

基于“一气周流”理论探析程氏脐腹针分区与临床应用

张 奇¹, 程光宇^{2*}, 王慧敏³, 赵广阔⁴

¹黑龙江中医药大学附属第一医院治未病中心, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院中医成果转化中心, 黑龙江 哈尔滨

³黑龙江中医药大学第一临床医学院, 黑龙江 哈尔滨

⁴程为平中医诊所, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2026年8月9日; 录用日期: 2026年9月3日; 发布日期: 2026年9月10日

摘 要

程氏脐腹针以河图洛书、五行学说为理论基础, 将腹部划分为26个穴区, 形成了独特的诊疗体系。清代医家黄元御在《四圣心源》中提出的“一气周流, 土枢四象”理论, 强调以中焦脾胃为升降枢纽, 左路木火升发、右路金水敛降的气机循环模式。本文通过系统梳理二者在理论渊源、核心内涵、空间布局及功能应用上的内在关联, 揭示程氏脐腹针分区实为一气周流理论的具象化表达: 元气区与脾胃区对应“中土为枢”, 左侧肝胆区对应“左路升发”, 右侧肺与大肠区对应“右路敛降”, 各脏腑三区分治则对应一气周流在不同层面的功能呈现。二者形气结合, 共同构建了“以形调气、以气治形”的临床实践范式。

关键词

“一气周流”, 程氏脐腹针, 土枢四象, 左升右降, 分区疗法

Exploration of the Cheng's Navel-Abdominal Acupuncture Zoning and Clinical Application Based on the Theory of “Yiqi Zhoulu”

Qi Zhang¹, Guangyu Cheng^{2*}, Huimin Wang³, Guangkuo Zhao⁴

¹Center for Disease Prevention and Health Management, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Center for Chinese Medicine Achievement Transformation, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

³The First Clinical Medical College, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

⁴Cheng Weiping Traditional Chinese Medicine Clinic, Harbin Heilongjiang

*通讯作者。

文章引用: 张奇, 程光宇, 王慧敏, 赵广阔. 基于“一气周流”理论探析程氏脐腹针分区与临床应用[J]. 临床医学进展, 2026, 16(9): 1205-1209. DOI: 10.12677/acm.2026.1693155

Abstract

Cheng's Navel-Abdominal Acupuncture, grounded in the theories of Hetu Luoshu and the Five Elements, divides the abdominal region into 26 acupoint zones, forming a distinctive diagnostic and therapeutic system. The Qing Dynasty physician Huang Yuanyu, in his work "Four Sages' Heart Source", proposed the theory of "Yiqi Zhoulü, Earth Pivot and Four Images", which emphasizes the spleen-stomach of the middle jiao as the pivot of ascending and descending dynamics, with the left pathway ascending and the right pathway descending. Through systematic analysis of the intrinsic correlations between the two theories in terms of theoretical origins, core connotations, spatial layout, and functional applications, this paper reveals that the zoning of Cheng's Navel-Abdominal Acupuncture represents the concrete manifestation of the Yiqi Zhoulü theory: the Yuanqi Zone and Spleen-Stomach Zone correspond to "Earth as the Pivot"; the left-side Liver-Gallbladder Zone corresponds to "left ascending"; the right-side Lung-Large Intestine Zone corresponds to "right descending"; and the third zones of each zang-fu organ correspond to the functional presentation of Yiqi Zhoulü at different levels. The integration of form and qi collectively constructs the clinical practice paradigm of "regulating qi through form and treating form through qi".

Keywords

"Yiqi Zhoulü", Cheng's Navel-Abdominal Acupuncture, Earth Pivot and Four Images, Left Ascending and Right Descending, Zoned Therapy

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

清代医家黄元御在其代表作《四圣心源》[1]中提出“一气周流，土枢四象”的学术思想，成为阐释人体生理病理的重要理论模型。该理论以中焦脾胃之气为枢纽，左路肝木心火升发，右路肺金肾水敛降，形成“升降有序、周流不息”的圆运动。与此同时，程氏脐腹针基于河图洛书与五行学说，结合腹部经络腧穴特点，将腹部划分为26个功能穴区，形成了以脐为中心、以脏腑对应为核心的治疗体系。二者虽一为气化理论、一为针刺疗法，但在核心思想、空间逻辑及临床应用上呈现出深刻的同构性。本文旨在系统探讨程氏脐腹针分区与一气周流理论的内在关联，为针灸临床提供新的理论视角与实践路径。

