

奇经八脉课程思政设计初探

阳伟红 陈梦月 韩娟

天津中医药大学, 天津静海, 301617;

摘要: 本研究采用文献研究法、案例法等, 探讨《针灸学》中奇经八脉部分的课程思政教学设计及策略。系统梳理奇经八脉理论源流, 重点阐述李时珍《奇经八脉考》的成书背景故事及其对循行路线、穴位考证的贡献。剖析奇经八脉命名规律与作用涵义, 重点解读督脉“阳脉之海”、任脉“阴脉之海”等核心知识。深入挖掘督脉、任脉部分重点穴位蕴含的思政元素和涵义, 为思政教育融入奇经八脉教学提供了丰富的素材。基于以上研究, 提出了切实可行的奇经八脉课程思政融入策略, 如在教学中引入整体观念的认识, 教学方法上采用小组讨论、实践体验教学方法等。本研究可实现知识传授与价值引领同频共振, 助力培养德才兼备的中医药人才, 为针灸走向世界奠定坚实的基础。

关键词: 奇经八脉; 教学设计; 针灸学; 课程思政

DOI: 10.64216/3104-9656.25.03.042

在针灸学中, 奇经八脉理论占据重要地位。它不仅是经络系统的重要组成部分, 更是解构人体生理机能、疾病发生机制的核心理论。本文通过文献研究法、案例法等, 深入挖掘奇经八脉理论中所蕴含的哲学思想、传统文化内涵以及医德医风等思政元素, 巧妙进行教学设计, 优化教学方式, 使课程思政与专业课程同向同行。

1 奇经八脉源流考证

1.1 历史溯源

奇经八脉理论的起源可追溯至先秦至西汉时期, 其萌芽与初步记载散见于《黄帝内经》。这部中医经典虽未明确提出“奇经八脉”的完整名称, 却对督脉、任脉、冲脉、带脉等多条经脉的循行、生理功能及病症进行了记载。如《灵枢·脉度》中提到“督脉者, 起于少腹以下骨中央……上至风府, 入属于脑”, 清晰阐述了督脉的起始点及循行至脑部的路线, 为后世认识督脉的生理功能和病理变化奠定了基础; 《素问·骨空论》则详细描述了督脉、任脉的循行路线与主治病症。后世医家在实践中不断丰富和发展奇经八脉理论, 明代李时珍撰写的《奇经八脉考》更是奇经八脉理论发展的重要里程碑, 为后世研究提供了极为重要的参考。

1.2 李时珍与《奇经八脉考》

1.2.1 成书背景

李时珍生活在学术发展繁荣、百家争鸣的明代, 对于奇经八脉理论历代医家虽多有研究, 但内容简略且不系统, 存在诸多模糊不清甚至相互矛盾之处。李时珍自幼受祖辈医学氛围的熏陶, 怀着对医学赤诚的热爱。他勤奋好学, 广泛涉猎各类医学典籍。在研究过程中, 他

敏锐地察觉到奇经八脉理论的混乱现状, 深知这一理论对于中医临床实践的重要性。于是, 怀着对医学真理的执着追求和对后世医者负责的态度, 李时珍毅然决然地踏上了编纂《奇经八脉考》的艰辛道路。为撰写这部著作, 李时珍不仅埋头于浩如烟海的古代医学文献, 仔细梳理和分析历代医家对奇经八脉的各种论述, 还将理论与实践紧密结合。他深入民间, 走访各地的医者、百姓, 收集他们在临床实践和生活中运用奇经八脉理论的经验 and 案例。同时, 他还亲自进行人体经络的观察和验证, 通过对患者的诊断和治疗, 不断总结和归纳奇经八脉在生理和病理状态下的表现及规律。经过多年的不懈努力, 他终于完成了《奇经八脉考》这一医学巨著, 为后世留下了宝贵的医学财富。

1.2.2 著作影响

《奇经八脉考》对奇经八脉理论的完善和传承做出了不可磨灭的贡献。在理论完善方面, 李时珍对八脉的循行路线进行了详尽的考证和整理。如冲脉的循行路线, 《内经》记载至少有 5 条之多, 说法不一, 易让人产生混淆。李时珍通过深入研究、实践验证, 确认“其浮而外者”有交会穴的上行经脉 1 条, 即起于胞中, 从少腹内部浅出“气冲”, “并足阳明少阴二经之间, 循腹上行至横骨”, 清晰地阐述了冲脉的主要循行路径, 并说明了冲脉与足少阴、足阳明、任脉联系密切的生理特点, 使后世医者对冲脉的认识更加准确和深入。在穴位考证方面, 李时珍严谨求实, 也做了大量细致的工作。奇经八脉除任、督二脉有专穴外, 其余六经之穴皆交会于十二正经之中。元代滑寿《校注十四经发挥》记载奇经八脉穴共 141 个, 但存在诸多重复之处。李时珍在《奇经八脉考》中对这些穴位进行了详细考证, 订正重复穴位,

