

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2019.06.001

学术探讨

由“凡刺之”浅谈《黄帝内经》的刺法思想

宋军, 纪智, 胡志明, 袁静云, 王紫娟, 李昇洙, 张跃, 刘清国*

(北京中医药大学针灸推拿学院, 北京市朝阳区北三环东路 11 号, 100029)

[摘要] “凡刺之”一词在《黄帝内经》中出现 15 次, 其中《素问》出现 4 次, 《灵枢》出现 11 次。凡, 有凡是、一切之意。“凡刺之”后接的名词分别是“理”“法”“道”“方”“术”“真”“要”“属”“禁”“害”, 这些条文论述的均是与针刺治疗密切相关的纲领提要性内容, 散见于各篇之中。试对这些条文进行分类总结, 使之条理化、系统化, 并逐一进行分析, 探求其内涵, 以揭示《黄帝内经》的刺法治疗思想, 为针刺治疗提供指导和理论依据。

[关键词] 黄帝内经; 刺法; 凡刺之; 治神; 调气

“凡刺之针, 必先治神”出自《素问·宝命全形论篇》, 是针刺最主要的治疗原则。我们在研读《黄帝内经》过程中, 注意到在很多篇章之中都出现了类似的句式, 如“凡刺之法”“凡刺之道”“凡刺之要”“凡刺之理”“凡刺之禁”等。“凡刺之”在《素问》中出现了 4 次, 在《灵枢》中出现了 11 次。《说文解字》释“凡, 最括也”; 《广雅》曰“凡, 皆也”, 有凡是、一切之意。“凡刺之”相关的经文是对刺法的理论纲领性、总括性的论述。我们试对与“凡刺之”相关的条文进行梳理、分析, 探求其内涵, 以期揭示《黄帝内经》的刺法思想, 为针刺治疗提供理论依据。

1 刺要治神

1.1 “凡刺之真, 必先治神”

《素问·宝命全形论篇》曰“凡刺之真, 必先治神, 五脏已定, 九候已备, 后乃存针, 众脉不见, 众凶无闻, 外内相得, 无以形先, 可玩往来, 乃施于人。”王冰将“凡刺之真”解释为“刺之真要”, 认为针刺的真谛要义在于“治神”。人之“神”有广义和狭义之分, 广义的“神”指整个人体生命活动的外在表现, 狭义的“神”指人的精神意识思维活动等^[1]。王冰释“治神”为“专其精神, 迄无动乱”, 即认为此处神为狭义之神, 指

对医者精神的调摄, 医者在针刺时当专心致志, 用心操作, 精神高度集中, 要做到“如临深渊, 手如握虎, 神无营于众物”, “神在秋毫”。针刺时还要密切关注患者的反应, 即所谓“必在悬阳及与两卫, 神属勿去”。

《素问·宝命全形论篇》又言“针有悬布天下者五, 一曰治神, 二曰知养身, 三曰知毒药为真, 四曰制砭石大小, 五曰知腑脏血气之诊。”该五条原则非常重要, 是需要习针者共知的, 因此, 需要“悬布天下”。张介宾认为, 此处之“治神”既指治医者之神, 也指治病者之神, 曰“医必以神, 乃见无形; 病必以神, 血气乃行, 故针以‘治神’为首务”。

安静的治疗环境是治神必要的条件, 医者应“深居静处, 占神往来, 闭户塞牖, 魂魄不散, 专意一神, 精气不分, 毋闻人声, 以收其精, 必一其神, 气至乃休”(《灵枢·终始》)。医患之间的目光交流, 信息传递, 是治病者之神的另一个重要环节, 医生眼神的沉稳自信, 这种信息传递到患者目中, 患者会建立对医生的充分信任, 同时也充分放松并配合治疗, 这也是现代临床心理学的一部分, 故《素问·针解篇》曰“必正其神, 欲瞻病人目制其神, 令气易行也”。

1.2 “凡刺之法, 必先本于神”

