

# 基于气机升降理论探讨子午流注纳子法临床意义<sup>\*</sup>

陈丽英<sup>\*\*</sup> 沈贵亮 徐溶慧 李青 徐瑰翎

(商洛市中心医院, 陕西 商洛 726000)

**摘要:**气机升降出入的正常运行是人体各个脏腑组织器官功能活动正常发挥的根本保证。通过梳理气机升降理论学说的发展、内涵、脏腑生理病理机制,探讨运用“子午流注纳子法”思路进行脏腑、经络气机调理而达到调理各脏腑气机、平衡阴阳的临床意义。

**关键词:**气机升降理论;脏腑学说;中医药疗法;针灸;新子午流注纳子法

**中图分类号:**R22 **文献标识码:**A **文章编号:**2096-1340(2022)02-0044-05

**DOI:**10.13424/j.cnki.jsctcm.2022.02.010

从《内经》开始,中国古代医家就认识到天人相应,天地之气运行变化与人体气机运行的统一性。在随后的两千多年中医发展历程中,历代医家逐渐认识到气机升降出入运动在人体生命活动中的决定作用。从脏腑辨证、六经辨证、气血津液辨证、三焦辨证等多方面全方位辨证思路来看,不管疾病的病因、病位、病性、病机如何,都可以将疾病的发病机制统归于各脏腑、经络、器官、组织的气机升降失常。可见气机升降出入理论包含了中医学的两大特征,即辨证论治和整体观念。

基于气机升降理论普遍适用性的启发,我们在临床中反复思考、学习、总结和探究,萌发出运用古人“子午流注纳子法”特异性经穴治疗思路来调整脏腑、经络气机,恢复脏腑、经络等器官的生理功能,从而达到“疏其血气,令其调达,而致和平”(《素问·至真要大论》)的愈病目的。下面将从气机升降理论学说的发展、内涵、生理、病理机制来探讨运用“子午流注纳子法”思路进行脏腑、经络气机调理而达到防病、疗病、愈病的临床感悟。

## 1 气和气机的概念

中医理论认为人体的气有两层含义,一是指气是人体内不断运动活力很强的精微物质,是存在于人体内极其细微的基本物质;二是指气是维

持人体脏腑、经络、组织、气血生理功能的原动力。而气机就是气的运动变化,即气的升降出入运动;气化是气的运动及其产生的各种变化。气就是在其不断运动中才能体现其存在,气运行到五脏、六腑、经络各处,就会激发各个组织器官本有的使命,使其发挥各自的生理功能,推动体内气血津液的转化输布和运行。总之,人体的气消散了,气机运动和气化功能停止了,生命也就消失了。

## 2 气机学说的沿革

气机学说最早来源于《内经》提出的自然升降现象。《素问·五运行大论》曰:“言天地者,万物之上下也,左右者,阴阳之道路。”《素问·六微旨大论》曰:“升已而降,降者为天;降已而升,升者为地。天气下降,气流于地;地气上升,气腾于天。故高下相召,升降相因,而变作矣……。”发展到宋代,《圣济总录》提到了“气机”二字。《圣济总录·卷四·治法·导引》云“一气盈虚,与时消息,万物壮老,由气盛衰。……盖斡旋气机,周流荣卫……升降无碍……身体轻强。”元代朱丹溪明确谈到气的“升降”二字。他在《局方发挥》中指出“夫周流于人之一身以为生者,气也。阳往则阴来,阴往则阳来,一升一降,无有穷已。”又云“上升之气,自肝而出,中挟相火。”清代、民国时期“气机”学说盛行。清代名医黄元御就是气机理论的

<sup>\*</sup> 基金项目:陕西省中医药管理局中医药科研课题(YSMS003)

