

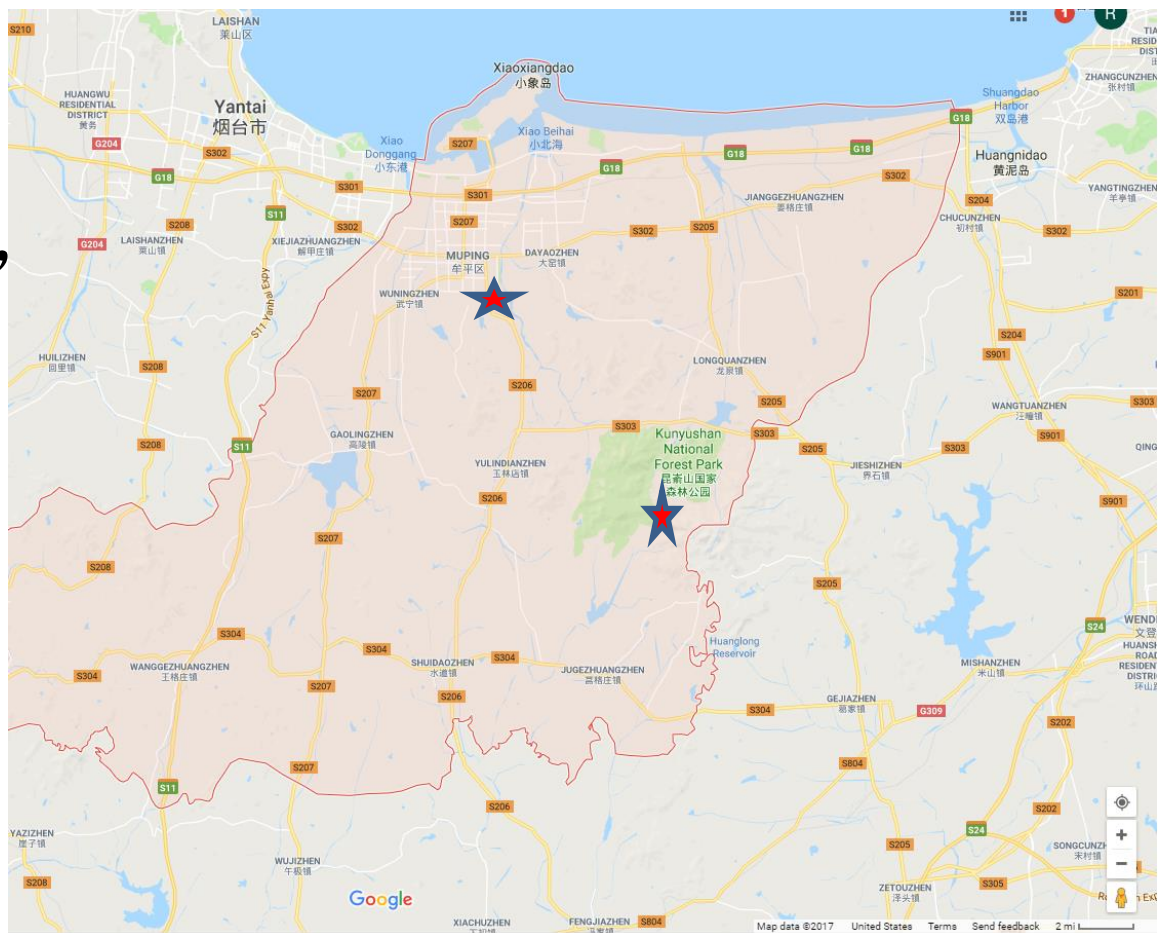
胶东的总提取穴



牟平

- 牟平区隶属于山东省烟台市，位于胶东半岛东部，因处牟山之阳，平川地而得名，北濒黄海，南临乳山市，东接威海市，西临烟台市莱山区

- 昆嵛山，烟霞洞



牟平昆嵛山

- 烟台境内最高山，历来有“仙山之祖”美誉。昆嵛山位于胶东半岛东端，横亘烟台、威海两地。方圆百里，峰峦绵延，林深谷幽，古木参天，多有清泉飞瀑，遍布文物古迹。神话传说中的海上仙山蓬莱、瀛州、方丈都是从这里衍生出来的。
- 《齐乘》云：昆嵛山“秀拔为群山之冠”，北魏史学家崔鸿在《十六国春秋》里称昆嵛山为“海上诸山之祖”，故有“海上仙山属蓬莱，蓬莱之祖是昆嵛”之说。

牟平昆嵛山



牟平昆嵛山



牟平昆嵛山

昆嵛山是道教名山，古迹遗址、名人史料、碑碣石刻等人文景观众多。道教的全真教发祥地烟霞洞，胶东第一古刹无染寺，名扬全国的岳姑殿、九龙池、龙王庙、齐王坟及无盐王后墓葬，王母娘娘洗脚盆。



牟平昆嵛山

《元史》记载，金代道士王重阳得道后，于金大定七年来昆嵛山定身修行，并收马玉、丘处机等71门徒，号称北"七真人"，在昆嵛山烟霞山谷中，讲经阐玄，开洞修练、创立了闻名中外的"全真教"。

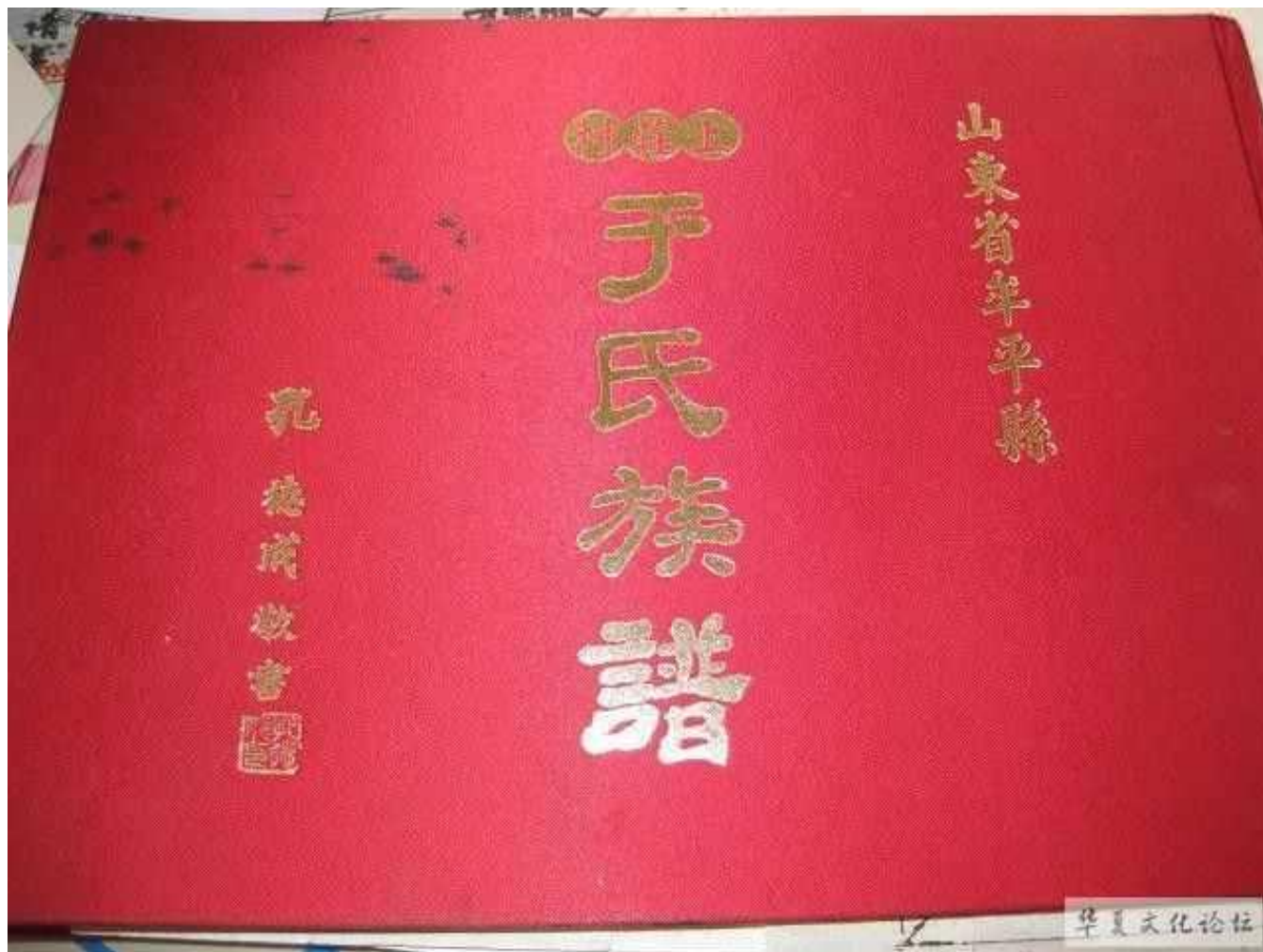
烟霞洞内有元、明朝的圣旨碑、"铜碑"、邱处机手书石刻，胶东第一古刹无染寺中唐昭宗光化四年无染院碑、清光绪年间重修无染禅院碑等人文景观与自然景观融为一体，体现了"秀"、"古"、"奇"、"幽"的特色，更体现了昆嵛山悠久的历史、绵长的文化。



全真七子

- 全真七子为道教全真道创始人王重阳的七位嫡传弟子。
- 马钰（丹阳子）、丘处机（长春子）、谭处端（长真子）、王处一（玉阳子）、郝大通（太古子）、刘处玄（长生子）和马钰之妻孙不二（清静散人）。

于家族在明清两朝是牟平郡望，
家谱由衍圣公孔德成而题



胶东的总提取穴

我讲的内容没有超出经络学和腧穴学的范围，只不过是从另一个角度诠释的针灸最初的形态，给所有针灸同仁一个我胶东人思路

我的扎针方法最早记载可以看到的是马钰、窦杰，但比他们的多，而且复杂，口口相传的名词和解释都是土语。我有添加，但论是没有改变，自然了，这些农民朴素思维方式也没有改，就是一阴一阳。

字虽异而法实同
言虽殊而意则复

在我老家的头针不是现在大家所知道的头针意义。首先在老家的名词中，从没有人提到过头针，就是头部取穴。广义的头针是头部取穴，指颈椎一以上，除去耳针之外的取穴方式。

胶东的头部总提取穴

传统头部取穴意为众星拱北，针法是万水朝东出自“论语·为政”：“为政以德，譬如北辰，居其所而众星共之。”

胶东的头部总提取穴以传统哲学阴阳加体位，与现下已知各家不同，就是一阴一阳，别无他法。

现代头针是在头部进行针刺以治疗各种疾病的一种方法。

有的是根据脏腑经络理论，在头部选取相关经穴进行治疗。

有的是根据大脑皮质的功能定位，在头皮上划分出相应的刺激区进行针刺。

头与脏腑经络的关系

- 《素問·脈要精微論》指出：「頭者精明之府」，
- 《灵枢·邪气脏腑病形篇》中：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面，而走空窍，其气之津液，皆上熏于面。”

頭為諸陽之會，手足六陽經皆上循于頭面。手足陽明經分布于前額及面部，足陽明胃經「起于鼻、交頤中，旁約太陽之脈，下循鼻外.....上耳前，過客主人，循發際、至額顙.....。」

手足少陽經分布于頭側部。手少陽三焦經「.....其支者，從耳後入耳中，出走耳前，過客主人前，交頤，至目銳眦。」足少陽膽經「起于目銳眦，上抵頭角，下耳後，循頸行手少陽之前.....其支者，從耳後入耳中，出走耳前，至目銳眦後.....。」

手足太陽經分布于頭頰、頭頸部。足太陽膀胱經「起于目內眦，上額、交巔；其支者，從巔至耳上角；其直者，從巔入絡腦，還出別下項.....。」

督脈「上至風府，入于腦，上巔，循額、至鼻柱。」

六陰經中則有手少陰與足厥陰經直接循行于頭面部，尤其是足厥陰肝經在"循喉嚨之後，上入頰頰，連目系，上出額，與督脈會于巔；其支者，從目系下頰裏，環唇內.....。"

除手少陰與足厥陰經脈直接上行頭面之外，所有陰經的經別合入相表裏的陽經之後均到達頭面部。因此，人體的經氣通過經脈、經別等聯系集中于頭面部。在氣街學說中"頭之氣街"列為首位，其原因也在于此，並因此而有"氣出于腦"的闡述。這些都說明頭面部是經氣彙集的重要部位，針灸治療非常重視頭部腧穴的重要作用。

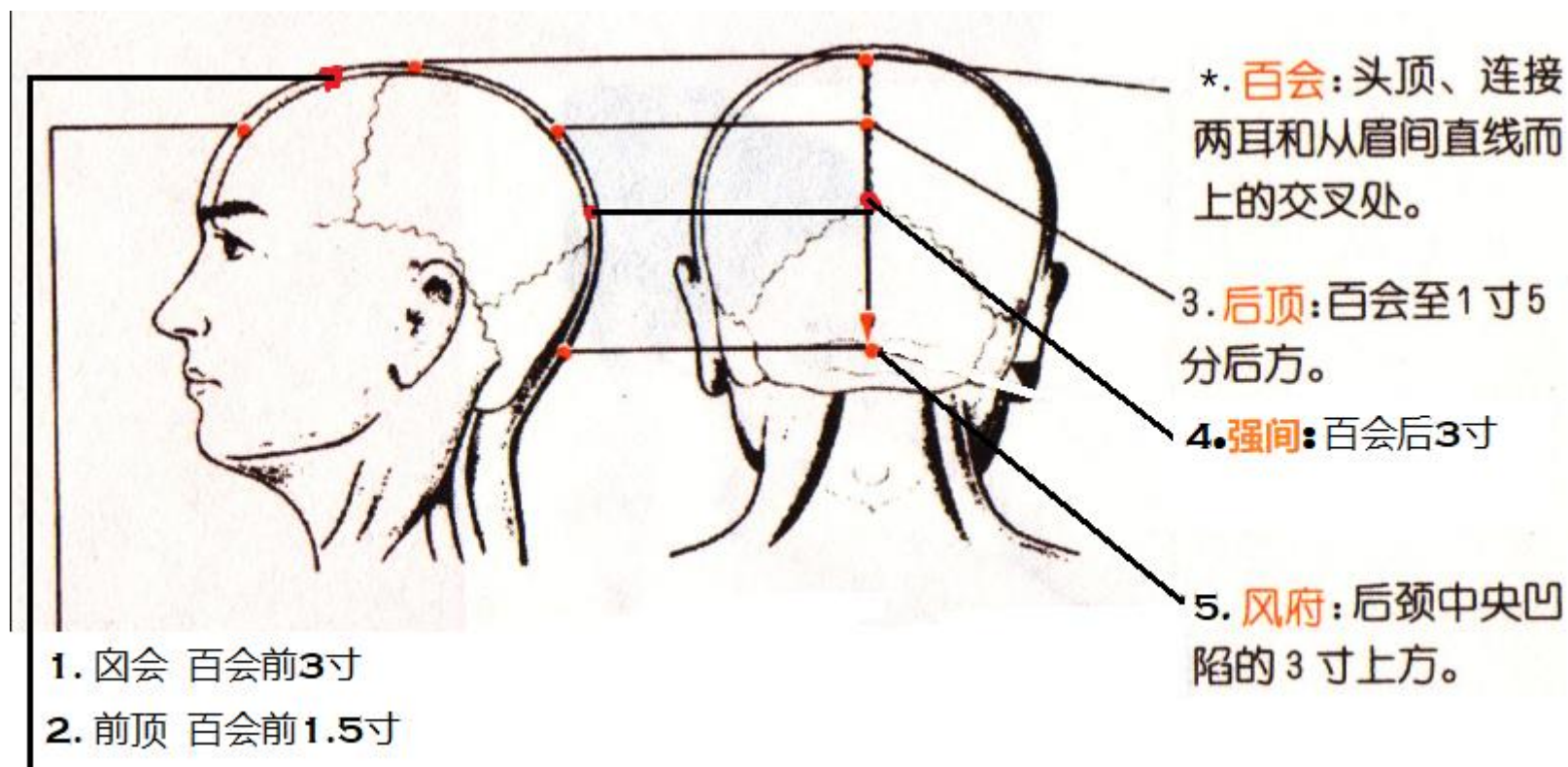
头与脏腑经络的关系

- 《黄帝内经·素问·生气通天论》：“天地之间，六合之内，其气九州、九窍、五脏十二节，皆通乎天气。”
- 空窍，指人体与外界相通达的孔窍，包括九窍在内。
- 空窍:即孔窍。泛指九窍、汗窍、津窍、精窍等外在的孔窍。
- 九窍”即指人体的两眼、两耳、两鼻孔、口、前阴尿道和后阴肛门
- 《素问·四气调神大论》：“天明则日月不明，邪害孔窍。
- 孔穴；窟窿。多指耳、目、鼻、口、肛门、尿道之类。
-
- 《韩非子·喻老》：“空窍者，神明之户牖也。”
- 《吕氏春秋·士容》：“骨节蚤成，空窍哭历，身必不长。”
- 汉 董仲舒 《春秋繁露·人副天数》：“体有空窍理脉，川谷之象也。”

