

中医理论之渊 生命科学之源

黄帝内经

❧ 灵枢篇 ❧

邢汝雯◎编著



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

黄帝内经

灵枢篇

邢汝雯◎编著



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

图书在版编目(CIP)数据

黄帝内经. 灵枢篇 / 邢汝雯编著. -- 武汉: 华中科技大学出版社, 2017.6

ISBN 978-7-5680-2515-7

I. ①黄… II. ①邢… III. ①《灵枢经》 IV. ①R221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 052686 号

黄帝内经. 灵枢篇

Huangdineijing·Lingshu Pian

邢汝雯 编著

策划编辑: 亢博剑

责任编辑: 林凤瑶

封面设计: 刘红刚

责任校对: 何 欢

责任监印: 朱 玢

出版发行: 华中科技大学出版社(中国·武汉)

电话: (027) 81321913

武汉市东湖新技术开发区华工科技园

邮编: 430223

印 刷: 北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 24.5

字 数: 440 千字

版 次: 2017 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 58.00 元



华中出版

本书若有印装质量问题, 请向出版社营销中心调换

全国免费服务热线: 400-6679-118 竭诚为您服务

版权所有 侵权必究

【序 言】

《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，最早著录于刘歆《七略》及班固《汉书·艺文志》，原为 18 卷。医圣张仲景“撰用素问、九卷、八十一难……为伤寒杂病论”，晋朝皇甫谧撰《针灸甲乙经》时，称“今有针经九卷、素问九卷，二九十八卷，即内经也”，《九卷》在唐朝王冰时称为“灵枢”。至宋朝时，史嵩献家中藏书《灵枢经》并予刊行。由此可知，“九卷”“针经”“灵枢”其实是一书多名。宋朝之后，《素问》《灵枢》始成为《黄帝内经》的两大组成部分。

《黄帝内经》内容十分丰富，其中，《素问》八十一篇偏重于人体生理、病机病理、疾病治疗原则原理，以及人与自然的关系、养生等基本理论；《灵枢》则偏重于人体解剖、脏腑经络、腧穴（俞穴）、针灸治则等。它们之间的共同点是，都是有关问题的理论论述，并不涉及或基本上不涉及疾病治疗的具体方药和技术。因此，它成为中国医学发展的理论源藪，是研究人的生理学、病理学、诊断学、治疗原则和药物学的医学巨著，在理论上建立了中医学上的“阴阳五行学说”“脉象学说”“藏象学说”“经络学说”“病因学说”“病机学说”“病证”“诊法”“论治”和“养生学”“运气学”等学说，以及辨证诊疗大法（规律、原则），主张不治已病而治未病，主张养生、摄生、益寿、延年等。书中博大精深的科学阐述，不仅涉及医学，而且包罗天文学、地理学、哲学、人类学、社会学、军事学、数学、生态学等多项先祖人类所获得的科学成就。

这些理论学说虽然是在 2000 多年前提出的，而且是众多医家假托轩辕黄帝之名，以黄帝、岐伯、雷公对话、问答的形式来阐述的，但令

人惊讶的是，中华先祖们在书中的一些深奥精辟的阐述，揭示了许多现代科学正试图证实或将要证实的成就。从《黄帝内经》的成书来看，它是以古代的解剖知识为基础，以古代的哲学思想为指导，通过对生命现象的长期观察及医疗实践的反复验证，由感性到理性，由片断到综合，逐渐发展而成的。它凝聚了数代先祖的智慧和研究成果，是研究人类生理学、病理学、诊断学、治疗原则和药物学的中医学奠基之作，时至今日在诊治学上仍具有指导意义。

由于《黄帝内经》成书年代久远，内容丰富，医理精深，专业性强，并且是文言文，语句艰深，一般读者在阅读时常常感到晦涩难懂，为此，我们特意编撰了《黄帝内经》通俗读本。书中对《黄帝内经》原文进行了白话译注，每篇还列有本篇大意、解要，及附词字释义等项。其阐发经文，深得门径；纠误正讹，严肃认真；注释诠释，深入浅出。

