从身形虚实探析《灵枢·官针》刺法内涵*

罗沐霖[1]，张培铭[2]，常如春[1]，邓文斐[2]，余琛[1]，李子勇[2]

1. 广州中医药大学第八临床医学院，广东 佛山 528000；2. 佛山市中医院，广东 佛山 528000

摘要：《灵枢·官针》流传的刺法种类繁多，后世医家阐释发挥的角度不同，给刺法学习理解与临床应用带来一定困难。中国古典哲学中的“虚实观”含义丰富、运用广泛，从“虚实观”的角度对人之身形构成进行分类，可以提纲挈领地认识身形，而刺法与身形关系密切。人之身形有虚与实，故刺法亦可从刺虚与刺实两个方面进行认识。从身形虚实的角度认识不同刺法，其意在于将多种不同立论的刺法从统一的身形角度认识，根据人体气血、五体的实际情况灵活运用刺法，从而提高针灸的临床疗效。

关键词：身形虚实；刺法；刺虚；刺实；《灵枢·官针》；《黄帝内经》

DOI：10.16368/j.issn.1674－8999.2025.08.268

中图分类号：R221.2　　**文献标志码：**A　　**文章编号：**1674－8999(2025)08－1665－05

Connotation of Acupuncture Method Illustrated in *Ling Shu · Guan Zhen* from Perspective of Deficiency and Excess Syndrome Displayed by Body Shape

LUO Mulin[1], ZHANG Peiming[2], CHANG Ruchun[1], DENG Wenfei[2], YU Chen[1], LI Ziyong[2]

1. The Eighth Clinical Medical College Affiliated to Guangzhou University of Chinese Medicine, Foshan Guangdong China 528000;
2. Foshan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Foshan Guangdong China 528000

Abstract: There are many kinds of acupuncture methods in *Ling Shu · Guan Zhen*, and the interpretation of later generations of doctors is different, which brings certain difficulties to the learning, understanding and clinical application of acupuncture. In classical Chinese philosophy, the concept of "deficiency and excess" is rich in meaning and widely used. It classifies the composition of human body shape from the perspective of the display of the deficiency and excess, which can be outlined to understand the body shape, and then the stabbing method can be applied according to the body shape. The shape of the human body means both deficiency and excess in syndrome, so the acupuncture method can also be understood from the two aspects The purpose of understanding different acupuncture methods from the perspective of body shape is to understand a variety of different acupuncture methods from the perspective of a unified body shape, assist acupuncture treatment to fit the actual situation of human body's Qi and blood and the Five Ti of the body, and flexibly use a variety of acupuncture methods, so as to improve the clinical efficacy of acupuncture.

Key words: deficiency and excess syndrome displayed by body shape; acupuncture method; acupuncture treatment of deficiency syndrome; acupuncture treatment of excess syndrome; *Ling Shu · Guan Zhen*; *Huang Di Nei Jing*

刺法指使用不同针具，通过一定的手法或方式刺激机体的一定部位，以激发经络气血、调节脏腑功能从而防治疾病的方法。《灵枢·官针》集《黄帝内经》刺法之大成，内容丰富，但其中对刺法的描述较为晦涩，既有同名不同法、也有同法不同名，既讲刺法、也讲取穴，给后世学习理解和临床应用带来了一定的阻碍。因为刺法直接作用于身形体表，故在认识刺法的各种操作术式、适应范围等内容时，离不开对人体身形体表的认识。古典针灸学理论认为，身形结构可分为虚空结构及实体结构。黄龙祥[1]认

*基金项目：广东省中医药局中医药科研立项项目｛粤中医函〔2022〕197 号｝；佛山市十四五重点专科建设项目｛佛卫函〔2020〕15 号｝

为:“身形的结构可分为两类——‘实体’和‘虚空’,针灸学的身体观在有形与无形之间更重于无形;实体结构与虚空结构之间更重于虚空。”由于不论何种刺法都是作用于“统一”的身形,故可根据刺法针刺部位的不同,对现行的刺法进行分析,从身形虚实的角度分析刺法的内涵,重新认识刺法。本文将列举《黄帝内经》中的身形构成,并依据虚实观梳理身形结构,从身形虚实的角度再分析《灵枢·官针》刺法,并据此视角分析刺法的意义。