<sup>\*\*</sup> 作者简介:陈丽英,硕士,主任医师,研究方向:中医脾胃病、心脑血管病。E-mail:liyincheng1996@163.com

代表,在其《四圣心源》一书中,以“中气升降”为中心,提出脏腑气机的圆运动学说。他说“一气混茫,气含阴阳,则有清浊,清则浮升,浊则沉降……清浊之间,是谓中气。中气者,阴阳升降之枢轴<sup>[1]</sup>。”华岫云<sup>[2]</sup>、顾松园<sup>[3]</sup>、周学海<sup>[4]</sup>都对气机学说进行研究,认为升降出入为病机之要领,是百病的纲领。叶天士创立的卫气营血辨证中的气分证就指的是病邪入里影响气机运动而生的变证,王孟英医案里也有“气机流行不通”“气机窒塞”<sup>[5]</sup>等记录。当今孙奎勇等认为天地宇宙为气化之球,脾胃为球心,是气机升降枢纽<sup>[6]</sup>。总之,在中医发展进程中,各代医家均从不同的角度阐述了对人体气机运动理论的认识。

### 3 气运动的形式及其与脏腑关系

**3.1 气机运行的形式为升降出入** 人体就是个小宇宙,自然界有天地高下、风雨雷电、寒来暑往、江海湖泊,人体五脏六腑在体内各有位置,左右上下,气有虚实,高则下降,下则上升,正气实则邪外出,正气虚则邪气入,这种脏腑位置关系和正邪之气的气流传动,就自然会产生气的升降出入运动<sup>[7]</sup>。升、降、出、入为气在人体内运动的四种表现形式<sup>[8]</sup>。五脏六腑功能正常,气的升降出入才能正常,人体才能维持正常生命活动,反之气的升降出入失常便会引发疾病<sup>[9]</sup>。

黄元御说:“气的升降是机体内气机的规律回旋运动;气的出入是体内外之气的相互交接的运动<sup>[10]</sup>。”正如《读医随笔·升降出入论》所谓“升降者,里气与里气相回旋之道也;出入者,里气与外气相交接之道也。”外感病多因气机出入受阻<sup>[11]</sup>;内伤病多因气机升降失常<sup>[12]</sup>,在病情进展中,升降出入也可相互影响。

**3.2 气机运行的道路和方向为左升右降,后升前降** 《素问·五运行大论》曰:“左右者为阴阳之道路也。”黄元御认为清阳之气是从人体气机运行通道的左侧升,浊阴之气是从人体气机通道的右侧降<sup>[1]</sup>,肝肺顺应宇宙规律左升右降。人体内部气机运行也是按照清阳上升,浊阴下降的自然规律运行的,人体的上中下、前后左右形成了气机运行的架构,左上后为阳,右下前为阴,左侧的阳性气机上升向右下运行,右侧的阴性气机下降向左上运行,腰跨气机由左向右运行。可见上下、内外、

前后、左右就是人体气机升降出入的通道和方向,其中的经络穴位是人体内气机出入的门户,是人体内气机与外部气机联络和转输的重要通道,经络气机的正常运行带动脏腑气机的正常运化,这是开展针灸经穴治疗的理论基础。

**3.3 气机与脏腑的生理病理关系** 一身之气产生于脏腑,如果没有五脏六腑这些有形器官,就不能产生气,就不可能有各脏腑气机的升降出入运动,反过来脏腑的生理功能活动要靠一身之气的推动才能正常发挥。脏腑既是气产生的基地,气机运行的场所<sup>[13]</sup>,又是在气的推动和激发下发挥正常生理功能维持正常机能状态的主要器官。

脏腑功能正常发挥体现在其主导的气的升降出入运动中,如脾胃的升清降浊,肝左升肺右降,心火下济肾水,肾水上济心火等,都是气的升降功能的具体体现;肺宣发,大肠化糟粕,膀胱排尿液等都是气的出入功能的体现<sup>[14]</sup>。肝肾乙癸同源,精血相依,邪不得入,气机失常则精血不足,无力抗邪<sup>[15]</sup>。胆胃大小肠膀胱三焦升清降浊、导上宣下;三焦居上主降,居中主通,居下主出,失之则乱。总之脏腑之间,升降相宜,出入有序,则阴平阳秘,气机如常,否则气机紊乱,百病由生<sup>[16]</sup>。