“凡刺之法, 必先本于神”, 语出《灵枢·本神》, 言针刺必须以神为本。本篇主要论述了五脏功能与精神活动的关系^[2], 本篇之神是指五脏神,

基金项目: 国家自然科学基金(81373727 81574069 81774713); 北京市自然科学基金(7162121)

* 通讯作者: liuqingguo999@vip.sina.com

神、魂、魄、意、志分别藏于五脏，是五脏神气变化的外在表现。人的血、脉、营、气、精之神也为五脏所藏，五脏精气失藏则神无所主。血神表现为皮肤光彩照人，藏而不露；脉神表现为脉跳冲和，缓急均匀；营神表现为胃能受纳，脾能运化；气神表现为呼吸和缓均匀，皮肤光泽，腠理通畅，毛发滋润；精神表现为精液正常，月经按时，性欲适中，妊娠如期^{[3]90}。察五脏之神和血脉营气精之神可知五脏的盛衰，故《灵枢·本神》又曰“是故用针者，察观病人之态，以知精、神、魂、魄之存亡得失之意，五者（藏）以（已）伤，针不可以治之也”。《素问·移精变气论篇》曰“得神者昌，失神者亡。”故以神为本，是对人体和疾病的整体认识和把控，是为针灸治疗的依据和前提，针刺治疗之前必须全面了解患者的精神状态，才能根据具体情况有选择地施以治疗^[4]。

2 刺要调气

2.1 “凡刺之道，气调而止”

《灵枢·终始》曰“凡刺之道，气调而止，补阴泻阳，音气益彰，耳目聪明，反此者血气不行。”针刺欲达到的结果是“气调”，当气调之后即可出针，针刺治疗可以结束。《灵枢·小针解》曰“气至而去之者，言补泻气调而去之也。”何为“气调”？“气调”之后的表现可以是患者声音变得宏亮，耳聪目明。《素问·三部九候论篇》为其界定了更加客观的标准，曰“无问其数，以平为期”，即脉象平和了也就是“气调”了。另外，脉象上要达到补法后脉象更加有力，而使用泻法后脉象更加虚软，即“补则益实，泻则益虚”。

气调是通过针刺对经气的调整实现的。《灵枢·刺节真邪》曰“用针之类，在于调气。气积于胃，以通营卫，各行其道。宗气留于海，其下注于气街，其上者走于息道。”所谓调气，是以针刺的方法来调整人体气机的方法，调的是营卫之气和宗气。在明确气的失衡后，通过补虚泻实于相关经穴及以上调下，以左调右，对气进行调节，从而达到气调，正如《素问·三部九候论篇》所言“必先度其形之肥瘦，知气之所至，而守其门户，明于调气，补泻所在，徐疾之意，所取之处”。

2.2 “凡刺之属，三刺至谷气”

《灵枢·终始》曰“凡刺之属，三刺至谷气，……所谓谷气至者，已补而实，已泻而虚。”“属”为“主”之音转，“要”义^[5]。张介宾称“谷气”为“正气，或神气”；张志聪认为，“谷气是经脉之气

也”。《灵枢·官针》将三刺法描述为是一种由浅入深的分层刺法，浅刺驱阳邪，中层刺驱阴邪，刺到最深的“分肉间”则谷气出。可见，《黄帝内经》在强调凡虚实之症的针刺时，均需要熟练掌握浅深补泻刺法；同时强调出针的时机是在“谷气至”之时；补泻成功与否要以脉象的变实和变虚为指征，即“已补而实，已泻而虚”。

3 刺依经脉

3.1 “凡刺之理，经脉为始”

“凡刺之理，经脉为始”出自《灵枢·禁服》和《灵枢·经脉》。“理，道理，规矩”^{[6]322}；始，本义为开头、开始，也有根本、本源之意。该条文是指凡是针刺，首先要了解经脉，或言要以经脉为根本。“经脉者，内属于脏腑，外络于肢节”（《灵枢·海论》），十二经脉可以沟通身体的上下内外，“行血气，营阴阳，濡筋骨，利关节”（《灵枢·本脏》）。经络系统是针灸施治的部位，针刺正是通过对经络气血的调整产生治疗效果的。《灵枢·经脉》曰“经脉者，所以能决生死，处百病，调虚实，不可不通也。”熟悉经脉之起始，掌握经脉循行的规律，了解经脉的长短和气血的盛衰及其与五脏六腑的关系，了解卫气致病的规律，这些都是针刺治疗最基本的知识，只有掌握了这些，才能有的放矢地调整经络，补虚泻实，调血气，通经络，从而达到气调的目的。