另外，为了便于读者理解掌握，我们在编排上也花了一些心思，使读者在阅读过程中，以完整权威的原文为纲，结合生僻字词的注音、注解与言简意赅、科学精准的译文，让读者在阅读时可以一目了然，帮助读者读懂《黄帝内经》中的养生知识，理解《黄帝内经》中的中医智慧。

本书在出版的过程中，得到了李华伟、林中华、李华军、范高峰、林兴华、张慧丹、林春姣、李雄杰、刘艳、李小美、林华亮、陈聪、曹阳、李伟、曹驰、庞欢、刘艳、张丽荣、李本国、林晓桂、李泽民、龚四国、周新发、林红姣、林望姣、李少雄、陈志、向丽、杨城、曹茜、杨卫国、孔志明、叶超华、金泽灿、罗斌、赵志远、汪建明、翟晓斐、林承谟、曹雪、林运兰、曹建强、陈娟、许伟、曹琨、曹霞、丁艳丽、金泽灿、林蕙、梁晓丹、赵生香、丁彦彬、李雄杰、张培玉、邵鑫、朱成兰、王晓玉、常志强、李友仙、蒋永红、张宏洲、李华军、张红平、李丽芬、林丽娟、李伏安、丁一、刘屹松、林喆远、张恒、周宣、辛大念、孟凡君、陈艳、兰豪、陈胜、吴露、陈艳威、任勤超、张杨玲、陈怡祥、赵艳霞、王甫东、王智利等不少同仁的支持和帮助，在此特表示深切的谢意！

目录

- 第一节 九针十二原：针灸治病之概要 / 1
- 第二节 本输：对脏腑与经脉之气推本求原 / 8
- 第三节 小针解：神奇的小针技法 / 16
- 第四节 邪气脏腑病形：五脏不堪承受邪气的伤害 / 22
- 第五节 根结：保护好生命之根本 / 36
- 第六节 寿夭刚柔：体质强壮羸弱与寿命关联 / 42
- 第七节 官针：九针之运用法度 / 47
- 第八节 本神：精气神是人的灵魂 / 52
- 第九节 终始：针刺法之终极理论 / 56
- 第十节 经脉：决生死、处百病、调虚实 / 66
- 第十一节 经别：气血运行的旁支通路 / 84
- 第十二节 经水：人体经水与自然的对应关系 / 88
- 第十三节 经筋：联缀百骸，维络周身 / 92

- 第十四节 骨度：以骨之大小长短衡量经脉 / 100
- 第十五节 五十营：缓和呼吸，延长寿命 / 103
- 第十六节 营气：水谷精微是养生的本源 / 105
- 第十七节 脉度：测量人体脉长，揭示运行规律 / 107
- 第十八节 营卫生会：脏腑不安，则神气不足 / 110
- 第十九节 四时气：四时之气决定灸刺之道 / 114
- 第二十节 五邪：内病外治的刺法 / 118
- 第二十一节 寒热病：寒热诸证之针刺大法 / 120
- 第二十二节 癫狂：精神疾病的特殊刺法 / 124
- 第二十三节 热病：热病重症的刺治之法 / 129
- 第二十四节 厥病：头痛、心痛皆因厥 / 135
- 第二十五节 病本：治病先求本，标本兼治 / 139
- 第二十六节 杂病：各种杂症治疗准绳 / 141
- 第二十七节 周痹：风寒湿三邪之害 / 145
- 第二十八节 口问：日常所见小病的刺治 / 148
- 第二十九节 师传：医者与患者沟通的经验 / 154
- 第三十节 决气：六气制衡的重要意义 / 159
- 第三十一节 肠胃：人体健康的重要保障 / 161
- 第三十二节 平人绝谷：肠胃可提供多少能量 / 163
- 第三十三节 海论：人体四海之功用 / 165
- 第三十四节 五乱：阴阳五行顺则治，逆则乱 / 168
- 第三十五节 胀论：五脏六腑胀病的刺治 / 171
- 第三十六节 五癯津液别：五种体液的功能及病理变化 / 175
- 第三十七节 五阅五使：五官与五脏亲密无间 / 178