1　《黄帝内经》中的人体构成

1.1　人体的基本结构　古人对人体的基本认识首先来自解剖,随后抽象整理出系统的认识。《灵枢·经水》曰:“若夫八尺之士,皮肉在此,外可度量切循而得之,其死可解剖而视之。其脏之坚脆,腑之大小,谷之多少,脉之长短……皆有大数。”经过实践及总结,古人对人体的认识也逐渐从分散到系统,从具体到抽象。赵京生[2]通过对出土的帛书及《黄帝内经》相关条文进行分析,指出《黄帝内经》身体观将人体分为身形肢节与脏腑两方面认识,如《灵枢·师传》曰:“身形肢节者,脏腑之盖也。”其中身形肢节作为具体施治的部位,与针灸治疗的关系更为密切。关于身形肢节的构成,《黄帝内经》同样有系统的认识,《灵枢·经脉》云:“人始生,先成精,精成而脑髓生,骨为干,脉为营,筋为纲,肉为墙,皮肤坚而毛发长,谷入于胃,脉道以通,血气乃行。”《素问·调经论》云:“五脏者,故得六腑与为表里,经络肢节,各生虚实,其病所居,随而调之。病在脉,调之血;病在血,调之络;病在气,调之卫;病在肉,调之分肉;病在筋,调之筋;病在骨,调之骨……身形有痛,九候莫病,则缪刺之。”可见,在经脉理论的成型时期,古人已经有身形肢节由“皮、脉、肉、筋、骨、血、气”这些基本物质构成的认识了。

1.2　身形结构的理论整理　对“皮、脉、肉、筋、骨、血、气”这些基本构成,古人进行了进一步的分类及理论整理。古人主要采用取类比象的方法观察世界,最具代表性的例子便是五行理论[3],古人将物质依据不同的特性分为金、木、水、火、土五类,用此方法观察人体则延伸出了五体理论。古人将“皮、脉、肉、筋、骨”这五种基本构成中有形有质的部分进行整理,总结为“五体”理论。“五体”理论不仅包含对“皮、脉、肉、筋、骨”的形态描述,也包含动态功能及生理病理方面的内容。赵百孝[4]认为,《黄帝内经》对五体的阐述虽然简单,但其内容之间相互关联,具有一定系统性和整体性。

赵京生[2]指出:“‘血、气’在汉简《脉书》中尚与‘肉、脉、筋、骨’并列,以后就逐渐与形体组织分别而论。”在《黄帝内经》中可见将“血、气”与“脉”互相代替使用的条文,因为《黄帝内经》中“脉”具有运行气血的功能,是循行气血的通路。然而循行气血的经脉与五体之脉的本质有所不同。五体之脉作为可见可触的身形构成,基本等同于现代医学的动静脉。循行气血之经脉则是古人结合五体之脉的体表搏动处与其纵向分布的躯体部位疾患相关的现象抽象总结而成。侯冠群[5]认为,古人是以“经”来描述人体纵向的恒常不变的线性规律。古人所描述的“经”的规律,根据经脉循行的具体路线来看,已不拘于身形之脉的束缚(即并无血管的连结),而成为一种抽象的作用效应联络的线性表达。相较于有形有质的“五体”,古人以抽象规律总结出不可见的“气血”运行规律,即经脉。再结合营卫理论,便可系统地描述血气的生成、功能与循行等方面的内容[6]。古人对身形肢节的构成,将有形有质的部分以五体理论总结归纳,将不可见的气血部分,通过抽象的经脉概念及营卫理论进行了全面的论述,这两个部分共同构成了《黄帝内经》身体观中身形肢节的部分。

2　身形与《黄帝内经》虚实观

《黄帝内经》中多处谈及“虚实”,其含义复杂,根据不同语境而异。有学者对《黄帝内经》之“虚实”进行研究,发现“虚实”的概念在《黄帝内经》中一直处于不稳定、不确定的状态。即:可表方位、无形有形、精神状态、有余不足、气血相并或相失、皮表状态、实热虚寒、一种先兆、脉象浮沉、气之出入十类含义。《黄帝内经》中的“虚实”观,是经由不同地域、不同医家彼此之间相互交流、裂变、嫁接所形成的[7]。古代哲学思想也曾扮演着重要的角色,不同的思想背景也意味着对“虚实”有着不同的论述,意味着“虚实观”并不只是“邪盛精夺”这一种视角。