3.2 “凡刺之道，必通十二经脉之所始”

《玉篇》曰“道，理也。”《灵枢·本输》曰“凡刺之道，必通十二经络之所终始，络脉之所别处，五输之所留，六腑之所与合，四时之所出入，五脏之所溜处，阔数之度，浅深之状，高下所至。”穴，又称为“节”，是“气血游行出入”之处，人体的“五俞穴”和“下合穴”等穴位为人体气血的出入流经会合的部位；十二经脉运行气血，人体的气血在四季有盛衰的不同，经脉的分布也有浅深不同，气血在头面四肢的分布各异。针刺者必须通晓这些理论，才能准确把握气血的盛衰，准确施针。

3.3 “凡刺之道，毕于终始”

《灵枢·终始》曰“凡刺之道，毕于终始，明知终始，五脏为纪，阴阳定矣。”《尔雅》曰：“毕，尽也”；“尽，全部”^{[6]264}。此句是说针刺的法则，全部详尽地写在“终始篇”之中了。“终始”原指经脉气血运行的起止，本篇对三阴三阳脏腑经脉生理、病理进行了论述，较详细地论述了

经脉病变的辨证刺治原则，并且也是施针者自始至终所必须掌握的知识^[7]，是针刺法在操作层面上的精华总结，也是针刺法的终极篇^[8]。

4 刺察天时

《素问·八正神明论篇》曰“凡刺之法，必候日月星辰，四时八正之气，气定乃刺之。”天有寒温，月有圆缺，人与自然相应，人之血气也随之有盛衰的不同。天寒之气血易凝，天温易行；月满则血气实，月缺则经络虚。针刺治疗要“得时而调”，“天寒无刺，天温无疑。月生无泻，月满无补，月郭空无治”，反之则会导致“脏虚”“重实”和“乱经”。针刺治疗主要是通过调血气起作用的，而人之血气受天时影响，故凡刺当必察天时，“因天时而调血气”。

5 刺先识病

5.1 “凡刺之方，必别阴阳”

《素问·标本病传篇》曰“凡刺之方，必别阴阳，前后相应，逆从得施，标本相移。”“方”有方法、计策、技巧之意，意指凡是应用刺法治疗，必须辨明疾病属阴属阳、病位在前在后及其相互关系，选择或逆治或从治，同时分清疾病的标与本^[9]。该篇例举了有九种病应该治本，有三种病应该治标，有两种病应该标本兼治，并总结说“知标本者，万举万当”，“不知标本，是谓妄行”，强调了刺法治疗前要先分析病情，明确病症的标与本及其出现的先与后，才能施以治疗。

5.2 “凡刺之数，先视其经脉”

《素问·缪刺论篇》曰“凡刺之数，先视其经脉，切而从之，审其虚实而调之。不调者，经刺之。有痛者而经不病者，缪刺之。因视其皮部有血络者，尽取之，此缪刺之数也。”杨上善曰：“‘数’，法也”，即“规律、道理”之意^{[6]545}。此处是强调针刺前要先进行经脉诊察，确定病变所在部位和性质，然后再进行相应的针刺治疗。经有病刺其经，若经无病，邪在络脉，当用左病右取或右病左取缪刺法。该篇首言“夫邪之客于形也，必先舍于皮毛，留而不去，入舍于孙脉，留而不去，入舍于络脉，留而不去，入舍于经脉，内连五脏，散于肠胃，阴阳俱感，五脏乃伤，此邪之从皮毛而入，极于五脏之次也”，指出了邪气侵袭，会伤及人体不同的深浅部位、组织器官，同一病变部位也有寒热虚实性质之不同。经络、腧穴有反映病症的作用，因此，针刺之前当察其经脉状况，再予以相应治疗。《黄帝内经》中有多篇对此进行了强调，