### 4 气机病的治疗原则

气机病的治疗强调“调气为要”的原则,通过调节气机的升降出入运动来治疗脏腑疾病是中医的基本治疗大法。

中医治疗遵循升者降之,陷者举之,虚则补之,实则泻之,寒则热之,热则寒之,燥则润之,湿则燥之等法,实质就是在调整气的升降出入运动,所谓“升降者,治法之大机也。”麻瑞亭认为“气机调顺,复其升降之常,虚者兼之以补,实者兼之以泄,则重者可差,轻者可愈。”<sup>[1]</sup>采取“补其不足,损其有余,郁者散之,散者收之,上者降之,下者升之”的方法,使气机升降出入归于相对平衡协调的正常状态。

对于调气方法,要充分发挥中医特色和优势,有应用中草药的四气五味和升降浮沉的不同特性,来纠正体内气机升降的太过和不及的,还可以运用多种中医适宜技术,如针灸、刮痧、推拿、艾灸、心理治疗等多种方法。其中运用针灸调理五脏或经络的气机升降,达到治疗脏腑疾病的思路

油然而生,又得益于中国“时间医学”子午流注理论的启发,提出运用“新子午流注纳子法”治疗思路调整脏腑气机的设想。

## 5 子午流注纳子法治疗思路

为了更好为临床多种疾病寻找一种操作简单、疗效快捷、无毒副作用、适于推广的调整脏腑气机升降的治疗方法,我们2017年以来把传统中医针灸疗法中“子午流注纳子法”进行改良,开展特异性的经穴针灸治疗,提出“气机失常,阴阳失衡,百病由生”的理论,结合“子午流注”天人相应时间理论,采用“子午流注纳子法”中的迎随补泻理论来调理全身脏腑气机、经络气血、平衡阴阳,达到很好疗病愈病目的。

**5.1 子午流注纳子法学说渊源** 子午流注学说是中国“时间医学”的重要组成部分,“子午”是十二地支中的两个时辰,代表着时间;“流注”是指流动、输注,故子午流注是指人体内的气血按照一定的时间规律在经脉中循环流动,子午流注开穴法主要有纳甲法和纳子法两种,子午流注学说起源于《黄帝内经》,曰:“气之不得无行也,如水之流,如日月之行不休。”子午流注一词最早见于何若愚的《子午流注针经》,子午流注针法在明代受到追捧,其中尤以徐凤的子午流注纳甲法<sup>[17]</sup>、高武的子午流注纳子法具有代表性<sup>[18]</sup>,由于纳甲法开穴操作内容繁杂,而纳子法的运用比较灵活,所以子午流注纳子法在临床治疗中得到了广泛的运用,但传统的子午流注纳子法针法尚不完善,补母泻子法取穴太单一;而一日六十六法,阴经一天取20穴,阳经一天取24穴,还有22穴没有取用<sup>[19]</sup>,推广性和操作性差。所以我们提出“新子午流注纳子法”进行治疗,以通过调理经络气机,达到恢复脏腑功能,平衡阴阳的目的。

**5.2 新子午流注纳子法操作和机理** “新子午流注纳子法”仍是在传统子午流注纳子法基础上改良而来,即以十二经脉各自气血循行流注、经穴开合时间和一天十二时辰相对应为基础,以十二经脉肘膝关节以下的井、荣、输、经、合五腧穴配合五行,确定五腧穴的五行属性,按某经病证之虚实,结合五行相生相克穴位,遵循“迎而夺之者泻也,随而济之者补也”的取穴方法治病。而“新子午流注纳子法”即在传统子午流注纳子法补母泻子法

的基础上,每逢开母穴或子穴时,就要开所属经脉的本穴和原穴来进行治疗,来应对临床中多脏腑组织疾病均是气机失调导致的核心病机。

五腧穴是指十二正经中肘膝关节以下的五个特定穴位,它是经脉的枢纽。根据古代医家的临床实践,发现五腧穴不但是“经气出入”“气血交流”“阴阳交会”之处,也是治疗各种疾病的有效针灸部位。本穴是指本经同一属性的穴位,原穴是脏腑原气输注、经过和留止于十二经脉的四肢部的腧穴<sup>[19]</sup>,《难经》曰:“脐下肾间动气者,人之生命也,十二经之根本也,故名曰原(气)……五脏六腑之有病者皆取其原(穴)也。”说明本穴和原穴是经络学说中特别重要的穴位。