同时增补不少新穴,使奇经八脉之穴更为完善,订正后为 158 穴。并认定阴维脉有 14 穴,阳维脉有 32 穴;还纠正了滑寿将居髎归入阴维脉之误。这些工作为后世针灸治疗奇经八脉病症提供了更准确的穴位定位依据,大大提高了临床疗效。

2 奇经八脉的命名、作用涵义剖析

奇经八脉纵横、贯穿于十二经脉之间,可以维全身经脉,因此大多穴位能直接或间接影响到五脏六腑、四肢百骸、皮肉筋骨^[1],从而达到祛邪疗疾的作用。

2.1 督脉、任脉

奇经八脉的命名有着严谨的依据,主要与它们的循行路线和功能特点密切相关。从循行路线来看,督脉行于人体背部正中,贯穿脊柱,上至头部,其循行路线恰似人体阳经的一条中轴线,故得名“督脉”。“督”有总督、统率之意,形象地体现了它在阳经中的统领地位。督脉多次与手足三阳经及阳维脉交会,在人体经络系统中,阳经主要负责温煦、推动人体的生理活动,而督脉作为阳经的统领形如阳气的汇聚中心,能够调节全身阳经的气血。

任脉循行于腹面正中线,从胞中出发,经会阴、腹部、胸部,最终到达下唇内,环绕口唇,因其在腹部正中的循行路线,且能总揽一身阴经气血,故而得名“任脉”,“任”有担任、妊养的含义^[2]。任脉循行于腹面正中线,诸阴经均直接或间接交会于任脉。足三阴经在小腹与任脉相交,手三阴经借足三阴经与任脉相通。这种广泛的交会关系使任脉能够对一身阴经气血进行总揽和调节。

2.2 其他奇经八脉

冲脉的循行较为独特,它上至于头,下至于足,贯穿全身,是人体气血运行的要冲,对十二经气血有着重要的调节作用,所以被称为“冲脉”,“冲”字突出了其在气血运行中的关键地位。冲脉被称为“十二经脉之海”“血海”,这是因为它贯穿全身,能够通受十二经之气血,对全身气血起着重要的调节作用。另外在女性生理方面,冲脉与月经密切相关。带脉则环绕腰腹一周,如同一条腰带,约束着纵行的诸经脉,其循行路线的特征使其得名“带脉”。若带脉失约,则可能出现腰腹坠胀、下肢无力、带下异常等症状。

阴跷脉和阳跷脉均起于足根,分别沿着下肢内侧和外侧上行,主要与人的肢体运动和眼目功能有关。它们能够交通一身阴阳之气,调节肢体肌肉运动^[3]。“跷”有轻健跷捷之意,体现了它们在维持人体肢体运动灵活

性方面的作用。当跷脉功能失调时,可出现下肢痿软无力、失眠、眼睑开合异常等症状。阴维脉和阳维脉的命名则主要源于其功能,它们分别维系着诸阴经和诸阳经,对阴经和阳经的气血起着联络和调节作用,使人体的阴阳气血能够保持协调平衡。当阴维脉或阳维脉出现问题时,会导致阴阳失调,出现恶寒发热、情志异常等症状。

3 重点穴位的思政元素挖掘

3.1 督脉穴位

3.1.1 命门

命门穴位于脊柱后正中线上,在第 2 腰椎棘突下凹陷中。功能上,命门被视为元气的根本,生命之门户。它具有培元固本的作用,能够补充人体的元气,增强体质,为人体各项生理活动提供源源不断的动力。命门穴还能强健腰膝,对于肾虚导致的腰痛、下肢痿软等有显著的调理作用。在生殖功能方面,命门穴对生殖功能都有着重要的调节作用,能够改善男性遗精、女性月经不调等问题。命门穴蕴含着坚持根本、固本培元的深刻内涵。在个人成长与发展中,每个人都有自己的根本和核心价值观,这就如同命门穴是人体元气的根本一样。我们应当坚守自己的初心和原则,在面对各种困难和挑战时,要像命门穴稳固人体元气一样,稳固自己的内心,保持坚定的信念。

3.1.2 至阳、身柱、大椎

至阳穴位于脊柱后正中线上,第 7 胸椎棘突下凹陷中。它具有宽胸理气、健脾和胃的功能。身柱穴在脊柱后正中线上,第 3 胸椎棘突下凹陷中,能通阳理气、补益虚损、健脑益智,是小儿防病保健的要穴,对生长发育有着重要的作用。大椎穴位于脊柱后正中线上,第 7 颈椎棘突下凹陷中,是振奋阳气、强壮保健的要穴。这几个穴位在功能上都与振奋阳气、强健体魄密切相关,它们蕴含着积极向上、自强不息的内涵。在生活中,我们会遇到各种困难和挫折,就像人体可能会受到外邪的侵袭而阳气不足一样。此时,我们应当像刺激这些穴位激发人体阳气一样,激发自己内心的积极力量,勇敢地面对困难,不向命运低头。

3.2 任脉穴位

3.2.1 关元、气海、神阙

关元穴位于下腹部,前正中线上,脐下 3 寸。它是培补元气的要穴,具有培元固本、补益下焦的功效。气海穴在前正中线上,脐下 1.5 寸,同样具有培补真元、调经养血的作用。神阙位于脐中央,是人体生命最隐秘最关键的要害穴窍。这三个穴位在培补元气、滋养生命