胶东的头部总提取穴

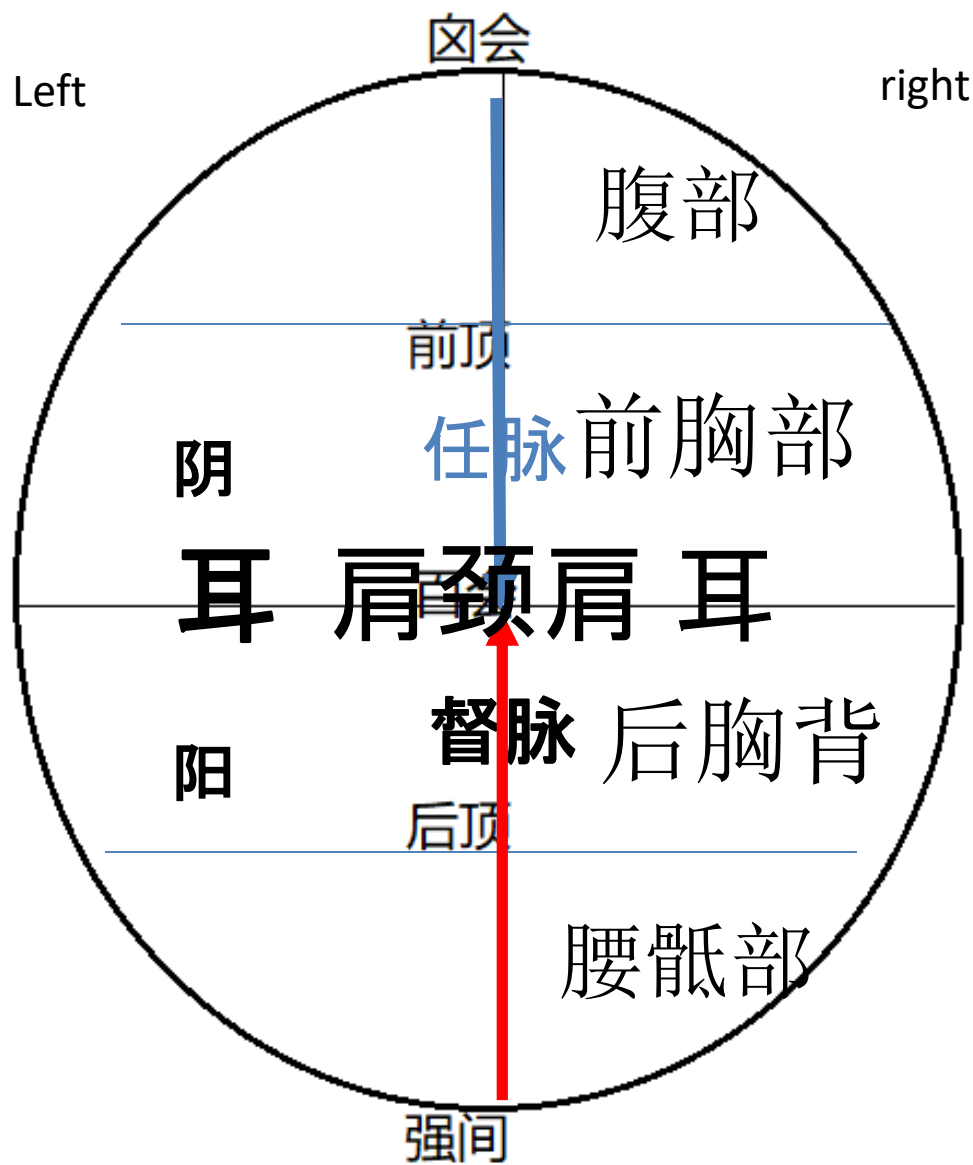
- 胶东的头部总提取穴配合体针，总领体针，与体针相得益彰，相辅相成，留针时间取决于体针的留针长短。
- 狭义的头针，是指百会为中心的，前到囟会，后到强间的同心圆中取穴，这种取穴方法叫总提，我们从来没有过头针的提法或称谓。