新子午流注纳子法针灸通过调理五腧穴及其经络气血运行,进而调节五脏的气机升降,达到疏通经络、调畅气机、升清降浊、内疏外达,从而调理激发五脏六腑的生理功能,使脾升胃降、肝升肺降、心肾交通、水火既济,逐渐恢复脏腑代谢功能,从而达到治疗疾病的目的。

## 6 气机升降理论在多脏腑疾病中的作用机理及新子午流注纳子法应用举例

五脏六腑各司其职,各个脏腑的生理功能和生理特性的不同,其在全身气机中起的作用也各异,各个脏腑要维持其正常的生理功能都需要以其气机升降出入运动的协调平衡为重要前提<sup>[9]</sup>。各脏腑气机升降失调对各种脏腑疾病的影响及子午流注经穴治疗举例论述如下。

### 6.1 胃病气机失调机理及其子午流注经穴治疗

**6.1.1 气机失调所致胃病的机理** 胃的主要生理功能是主受纳和腐熟水谷,所以说胃主通降,以降为和。藏象学说以脾胃气机的升降运动来概括整个消化系统的生理功能。脾宜升则健,胃宜降则和,脾升胃降协调,共同促进饮食物的消化吸收。反之则会出现气机逆乱,如《素问·阴阳应象大论》中所论述:“清气在下,则生飧泄;浊气在上,则生腹胀。”李东垣在《脾胃论》中认为人体精气升降的枢纽在脾胃,还用自然界升降浮沉的理论来诠释脏腑精气的升降运动,李氏更注重升发,强调只有升,然后才有降。黄元御以“中气升降”为中心,在临床治疗中重视人体中气,调畅脏腑气机,重在复其升降枢转之常<sup>[1]</sup>。

可见中焦脾胃为人体气机升降的中轴枢纽,中焦气机升降相宜,与之相生相克的脏腑功能不受脾胃气机紊乱的牵制,自然就调达顺畅,一旦有他脏损伤相克相侮,也能梳理调达,使气滞血瘀、痰浊湿热等病理产物通过肠胃之窍道排出。反之不仅影响六腑的通降,还会影响到肝气的升发和肺气的宣降,进而通过五行生克乘侮逐渐影响全身气机的升降出入,从而出现多脏腑气机功能失调。

**6.1.2 胃病气机失常的子午流注经穴治疗** 胃病包括中医的胃脘痛、脘痞病、嘈杂病、呕吐等病名。运用“新子午流注纳子法”进行迎随补泻。

对寒邪犯胃证、饮食伤胃证、肝气犯胃证、湿热中阻、气滞血瘀等实证,治疗时辰:辰时:北京时间:07:20—09:20(商洛市商州区经度为东经109.93°,所以商洛市商州区辰时对应的北京时间为07:20—09:20);开穴:历兑(子穴),足三里(原穴),冲阳(本穴);采用迎随补泻的泻法,即进针时针尖迎着经脉循行来的方向刺入。

对脾胃虚寒证、胃气阴不足等虚证,治疗时辰:巳时:北京时间:09:20—11:20(商洛市商州区经度为东经109.93°,所以商洛市商州区巳时对应的北京时间为09:20—11:20);开穴:解溪(母穴),足三里(原穴),冲阳(本穴);采用迎随补泻的补法,即进针时针尖随着经脉循行去的方向刺入。

**6.2 心病气机失调机理及其子午流注经穴治疗**

**6.2.1 气机失调所致心病的机理** 心者为君主之官,主血脉,主神志,心的阴阳气血是心脏进行生理活动的基础。心气心阳主要作用推动血液运行,心阴心血主要是涵养心神。心脏阳气旺盛、阴血充盈、脉道通利,则心主血脉的气机功能正常,血液才能在脉道内正常运行。所谓“主明则下安,主不明则十二官危”,若心气不足,心阳不振,心主血脉的气机阻滞,不能推动血液运行,就会出现心律失常。正如张景岳云:“脉来迟缓总因元气不足”“迟而无力定虚寒”“结脉皆因气血凝”。