2. 一气周流理论探源与核心内涵

2.1. 理论渊源

黄元御“一气周流”理论的构建，深受早期阴阳家思想的影响。《老子》[2]言：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”《周易·系辞上》[3]云：“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦。”黄氏将此哲学思想内化为医学理论，指出“阴阳未判，一气混茫……清浊之间，是谓中气，中气者，阴阳升降之枢轴，所谓土也”。这一“太极-两仪-四象”的生成模式，成为“一气周流”理论的哲学根基。

2.2. 核心内涵

一气周流理论的核心可概括为“中土为枢，左升右降”[1]。黄元御指出：“枢轴运动，清气左旋，升而化火，浊气右转，降而化水。方其半升，未成火也，名之曰木……方其半降，未成水也，名之曰金。”由此形成以脾胃中气为轴、肝心肺肾四脏为轮的动态圆运动模型，将其形象描述为“人身中气为轴，四维如轮，轴运轮行，轮运轴灵”。气机周流畅通则百病不生，一旦中轴失运或升降失常，则诸症蜂起。

2.3. 病理观与治疗原则

黄元御重视“水寒土湿木郁”的病理机制，认为中土阳虚湿盛是导致升降失常的根本原因。治疗上强调“扶阳抑阴、培植中土”，以恢复中焦斡旋之力为核心，兼顾四象之偏[1]。这一治疗原则为一气周流理论指导下的临床实践奠定了方法论基础。

3. 程氏脐腹针分区体系的理论基础

程氏脐腹针以河图洛书为空间架构之“形”，以五行学说为功能分类之“理”，二者共同构成其分区的数理基础。河图之数“天一生水，地六成之；地二生火，天七成之；天三生木，地八成之；地四生金，天九成之；天五生土，地十成之”，确立了北方肾水、南方心火、东方肝木、西方肺金、中央脾土的五方-五脏对应格局，此为腹部五区定位的数理依据。洛书之九宫格则将中央土位固定，四维八宫各配八卦，形成“戴九履一，左三右七，二四为肩，六八为足”的动态流转模式，为腹部穴区的功能流转与节气对应提供了时空框架。

程氏脐腹针以五行学说为理论根基，结合腹部经络腧穴特点，将腹部划分为26个功能穴区。穴区共使用任脉12穴、肾经18穴、胃经20穴、脾经6穴，并根据临床需要新增4穴，总计60个腧穴。其分区逻辑遵循三个层次：一区主治该脏腑生理功能异常引起的病症，二区主治该脏腑所主的形志功能异常，三区主治该脏腑所主的窍液功能失常，形成“功能-形志-窍液”三层主治规律。

脐腹针特别重视二十四节气与方位的对应关系，这一思想源于《周易》[3]“观乎天文以察时变”的智慧，结合《黄帝内经》[4]“天人相应”理论，将时空节律纳入诊疗体系，体现了中医整体观的深刻内涵。

4. 程氏脐腹针分区对一气周流理论的具象化呈现

4.1. 中土为枢：元气区与脾胃区

一气周流理论强调“中土为四象之母”[5]，脾胃中气是气机升降的枢纽。程氏脐腹针的元气区位于脐周，以神阙穴为中心，属于“阴阳鱼中间的混沌中心，为太极”，功能为“培元固本，益寿延年”，对应一气周流的“祖气”或“太极”之位。脾胃一区位于中腹部，以阴交、水分、育俞穴组成，属中央戊己土，功能为“调和脾胃，补气养血”，直接对应一气周流中“中土斡旋”的核心功能。脾胃二区、三区分别位于中腹两侧，进一步细化了脾胃在气机升降中的双重作用——既承接左升之火，又收纳右降之水，与“土枢四象”的理论完全契合[6]。

4.2. 左路升发：肝胆区与心与小肠区

一气周流理论认为“清气左旋，升而化火”，左路肝木心火的升发是全身气机上升的动力。程氏脐腹针的肝胆一区位于左腹部，以左大横穴为中心，属东方甲乙木，与春分之气相应，功能为“疏肝利胆，升降气机”，直接推动左路木气升发。肝胆二区位于其内侧，以天枢穴为中心，功能“柔肝荣筋，温胆止怯”，主治肝之形志病证。肝胆三区位于左下腹，与立春之气相应，功能“养肝利胆，荣目明目”，主治

肝之窍液病证。三区层层深入，完整呈现了肝木从左升发到功能外现的全过程。

心与小肠一区位于上腹部，以中脘穴为中心，属南方丙丁火，与夏至之气相通，功能“宁心安神，通利小肠”。心火承接肝木升发之气，进一步向上向外布散，完成左路升发链条的末端环节。心与小肠二区、三区则分别主治心之形志与窍液病证，与一气周流中心火“积温成热”而化生的功能外延相呼应。

