

杏林颀萃

# 河南刘氏中医九宫点穴正脊学术流派 九代传承 打破束缚创新发展

□刘培章

河南刘氏中医九宫点穴正脊学术流派创立于清朝乾隆年间,至今已有200多年的历史,已经传承至第九代。经过九代人的传承、创新、发展,该学术流派已经形成完整的理论体系,2022年被河南省卫生健康委确定为河南省首批优质中医学术流派,刘永良被评为代表性传承人。早在2019年,“九宫点穴正脊法”已经列入周口市非物质文化遗产项目。

## 人杰地灵

淮阳历史悠久,人杰地灵。约8000年前,太昊伏羲氏在此建都,名为宛丘,肇始了中华文明的第一缕曙光;约5000年前,炎帝神农氏定都于此,易名为陈;约3000年前,周武王封舜帝后裔妫满于陈,建陈国,史称陈胡公;战国时曾为楚都,称陈郢。公元前196年,汉高祖刘邦封子刘友为淮阳王,建淮阳国,淮阳至此得名。

淮阳文化厚重,被历代帝王称为“开物成务”的“风水宝地”。在最早的一部诗歌总集《诗经》中,就记载有《陈风》10首;春秋时期,孔子曾3次来陈,讲学4年,形成了《论语》的核心思想;北宋包拯陈州放粮的故事,至今广为流传。

在“肇始中华文明第一缕曙光”的“风水宝地”,诞生河南刘氏中医九宫点穴正脊学术流派,显得不足为奇。

## 悬壶济世

河南刘氏中医九宫点穴正脊学术流派的起源,颇具传奇色彩。

清朝乾隆年间,淮阳刘氏之子刘为善,聪明好学,饱读诗书,青年时突发疾病,百药无效,生命垂危。

当时,著名的全真教龙门派道士素朴散人

刘一明,恰好游历至淮阳,治病救人。经人介绍,刘家派人把刘一明请至家中,为刘为善治病。经过约20天的医治,刘为善逐渐痊愈。

刘为善心存感激,萌生拜师学医、治病救人之心。刘一明鉴其真心,看刘家人忠厚善良,遂收其为徒。

刘一明是全真教龙门派第十一代宗师,是乾隆、嘉庆年间全真教龙门派较有影响的人物之一,精通内丹、易学,兼通医理,撰著有《周易阐真》《悟真直指》《修真辨难》《象言破疑》等,后又著有医书《沙胀眼科》流行于世。

刘为善随师父四方行医,又至兴隆山修道学医几年后,小有所成,遂回乡开办“回生堂”,悬壶济世。

刘为善牢记师父“不求名利,救人为本”的教诲,一边治病救人,一边潜心钻研,总结所学,并将其归为九宫点穴正脊经筋疗法,后逐渐成为一代名医。

九宫点穴正脊经筋疗法以点、按、正、揉、推、拿为主,主要治疗颈肩腰腿痛及全身疾病,具有不吃药、不打针、不手术、见效快、疗效好、无痛苦、费用低、治愈率高等优点。

## 渐成体系

在数代人的传承过程中,

九宫点穴正脊经筋疗法逐渐完善和成熟。

第二代传承人刘周传(1780年~1862年),将家传医学发扬光大,成为地方名医,写下手写本数本,并发明了中医用具。

第三代传承人刘来乐(1820年~1909年),对内丹学的阐发颇为全面,主张性命双修,写下鲜草膏药熬制秘方、验方等手写本数本。

第四代传承人刘金来(1842年~1943年)、刘金亨(1846年~1942年),前者在豫东名扬一方,留下《经验奇方》《道书十二种》等手写本数本,后者写下《金亨著作药理学》等著作。

第五代传承人刘广烈(1862年~1950年),自幼学习家传九宫八卦揉腹法、针法、鲜草膏药熬制法等医术,擅长捏筋正骨、治疗外科疮疡及内科杂病,并擅长用鲜草虫类药物治疾病,先后改进“回生极鲜草贴”“接骨散”“接骨丹”“补肾壮腰抽筋散”等秘方,进一步发扬了家传医学。

第六代传承人刘之廷(1900年~1987年),精通家传医术,并吸纳近代诸家所长,提出八纲加气血“十纲辨证”,药食同源理论、美食疗法及健脾益气治疗胃病等学术思想,还是当地很有名气的厨师。