头部取穴定位

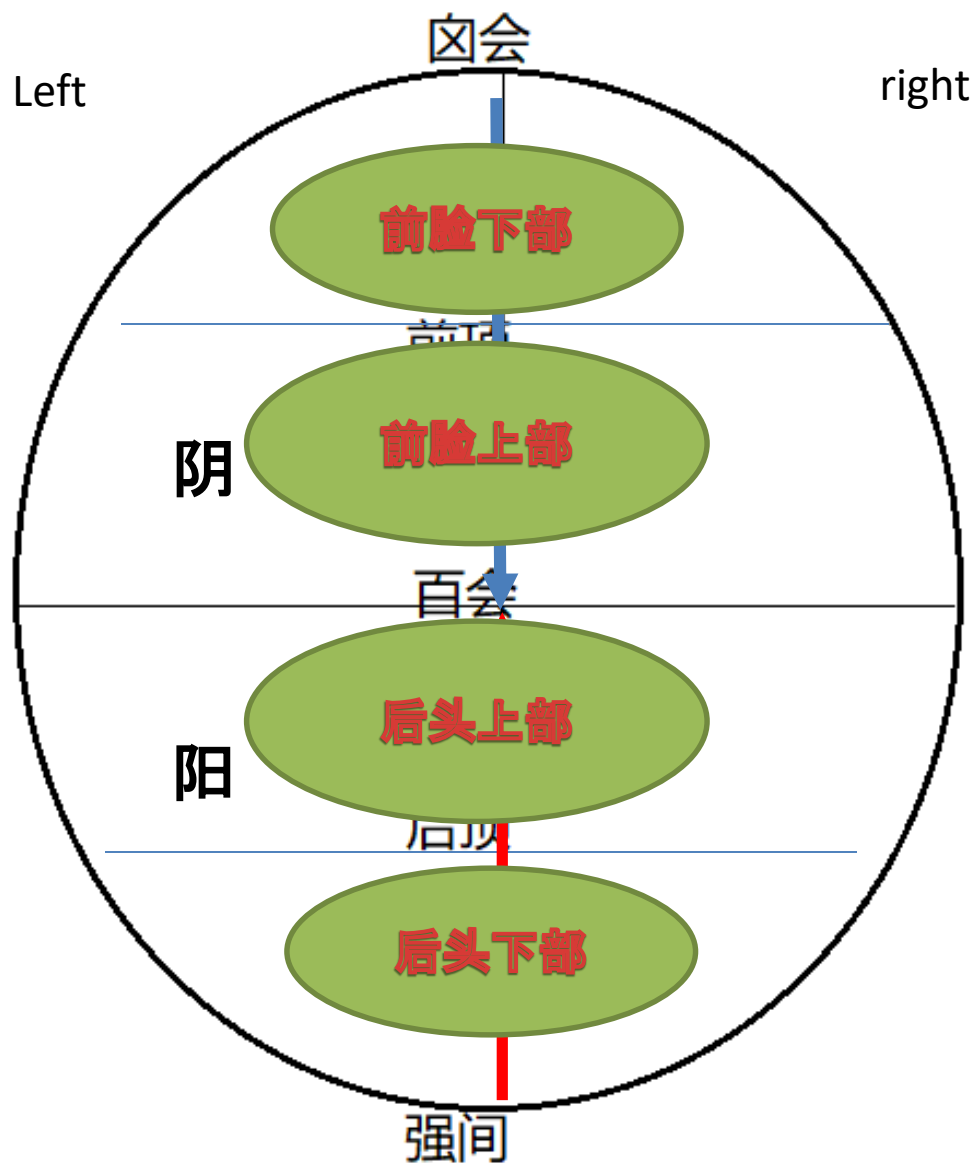


百会为
头穴的
总提

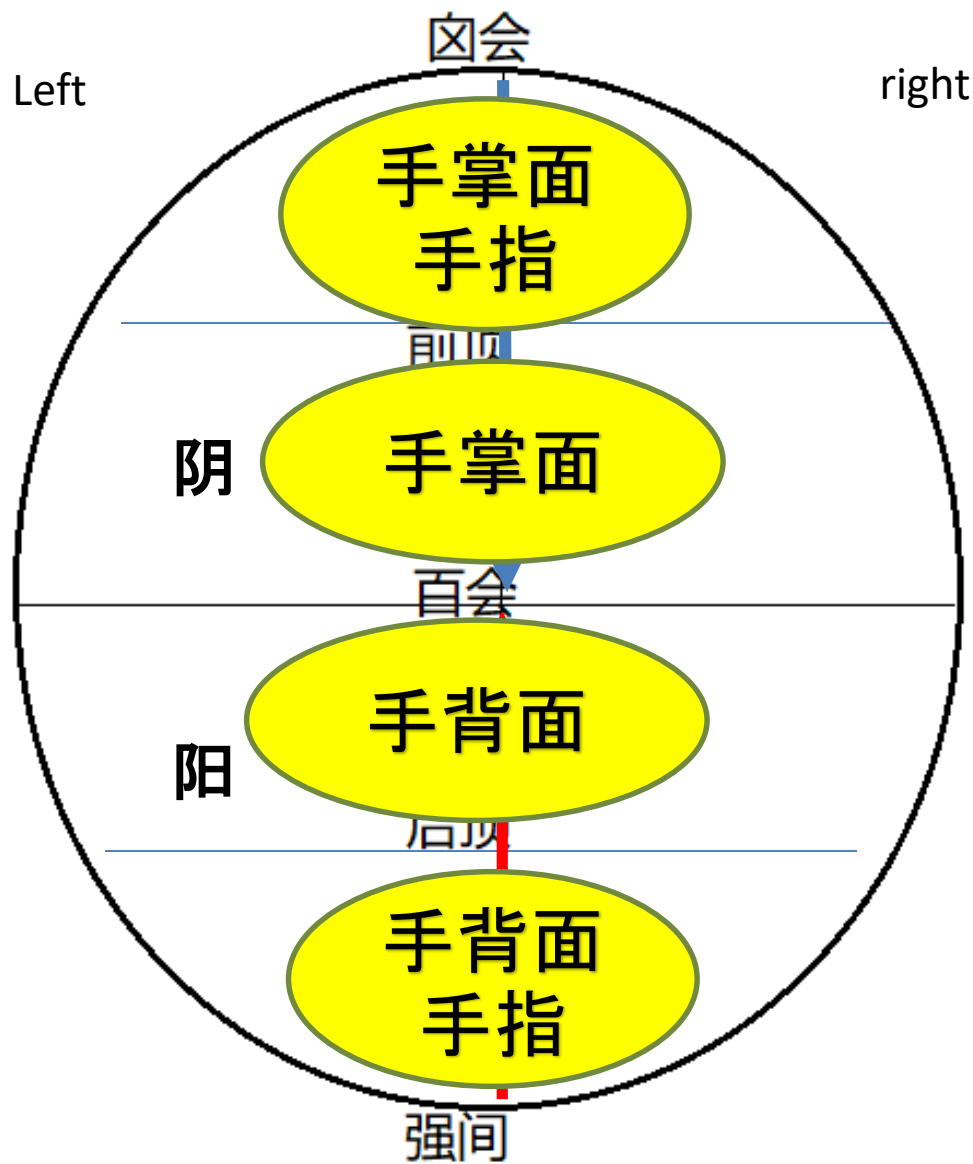
头穴为
体穴的
总提



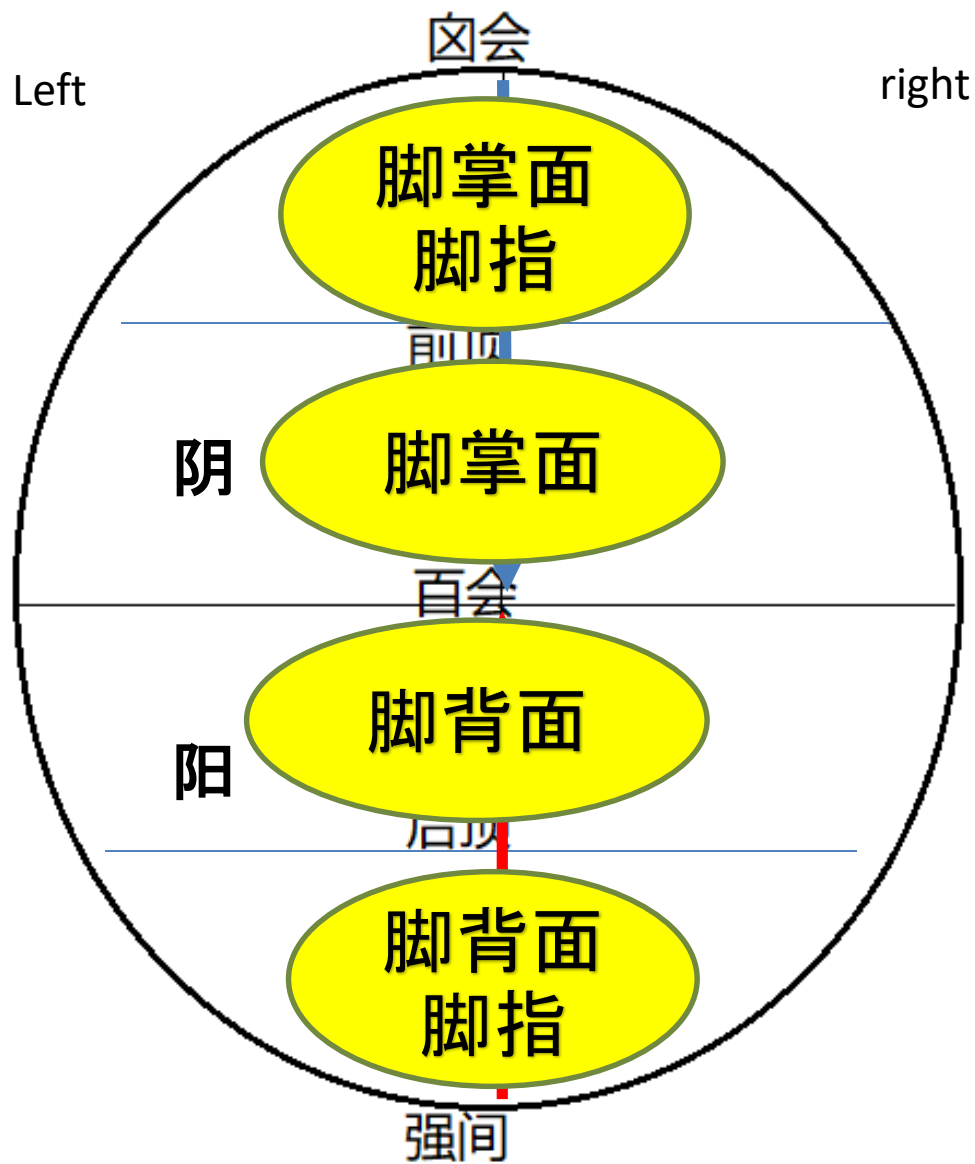
头部在头顶的对应点



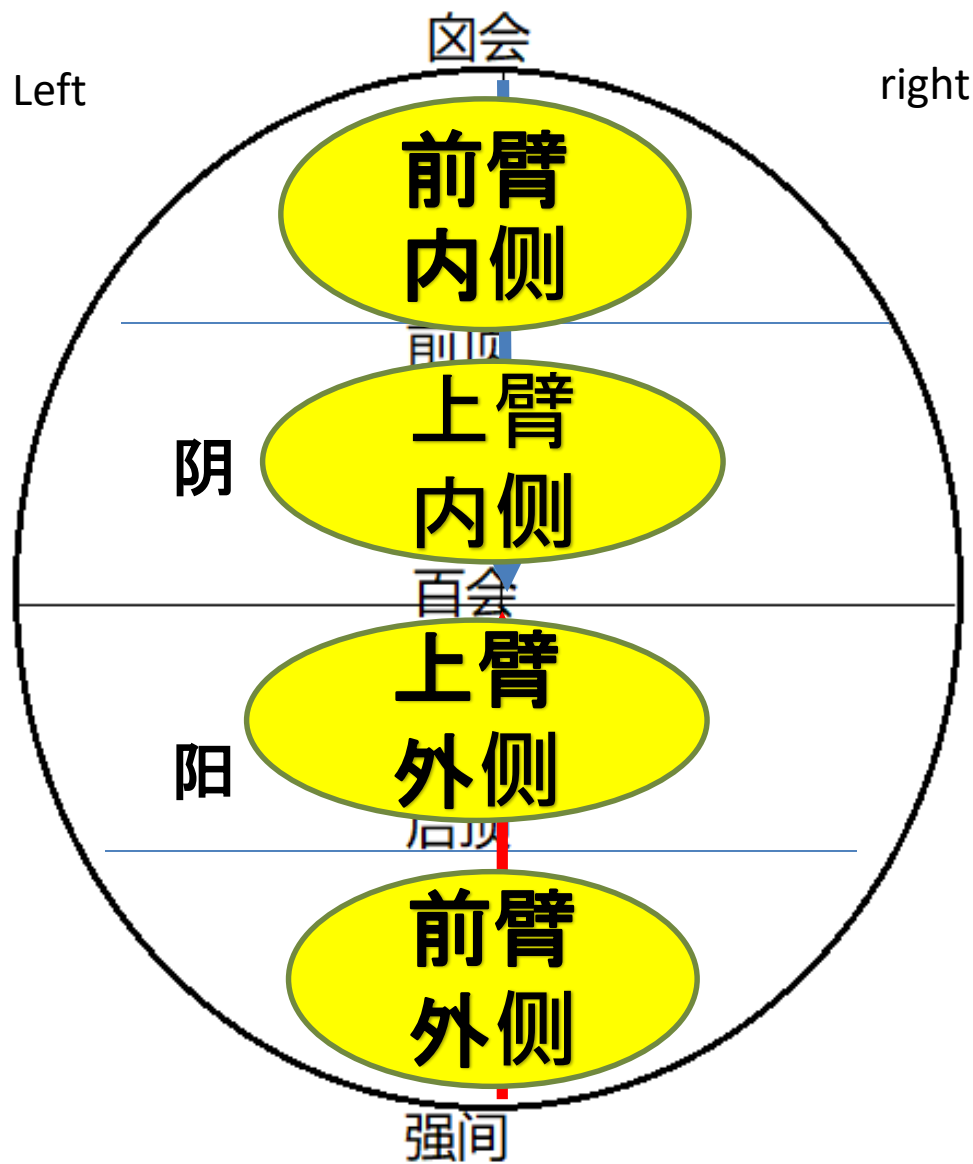
手部在头部的对应点



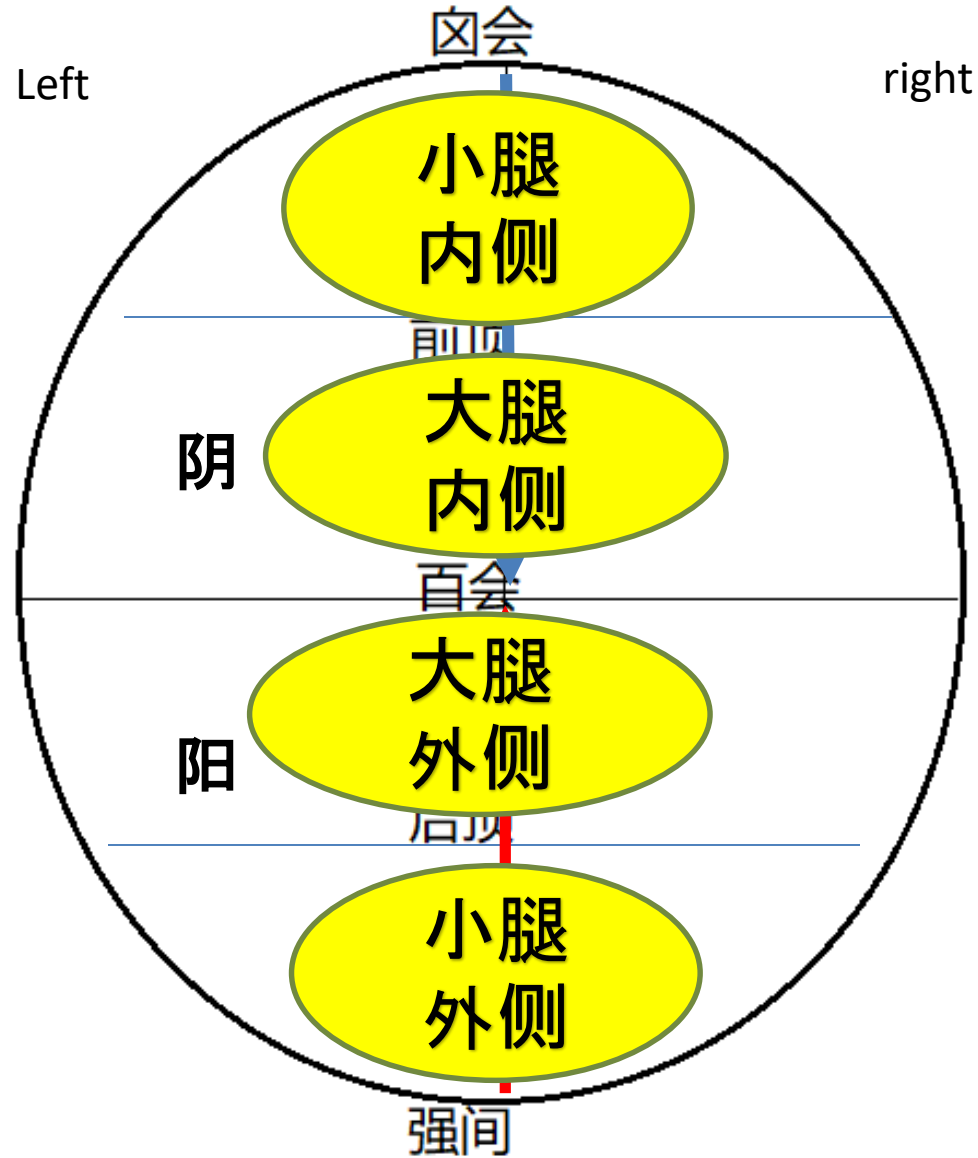
足部在头部的对应点



手臂在头部的对应点



腿部在头部的对应点

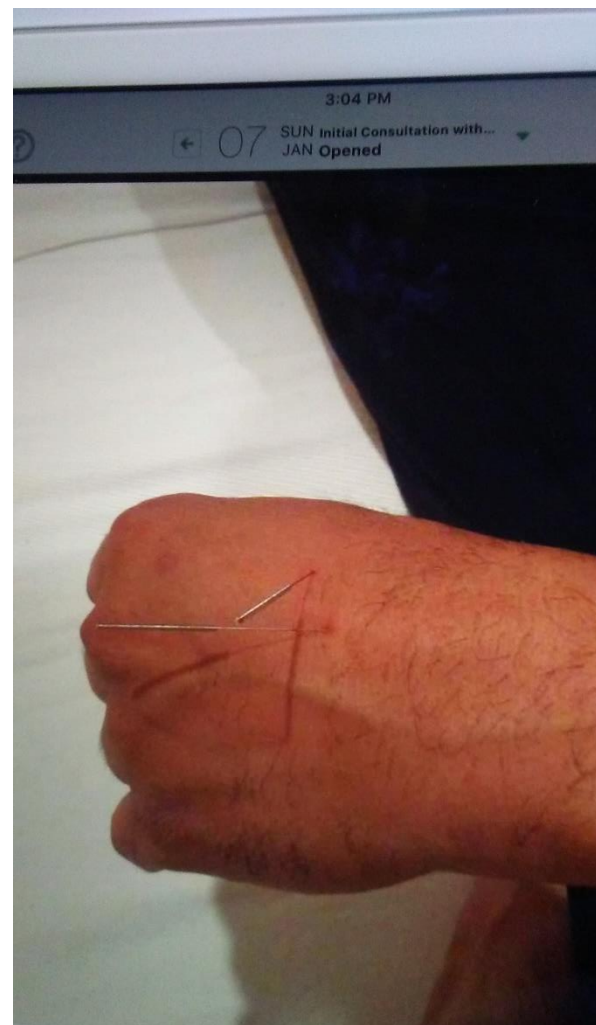
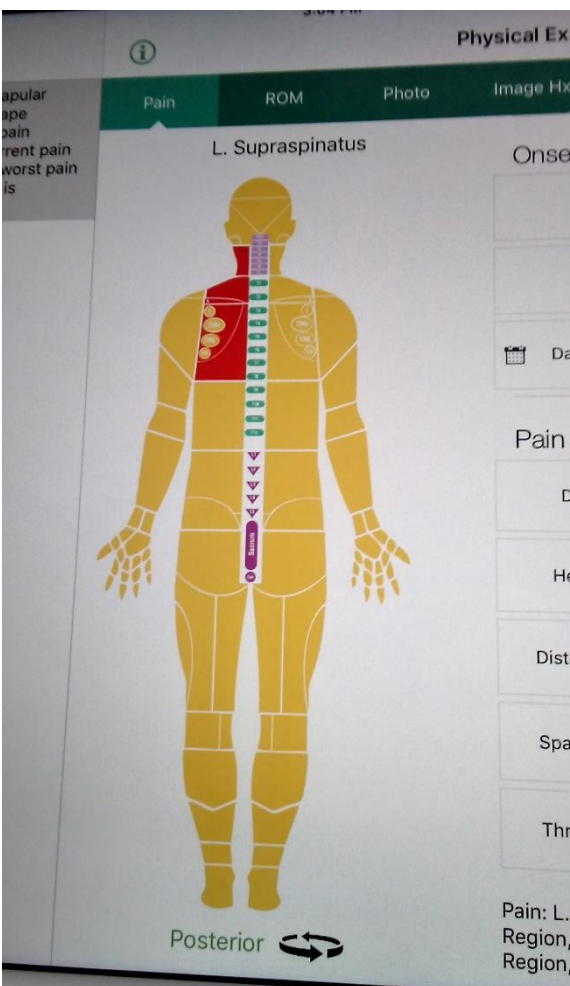


总提取穴 适应证

- 传统头部针灸，是体针的延续，讲求的是体针疗效的总结和升华，其适应症与体针完全相同
- 痛症
 - 背痛/坐骨神经痛
 - 滑囊炎/腕管/肌腱炎
 - 髋部疼痛/肩部疼痛
 - 腿部疼痛/痉挛
 - 颈部僵硬/疼痛
 - 神经痛 /带状疱疹
 - 运动损伤/扭伤/拉伤
- 内科疾病
 - 肠胃，头痛，妇科，面瘫，中风，糖尿病，肾病
 -

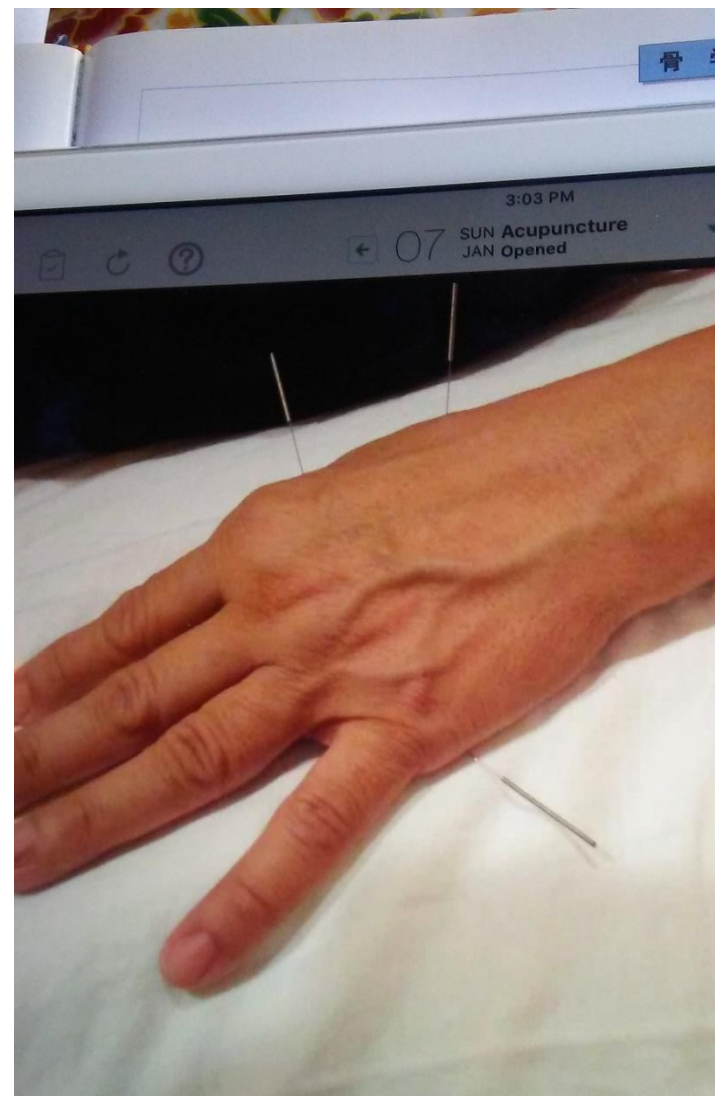
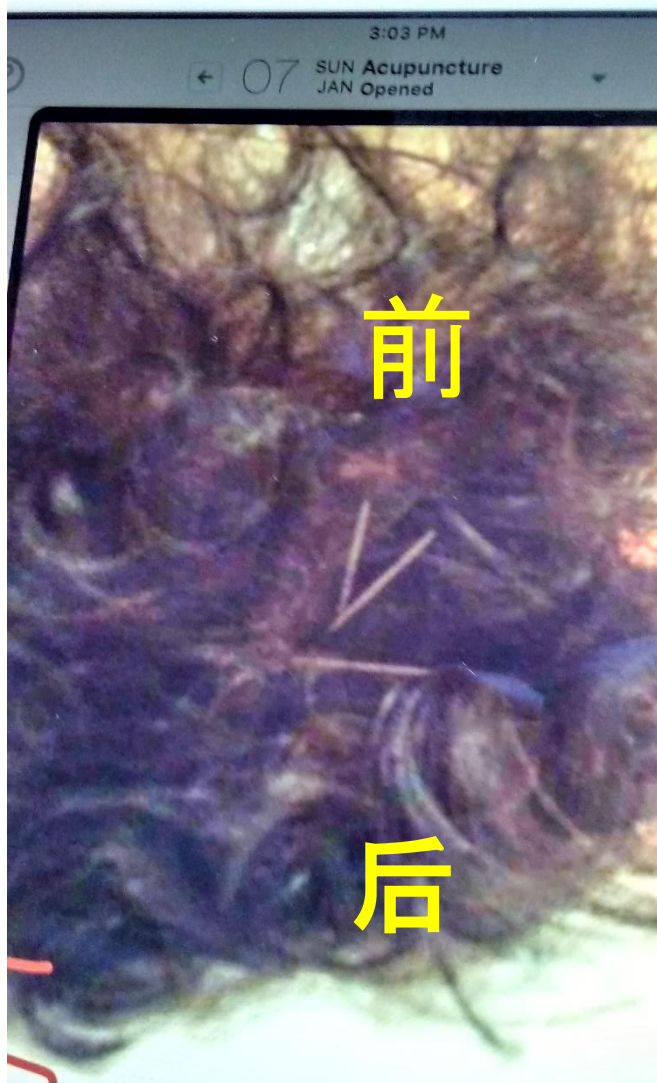
头部取穴的照片