在以老子为代表的道家学派中,将世界中并非有形有质的,无法直接感知的部分称为“虚”,相对可见可触的有形结构称为“实”。实际上,在广泛的“虚空”中,并非真正空无一物,而是由“气”所填充。马强等[8]提出,古人将无法感知到的广大空间称为“虚空”,而“虚空”由气所构成。张介宾总结为:“天地虚空中皆气,人身虚空处皆气。”以“实体”代指有形有质的部分,“虚空”代指不可见、不可触的部分的虚实观来重新审视身形的构成,结合黄龙祥提出的古典针灸学身体观可知,五体属于身形之实,而血

气属于身形之虚。

2.1　五体与身形之实　构成身形的可见物质，具有空间实在形态的，属于构成身形的“实”的部分。五体理论用“皮、脉、肉、筋、骨”5 种结构概括了这一有形有质的部分。这些部分视之可见，触之可及，是中医理论中与现代医学、解剖学重合最多的部分。但是现代医学对实体的研究走向微观，中医理论则偏向于整体把握实体，且为了指导针刺治疗而着重于对身形实体的层次描述。如《素问・刺齐论》云：“刺骨者无伤筋，刺筋者无伤肉，刺肉者无伤脉，刺脉者无伤皮，刺皮者无伤肉，刺肉者无伤筋，刺筋者无伤骨。”可见，《黄帝内经》中对身形实体的把握是依据实际解剖，抽象总结出“皮、脉、肉、筋、骨”5 个系统。《素问・皮部论》曰：“皮有分部，脉有经纪，筋有结络，骨有度量。”将人体的实体结构层次抽象概括为由外而内、由浅而深，依次为“皮、脉、肉、筋、骨”的“五体”层次[4]，这种层次结构属于身形之实。

2.2　血气与身形之虚　相对于“五体”而言，“气血”为无形无质的物质，属于构成身形结构的“虚”的部分。黄龙祥[1]指出，身形脉外，五体之间的“虚空”处是“气”运行的通路，并将其总结为“古典针灸学的身体观更重视虚空结构——经脉行虚空，气行虚空，邪客虚空，针游于虚空，气穴在虚空。”在人的身形中，由于虚空结构是无形无质的，古人只能借由包围虚空的实体结构进行描述，如“肉分之间”及“溪谷”。岐伯曰：“肉之大会为谷，肉之小会为溪，肉分之间，溪谷之会，以行荣卫，以会大气”（《素问・气穴论》）。“气穴所发，各有处名；溪谷属骨，皆有所起”（《素问・阴阳应象大论》）。“肉分之间”为组织结构的间隙，“溪谷”则是描述间隙的形象表达。刘兵[9]提出，溪谷是立体结构，由骨节和（或）筋肉搭建而成，外有皮肉覆盖，中间探之虚空，其内有气血津液的转输流通。在对虚空结构的描述之上，古人更进一步将“溪谷”中虚空行气的功能抽象出腧穴的概念。针刺腧穴要求“必中气穴，无中肉节”。“肉节”指的正是“溪谷”外围结构，而下针则宜进入溪谷内部空间——腧穴当中[10]。综上所述，身形之虚包括了“伏行分肉之间，深不可见”的经脉以及可见于体表的“节之交，三百六十五会”的溪谷结构——腧穴。此二者在人体中形成了一个上下相连，内通外达的虚空结构网络，人身之气行于此空间中循环，无所不至，不断发挥着“温分肉，肥腠理，司开阖”的作用。

3　从身形虚实角度分析刺法内涵

3.1　《灵枢・官针》中的刺法　《灵枢・官针》是《黄帝内经》中刺法分类的专篇，基本涵盖《黄帝内经》中所有刺法，其将刺法以“九刺”“十二刺”“五刺”，从“应九变”“应十二经”“应五脏”3 个角度进行分类。宋军[11]结合历代医家观点对其进行了总结研究，分别依据针刺思路、病症类型、针刺部位的特点对其进行了分类：（1）将九刺法按针刺思路的不同进行分类，包括局部对症刺法，如经刺、络刺、分刺，以及辨证（八纲）－辨经（循经、远道、同侧、对侧）选穴法（刺穴位），如输刺、远道刺、巨刺等，前者主要刺体表敏化处，而后者主要应用特定穴和远道刺法（表 1）；（2）将十二刺法按刺痹证及刺内科疾病进行分类，其中有 8 种刺法为“针对痹证的对症刺法”，有 3 种为“针对内科疾病的刺法”（表 2）；（3）将五刺法根据针刺不同的“五体”层次分类（表 3）。