4.3. 右路敛降：肺与大肠区、肾与膀胱区

一气周流理论强调“浊气右转，降而化水”，右路肺金肾水的敛降是气机潜藏归元的保障。程氏脐腹针的肺与大肠一区位于右腹部，以右大横穴为中心，属西方庚辛金，与秋分之气相应，功能为“宣降肺气，通畅肠腑”，引导右路金气肃降。肺与大肠二区位于其内侧，以右天枢穴为中心，功能“益肺生津，荣养皮腠”。肺与大肠三区位于右上腹，与立秋之气相应，主治肺之窍液病证，形成完整的右降功能序列。

肾与膀胱一区位于下腹部，以中极穴为中心，属北方壬癸水，与冬至之气相应，功能“补肾益气，通调膀胱”。肾水承接肺金肃降之气，进一步潜藏归元，完成右路敛降的末端环节。肾与膀胱二区、三区分别主治肾之形志与窍液病证，与一气周流中肾水“积凉成寒”而化生的功能相合。

4.4. 辅助调控区与气机周流的整体协同

除五脏六腑核心区外，程氏脐腹针还设有三焦区、利水区、理气区、和血区、通腑区、解毒区等功能穴区，分别针对气机周流过程中的特定环节进行调控。如三焦区与利水区通调水道，辅助肺肾水液代谢；理气区与和血区调和气血，辅助肝肺气机升降；通腑区与解毒区通畅肠腑，助肺与大肠肃降传导。这些辅助区与核心区相互配合，形成完整的“一气周流”调控网络[7]。

5. 临床应用：基于一气周流的分区干预策略

5.1. 左升不足证的调治

左升不足多见于肝气郁结、木气升发无力。临床表现为情绪抑郁、胸胁胀痛、脉弦等。治以左侧肝胆区为主，取肝胆一区疏肝利胆、推动左升，配脾胃一区巩固中轴、防止木郁克土。若兼心血不足、心神失养，可加心与小肠一区以助火气升发。

5.2. 右降失司证的调治

右降失司多见于肺气上逆、腑气不通。临床表现为咳嗽气喘、便秘、脉滑等。治以右侧肺与大肠区为主，取肺与大肠一区宣降肺气、引导右降，配通腑区通畅肠腑、助金气肃降。若兼肾不纳气、水湿内停，可加肾与膀胱一区以助水气潜藏。

5.3. 中轴失运证的调治

中轴失运多见于脾胃虚弱、升降枢纽失司。临床表现为腹胀便溏、神疲乏力、面色萎黄等。治以中央脾胃区与元气区为主，取元气区培元固本、补充升降动力，脾胃一区调和脾胃、恢复中焦斡旋，配脾胃二区或三区针对具体形志、窍液病证进行调治。

5.4. 升降失调复合证的调治

复合型升降失调如肝胃不和、肝火犯肺等，需“抑左升、助右降、固中轴”多靶点协同。以肝胃不和为例，取肝胆一区平抑过亢肝木，肺与大肠一区降肺胃之气，脾胃一区巩固中轴、调和肝胃，三区协同恢复升降平衡。

6. 小结

程氏脐腹针为程为平教授多年临床经验首创以腹部 26 区分区为载体, 将一气周流“中土为枢、左升右降”的抽象气机理论转化为具象的空间操作体系。元气区与脾胃区对应“中轴”, 左侧肝胆区、心与小肠区对应“左路升发”, 右侧肺与大肠区、肾与膀胱区对应“右路敛降”, 各脏腑三区分别治则对应一气周流在不同层面的功能呈现。二者形气结合、理法相应, 共同构建了“以形调气、以气治形”的临床实践范式, 为针灸治疗复杂气机失调病症提供了精准的空间靶向策略。未来可进一步借助现代科学技术方法, 验证其疗效机制, 推动传统针灸理论的现代化发展。

基金项目

基于数据挖掘分析程氏脐腹针治疗便秘的选穴及处方规律(ZYW2025-091); 生酮饮食介导肠道菌群对戊四氮致病小鼠海马神经可塑性的研究(20220202080951)。

参考文献

- [1] 黄元御. 四圣心源[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2010.
- [2] 老子道德经注[M]. 北京: 中华书局, 2011.
- [3] 周易注疏[M]. 北京: 中华书局, 2018.
- [4] 黄帝内经素问[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2012.
- [5] 毛文艳, 杜武勋. 黄元御一气周流理论探析[J]. 江苏中医药, 2016, 48(3): 6-8.
- [6] 王远韬, 刘毅. 浅析黄元御“一气周流, 土枢四象”学术思想[J]. 天津中医药大学学报, 2024, 43(8): 678-681.
- [7] 谭志康, 陈星玥, 王亚飞, 等. 基于“一气周流”理论谈肠易激综合征的诊治[J]. 江苏中医药, 2018, 50(8): 12-14.