- 治疗背痛



头部取穴的照片

- 治疗肩颈痛



头部取穴的照片

- 治疗中风 随病情好转而针数化简

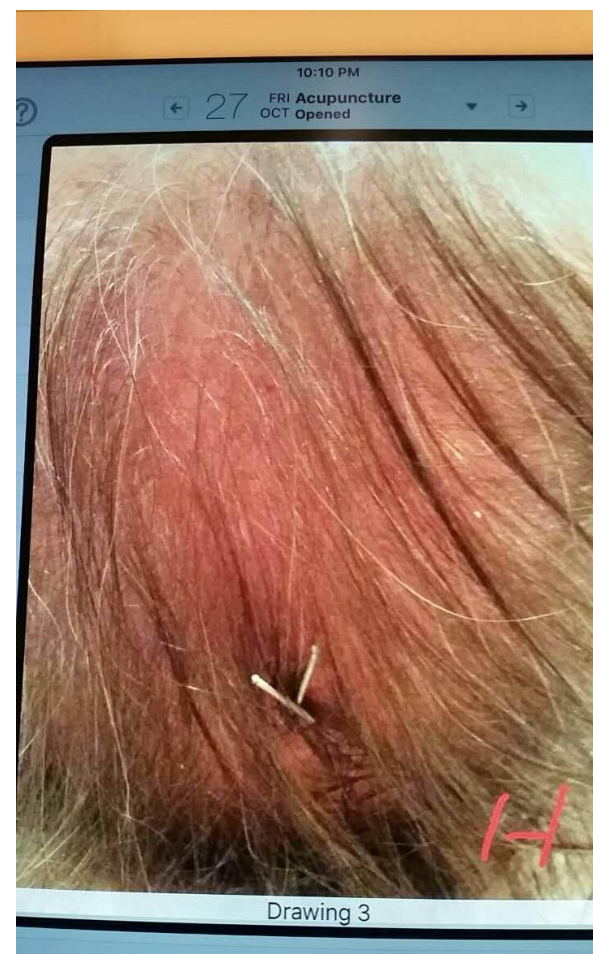
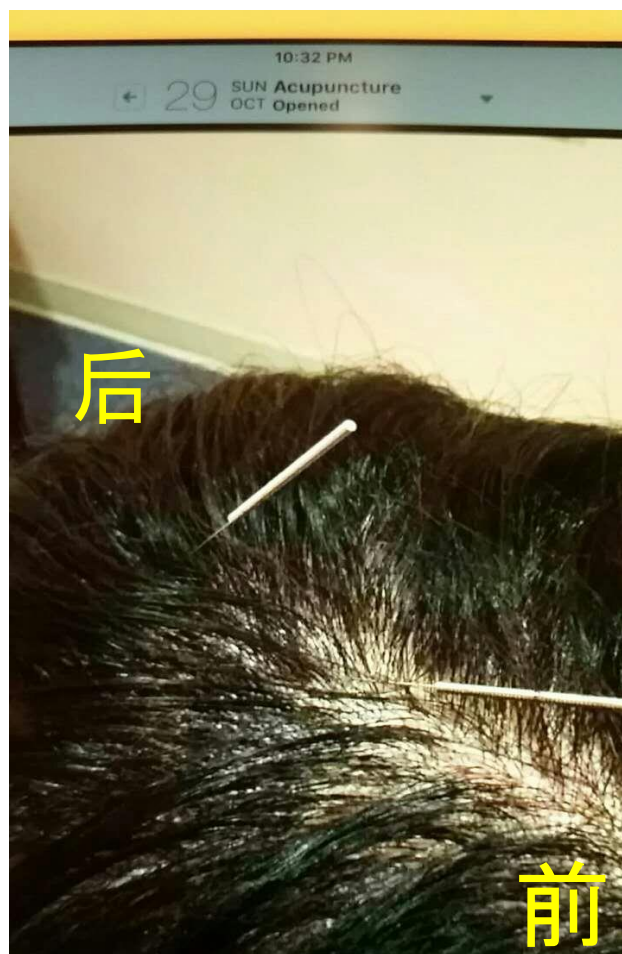


头部取穴的照片

• 治疗呕吐

治疗腰痛

治疗脚痛

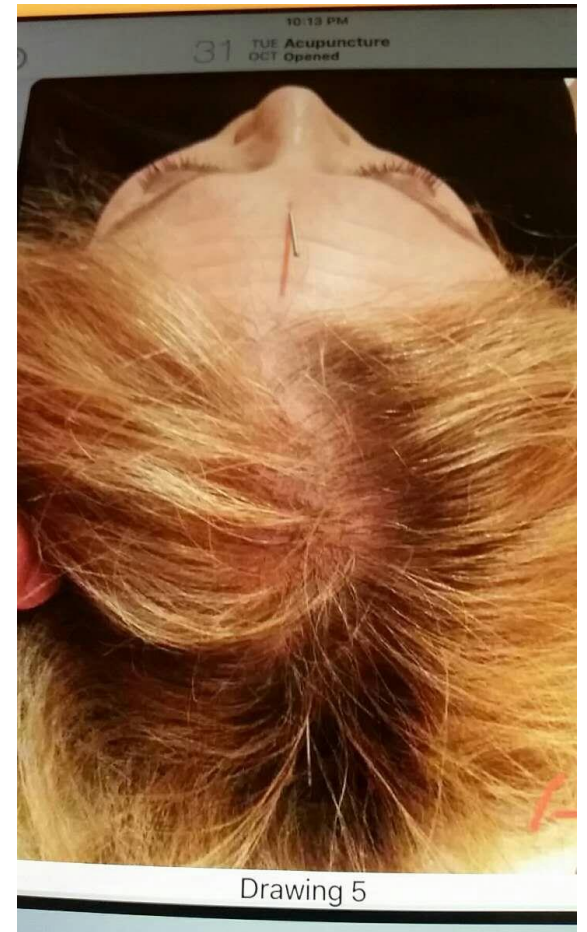
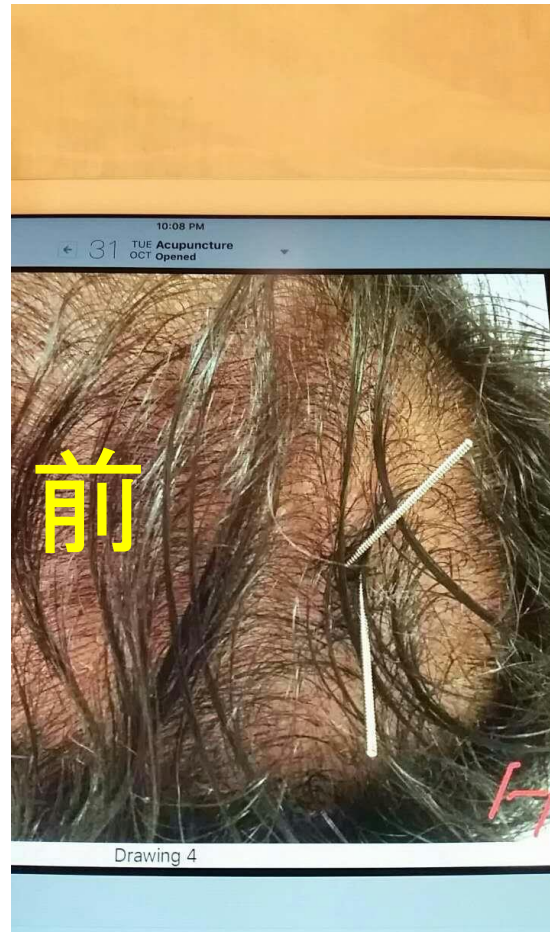


头部取穴的照片

治疗面痿

治疗耳鸣

治疗失眠



总提取穴的效果

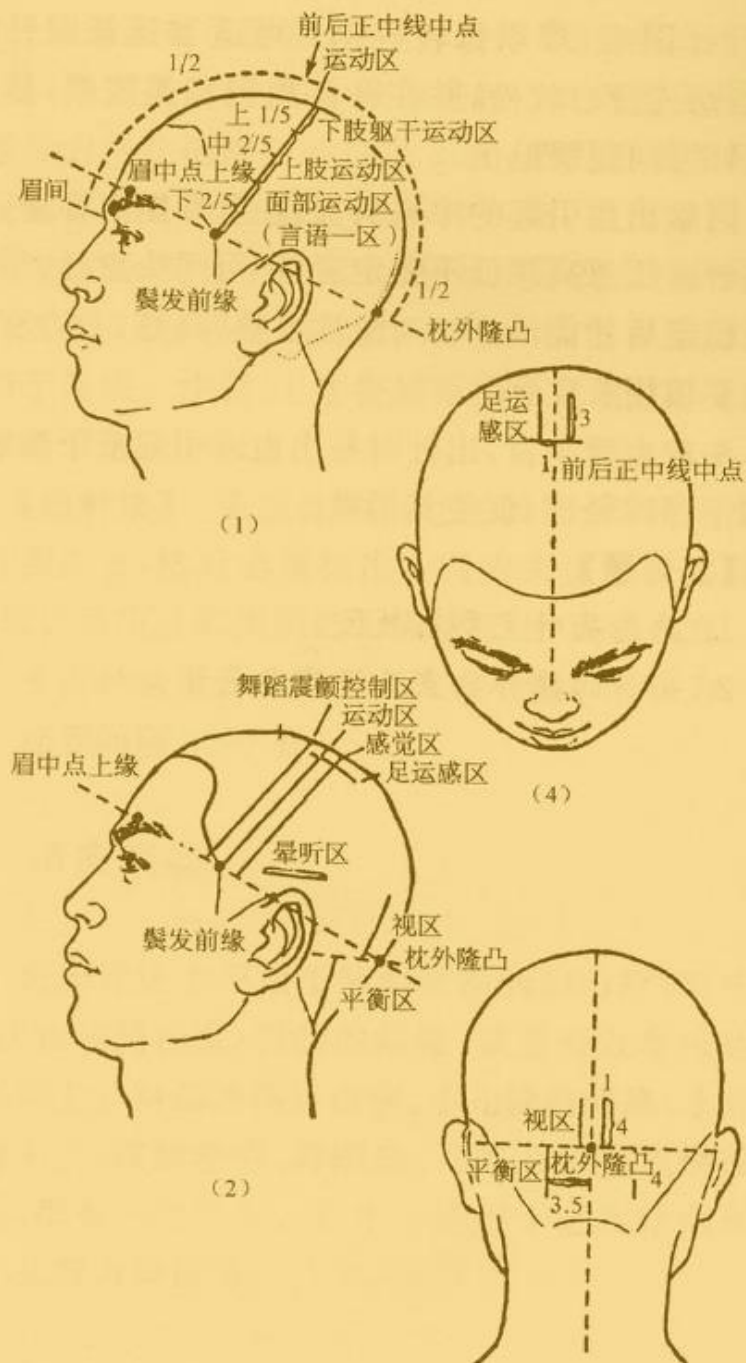
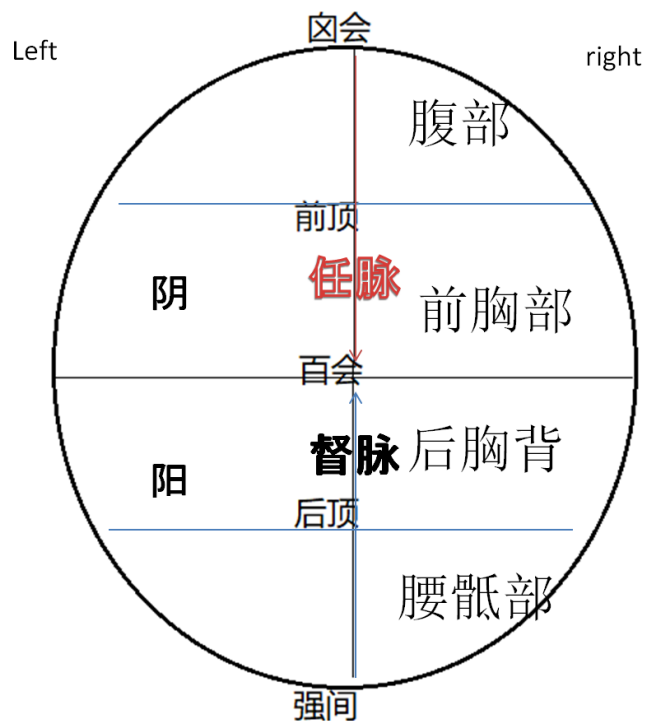
- <https://www.yudayimedicine.com/pain-relief>
- <https://www.youtube.com/watch?v=cOtR1RV0OGY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=EwdCsvOrRHg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Yqovr4Q4jmY>