表 1　九刺之法

分类	刺法名称	针刺部位
刺穴位	输刺	刺五输穴和背俞穴
	远道刺	刺足三阳经的五输穴和原穴
	巨刺	左病刺右，右病刺左，刺穴位
刺部位（对症刺法）	经刺	刺大经之结络经分
	络刺	刺小络之血脉
	分刺	刺分肉
	毛刺	刺浮痹皮肤
	大泻刺	刺痈脓
	焠刺	刺燔针则取痹

表 2　十二刺之法

病种	刺法	针刺方法
内科疾病	偶刺	前取胸腹募穴，后取背俞穴
	阴刺	取双侧足少阴肾经的太溪穴
	输刺	垂直进针至深处，然后出针，从阴引阳
痹证	浮刺	傍入其针而浮之
	直针刺	牵引皮肤然后刺入
	扬刺	正入一针，傍入四针
	傍针刺	正入一针，傍入一针
	齐刺	正入一针，傍入二针
	恢刺	刺筋上，将针提起，向前向后针刺
	短刺	稍摇而深入，针至骨，上下摩骨而刺
	报刺	痛处进针，先不出针，以左手随病痛所再循按，然后再刺
痈脓	赞刺	直入直出，多针浅刺出血

3.2　从身形虚实角度认识刺法内涵　“九刺”中前 3 种刺法（输刺、远道刺、巨刺）以及“十二刺”中的前 3 种刺法（偶刺、阴刺、输刺）所刺的部位都属于身形中“经脉”或“腧穴”的范围，而“九刺”中除了“大泻刺”的其他刺法（经刺、络刺、分刺、毛刺）和“十二刺”中治疗痹证的对症刺法，以及最后的“五

刺”法，其针刺部位属于身形之中“皮、脉、肉、筋、骨”的有形有质的组织。

结合上文对身形之虚实的探讨，我们可以将针刺部位属于身形之虚的刺法称为刺虚之法，将针刺部位属于身形之实的刺法称为刺实之法，以此总结刺法内涵（表 4—表 5）。

表 3　五刺之法

五刺法	五体	操作方法
半刺	皮	刺入浅，急出针，如拔毛状
豹文刺	脉	多处点刺出血，如豹文状
合谷刺	肉	多针合刺，或单针多向刺，或三针交叉刺，如鸡足状
关刺	筋	选取关节附近靠近肌腱的位置直刺
输刺	骨	直入直出，深刺至骨，不留针

表 4　刺虚之法

名称	刺法
输刺（九刺）	刺五输穴和背俞穴
远道刺	刺足三阳经的五输穴和原穴
巨刺	左病刺右，右病刺左，刺穴位
偶刺	垂直进针至深处，然后出针，从阴引阳
阴刺	取双侧足少阴肾经的太溪穴
输刺（十二刺）	垂直进针至深处，然后出针，从阴引阳

表 5　刺实之法

名称	刺法
经刺	刺大经之结络经分
络刺	刺小络之血脉
分刺	刺分肉
毛刺	刺浮痹皮肤
焠刺	刺燔针则取痹
直针刺	牵引皮肤然后刺入
扬刺	正入一针，傍入四针
傍针刺	正入一针，傍入一针
齐刺	正入一针，傍入二针
恢刺	刺筋上，将针提起，向前向后针刺
短刺	稍摇而深入，针至骨，上下摩骨而刺
报刺	痛处进针，先不出针，以左手随病痛所再循按，然后再刺
半刺	刺皮
豹文刺	刺脉
合谷刺	刺肉
关刺	刺筋
输刺	刺骨

3.3　临床应用　从身形虚实的角度对《灵枢·官针》中的刺法重新认识与归纳，目的不在于将其分类，而在于将从经典中提炼总结出的认识应用于临床。临床现行的刺法丰富，立论不同，有时令习针者无所适从，难以融合理解。而从身体之虚实切入，可以为学习刺法提供一个新的认识角度，对理解刺法的操作方法及作用原理有所启发。