- 第三十八节 逆顺肥瘦：胖瘦者宜用针法 / 181
- 第三十九节 血络论：血络奇邪不容忽视 / 185
- 第四十节 阴阳清浊：清浊之气与脏腑阴阳诸经的关系 / 188
- 第四十一节 阴阳系日月：人体阴阳应与自然阴阳保持和谐 / 191
- 第四十二节 病传：病邪在脏腑间的传变 / 194
- 第四十三节 淫邪发梦：邪气客于脏腑而致病 / 198
- 第四十四节 顺气一日分为四时：脏气邪气一日四时之变 / 200
- 第四十五节 外揣：“司外揣内”的刺治之法 / 204
- 第四十六节 五变：五种实证的发病机理与变化 / 206
- 第四十七节 本脏：精血气神乃生命之本 / 211
- 第四十八节 禁服：针刺应遵循的原则和禁忌 / 219
- 第四十九节 五色：面部五色望诊密码 / 224
- 第五十节 论勇：勇怯与脏器及气机强弱的关系 / 230
- 第五十一节 背腧：以背腧穴治脏腑之疾 / 233
- 第五十二节 卫气：十二经脉标本、六腑气街皆与卫气关联 / 235
- 第五十三节 论痛：针灸疗法要依体质而异 / 238
- 第五十四节 天年：寿命长短取决于天 / 240
- 第五十五节 逆顺：血气逆顺刺法总则 / 243
- 第五十六节 五味：五味与五脏配属关系与治病禁忌 / 245
- 第五十七节 水胀：肿胀病证鉴别与刺法 / 248
- 第五十八节 贼风：新旧风邪加害引发疾病 / 250
- 第五十九节 卫气失常：皮肉、气血、筋骨病变刺法 / 252
- 第六十节 玉版：针刺的顺逆、各脉忌宜 / 256
- 第六十一节 五禁：针刺治疗的忌宜 / 261

- 第六十二节 动输：经脉搏动、气血输注之源 / 263
- 第六十三节 五味论：调适五味有利于健康和治疗 / 266
- 第六十四节 阴阳二十五人：人与自然界变化的对应关系 / 269
- 第六十五节 五音五味：分类调治更有效 / 278
- 第六十六节 百病始生：外感病的传变规律与治疗原则 / 282
- 第六十七节 行针：阴阳之气对行针的影响 / 287
- 第六十八节 上膈：膈食证的病机、征候及治疗 / 290
- 第六十九节 忧患无言：一时失音不可怕 / 292
- 第七十节 寒热：瘰癧的诊断治疗与预后 / 294
- 第七十一节 邪客：调虚实，以通其道而去其邪 / 296
- 第七十二节 通天：阴阳五态人的诊察调治要领 / 303
- 第七十三节 官能：高明医生的特殊技能 / 308
- 第七十四节 论疾诊尺：尺肤在诊断上的作用 / 313
- 第七十五节 刺节真邪：五节五邪之刺法 / 317
- 第七十六节 卫气行：卫气的出入、散聚与升降循行 / 328
- 第七十七节 九宫八风：规避八方风邪之道 / 333
- 第七十八节 九针论：“九五”在针疗中的特殊意义 / 337
- 第七十九节 岁露论：风病、疟疾的病机与刺治 / 345
- 第八十节 大惑论：眼神反映人的精气神 / 351
- 第八十一节 痛疽：毒疮的辨证与治疗 / 356
- 附录：人体穴位图 / 363

第一节 九针十二原：针灸治病之概要

【题解】

九针，指九种针具；十二原，即十二经的原穴。《灵枢》是中医经络学、针灸学及其临床的理论渊源，开篇便论述九种针具的形状用途和十二原穴的主治原理，分析经气的变化与针刺手法的选用等。本篇只谈原则、要点，是针刺治病的基础理论纲要。