谈心脏的升降气机离不开心肾水火的关系。心属火居上属阳,内藏君火,神明出焉;肾属水居下属阴,内有真水,输其火于心,为神明之用,故称之为相<sup>[9]</sup>。《素问·天元纪大论》中论述:“君火以明,相火以位。”在正常的生理状态下,心中之阳下

降至肾,能温养肾阳;肾中之阴上升至心,能滋养心阴<sup>[14]</sup>。心与肾两脏有着水火相济与升降相因之能,二者相养相制,各个脏腑气机调畅方能使人体达到一个健康的状态,反之元神之府不但得不到气血的濡养,反受浊邪的侵扰。

心病以心肾阳虚为主,或兼见寒、痰、气、瘀等实邪痹阻心脉气机,心神失养,搏动紊乱,甚则气血逆乱,阴阳气机不能相接。

**6.2.2 心病气机失常的子午流注经穴治疗** 心病包括中医的心悸、失眠、胸痹等症。运用“新子午流注纳子法”进行迎随补泻。对水饮痰湿、血瘀心脉、寒凝气滞等实证,治疗时辰:午时:北京时间:11:20—13:20(商洛市商州区经度为东经109.93°,所以商洛市商州区午时对应的北京时间为11:20—13:20);开穴:神门(子穴、原穴)、少府(本穴);采取迎随补泻的泻法,即进针时针尖迎着经脉循行来的方向刺入。

对心虚胆怯证、心血不足证、阴虚火旺证、心阳不振等虚证,治疗时辰:未时:北京时间:13:20—15:20(商洛市商州区经度为东经109.93°,所以商洛市商州区未时对应的北京时间为13:20—15:20);开穴:少府(本穴),神门(原穴),少冲(母穴);采取迎随补泻的补法,即进针时针尖随着经脉循行去的方向刺入。

**7 从气机升降理论探讨子午流注纳子法的临床意义**

**7.1 脏腑气机升降理论是中医理论体系中“整体观念”的具体体现** 中医认为人是一个有机的整体,人体的各个组成部分之间在结构上不可分割,在功能上又相互依存,在病理上相互影响。整体观念贯穿于中医的生理病理诊法辨证和治疗等各个方面。临床中诸多疾病都统归于脏腑气机升降出入异常正是体现了中医的整体观念,运用子午流注纳子法思路调理脏腑气机也体现了中医的整体观,具有双重临床意义。

脏腑气机升降理论的“整体观”还体现在人与自然界的统一性,自然界一切生物和现象的不断循环运动和变化与人体气机的升降出入运动是一致的。《素问·至真要大论》云:“天地之大纪,人神之通应也。”人体要保持健康,就必须保持脏腑、经络、气化的升降出入有序。自然界的木火土金

水即是中医的五行,其间的气化运动就如人体的脏腑升降气机一样有生克乘侮和阴阳平衡的关系。子午流注纳子法中的五腧穴定性配合五行,它们之间的生克乘侮关系就是开展经穴治疗的基础。

**7.2 临床辨证必须重视脏腑气机** 各个脏腑病理机制各不相同,但殊途同归,都可以归结为气机升降失常。五脏六腑气机失调,不能正常的升降清浊,气血津液也就不能正常的输布排泄。所以只有在脏腑气机舒畅条达的条件下机体才不会出现气机紊乱或痰饮、瘀血、水湿等病理产物瘀滞于体内的病理状态<sup>[9]</sup>,所以临证必须重视脏腑气机。

**7.3 经络治疗机理是子午流注纳子法气机调理的理论基础** 经络是机体内运行气血的通路,内联脏腑,外络肢节,沟通表里上下,调节机体各部,共同进行机体的整体活动。《灵枢·刺节真邪》云:“用针之类,在于调气。”针灸不仅能够调畅经络气血,而且调理相应脏腑气机升降是针刺调气的关键。正是基于这样的理论基础,我们才能将脏腑气机调理和针灸调气有机的结合在一起。