3.3.1　临床中的刺虚之法　刺虚之法以调节经脉虚空中通行的经气为目的，强调针至虚空之所，与如今不少研究者临床应用针法的要点相合。

刘农虞[12]指出，筋针操作要点在于其针刺皮下卫气密布之处，横向浅刺，针刺无痛，隐性得气，通过调节卫气，布气疏筋，达到“气至乃休”的治疗效果。皮下卫气密布之处正是深浅筋膜之间卫气通行的虚空处[8]，而针刺虚空之所自然不似针刺实体那般出现酸麻胀痛的身体感觉。黄龙祥[10]认为，腧穴是一个口大底小的立体结构，其内有针刺起作用的关键“机”“机”就是虚空区间中运行的气血，“空中之机，清静而微”，而针刺的要点在于精准定位至腧穴结构中的“机”。这些强调针刺虚空结构的刺法可归入刺虚法中，它们都对针刺操作的精准性有较高的要求，其目的在于把握实体间隙中较为精细的虚空区间。

3.3.2　临床中的刺实之法　刺实之法以调节实体结构的病理状态为目的，强调结构及层次的定位，同样能在如今研究者临床应用的针法中找到范例。

李荣俊等[13]使用长圆针解结法治疗经筋痹痛，强调每次治疗前应在十二经筋理论指导下行循按、触诊，寻找“横络卡压”之处，“以痛为腧，以结为腧”。另外，根据现代解剖知识，通过肌肉、肌群、肌腱、筋膜等软组织的分布和起止点及关节周围进行触诊，寻找筋结、条索，同样“以结为腧”，在治疗时应围绕筋结点，使用长圆针挑拨甚至切断结筋点与周边组织的粘连。苏鑫童等[14]提出，经筋痹病可出现结筋病灶，造成横络卡压，故治疗时取经筋在关节周围的结筋病灶，针至病所，用解结之法挑拨横络，解除卡压。刘斌[15]认为，《黄帝内经》在论及刺法时屡次强调进针时对于人体结构层次的感知和把握。其中需要特别关注的就是五体层次的区别，以说明针刺时应判明五体定位，并对应治疗，方能达到刺达病灶，无伤其他的效果。可见，这些强调对实体结构及其病理状态的了解与判断的刺法可归入刺实法中。刺实法主张在经过切、寻、按等触诊后，对实体结构手下有知，方能针至病所，并起到相应的效果。

4　从身形虚实角度认识刺法的意义

4.1　加深习针者刺法内涵的认识　《灵枢·官针》中设立的九刺、十二刺及五刺，其分类方法给学习与研究带来了一定的困难，有不少学者根据个人经验及对经典的不同解读，对《灵枢·官针》刺法重新进行研究、整理和分类[11]。马元[16]将《灵枢·官针》

刺法分为 5 类，分别是取穴法类、浅深刺法类、多向刺法类、刺血法类和特殊刺法类。林少贞[17]按刺法的主要适应证，将 26 种刺法分为 4 类，分别是痹证类刺法、用于内脏病证的刺法、用于治疗经脉病证的刺法、用于泄邪、排脓、刺血及用于疏泄热邪的刺法。该分类法主要按照痹证、经络病、内脏病、体表病等来分类。这些分类从操作方式及主治病症方面对刺法进行了重新整理，有助于理解和记忆。但其分类方式较为繁杂，且不能很好地将其认识迁移到其他刺法上。若从身形之虚实的视角去重新理解这些刺法分类，便会发现这些有关刺法的分类方法虽然切入角度不同，但都离不开身形这个统一的治疗对象，故从身形之虚实的角度分类刺法，理论上可以涵盖几乎所有刺法，且其分类方式简单明晰，在面对已有的分类时并不冲突，反而可以相互照应，加深理解，有利于更好地理解不同刺法的差异与联系。