如《灵枢·九针十二原》曰“凡将用针，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治也”；《灵枢·经水》曰“审切循扪按，视其寒温盛衰而调之，是谓因适而为之真也”。

5.3 “凡刺之法，必先察其形气”

《灵枢·终始》曰“凡刺之法，必察其形气。”形气指形肉和血气。张志聪曰“此言针刺之法，必察其病者之形气，占其精神，而后乃行针也。”《灵枢·九针十二原》云“睹其色，察其目，知其散复。一其形，听其动静，知其邪正”，也是说针刺之前需要对患者进行望、闻、问、切之诊察，根据诊察结果进行相应的针刺治疗，即如《灵枢·经水》所言“审切循扪按，视其寒温盛衰而调之，是谓因适而为之真也”。察形气不仅可以察人体的状态，还可以对疾病的预后做出准确的判断，《素问·玉机真脏论篇》曰“形气相得，谓之可治；色泽以淫，谓之易已；形气相失，谓之难治；色夭不泽，谓之难已”。《素问·三部九候论篇》曰“形肉已脱，九候虽调，犹死。”同言凡刺之法，《灵枢》中既强调“必先本于神”，又强调“必先察其形气”，体现了《黄帝内经》的形神观为“重神而不轻形”“神形并重”^[10]。

6 刺用官针

《灵枢·官针》曰“凡刺之要，官针最妙。九针之宜，各有所为。长短大小，各有所施，不得其用，病弗能移。”张介宾曰“官者，法也，公也。制有法而公于人，故曰官针。”官，法定之意。官针主要指九针的法定治疗范围和针刺方法，是以法定的形式给予承认的^{[3]77}。疾病有虚实、寒热、深浅的不同，官针中有形状、长短、作用各不相同的针具及各类形体刺法、经穴刺法，可根据病情“各任其所为”，以疏通经络、扶正祛邪、调和阴阳。

7 刺有禁害

7.1 凡刺之禁

《灵枢·终始》明确指出了施用针刺有禁忌，曰“凡刺之禁，新内勿刺，已刺勿内；已醉勿刺，已刺勿醉；新怒勿刺，已刺勿怒；新劳勿刺，已刺勿劳；已饱勿刺，已刺勿饱；已饥勿刺，已刺勿饥；已渴勿刺，已刺勿渴。”另外还指出，受过惊吓之人，须待情绪安定才能针刺；远途坐车来的，需要卧床休息约一顿饭的时间才能针刺；步行来的人，需要休息约行十里路的时间后才能针刺。之所以规定这些针刺禁忌，是因为以上情形会造成气的紊乱和耗散，若不顾及这些禁忌而妄加针刺，则不

仅不会取得好的治疗效果,还会对患者造成损害。因此,针灸治疗需要把握正确的时机,避免在会产生经气逆乱的情况下进行,针刺后要注意调摄以顾护正气。

7.2 凡刺之害

针刺的精髓在于“调气”,“气至”方能有效,“气至”的快慢决定了起效的快慢,决定了留针时间的长短,故《灵枢·九针十二原》曰“刺之而气不至,无问其数;刺之而气至,乃去之,勿复针”。“气至”则效,即可出针。但如果不能很好地掌握这个原则,则会出现《灵枢·寒热病》所说的“凡刺之害,中而不去则精泄,不中而去则致气,精泄则病,甚而恒,致气则生为痛疽也”。“气至”中病不拔针,反而留针,则导致精气耗散;未“气至”却拔针,则会导致邪气凝聚。精气泄则病,甚至加重病情;邪气凝聚则生痛疡之疾。因此,出针时机当以“气至”为准则。