总提取穴的效果

- 与上海叶明柱老师的聊天交流
- <http://ablessingacupuncture.com/files/126492023.pdf>

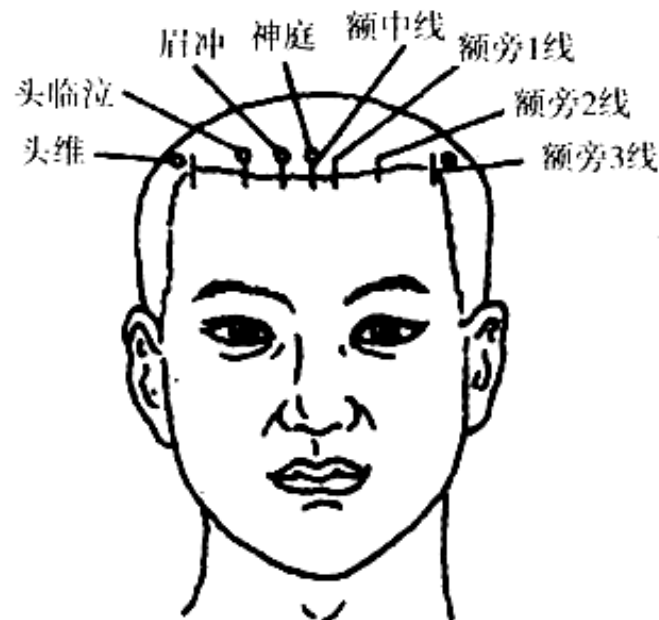
理解比较焦氏頭針

山西焦順發同志于1971年首先提出，
是以大腦皮層機能定位為理論依據，
以針刺為手段治療各種疾病。臨床
常用于腦源性疾病。

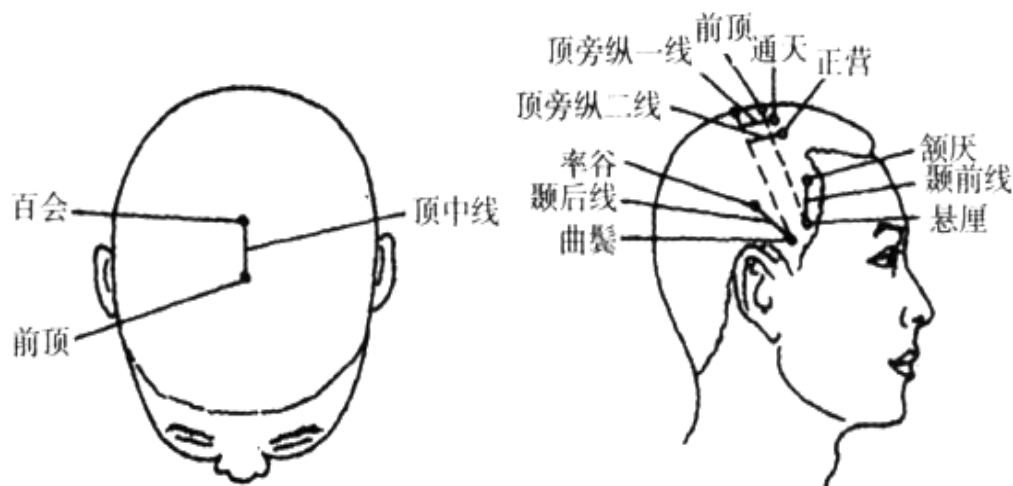


理解比较国际頭針

- 额旁2线 在头前部，
- 急慢性胃炎、胃和十二指肠溃疡、肝胆疾病等。
- 额旁3线 在头前部
- 功能性子宫出血、阳痰、遗精、子宫脱垂、尿频、尿急等。
- 顶中线 在头顶部
- 腰腿足病，如瘫痪、麻木、疼痛，以及皮层性多尿、脱肛、小儿夜尿、高血压、头顶痛等。



国际标准头穴 (1)



头顶图

侧面图

国际标准头穴 (2)

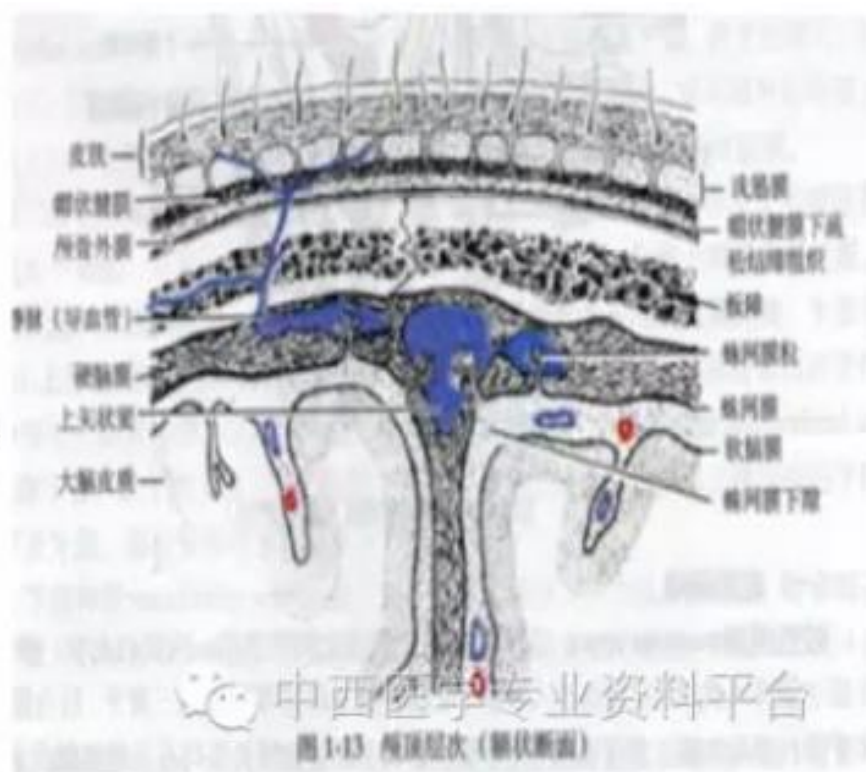
总提取穴原则

- 取穴时针尖指向病位，
- 针的数目由病位和病情决定
- 胶东的头部总提取穴配合体针，总领体针，与体针相得益彰，相辅相成，留针时间取决于体针的留针长短

额顶枕区层次及结构特点

层次：五层

- (1) 皮肤
 - (2) 浅筋膜
 - (3) 帽状腱膜
 - (4) 腱膜下疏松结缔组织
 - (5) 颅骨外膜
- 头皮



- 现代头皮针运针只捻转不提插。每分钟要求捻转**200**次左右。
- 一为抽提法，针体进入帽状腱膜下层后，紧提慢插的方法，相当于泻法。
- 一为进插法，紧插慢提的方法，相当于补法。上述提插范围不宜超过0.1寸，动作要求迅速。

答疑解惑时间

动手操作时间

总提取穴原则 (二)

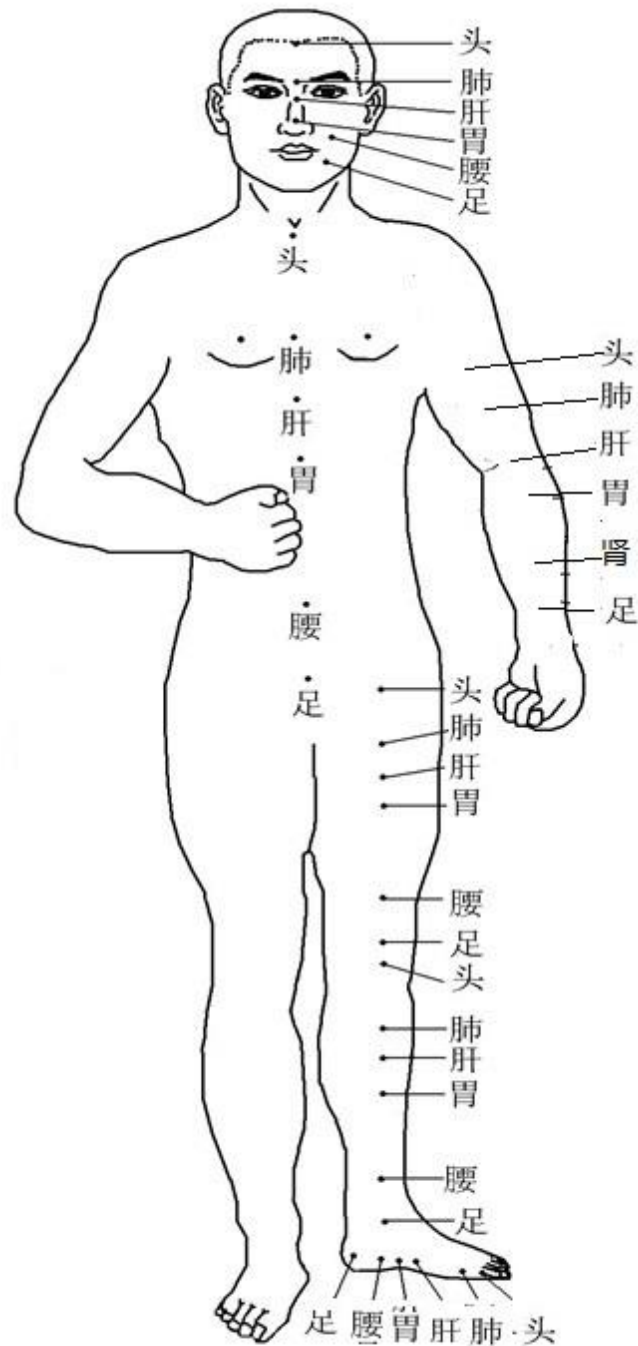
- 头部总提总领体针
- 铜山西崩，洛钟东应
山崩和钟鸣是物理传导，自然现象在人体中都有对应
山崩阳也是病灶点，钟鸣亦阳也是治疗的敏感点

胶东总提取穴体针

- 头部总提总领体针
- 七分同取论以阴阳定病位
 - 大道至简、由博归渊是道理。
 - 凡事从简，不宜繁

胶东总提取穴

- 七分同取以阴阳定病位
 - 头部
 - 耳部
 - 手部
 - 足部
 - 臂部
 - 腿部
 - 胸背部
- 七分七部七星

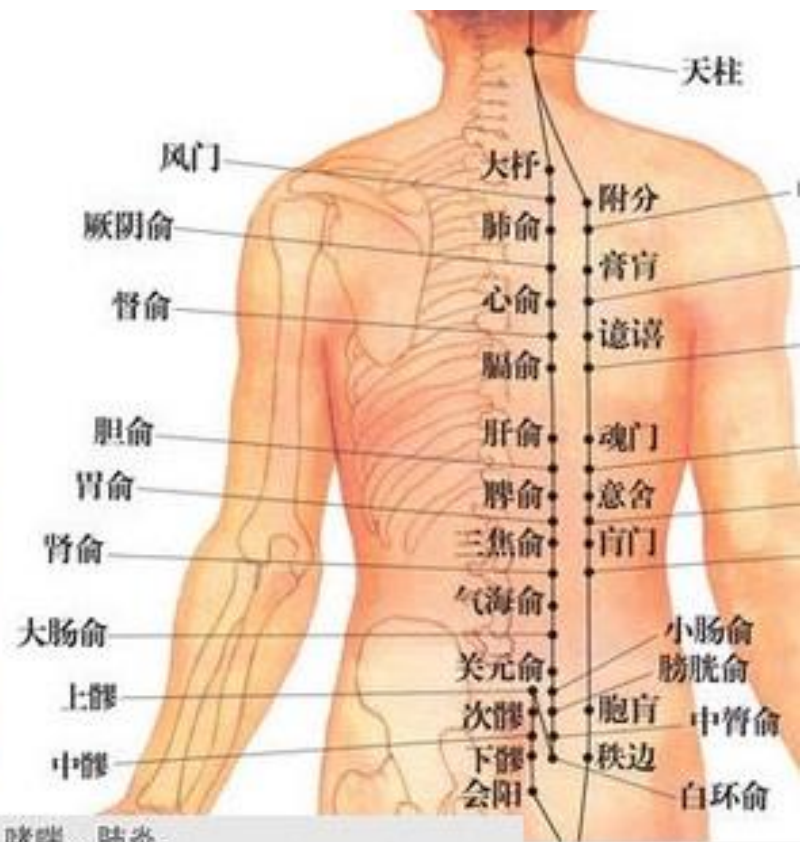


胶东总提取穴体针

阴阳定病位

胸背部

- 前胸为阴，后背为阳
- 膈上为阴，膈下为阳



系统：感冒、发烧、各种急慢性支气管炎、哮喘、肺炎。

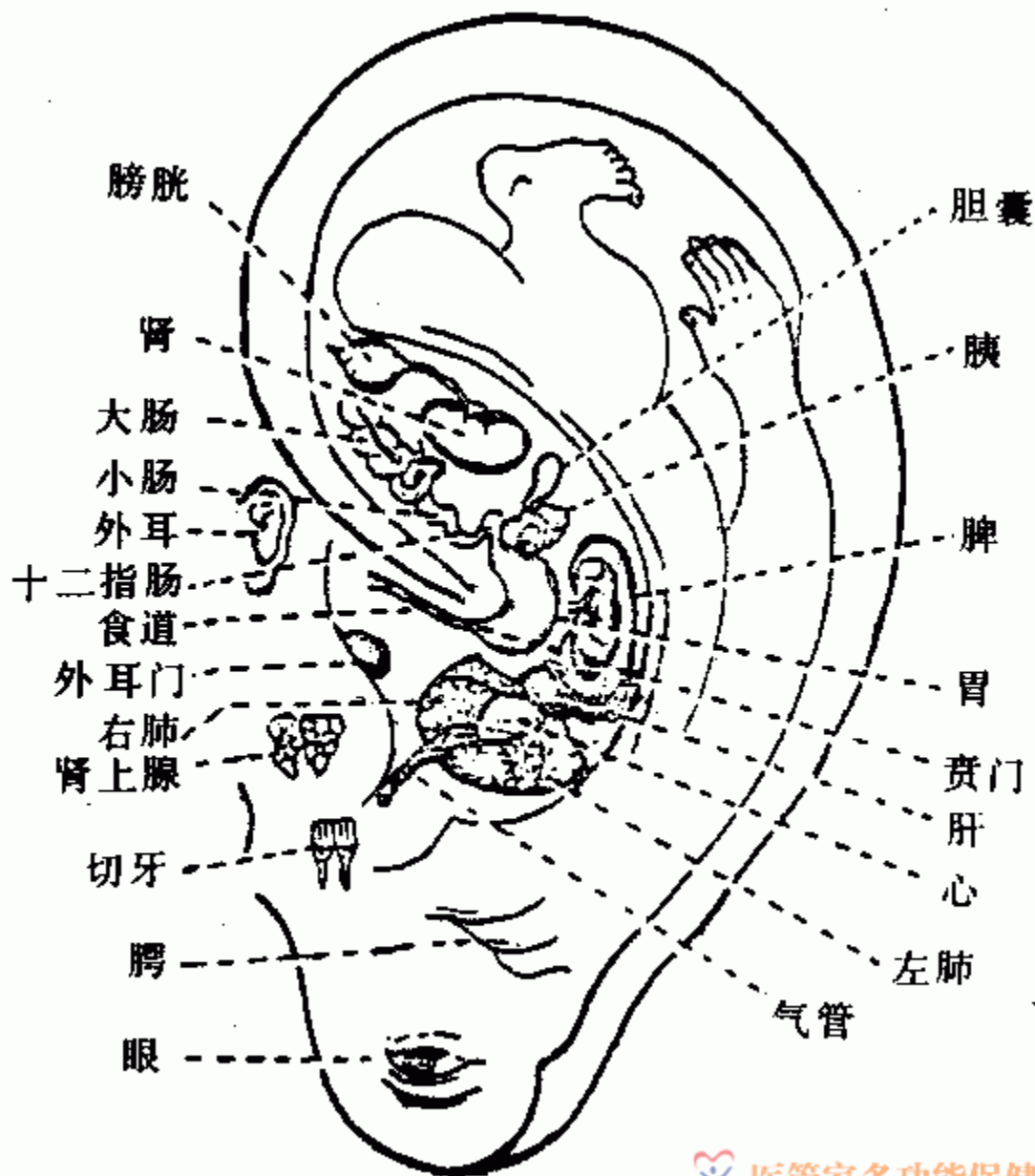
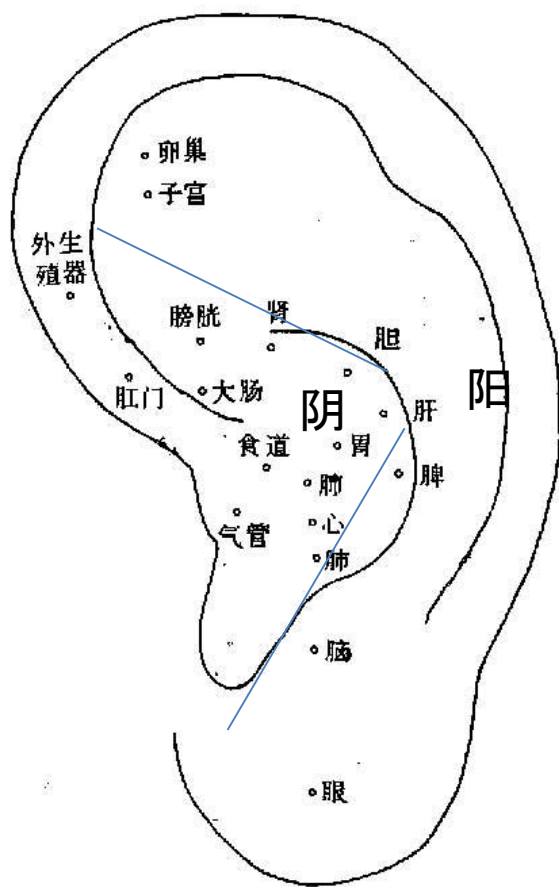
系统：消化不良、腹痛、痢疾、胃及十二指肠溃疡、胃下垂、急慢性胃肠炎、肝炎

