,笔者常在调神针法基础方针刺结束之后,才开始行候气针法:一方面,调神针法基础方治疗不寐已能取得较好的疗效;另一方面,在此基础上行候气针法对不寐则能起到极强的增效作用。这样才能更令患者信服。此外,取穴与手法之要,在于辨证与经验,也要求如黄教授所言:抓主要矛盾和抓矛盾的主要方面^[6]。以笔者所举案例来看,泻支沟、导申脉照海,均为治疗不寐之验方^[5,7];而补太溪则是辨证论治的结果。黄教授也强调过审因的重要性,故不寐是果,而细审其因才是辨证论治的关键。

总之,笔者认为:①候气针法只能从“定”(或“静”)到“动”中去细细体悟,方能得要领;②在不寐的治疗方面,建议在完成调神针法基础方针刺后行候气针法;③细审病因、辨证论治、灵

活取穴、候气补泻,是候气针法治疗不寐策略的细则。

参 考 文 献

- [1] 黄建业.试论“针下气”.中国针灸,1983,3(2):36-38
- [2] 黄建业.再论“针下气”——候气针刺补泻的“度”.中国针灸,2001,21(6):359-361
- [3] 伍玉文,王玉妹,邹楚冰,等.赖新生论“针下辨气”.四川中医,2018,36(4):22-24
- [4] 郑魁山.介绍几种临床常用的针刺手法.中医杂志,1963(2):13-18
- [5] 何洪洲,邹小凤,冯淑兰.候气针灸法结合中药治疗阴虚火旺型不寐80例临床观察.新中医,2012,44(10):91-92
- [6] 黄建业.候气针法——《内经》针灸补泻法.中国针灸学会与大韩针灸师协会缔结姊妹学会十周年暨全国针灸新疗法新技术现场演示和疑难病症针灸治疗经验交流会,2002
- [7] 王世广.针刺照海申脉为主治疗不寐症临床观察.中国针灸,2005,25(11):771-772

(收稿日期:2021年4月14日)

• 临证经验 •

“经络别通”取穴法治疗痛症临床应用

王东¹, 罗延红², 任柯昊², 殷克敬²

(¹陕西中医药大学医学科研实验中心, 咸阳 712046; ²陕西中医药大学第二附属医院, 咸阳 712046)

摘要:“经络别通”取穴法是殷克敬教授依据《黄帝内经》的“开、阖、枢”理论,融合《黄帝内经》标本根结和六经辨证法理论,结合自己多年临床实践经验创立的一种独特取穴方法。此法通过“查经”“辨证”“取穴”三步选取穴位,毫针直刺,行补泻手法治疗痛症。其特点是取穴少而精,效果显著,值得临床推广应用。文章通过对经络理论机制的解析,从而解释了“经络别通”取穴法在治疗痛症中的作用原理。并且通过2个病案进一步阐释了其在临床上对痛症的治疗效果。

关键词: 经络别通; 针刺取穴; 痛症; 特点; 应用

基金资助: 国家自然科学基金项目(No.81674088), 陕西省中医药管理局课题(No.2019-ZZ-JC023), 陕西省重点研发计划项目(No.2021SF-361)

Clinical application of acupoint selection method of ‘relationship of meridians and collaterals’ in the treatment of pain

WANG Dong¹, LUO Yan-hong², REN Ke-hao², YIN Ke-jing²

(¹Medical Research & Experiment Center, Shaanxi University of Chinese Medicine, Xianyang 712046, China;

²The Second Affiliated Hospital of Shaanxi University of Chinese Medicine, Xianyang 712046, China)

Abstract: The ‘relationship of meridians and collaterals’ acupoint selection method is a unique acupoint selection method founded by professor YIN Ke-jing. This method refers to the theory of ‘opening, closing and pivoting’ in *Huangdi*

通信作者: 殷克敬, 陕西省咸阳市秦都区渭阳西路陕西中医药大学第二附属医院, 邮编: 712046, E-mail: yinkejingwd@126.com