4.2　指导临床灵活应用刺法　针灸理论来源于从针灸治疗的角度对身形的认识[18]，这种认识反过来指导针灸治疗实践。从身形结构之虚实重新理解刺法，可以启发针刺操作者从身形的角度理解各种刺法的内涵，不仅可增加医者对操作要求的理解，同时可以在临床中根据实际的情况选择刺法。如赵京生[2]所言："从术式与病情的具体对应来讲，用针并无绝对的定式，就如同临证无不变之法，具体的恰当的治法、操作，必须依据病情而定，由实际而来。"依据实际情况或刺虚，或刺实，同时把握两个方面，掌握两种刺法，有助于针灸临床医生应对更复杂的情况。师怀堂教授创立新九针，便是讲究多种针具组合使用，治疗中采纳各种针具、针法之所长，合理组合应用，极大地提高针灸疗效[19]。《素问·阴阳应象大论》曰："智者察同，愚者察异，智者有余，愚者不足。"在掌握了身形之虚与实——病邪所居之位后，临床医生在确保刺虚与刺实的精准性治疗下，便可据此灵活发挥多种刺法，应用多种针具甚至改进创新针具。

5　结语

细考《黄帝内经》中五体理论与经脉学说、腧穴与"溪谷"的联系，结合黄龙祥古典针灸学的身体观可知，人之身形有虚与实，刺法亦可从刺虚与刺实两个方面进行认识。从身形虚实的角度认识不同刺法的分别，其意不在分类，而在于将多种不同立论的刺法从统一的角度认识，根据人之气血、五体的实际情况灵活运用多种刺法，从而提高针灸的临床疗效。

参考文献：

[1]黄龙祥. 中国古典针灸学大纲[M]. 北京：人民卫生出版社，2019.
[2]赵京生. 针灸视域下的身体表达[J]. 中国针灸，2019，39(3)：307－312.
[3]倪奇，贾春华，赖敏.《黄帝内经》五行学说与《阿维森纳医典》四元素说的比较研究[J]. 世界科学技术：中医药现代化，2022，24(3)：1272－1277.
[4]赵百孝. 论针灸"皮脉肉筋骨"层次论治方法[J]. 中国针灸，2005，25(6)：433－435.
[5]侯冠群.《内经》营卫理论研究[D]. 济南：山东中医药大学，2021.
[6]刘兵，朱璐. 身形之脉与经脉内涵探讨：从具象到抽象[J]. 中国针灸，2015，35(5)：497－500.
[7]张文超. 气论视角下《黄帝内经》"虚实"观形成的历史考察[D]. 北京：北京中医药大学，2019.
[8]马强，王茎. 筋膜与卫气：古典针灸理论身体观构建一隅[J]. 中国针灸，2023，43(8)：871－875.
[9]刘兵. "溪谷"与腧穴内涵探讨[J]. 中国针灸，2014，34(8)：772－774.
[10]黄龙祥. 论俞穴[J]. 中国针灸，2023，43(10)：1189－1201，1216.
[11]宋军.《灵枢·官针》刺法探讨[D]. 北京：北京中医药大学，2019.
[12]刘农虞. "筋针"的作用机制探析[J]. 中国针灸，2015，35(12)：1293－1296.
[13]李荣俊，王彤，袁永，等. 薛立功采用长圆针解结法治疗经筋痹痛的临床思路[J]. 中国针灸，2020，40(10)：1119－1121.
[14]苏鑫童，马晓晶，薛立功，等. 论经筋痹痛[J]. 中国中医基础医学杂志，2015，21(4)：381－382.
[15]刘斌.《黄帝内经》五体理论的学术现状与价值展望[J]. 中华中医药杂志，2017，32(7)：2837－2841.
[16]马元.《灵枢·官针》中刺法分类重辑并释疑[J]. 针灸临床杂志，2009，25(9)：9－12.
[17]林少贞. 浅谈《灵枢·官针》篇刺法分类[J]. 针灸临床杂志，2008，24(7)：41－43.
[18]赵京生. "补泻"与"对症"两类刺法分析[J]. 中国针灸，2012，32(9)：837－841.
[19]宋红梅，黄觉之，邓婧，等. 新九针疗法治疗分泌性中耳炎案[J]. 中国针灸，2023，43(10)：1217－1218.

收稿日期：2025－02－18
作者简介：罗沐霖(1998－)，男，广东兴宁人，硕士研究生，研究方向：针刺治疗痛证。
通信作者：李子勇(1974－)，男，教授，主任医师，研究方向：《黄帝内经》针刺理论的临床应用。E－mail：lizy@fstcm.com.cn

编辑：孙铮