生殖系统：肾炎、阳痿、睾丸炎、闭经、月经不调、痛经、盆腔炎、附件炎、宫颈炎

疾病：失眠、腰背痛、坐骨神经痛、中风后遗症、关节炎，经脉所过的肌肉痛。

阴阳定病位 耳

外耳属阳，
内耳属阴

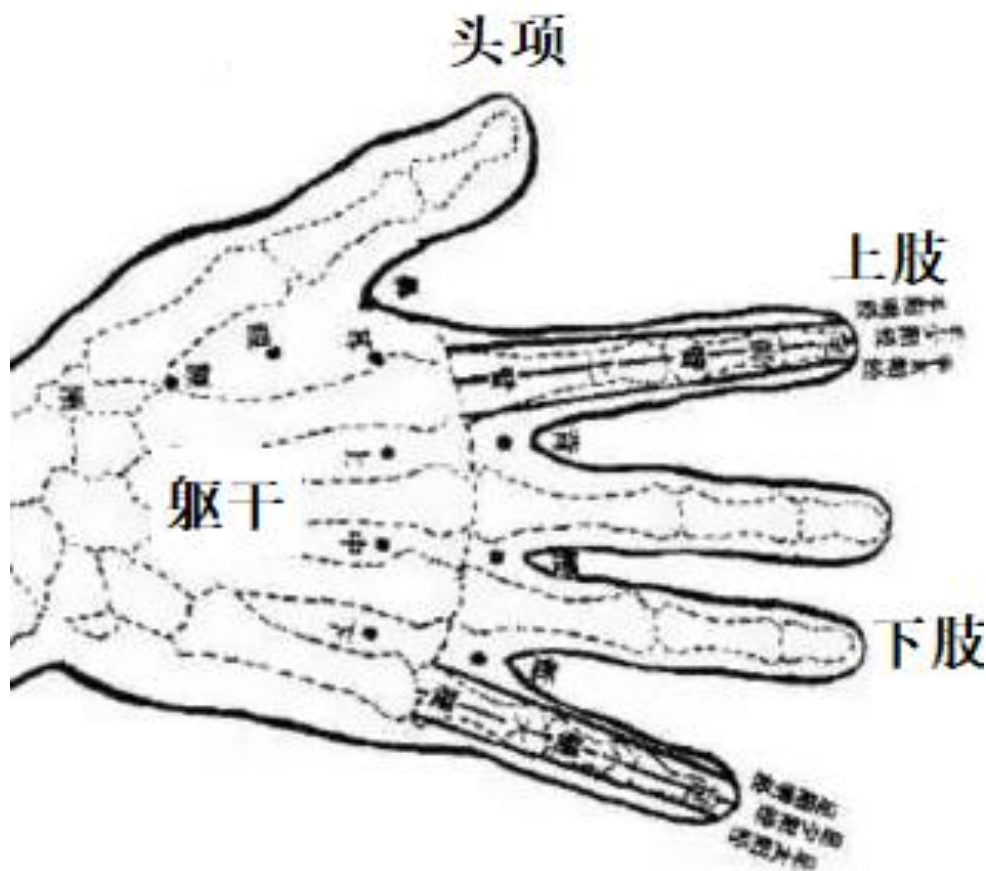


阴阳定病位 手部

- 《灵枢·动输》篇说：“夫四末阴阳之会者，此气之大络也。”
- 《卫气失常》篇又说：“皮之部，输于四末。”“四末”即指四肢下端——手、足，说明手足阴阳经脉气血会合联络的部位。
- 在上肢，人身“阴气……循臂至指端，阳气从手上行”（《素问·太阴阳明》篇）；
- 在下肢，“阳气起于足五趾之表，阴气起于足五趾之里”（《素问·厥论》），均是阐明手足与周身阴阳经络的密切联系。
- 所以十二经脉脉气的散布，以四肢肘、膝以下的部位称为“根”或“本”，和“四关”“气街”关系密切，它与躯干的“标”“结”等部位相对应。
- 手针疗法和足针疗法针刺肢体远端的不同穴位，能对全身各部的病痛产生治疗的作用。

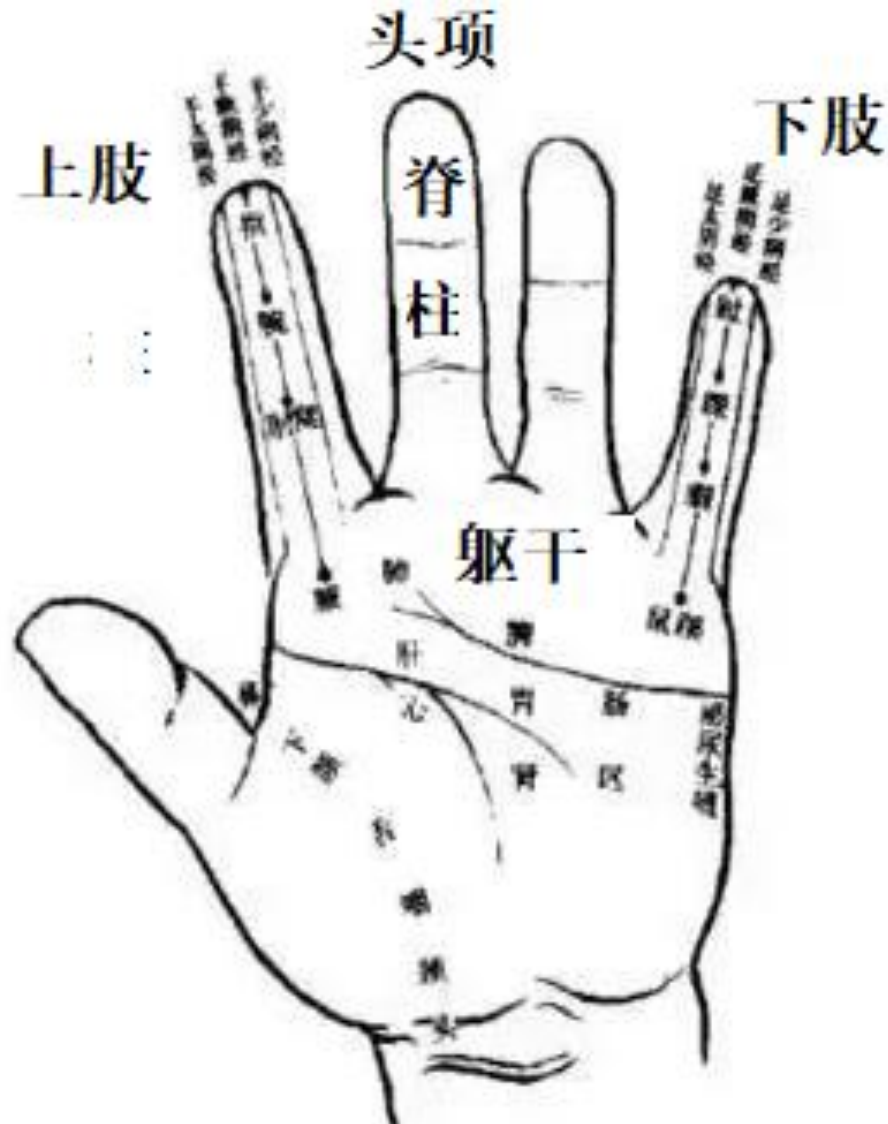
横象的全息象

把手示指、小指向
前伸出。拇指、中
指、环指缩起，可
以又得到一个“全
息人象”的雏形：
桡骨小头及第一掌
骨为头项，
食指为上衣，
无名指为下衣，
掌面及掌背即分别
为躯干的内、外侧。
其外侧称为横伏象，
其内侧称为横伏脏。



纵向排列的全息象

俯卧的人形。
中指为头项，
示指为上肢，
拇指、小指为下肢，
第三掌骨为脊柱。
身体器官依次排列。
人体阳面组织器官
--手伏象。
人体阴面组织器官
--手伏脏。

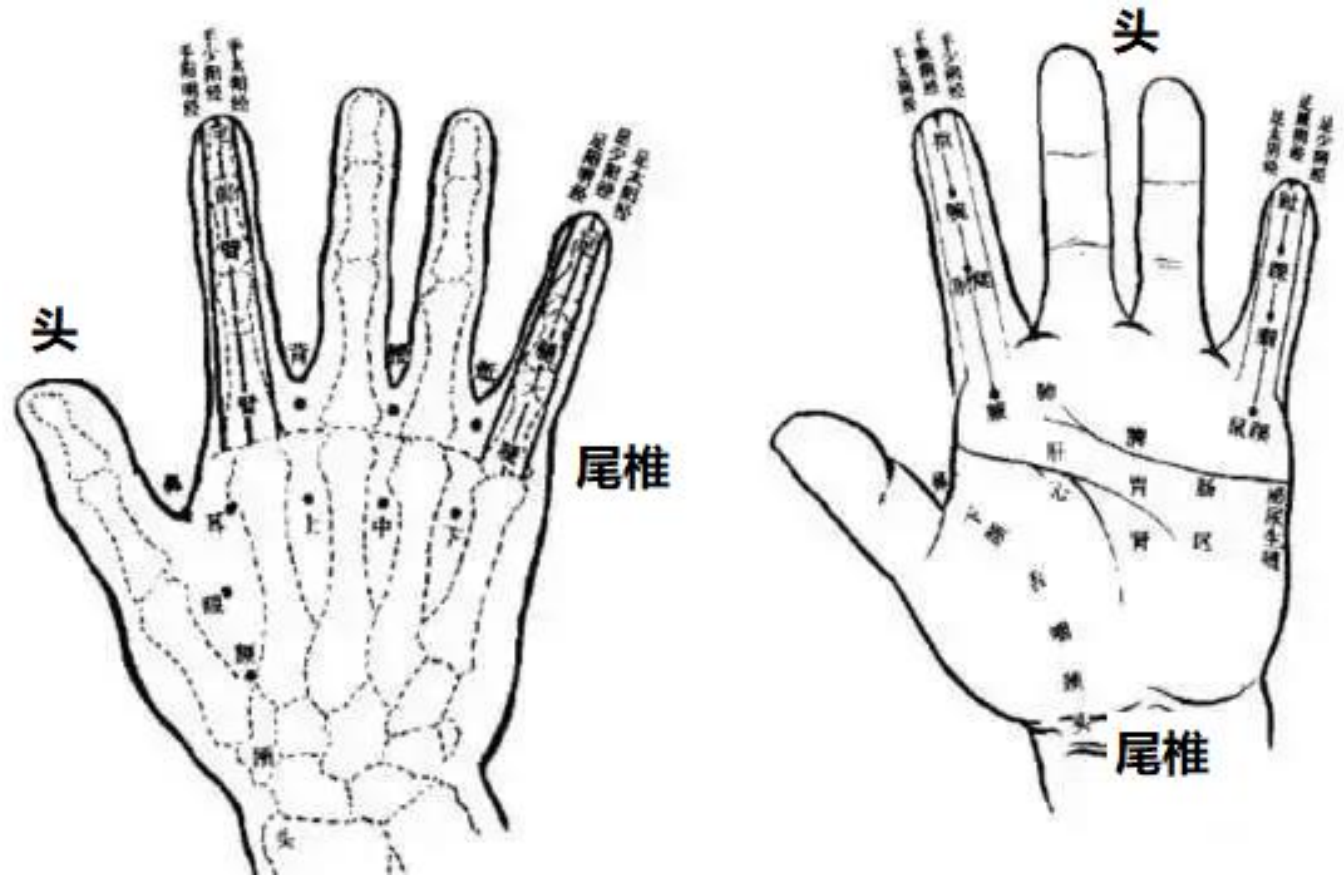


总提取穴体针

全息象

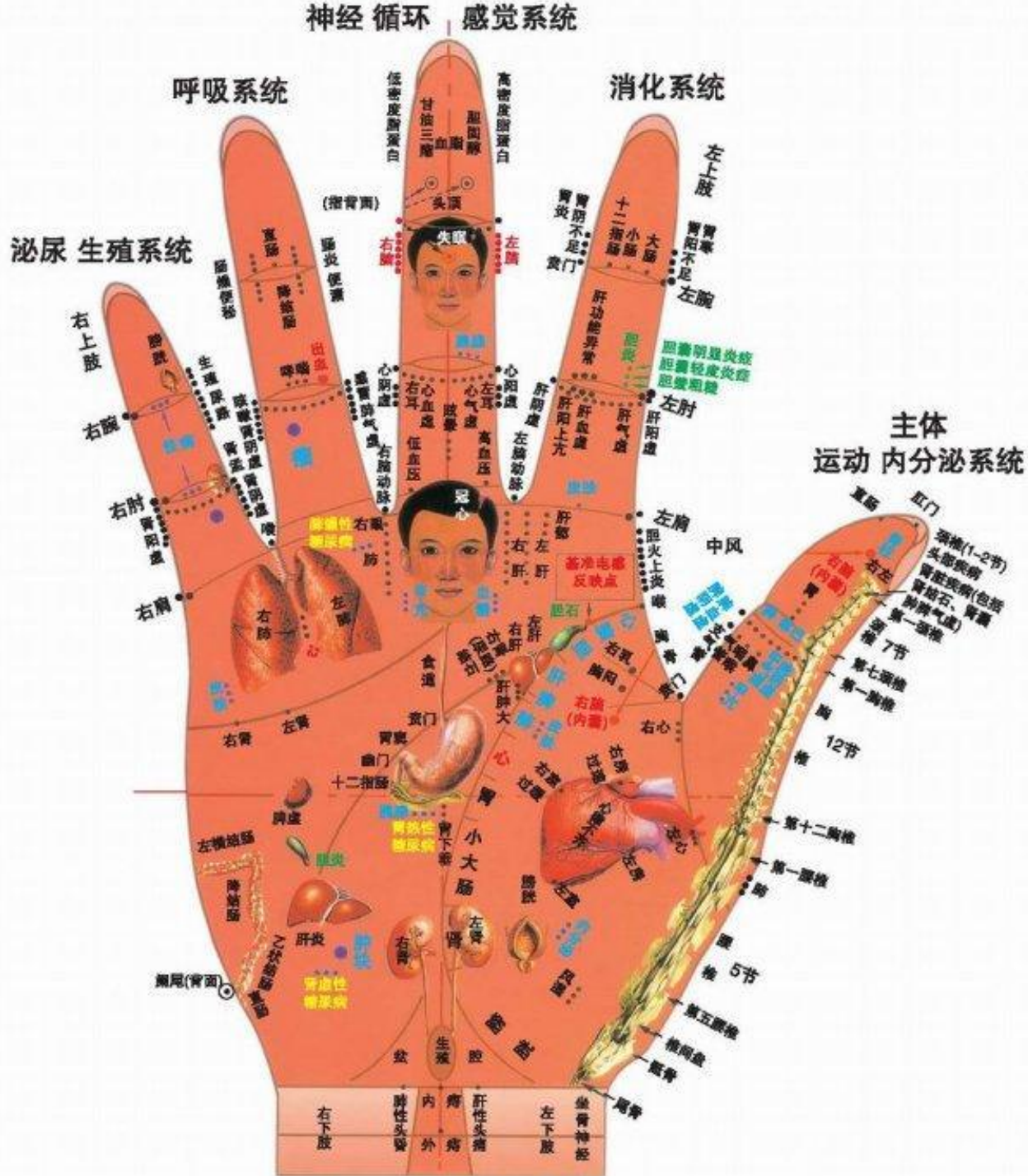
横向排列

纵向排列



纵向排列的全息象

就象一个俯卧的人形。中指为头项，示指、环指为上肢，拇指、小指为下肢，第三、掌骨为脊柱。其余的身体器官依其次的排列。人体阳面的组织器官，在方氏手象针里称之为手伏象。同理，人体阴面的组织器官称为手伏脏。