第七代传承人刘德林

(1926年~1999年),与弟弟刘德华自幼跟父亲学医,传承家传绝技。

第八代代表性传承人刘永良(1961年至今),自幼跟随爷爷刘之廷学医,从1977年当“赤脚医生”,至今行医40余年。2016年,刘永良又拜全国名老中医王宏坤教授为师。2018年,刘永良考入河南中医药大学并取得了学士学位,2021年被河南中医药大学聘为“中医药特殊技能专家”。2024年5月,刘永良开始在河南中医药大学第三附属医院坐诊。

刘永良传承并总结完善了美食养生、武术气功、刘氏推拿、呼吸吐纳、九宫点穴正脊经筋疗法、八卦揉腹、仙人开背、八卦五行针法、臂三针、小腹九针、三穴五针、四关加强针法及鲜草膏药熬制法。2020年,刘永良、刘培章父子还出版专著《九宫点穴正脊经筋疗法》。

因高尚医德和高明医术,刘永良得到患者及行业的高度认可,当选中国中医药信息学会外治分会副会长,被评为郑州市基层名老中医、郑州市科普专家,被聘为平顶山学院客座教授、河南省老年大学客座教授等。

## 发展壮大

刘培章自幼跟随父亲刘永良学医,很好地传承了九宫



## 节气养生

立秋是秋季的第一个节气,也是二十四节气中的第十三个节气。《月令七十二候集解》记载:“立秋,七月节。立字解见春。秋,擎也,物于此而擎敛也。”秋,代表着禾谷成熟;擎,意思是秋气带来风吹木叶声,象征着万物渐而聚敛。《管子》曰:“秋者阴气始下,故万物收。”随着季节的变换,万物从繁荣茂盛逐渐走向萧瑟成熟。

古人将立秋分为三候:“一候凉风至,二候白露生,三候寒蝉鸣。”意思是说此时刮风会带来丝丝凉意,清晨的植物上会凝结成晶莹的露珠,对凉气敏感的寒蝉也得意地在枝头鸣叫,好像告诉人们炎热的夏天就要过去了。因此,立秋时节阳气渐收、阴气渐长,由阳盛逐渐转为阴盛。《黄帝内经·素问·上古天真论》云:“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,食饮有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”接下来,本文从饮食、起居、情志三个方面,详述立秋节气养生之道。

## 饮食有节 生津润肺

秋属金,在五脏中对应肺。从五行角度来看,火克金,秋季容易虚火上延。因此,人们在秋季应避免摄入辛辣、刺激性食物,以免伤津上火。夏季,人们久居空调屋,且喜食生瓜果和冷饮等,容易损伤脾胃。脾主升清,清气在下,则生飧泄,久泄则必耗伤阴液。因此,人们在养阴生津的同时,必须固护脾气。

“春夏养阳,秋冬养阴”。秋季天气干燥,燥易伤肺。肺为娇脏,喜润恶燥,人们可以选择雪梨银耳汤、银耳莲子粥、红枣百合粥等。雪梨银耳汤的做法简单,用雪梨、银耳、冰糖熬制而成,人们可以根据个人体质加入莲子、麦冬等。需要注意的是,梨皮须同梨肉一起熬煮,方可起到润肺清燥的效果。

此外,酷暑过后,受饮食起居的影响,人们大多脾阳受损,聚生痰湿。因此,秋季应少食生冷食物。

## 起居有时 顺应阴阳

在秋季,人们要规律作息,与天地保持和谐。《黄帝内经·素问·四气调神大论》曰:“秋三月,此谓容平,天气以急,地气以明,早卧早起,与鸡俱兴。”秋季天气清肃,秋风萧瑟,草木凋落,万物呈现衰败的景象,昼夜温差大。因此,人们应早睡早起,收敛宣散的神气,缓解秋季肃杀之气对人体带来的伤害,使人体与秋气达到相对的动态平衡。

《黄帝内经·素问·生气通天论》曰:“故阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”一日之中,晨起阳气渐盛,此时人们适宜锻炼身体,如练五禽戏、八段锦等,吸收天地之精气,强壮体魄。此外,坚持晨跑是一个良好的生活习惯,立秋过后尤为适宜。秋季天气凉爽,慢跑不仅可以锻炼肺功能,增强肺活量,还可以提高新陈代谢。

俗话说:“春捂秋冻,不伤杂病。”春为少阳,春季应顺应阳生阴长的规律,不要过早脱去棉衣,以免受凉;秋为少阴,秋季应顺应阳杀阴藏的规律,不要急着添加衣物,适当地使机体接受寒气的刺激,反而可以增强机体的耐寒能力,使之更好地适应寒冷的冬季。然而,“秋老虎”的威力不容小觑,此时天气虽然凉爽,但是处于“三伏天”。人们要注意防暑降温,除了避免在高温环境中长时间工作外,还要注意环境通风,使身体正常排汗、散热。