方面有着重要功能,蕴含着重视根本、关爱生命的涵义。元气是人体生命活动的根本,就如同关元、气海、神阙等穴位是培补元气的关键所在。在生活中,我们要重视生命的根本,珍惜自己的生命。关爱生命不仅体现在对自己的健康负责,还包括对他人生命的尊重和关怀。在医疗行业中,医生更应将关爱生命的理念贯穿于医疗实践的始终,以高度的责任感和使命感,为患者的健康保驾护航。

3.2.2 鸠尾

鸠尾位于上腹部,前正中线上,当胸剑结合部下1寸。“鸠”在古代象征祥瑞和平,“尾”则表明其处于人体特定位置。从位置上看,它处于胸腹交界的关键部位,起着连接上下、协调脏腑的作用。在功能方面,鸠尾主要用于治疗心痛、心悸、癫狂痫等病症,对调节人体的精神和心脏功能有一定作用。鸠尾穴的位置和作用蕴含着守护、包容的内涵,它守护着人体胸腹脏器,就像我们在生活中应当守护自己的内心世界,保持内心的平静和安宁。其协调上下的作用也体现了包容的精神。在人际交往中,我们要学会包容他人的差异和不足,以开放包容的心态去接纳不同的观点和行为,促进社会和谐稳定。

4 奇经八脉课程思政的融入策略

4.1 教学内容设计

在奇经八脉的教学过程中,要巧妙地将思政元素自然融入到专业知识的讲解中。在讲解奇经八脉的命名规律时,可引入中国传统文化中对人体生命整体观念的认识,强调人与自然、社会的和谐统一,让学生明白中医理论背后深刻的哲学思想和人文精神。

4.2 创新教学方法

通过案例分析、讨论互动、实践操作等多种教学方法,引导学生主动思考,将思政理念内化为自身的价值观和行为准则。

(1) 采用小组讨论的教学方法,组织学生围绕奇经八脉相关的思政话题展开讨论。设置“奇经八脉理论体现了中医的整体观念,在现代社会中我们如何运用整体观念来处理人际关系和社会问题”的讨论题目,让学生分组讨论并发表观点。在讨论过程中学生能够从不同角度思考问题,相互启发,加深对思政内涵的理解,同时也提高了他们的团队协作能力和沟通表达能力。(2) 引入实践体验教学法,让学生在实践中领悟思政内涵。针灸实训课是连接针灸理论课与临床实践的桥梁^[4],在

实践课中安排学生模拟为患者进行针灸推拿治疗。在操作过程中,要求学生严格遵守医疗规范,尊重患者的隐私和意愿,关心患者的感受。通过这样的实践体验,学生能够深刻体会到作为一名医者的责任和使命,培养关爱患者、敬业奉献的职业精神。(3) 利用多媒体教学手段,丰富教学内容和形式。播放关于奇经八脉的动画、视频等资料,让学生更直观地了解奇经八脉的循行路线和生理功能。融入思政元素,插入一些中医名家的医德故事、中医药文化的纪录片等,激发学生对中医药文化的兴趣和热爱,增强他们的文化自信。

本研究围绕奇经八脉课程思政设计展开了多方面的探索,从奇经八脉源流考证、命名规律及作用涵义、重点穴位释义等方面进行了探讨。挖掘出其中蕴含的思政内涵,并提出了切实可行的奇经八脉课程思政融入策略。在教学内容设计上,巧妙地将思政元素自然融入专业知识讲解,引导学生深入理解奇经八脉理论背后的思政价值。助力德才兼备的高素质中医药人才的培养,推动了针灸推拿学教育从单纯的知识技能传授向知识、能力、素质协同培养的转变,为中医药教育的改革与发展提供了新的思路和方法。未来,可持续挖掘奇经八脉理论与健康中国战略、中医药文化国际传播等思政元素,不断优化、完善奇经八脉课程思政教学改革。

参考文献

- [1] 张富强,钟丽. 奇经八脉理论源流及应用[J]. 中医药导报,2017,23 (22):26-28.
- [2] 高泽宇,贺娟. 任督二脉源流考[J]. 中国中医基础医学杂志,2025,31(03):361-366.
- [3] 赵吉平. 针灸学[M]. 北京:人民卫生出版社. 2021.9:14.
- [4] 于冬冬,王永欣,庄语,等. 初探手太阴肺经教学设计及课程思政[J]. 中国中医药现代远程教育,2024,22(07):1-3.

作者简介:阳伟红(1988-),女,汉族,江西宜春人,讲师,医学博士,研究方向为课程思政教学改革、针灸标准化研究。

通讯作者简介:韩娟(1969-),女,汉族,天津人,教授、医学博士,研究方向为方剂配伍的教学与研究。基金项目:2021年度天津市高校思想政治工作精品项目津教学生函[2020]105号-2;天津市新一轮教学成果重点培育项目PYGJ-B303。