胶东总提取穴体针

阴阳定病位
手部

同理参照
董氏取穴



手部取穴的治疗效果

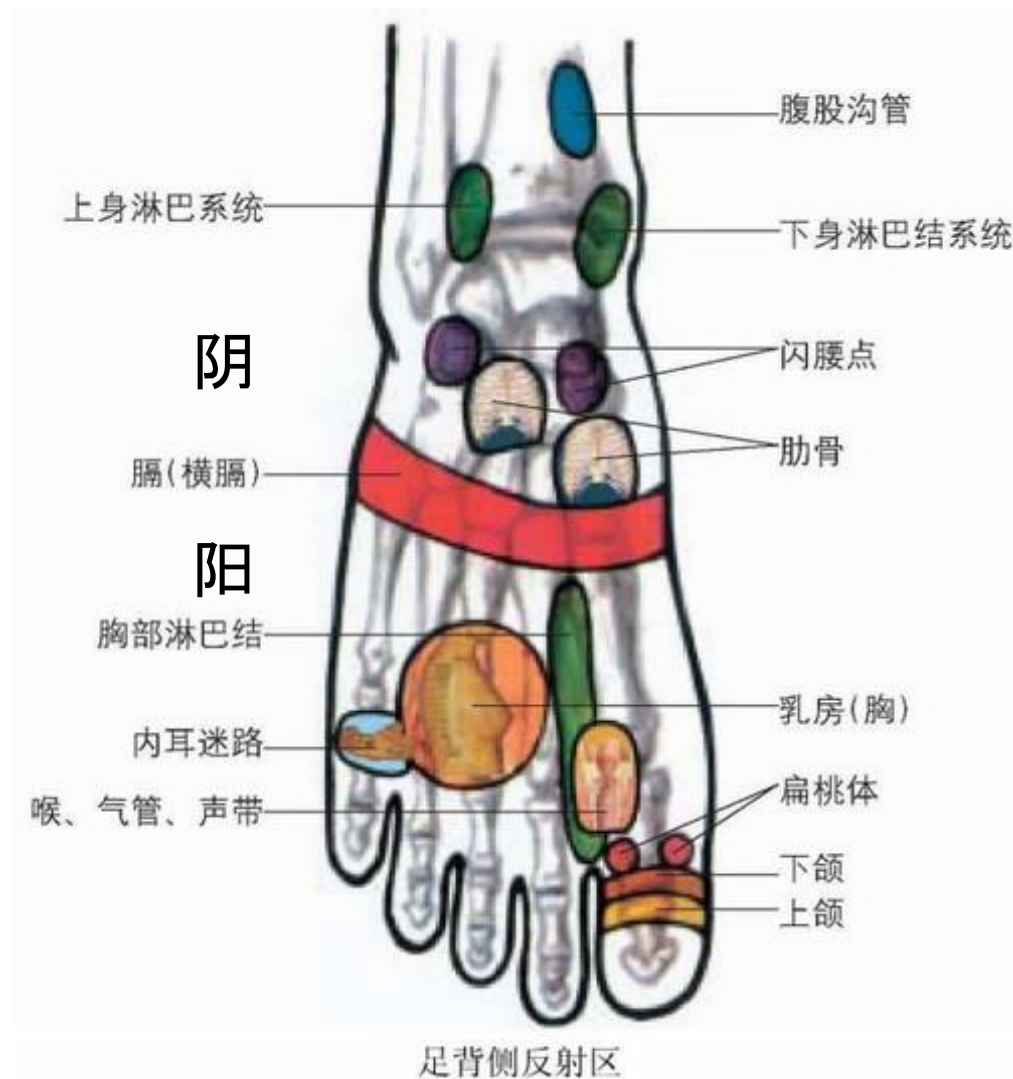
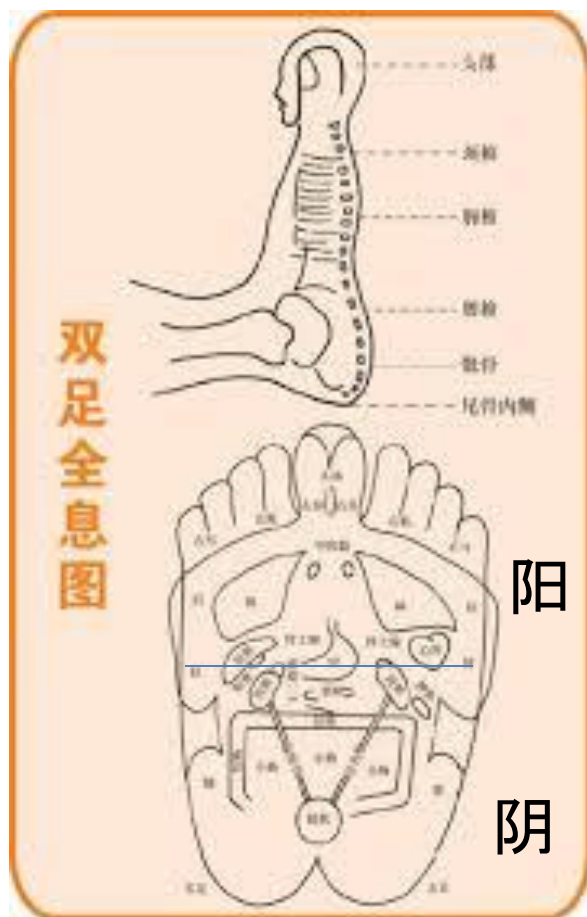
- 镇痛迅速，针入痛消
- 随咳进针，活动患部是关键。针刺咳嗽有二个作用：
 - 一是转移病人的注意力，缓解病人对针刺的恐惧，减轻进针的疼痛，避免晕针；
 - 二是咳嗽可以宣散气血，提高疗效。针刺同时让病人活动患部，更是取效的关键，这也是从《灵枢·周痺第二十七》所说“故刺痺者---其癰坚，转引而行之”的具体应用。

答疑解惑

动手操作

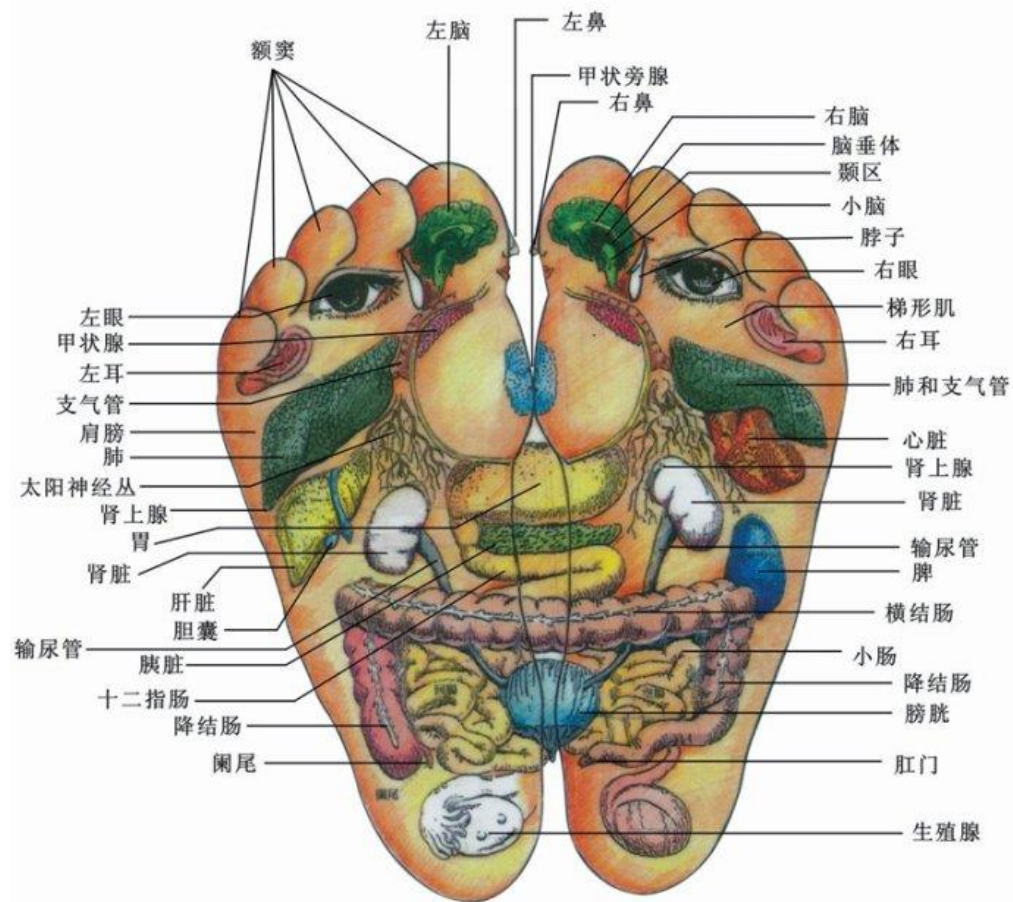
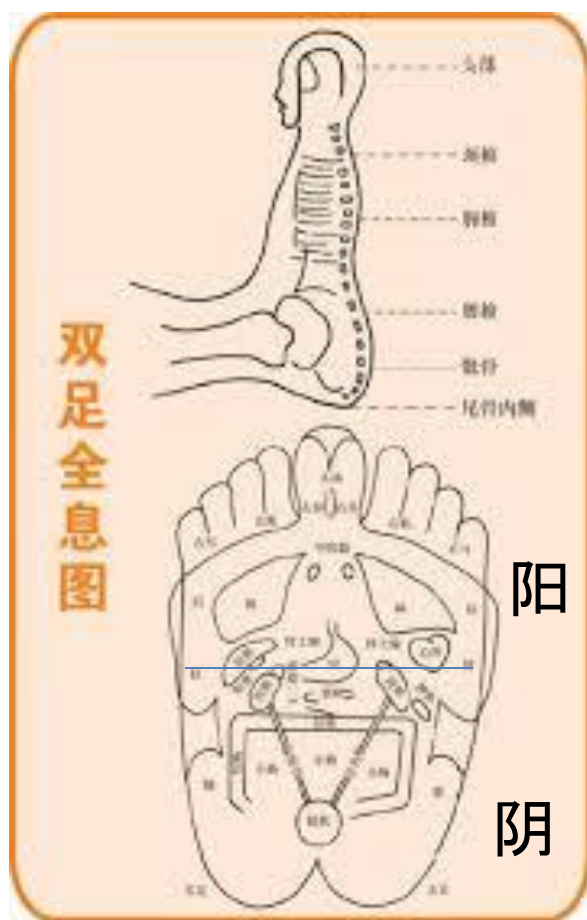
胶东总提取穴体针