【原文】

黄帝问于岐伯曰：余子万民（子万民：以万民为子），养百姓，而收其租税。余哀其不给，而属（zhǔ）有疾病。余欲勿使被毒药（毒药：古人将可以治疗疾病的药物通称为毒药），无用砭石，欲以微针通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会。令可传于后世，必明为之法，令终而不灭，久而不绝，易用难忘，为之经纪。异其章，别其表里，为之终始，令各有形，先立《针经》。愿闻其情。

岐伯答曰：臣请推而次之，令有纲纪，始于一，终于九焉。请言其道。小针之要，易陈而难入。粗守形，上守神。

【译文】

黄帝问岐伯说：我怜爱万民如子女，亲养他们，并向他们征收租税。我哀怜他们不能终尽天年，还不时受疾病折磨。我想不采用服药和砭石的治法，而是用细针，以疏通经脉，调和气血，增强经脉气血的逆顺出入来治疗疾病。要想这种疗法在后世能代代相传，必须明确制定针刺大法。要想它永不失传，便于运用而又不会被遗忘，就必须制定条理清晰的纲纪，分出不同的章节，区别表里，以及明确气血终而复始地循环于人身规律。要把各种针具的形状及相应的用途加以说明，我认为应首先编制一部《针经》。我想听您说说这方面的情况。

岐伯答道：让我按次序陈述，从小针开始，直到九针，说说其中的道理。小针治病，说起来容易，但要达到精妙的境界却很困难。水平低劣的医生仅是机械地拘守刺法来进行针刺，高明的医生则能根据患者的气血的变化来加以针治。

神乎神，客在门。未睹其疾，恶知其原？刺之微，在速迟。粗守关，上守机。机之动，不离其空（不离其空 kǒng：经气的往来离不开腧穴。空，此处指腧穴，中医用语）。空中之机，清静而微。其来不可逢，其往不可追。知机之道者，不可挂以发；不知机道（机道：经气循行的规律），叩之不发。知其往来，要与之期。粗之暗乎，妙哉！工独有之。往者为逆，来者为顺，明知逆顺，正行无问。逆而夺之，恶得无虚？追而济之，恶得无实？迎之随之，以意和之，针道毕矣。

凡用针者，虚则实之，满则泄之，宛（宛 yù：积聚。通“蕴”）陈则除之，邪胜则虚之。《大要》曰：徐而疾则实，疾而徐则虚。言实与虚，若有若无。察后与先，若存若亡。为虚与实，若得若失。

虚实之要，九针最妙。补泻之时，以针为之。泻曰：必持内之，放而出之，排阳得针，邪气得泄。按而引针，是

真神奇啊！气血循行于经脉，出入有一定的门户，病邪也可从这些门户侵入体内。医生没有认清疾病，怎么能了解产生疾病的原因呢？针刺的奥妙，在于针刺的快慢。粗率的医生仅仅拘守四肢关节附近的固定穴位，而针治高手却能观察经气的动静和气机变化。经气的循行，离不开腧穴，腧穴里蕴涵的玄机，是极微妙的。当邪气充盛时，不可迎而补之，当邪气衰减时，不可追而泻之。懂得气机变化的机要而施治，就不会有毫发的差失；不懂得气机变化道理，就如扣弦上的箭，不能及时准确地射出一样。所以掌握经气的往来顺逆的时机，才能有疗效。劣医愚昧无知，只有名医才能体察它的奥妙。正气去者叫作逆，正气来复叫作顺，明白逆顺之理，就可以大胆直刺而不必犹豫不决了。正气已虚，反而用泻法，怎么不会更虚呢？邪气正盛，反而用补法，怎么不会更实呢？迎其邪而泻，随其去而补，用心体察其中的奥妙，针刺之道也就尽在其中了。

凡在针刺时，正气虚弱则应用补法，邪气盛实则用泻法，气血淤结的给予破除，邪气胜的则用攻邪法。《大要》说：进针慢而出针快并急按针孔的为补法，进针快而出针慢且不按针孔的为泻法。这里所说的虚和实，因为气本无形，所以似有似无；根据气的虚实来决定补泻的先后次序，以决定留针或去针。无论是用补法还是用泻法，都要使患者感到补之若有所得，泻之若有所失。