## 调畅情志 使志安宁

提到秋季,与之对应的大多是悲伤与寂寥。杜甫感叹道:“无边落木萧萧下,不尽长江滚滚来。”肺应秋,肺在志为忧,悲则气消,故而忧愁悲伤的情绪极易耗伤肺气,使肺气受损,气机失调,轻则卫外功能减弱,出现感冒、咳嗽等疾病;重则呼吸功能失常,出现胸闷、气喘、头晕等症状。因此,秋季人们应注意调畅情志,保持心情舒畅,以乐观的心态面对人与事。《黄帝内经·素问·上古天真论》曰:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来。”如果遇到烦心事,人们可以寻求亲朋好友的帮助,或选择散步、冥想、大声宣泄的方式,将不良情绪释放出来,使神清气明。

秋季属寒热交替的节点,立秋节气又为秋季的起点。因此,秋季养生应从立秋节气开始,以平常心面对,适应自然,避其邪气,做到“虚邪贼风,避之有时”,调摄精神,形神共养,饮食有节,劳逸结合。

(谢洋供职于河南中医药大学第一附属医院,徐惠茹就读于河南中医药大学)

# 养 生 食 谱

## 小儿腹泻——山药芡实小米粥

□李珮琳

**材料:**山药30克,芡实20克,小米50克。  
**做法:**将上述材料洗净后备用;锅内加入适量清水,水沸后加入上述材料,大火煮沸后转小火煮30分钟,粥熟后即可食用。  
**用法:**每天一次,温服。  
**功效:**山药,可以健脾益气、利湿止泻;芡实,可以健脾固肾、收敛止泻;小米,可以养护胃气。此粥适用于腹泻、脾胃虚弱的儿童。

(作者供职于河南省中医院健康管理中心)

## 征 稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《节气养生》《读书时间》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《中医典故》等栏目期待您的来稿!

联系人:李歌

投稿邮箱:258504310@qq.com

地址:郑州市金水东路与博学路交叉点东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部

## 读书时间

# 学习《黄帝内经》“治未病”思想有感

□赵文芳

《黄帝内经》是我国医学宝库中现存成书最早的一部医学典籍。《黄帝内经·素问·四气调神大论》云:“所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,从其根,故与万物沉浮于生长之门……是故圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。”每每读之,使我颇有所感。

春夏阳气生发,故“春夏养阳”;秋冬阴气充盛,故“秋冬养阴”。“治未病”,治,即治理、管理之意,就是说在疾病未有时,顺势养生,以达到未病先防的目的。“治未病”是对中医学在养生、治疗作用方面的高度概括。在《黄帝内经》等中医学著作中,均有“治未病”思想的相关论述。

东晋医学家葛洪所著《抱朴子》指出:“是以至人消未起之患,治未病之疾。医之于无事之前,不迫于既逝之后。”强调消病患于未起。南朝宋时期史学家范晔所著《后汉书·华佗传》有“一日虎,二日鹿,三日熊,四日猿,五日鸟,亦以除疾,并利蹄足,以当导引”的五禽戏的记载,此为华佗所创,勤习之则能身强体健,进而产生“治未病”之效。元代医学家邹铉《养老奉亲书》曰:“人能执天道生杀之理,法四时运用而行,自然疾病不生,长年可保。”记载了顺天道养生,是以百病不生的观念。由此可见,养生和“治未病”的思想引起了医学家的广泛关注。

东汉末年医学家张仲景于《金匮要略》中“上工治未病,何也?师曰:夫治未病者,见肝之病,知肝传脾,当先实脾。四季脾旺不受邪,即勿补之。中工见肝之病,不解实脾,惟治肝也”,指出根据五行传变,肝病已有病变,当先传脾,故虽然脾病未发,但是应先预防脾病。清代医学家徐大椿《医学源流论》云:“故凡人少有不适,必当即时调治,断不可忽为小病,以致渐日深,更不可勉强支持使病更增,以貽无穷之害。”因此,此时已从之前的未病先防,扩展为包括既病防变在内的“治未病”思想。