- 阴阳定病 足部



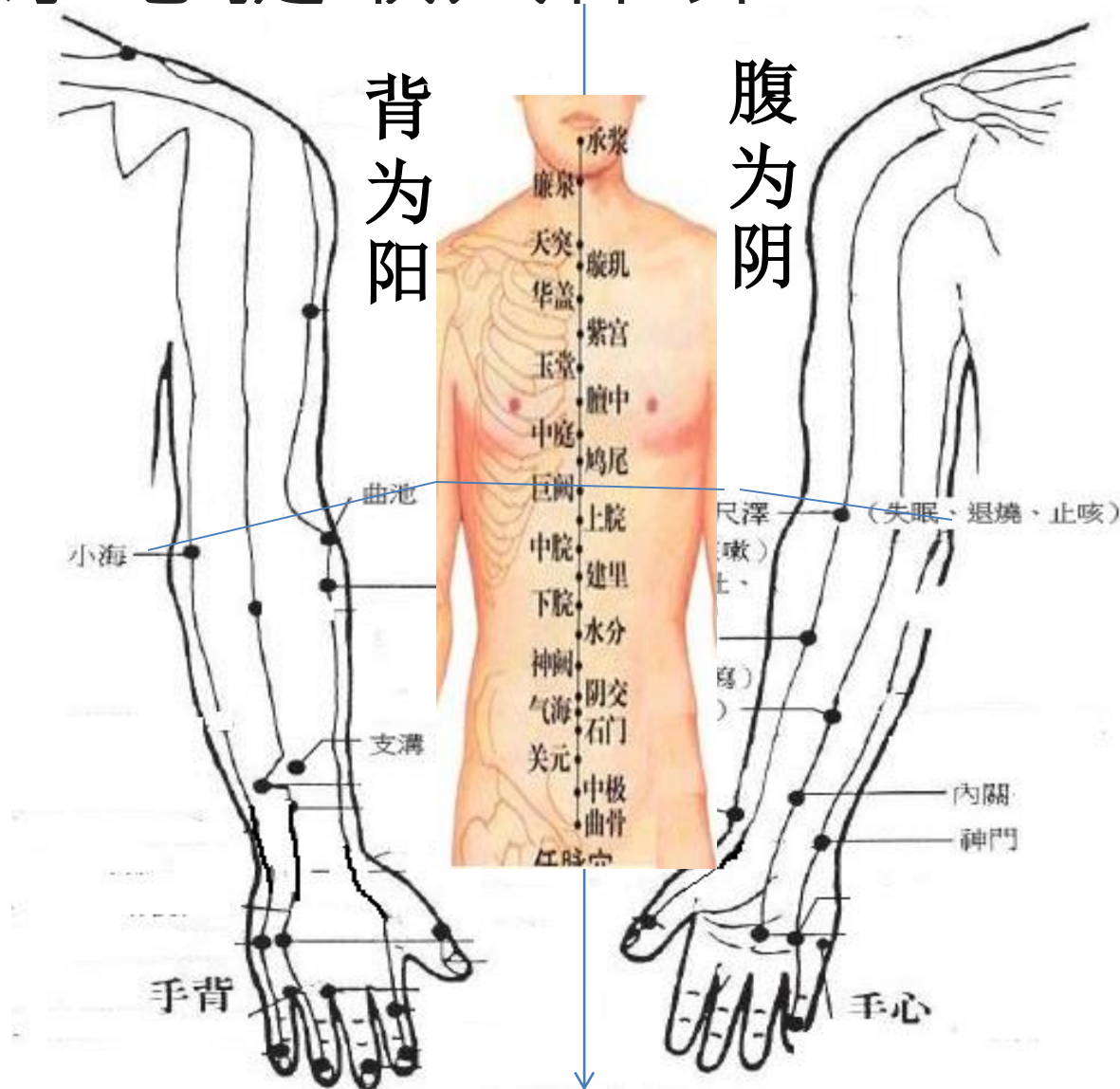
胶东总提取穴体针

- 阴阳定病 足部



胶东总提取穴体针

- 阴阳定病位
- 臂部
- 手背为阳，
手心为阴
- 肘上为阳，
肘下为阴



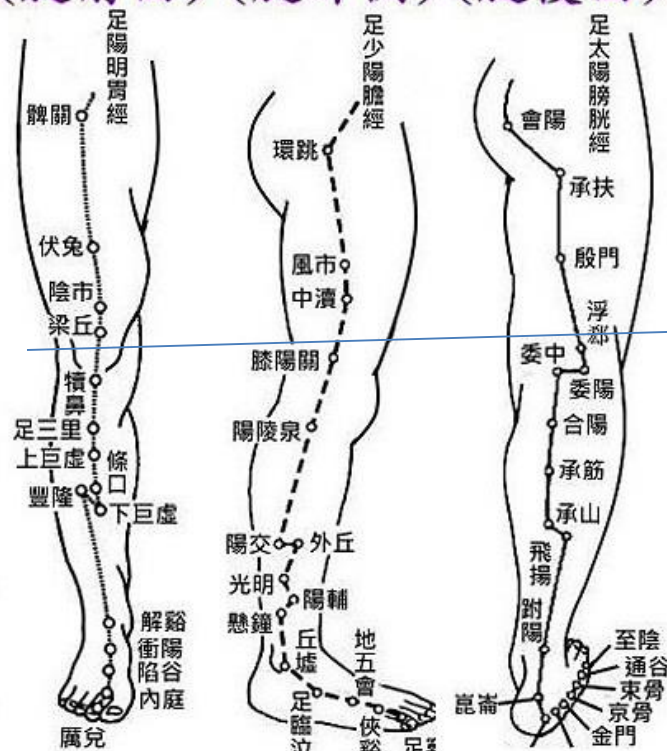
胶东总提取穴体针

- 阴阳定病位

- 腿部
腿背为阳，
腿前为阴
外侧为阳，
里侧为阴
膝上为阳，
膝下为阴

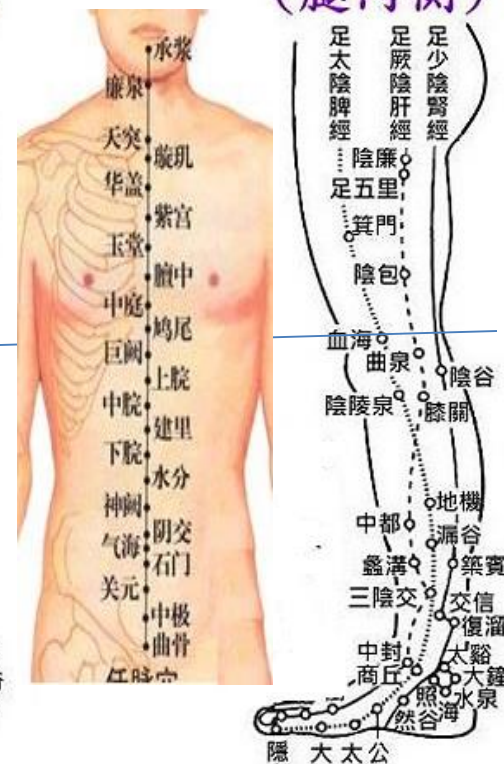
足三陽經 (從頭走足)

(腿前面) (腿外側) (腿後面)



足三陰經 (從足走胸)

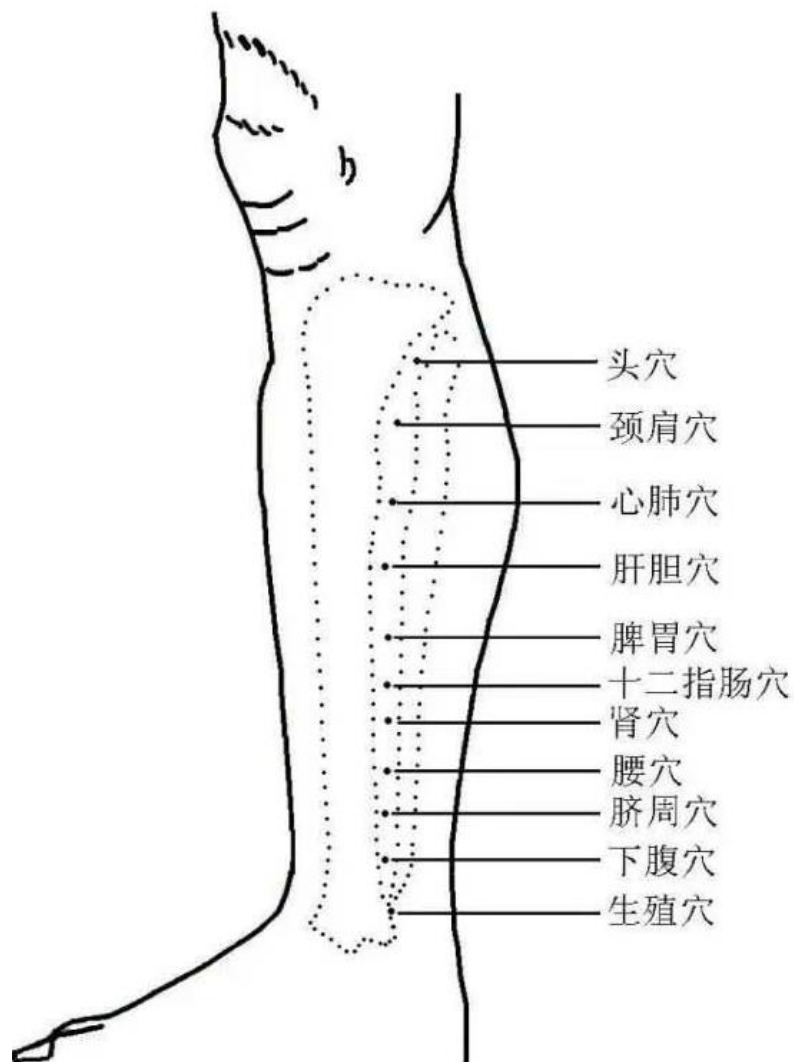
(腿內側)



阳
阴

胶东总提取穴体针

- 阴阳定病位
- 腿部



总提取穴总结

- 头部总领体针
- 贴骨留痛.
- 铜山西崩，洛钟东应
- 奇数为阳，偶数为阴
- 钟鸣阳也，山崩亦阳也,重阳为阴,
- 敏感点都不痛了，就是阴阳平衡了
- 凡事从简，不宜繁

答疑解惑

动手操作

法担与法截

- 担截法首载于《马丹阳天星十二穴治杂病歌》：
合担用法担，合截用法截

三里内庭穴，曲池合谷接。
委中承山配，太冲昆仑穴。
环跳与阳陵，通里并列缺。
合担用法担，合截用法截。
三百六十穴，不出十二诀。
治病如神灵，浑如汤泼雪。
北斗降真机，金锁教开彻。
至人可传授，匪人莫浪说。

法担与法截

- 此天星穴由宋朝道教琼瑶真人传世，原为十一穴，后由元朝全真道教道教遇仙派祖师马丹阳增加太冲一穴而成为十二穴并流传于世，在“针灸大成”中称之为“马丹阳天星十二穴”。十二个穴道都是在“正经”上面，而且都是属于重要穴道，例如五俞穴，原穴，络穴或大关节上的穴道等，临床应用上非常好使，很有效；几乎这十二个穴道，只要补泻的处方正确，已经可用以治疗全身所有的疾病。
- 说治病有如神灵，应手即愈，就像用热水泼在雪地上，一下子就溶化了因此，针一扎进穴道，连金锁都可以打开
- 在这个歌诀里面还有：。古人传授任何一种技艺都是师父找徒弟，不是徒弟找师父的，所以歌诀说：至人的可传授，匪人莫浪说，就是说，只能教给那些好的弟子，不是好弟子，就不能教他

法担与法截

- 元名臣，著名文学家许有壬在《至正集·一真堂记》中记述：“太师窦先生之未遇也，怀其学无所施，悯人札瘥，针法极其妙。施诸治疗，莫不即愈，兵荒中活人不知其几。及见世皇，陈三纲五常之道，人道既立，相安而并生，其为活人又什百千万于针矣。天下之言针者，一以太师为宗。而标榜求售者，皆自称门人焉。”
- 窦氏一反两晋唐宋诸针灸典籍之重灸轻针现象，大力倡导针法，为明代针法的繁荣昌盛起到基石作用。
- 《灵枢·经脉》说：“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚以经取之。”

法担与法截

其次《栏江赋》亦以它为重心，后代医家对担截有不同的认识及解说，其意义大致有下述几点：

第一种说法：认为是补泻法：

《针灸大成卷四·经络迎随设为问答》说
「补针之法...再推进一豆谓之按为截，为随」
「泻针之法...退针一豆谓之提为担，为迎也」

杨继洲是把截法与随并论，担法与迎并论的，是把截做为补法，把担作为泻法。

法担与法截

第二种说法:是取穴的一种方法，此法目前广被针灸者运用

如明朝汪机《针灸问对》中所说:

「截者截穴，用一穴也，
担者二穴或手足二穴，
或两手足各一穴也」。

既可取单侧一穴截之，又可取双侧双穴担之，如:

- 头痛牙痛取单侧合谷谓之上截;
- 胸闷气短取双内关谓之上担;
- 腹痛腹胀取双侧足三里谓之下担。

也可上下结合，采上担下截或下担上截，如

- 胃痛胸闷呕吐取双侧内关单侧公孙谓之上担下截，

也有上下截法或上下双担法，如

- 取双内关双公孙即是上下双担。

法担与法截

第三种说法:辞源等书所言:

截, 有截止, 拦阻之意,

担, 有负戴, 承担之意。

经络之上游取穴就有截断之意,

如手三阳从手走头, 针上游之合谷外关可谓之截,

足三阴从脚走胸, 针上游之公孙太冲可谓之截;

在经络之下游取穴就有承担之意,

如手三阴从胸走手, 针下游之内关列缺可谓之担,

足三阳从头走脚, 针下游之足三里足临泣可谓之担。

第四种说法: 担也有一穴治多症的说法 如迎香
一针可治鼻炎和膝盖痛

法担与法截

- 三里等十二穴世人皆知，
- 然其关键之处“北斗降真机，金锁教开彻”，却未见有知者。世人讲解马丹阳天星十二穴治杂病歌时，皆跳开此句，实不知此句实为整首歌诀之真机。“北斗降真机”，此北斗真机即为天罡之机。
- 头针取穴，叫众星拱北，取意就在此

法担与法截

- 此天星穴由宋朝道教琼瑶真人和马丹阳为道教传奇人物，所以得到道教术数医学真传也是毫不为奇之事。但无论是琼瑶真人还是丹阳真人，皆出于遵守道教门规而秘传，公开提到的只是三里等天星十二穴，对于天罡真诀却只字未提，丹阳真人也只是一句“北斗降真机，金锁教开彻”而轻描淡写的一笔带过，对其诀其法却不在论及。末了还留下一句“至人可传授，匪人莫浪说”的戒规，可见对天罡诀法的珍视。

法担与法截

- 《標幽賦》衆穴主持觀夫九針之法，毫針最微，七星可應，
- 北斗七星是由天枢、天璇、天玑、天权、玉衡、开阳、瑶光七星组成的
- 马丹阳天星十二穴治杂病歌
- 北斗降真机，金锁教开彻。至人可传授，匪人莫浪说。
- 全真七子，北斗七星，马丹阳北斗降真机，窦默七星可應，就是讲的七分，加总提，这就是针灸的秘密

法担与法截

- 配合天星，
歌诀名为“天星十二穴”，天星即天上之星，指明此十二穴的重要。选取天罡灵穴施术之后，配合三里 内庭等天星十二穴，如此，天罡十二穴配合天星十二腧穴，方为此法之秘传真机。
 - 三里内庭穴，曲池合谷接。
 - 委中承山配，太冲昆仑穴。
 - 环跳与阳陵，通里并列缺。

细解《针灸大成》中的配穴

- 三里与内庭
- 三里膝眼下，三寸两筋间。能通心腹胀，善治胃中寒，肠鸣并泄泻，腿肿膝胛酸，伤寒羸瘦损，气蛊及诸般。年过三旬后，针灸眼便宽。取穴当审的，八分三壮安。
- 内庭次指外，本属足阳明。能治四肢厥，喜静恶闻声，瘾疹咽喉痛，数欠及牙疼，疟疾不能食，针着便惺惺。针三分，灸三壮。

曲池与合谷

- 曲池拱手取，屈肘骨边求。善治肘中痛，偏风手不收，挽弓开不得，筋缓莫梳头，喉闭促欲死，发热更无休，遍身风癰癩，针着实时瘳（针五分，灸三壮）。
- 谷在虎口，两指歧骨间。头疼并面肿，疟病热还寒，齿齲鼻衄血，口噤不开言。针入五分深，令人即便安（灸三壮）。

委中与承山

- 委中曲腠里，横纹脉中央。腰痛不能举，沉沉引脊梁，酸疼筋莫展，风痹复无常，膝头难伸屈，针入即安康（针五分，禁灸）。
- 承山名鱼腹，腠肠分肉间。善治腰疼痛，痔疾大便难，脚气并膝肿，辗转战疼酸，霍乱及转筋，穴中刺便安（针七分，灸五壮）。

太冲与昆仑

- 太冲足大趾，节后二寸中。动脉知生死，能医惊痫风，咽喉并心胀，两足不能行，七疝偏坠肿，眼目似云朦，亦能疗腰痛，针下有神功（针三分，灸三壮）。
- 昆仑足外踝，跟骨上边寻。转筋腰尻痛，暴喘满冲心，举步行不得，一动即呻吟，若欲求安乐，须于此穴针（针五分，灸三壮）。

环跳与阳陵

- 环跳在髀枢，侧卧屈足取。折腰莫能顾，冷风并湿痹，腿胯连膂痛，转侧重欬歔。若人针灸后，顷刻病消除（针二寸，灸五壮）。
- 阳陵居膝下，外膂一寸中。膝肿并麻木，冷痹及偏风，举足不能起，坐卧似衰翁，针入六分止，神功妙不同（灸三壮）。

通里与列缺

- 通里腕侧后，去腕一寸中。欲言声不出，懊恼及怔忡，实则四肢重，头腮面颊红，虚则不能食，暴暗面无容，毫针微微刺，方信有神功（针三分，灸三壮）。
- 列缺腕侧上，次指手交叉。善疗偏头患，遍身风痹麻，痰涎频壅上，口噤不开牙，若能明补泻，应手即如拿（针三分，灸五壮）。

法担与法截实例

女， 24岁， 右侧胯部痛 和 颈椎痛头痛



法担与法截

- 《灵枢.终始》“凡刺之道，气调而止”

《刺节真邪论》“用针之道，在于调气”。

答疑解惑

谢谢大家交流！

[HTTPS://WWW.YUDAYIMEDICINE.COM/](https://www.yudayimedicine.com/)

TEL: 805 - 523 - 9155