8 小结

古人著书惜墨如金,《黄帝内经》用同一体例多次强调“凡刺之”,其中必有深刻的寓义。通过对文献的梳理,发现“凡刺之”后接的名词共有 10 个,分别是“理”“法”“道”“方”“术”“真”“要”“属”“禁”“害”,这些条文论述了针刺要遵循治神守气的治疗原则。针刺治疗的理论依据是经脉理论,针刺前要通过经络的诊察以明确病位、病性,根据不同的病情选择不同的针具和施术方法,针刺治疗要依天时、把握进针和出针时机,以气调为治疗目的。以上内容是《黄帝内经》针刺治疗的最重要的理论纲要和实践指南,对于针刺临床具有纲领性的指导价值。

当代针灸在治疗上仍主要遵循《黄帝内经》之旨,但对《黄帝内经》中的刺法思想和技术却

继承不够,如对于“气调而止”这一原则,未予完成遵循,也未以脉象“补则益实,泻则益虚”的变化作为判定气调的标准;对于“中而不去则精泄,不中而去则致气”的留针时机掌控不当,而是大多留针 30 min 为宜^[11];对于针刺时机,则认为“今人对于天时禁忌应灵活变通,不必拘泥于古人所论而盲目相天时而施术”^[11]。此外,对于针具的使用大多还是以毫针为主,兼用三棱针、皮内针、火针等针具,九针之中的其他针具使用不多,限制了针灸的治疗范围。因此,温习《黄帝内经》刺法理论,针灸治疗谨遵经旨,实属必要。

参考文献

- [1] 郑洪新. 中医学基础[M]. 2 版. 北京: 科学出版社, 2017: 29.
- [2] 张树剑, 赵京生. 古代“神”的观念与《内经》“神”相关概念的关系探讨[J]. 中国中医基础医学杂志 2010, 16 (3): 182-183, 185.
- [3] 彭荣琛. 灵枢解难[M]. 北京: 人民卫生出版社 2013.
- [4] 河北医学院. 灵枢经校释[M]. 2 版. 北京: 人民卫生出版社 2009: 138.
- [5] 周海平, 申洪视. 《黄帝内经》考证新释[M]. 北京: 中医古籍出版社 2016: 479.
- [6] 翰林辞书编写组. 古汉语大辞典[M]. 南昌: 江西教育出版社 2014.
- [7] 张登本, 孙理军. 全注全译黄帝内经[M]. 2 版. 北京: 新世界出版社 2018: 62.
- [8] 邢汝雯. 黄帝内经: 灵枢篇[M]. 武汉: 华中科技大学出版社 2017: 65.
- [9] 素问[M]. 何文彬, 谭一松, 主编. 北京: 中国医药科技出版社 1998: 345.
- [10] 朱玲, 杨峰. 《黄帝内经》针刺“治神”辨析[J]. 中国中医基础医学杂志 2015, 21 (5): 565-567.
- [11] 贾春生, 冯淑兰. 针灸学[M]. 北京: 科学出版社 2017: 133.

Needling Methods in Inner Canon of Yellow Emperor: Based on the Term “Fancizhi” (凡刺之)

SONG Jun, JI Zhi, HU Zhiming, YUAN Jingyun, WANG Zijuan, LEE Seungsu, ZHANG Yue, LIU Qingguo (College of Acupuncture-Moxibustion and Tuina, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

ABSTRACT There are 15 times of occurrence of the term “Fancizhi” (all of the needling) in the Chinese medicine classic *Inner Canon of Yellow Emperor*, in which there are 4 times in *Suwen* (Plain Questions) and 11 times in *Ling-shu* (Spiritual Pivot) separately. The word “fan” means “all” in the term above, and the proclitic words of the term in the whole book are “li” (theory), “fa” (principle), “dao” (way), “fang” (method), “shu” (means), “zhen” (truth), “yao” (key), “zhu” (concern), “jin” (prohibition), and “hai” (harm), which are of great importance and separated in the contents about acupuncture in *Inner Canon of Yellow Emperor*. To recognize the theories about acupuncture in it, this study has categorized the related contexts and analyzed them in sequence, in order to provide theoretical guidance for the clinical application of acupuncture.

Keywords *Inner Canon of Yellow Emperor*; acupuncture method; Fancizhi; governing spirit; regulating qi

(收稿日期: 2018-10-28; 修回日期: 2018-12-05)

[编辑: 黄健]