也有学者提出了将“瘥后防复”纳入“治未病”的观点。如唐

代医药学家孙思邈认为,“治未病”能改善疾病预后,从预后良恶论“治未病”的意义,如《千金要方》记载:“夫欲理病,先察其源,候其病机。五脏未虚,六腑未竭,血脉未乱,精神未散,服药必活;若病已成,可得半愈;病势已过,命将难全。”“瘥后防复”即在疾病初愈期,采取巩固性治疗或预防性措施,增强人体正气,“正气存内,邪不可干”,预防疾病复发。“瘥后防复”已经成为中医预防医学“治未病”的重要组成部分。

“治未病”的方式,包括非药物疗法和药物疗法。《黄帝内经·素问·上古天真论》云:“精神内守,病安从来。”认为疾病与精神

情志的调摄密切相关。孙思邈《千金要方》曰:“弹琴瑟,调心神,和性情,节嗜欲。”因此,调摄情志对预防疾病起着重要作用,是“治未病”的方式之一。

张仲景用桂枝汤“先其时发汗则愈”,就有“治未病”之意。张仲景认为在表之疾,也有里传之势,需要先安未受邪之地,以免邪气深入。

综上所述,“治未病”理论自《黄帝内经》之后,经过历代医学家的发挥,其内涵可以概括为养生防病、既病防变、“瘥后防复”。《黄帝内经》奠定了中医学发展的坚实基础。

(作者供职于河南省濮阳市中医医院)

## 养生堂

# 药食同源话海参

□黄鸿昊

海参被视为宴席上的上乘佳肴,为“海八珍”之一,我们在诸多美食和药膳食谱上经常能够看见它的身影。海参富有弹性,口感极好,深受人们的喜爱。在古代,海参还是宫廷御膳常用的食材,可以制作出众多特色名菜,如佛跳墙等。

中医对海参认识深刻,在药用、食疗价值上有不少记载。清代医学家赵学敏在《本草纲目拾遗》记载,海参有“补肾经,益精髓,消痰涎,摄小便,壮阳阳痿,杀疮虫”的功效。

除了这些功效外,赵学敏还进一步列举儒医盛天然救治妇人风水的医案,说:“盖海参

能生百脉之血,若失血过多,必须以此补之,其生血之功,捷于归芍也。”赵学敏认为,海参是补血佳品,生血功效不次于当归、白芍,在补血治疗上有重要优势。

清代医学家吴鞠通《温病条辨》载有新加黄龙汤,也加入海参,提出:“按海参之液,数倍于其身,其能补液可知,且蠕动之物,能走络中血分。”从这里可以看出,海参数倍于其身,储液强;蠕动之性,说明其有祛瘀之功。

中医食疗,可以改善体质或养生。《调疾饮食辨》不仅介绍了海参具有“养血养阴,补诸

虚百损”的作用,还介绍了海参的食疗方法,如“虚劳咯血咳嗽,同老鸭煮”“妇人产后虚劳,同羊肉煮食,并饮其汁”等,提出配伍海参以生血补阴。

《本草征要》谈到海参入心经、肺经、脾经、肾经,指出海参能“补养肺阴,免于短天。阳事难兴,常餐得效”,亦可“清炖食之,对虚人有益”。

此外,清代医学家王士雄的《随息居饮食谱》说,海参“咸,能温滋肾”,有“补血健阳,润燥调经,养胎利产”的作用,认为“产虚、病后、衰老、羸弱,宜同火腿或猪羊肉煨食之”。海参对于体弱之人或虚损疾病,有补益

强身的功效。然而,食用海参也有需要注意的地方,如《随意居饮食谱》就强调了海参不宜“脾弱不运,痰多便滑、客邪未尽者”食用。

研究人员发现,海参富含诸多活性物质,具有提高免疫力、抗氧化、抗凝血和降血脂等功效。

海参还有一些妙用。如《溪秘传简验方》记载:“一切痈疽、金疮,破烂生蛆,诸药不效者。用海参切片,焙干,研敷。蛆皆化黄水流出,再用生肌药收口即愈。”这是古人总结出来的治疗方法。

以下为海参日常药膳方:

**海参粥** 材料:海参20克~30克,粳米100克,葱、姜、盐适量。做法:海参泡发后洗净,切成薄片;锅内加适量清水,放入海参与粳米,煮成粥后加入适量葱、姜、盐,再煮片刻即可。功效:滋养肾阴、益胃生津。

**海参炖羊肉** 材料:海参50克~100克,羊肉250克,葱、姜、盐适量。做法:海参泡发后洗净,切成片;羊肉洗净,切成块;锅内加入适量清水,放入海参和羊肉炖1小时;再加入适量葱、姜、盐,炖片刻即可。功效:补血健阳、润燥调经。

(作者系暨南大学中医学院博士研究生)