虚实补泻的要点，在于巧妙地使用九针。补或泻都可用针刺实现。泻法的要领：要很快地持针刺入，得气后，摇大针孔，转而出针，排出表阳，以去邪气。如果出针随即按闭针孔，

谓内温（内温：指气血蕴蓄于内，此处当理解为邪气留于体内），血不得散，气不得出也。补曰：随之，意若妄之，若行若按，如蚊虻止，如留如还，去如弦绝。令左属右，其气故止，外门以闭，中气乃实，必无留血，急取诛之。

持针之道，坚者为宝。正指直刺，无针左右。神在秋毫，属意病者。审视血脉，刺之无殆。方刺之时，必在悬阳，及与两卫，神属勿去，知病存亡。血脉者，在腧横居，视之独澄，切之独坚。

九针之名，各不同形。一曰镵(chán)针，长一寸六分；二曰员针，长一寸六分；三曰鍉(dī)针，长三寸半；四曰锋针，长一寸六分；五曰铍针，长四寸，广二分半；六曰员利针，长一寸六分；七曰毫针，长三寸六分；八曰长针，长七寸；九曰大针，长四寸。镵针者，头大末锐，去泻阳气；员针者，针如卵形，揩摩分间，不得伤肌肉，以泻分气；鍉针者，锋如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致

就会使邪气闭于内，血气不得疏散，邪气也不来。补法的要领：顺着经脉循行的方向施针，仿佛若无其事地轻轻刺入，行针导气，按穴下针时的感觉，就像蚊虫叮完皮肤似去似留的感觉；得气之后，急速出针，如离弦之箭一样迅疾。右手出针，左手急按针孔，经气会因此而留止，针孔已闭，中气就会充实，也不会有瘀血停留，若有瘀血，应及时除去。

持针的要领，以手坚定而有力最可贵。对准腧穴，端正直刺，针体不可偏左偏右。持针者精神要集中到针端，并留意观察患者。同时仔细观察血脉的走向，并且进针时避开它，这样就不会发生危险了。将要针刺的时候，要注意患者神色的变化，以体察其神气的盛衰，不可稍有疏忽，从而察知病气的存亡。血脉之所在，横布在腧穴周围，看起来很清楚，用手指按切也会感到坚实。

九针名称不同，形状也各有不同。第一种叫镵针，长一寸六分；第二种叫员针，长一寸六分；第三种叫鍉针，长三寸半；第四种叫锋针，长一寸六分；第五种叫铍针，长四寸，宽二分半；第六种叫员利针，长一寸六分；第七种叫毫针，长三寸六分；第八种叫长针，长七寸；第九种叫大针，长四寸。镵针，针头大而针尖锐利，浅刺可以泻肌表阳热；员针，针形如卵，用以在肌肉之间按摩，既不会损伤肌肉，又能疏泄肌肉之间的邪气；鍉针，其锋如小米粒一样微圆，用于按压经脉，但不能深陷肌肉之内，否则反而伤正气；锋针，三面有刃，可以用来治疗顽固的旧疾；铍针，针尖像

其气；锋针者，刃三隅，以发痼疾；铍针者，末如剑锋，以取大脓；员利针者，尖如釐（釐 mǎo：发音同毛，指牦牛尾，也指马尾），且员且锐，中身微大，以取暴气；毫针者，尖如蚊虻喙，静以徐往，微以久留之而养，以取痛痹；长针者，锋利身长，可以取远痹；大针者，尖如挺（tǐng），其锋微员，以泻机关之水也。九针毕矣。

夫气之在脉也，邪气在上，浊气（浊气：饮食积滞之气）在中，清气在下。故针陷脉则邪气出，针中脉则浊气出，针太深则邪气反沉，病益。故曰：皮肉筋脉，各有所处，病各有所宜。各不同形，各以任其所宜。无实无虚，损不足而益有余，是谓甚病，病益甚。取五脉（五脉：五脏腧穴）者死，取三脉者悞（悞：怯弱，虚弱）。夺阴者死，夺阳者狂。针害毕矣。