**7.4 气机升降理论对于脏腑疾病的预防和治疗都有着非常重要的指导意义** 各个脏腑的气机升降运动由于各脏腑的功能使命不同,使其在脏腑疾病的发生过程中有着不同的病理表现,所以在指导临床治疗疾病的过程中必须了解各脏腑的气机特点,选择治疗方法时必须重视以调畅脏腑气机为主要目的。药物治疗针对各个脏腑阴阳表里寒热虚实各有治法方药,纷繁复杂。也可以变繁为简,一法统之,经络之气运行上下内外,与脏腑相通,无所不至,运用经络针灸治疗,结合“新子午流注纳子法”预防调理施治,不失为良策。气机升降理论可能为探讨某些疑难杂症中医核心病机开辟新途径,为治疗沉痾顽疾启迪新思路,为中西医预防和治疗相关疾病创建突破口<sup>[20]</sup>。

总之,用气机的升降出入理论可以解释人体阴阳表里、脏腑经络、气血津液等所有器官和物质的功能发挥和能量转换,也可以按气机理论推论出一切疾病的治方、遣药思路,特别是能发挥中医药特效疗法,如新子午流注纳子法针灸等中医适宜技术,对疾病气机升降进行治疗,调和脏腑本身以及脏与脏之间、脏与腑之间的气机升降的太过和不及,使气机的升降出入运动归于正常,而恢复

脏腑功能。

## 参考文献

- [1] 曹颖,李志国.从黄元御“中气升降”谈“气机病”论治[J].吉林中医药,2013,33(10):980-981.
- [2] 朱文锋,华岫云.对中医理论的发挥[J].辽宁中医杂志,1986,29(4):16-17.
- [3] 顾松园[N].中国中医药报,2003-08-11.
- [4] 肖海军,周学海《重订诊家直诀》校注和学术思想研究[D].南京:南京中医药大学,2014.
- [5] 郭亚鹏.基于证候要素的王孟英医案病症分布和用药规律研究[D].太原:山西中医药大学,2020.
- [6] 孙奎勇,任奎洁.人体气机升降理论研究[J].长春中医药大学学报,2008,24(2):154-155.
- [7] 李磊.“肺合大肠”中的气机升降理论[D].济南:山东中医药大学,2011.
- [8] 樊志明.升降气机法临证验案举隅[J].湖南中医杂志,2017,33(6):99.
- [9] 常兴,张恬,隋雨言,等.脏腑气机升降理论的渊源探析[J].时珍国医国药,2018,29(6):1397-1399.
- [10] 陈采玉,张民.从黄元御“一气周流”理论论治肺胀[J].福建中医药,2021,52(1):33-34.
- [11] 杜娟,刘宏岩.《金匱要略》气机升降出入失常研究现状[J].长春中医药大学学报,2017,33(1):153-155.
- [12] 康宜兵.从气机升降出入论治脾胃病[J].中医临床研究,2015,7(36):47-49.
- [13] 孙彦琴,衡百川,朱翠玲.论中医气机升降出入[J].中医研究,2014,27(5):2-4.
- [14] 腾晶.从气机升降理论探讨失眠症[J].中国中医急症,2012,21(9):1406,1427.
- [15] 邱月云,郭宇英,邱明山,等.从肝论治类风湿关节炎[J].风湿病与关节炎,2017,6(8):61-63.
- [16] 李猛,马战平,刘华为.刘华为教授五行脏腑气机气化理论及其实践意义[J].陕西中医,2014,35(7):889-891.
- [17] 李磊,任璐蓓,王静,等.徐凤纳甲法阳时开穴电针的效应研究[J].山西中医,2000,16(1):30-32.
- [18] 罗本华.论泻初补正纳支法是最合理的补母泻子纳支法[J].中国中医基础医学杂志,2018,24(9):1197-1199,1211.
- [19] 梁繁荣,王华.针灸学[M].北京:中国中医药出版社,2016:320.
- [20] 王义安,董旭,刘晓艳.脏腑气机升降说研究[J].吉林中医药,2016,36(8):765-767.

(收稿日期:2020-03-03 编辑:蒲瑞生)