刺之而气不至，无问其数；刺之而气至，乃去之，勿复针。针各有所宜，各不同形，各任其所为。刺之要，气至而有效，效之信，若风之吹

剑锋一样锐利，可以用来刺痈排脓；员利针，针尖像马尾，圆而锐利，针的中部稍粗，可以用来治疗急症；毫针，针尖像蚊虻的嘴，可以轻缓地刺入皮肉，轻微提起而留针，正气可以得到充养，邪气可以尽散，可以治疗痛痹；长针，针尖锐利，针身细长，可以用来治疗久痹证；大针，针尖像折断后的竹子，其锋稍圆，可以用来泻去关节积水。关于九针的情况大致就是如此了。

一般而言，邪气侵入了人体的经脉，风热阳邪的气常停留在上部，饮食积滞的气常停留在中部，清冷寒湿的气常停留在下部。所以针刺各经腧穴，阳邪之气就能得以排出，针刺阳明经合穴，就会使胃肠积滞之气排出。但如果病在浅表而针刺太深，反而会引邪进入内里，这样病情就会加重。所以说，皮肉筋脉，各有其所在的部位，各种病症也各有其适宜的孔穴。九针的形状不同，各有其施治相适的孔穴，应根据病情的不同而适当选用。不要实证用补法，也不要虚证用泻法，那样会导致损不足而益有余，反而会加重病情。精气虚弱的患者，误泻五脏腧穴，可致阴虚而死；阳气不足的患者，误泻三阳经的腧穴，可致正气衰弱，精神错乱。误泻了阴经，耗尽了脏气就会死亡；误泻阳经，损伤了阳气，则会使入发狂。这就是用针不当的危害。

如果刺后未能得其气，不拘泥于手法次数的多少，都必须等待经气到来。如已得气就可去针，不必再刺。九针各有不同的功用，针形也不一样，必须根据病情的不同加以选用。总之，针刺的要点，是针下得气，必有疗效，疗

云，明乎若见苍天。刺之道毕矣。

黄帝曰：愿闻五脏六腑所出之处。

岐伯曰：五脏五腧，五五二十五腧；六腑六腧，六六三十六腧。经脉十二，络脉十五。凡二十七气，以上下。所出为井（所出为井：人之血气，出于四肢，所以脉出之处为井），所溜为荣（所溜为荣：形容脉气流过的地方，像刚从泉源流出的小水流），所注为输，所行为经，所入为合。二十七气所行，皆在五腧也。

节之交，三百六十五会，知其要者，一言而终；不知其要，流散无穷。所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。

睹其色，察其目，知其散复；一其形，听其动静，知其邪正。右主推之，左持而御之，气至而去之。

凡将用针，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治也。五脏之气已绝于内，而用针者反实其外，是谓重竭（重竭：指虚上加虚，造成阴亡）。重竭

效显著的，就如风吹云散，明朗如见到青天那样。针刺的道理就是这样了。

黄帝说：我想听你谈谈五脏六腑的经气的所出之处。

岐伯说：五脏经脉，各有井、荣、输、经、合五个腧穴，五五则有二十五个腧穴；六腑经脉，各有井、荣、输、原、经、合六个腧穴，六六共三十六个腧穴。脏腑有十二条经脉，每经又各有一络，加上任、督之脉各一络和脾之大络，便有十五络了。十二经加十五络，这二十七脉之气在全身循环周转，脉气所出之处，叫“井”；脉气所流过之处，叫“荣”；脉气所灌注运输之处，叫“输”；脉气所行走之处，叫“经”；脉气所汇聚的地方，叫“合”。这二十七条经脉，都出入流注运行于井、荣、输、经、合五腧。

人体关节的相交，共有三百六十五处，知道了这些奥妙，就可以一言以蔽之了，否则就不能把握住头绪。所谓人体关节部位，是指血气游行出入的地方，不是指皮肉筋骨的局部形态。

观察患者的面部气色和眼神，可以了解血气的消散和复还的情况。观察患者形体的动静，听他的声音变化，可以了解邪正虚实的情况，然后就可以右手进针，左手扶针，刺入后，待针下得气即应出针。

但凡在用针之前，必先诊察脉象，知道了脏气的虚实，才可以进行治疗。如果五脏之气已绝于内，反而用针补在外的阳经，那就会使阳越盛阴越虚了，这叫“重竭”。重竭必定致人死亡，但临死时病者是安静的，这是因为医者

必死，其死也静。治之者辄反其气，取腋与膺。五脏之气已绝于外，而用针者反实其内，是谓逆厥。逆厥则必死，其死也躁。治之者反取四末。刺之害，中而不去，则精泄；不中而去，则致气。精泄则病益甚而恒，致气则生为痈疡。

五脏有六腑，六腑有十二原，十二原出于四关（四关：即手肘与膝部的4个关节），四关主治五脏。五脏有疾，当取之十二原。十二原者，五脏之所以禀三百六十五节之会也。五脏有疾也，应出十二原，而原各有所出。明知其原，睹其应，而知五脏之害矣。

阳中之少阴，肺也，其原出于太渊，太渊二。阳中之太阳，心也，其原出于大陵，大陵二。阴中之少阳，肝也，其原出于太冲，太冲二。阴中之至阴，脾也，其原出于太白，太白二。阴中之太阴，肾也，其原出于太溪，太溪二。膏之原，出于鸠尾，鸠尾一。育之原，出于腓腓（腓腓 yāng：是任脉气海穴的别名，在脐下一寸五分处），腓腓一。凡此十二原者，主治

违反了经气补泻原则，误取腋部和胸部的腧穴，使脏气尽汇于外而造成的。如果五脏之气在外面已经虚绝，却反而用针补在内的阴经，阴愈盛阳愈虚，这叫“逆厥”。逆厥也必然致人死亡，但在临死时病者会表现得很烦躁，这是误取四肢末端的穴位，促使阳气衰竭而造成的。针刺已刺中病邪要害而不出针，反而会使精气耗损；没有刺中要害，即行出针，会使邪气留滞不散。精气外泄，病情就会加重而使人虚弱，邪气留滞于内容易发生痈疡。

五脏有六腑，六腑有十二原穴，十二原穴出于肘膝四关，四关原穴可以主治五脏的疾病。所以五脏有病，应取十二原穴。十二原穴，是五脏聚全身三百六十五节经气而集中的部位，所以五脏有病，就会对应到十二原穴，而十二原穴也各有所属的内脏。了解了原穴的性质，观察它们的反应，就可以知道五脏的病变状况。

心肺居于膈上，属阳位，但肺是阳部的阴脏，故为阳中之少阴。其原穴出于太渊，太渊左右共二穴。心为阳部的阳脏，所以是阳中之太阳，其原穴出于大陵，大陵左右共二穴。肝、脾、肾居于膈下，属于阴位。肝是阴部的阳脏，为阴中少阳，其原穴出于太冲，太冲左右共二穴。脾是阴部的阴脏，为阴中之至阴，其原穴出于太白，太白左右共两穴。肾是阴部的阴脏，为阴中之太阴，其原穴出于太溪，太溪左右共二穴。膏的原穴为鸠尾，鸠尾只有一穴。育的原穴是气海，气海也只有一穴。以上十二原穴，是脏腑之气输注的地方，所以能治五脏六腑的

五脏六腑之有疾者也。胀取三阳，飧泄取三阴。

今夫五脏之有疾也，譬犹刺也，犹污也，犹结也，犹闭也。刺虽久，犹可拔也；污虽久，犹可雪也；结虽久，犹可解也；闭虽久，犹可决也。或言久疾之不可取者，非其说也。夫善用针者，取其疾也，犹拔刺也，犹雪污也，犹解结也，犹决闭也。疾虽久，犹可毕也。言不可治者，未得其术也。

刺诸热者，如以手探汤（以手探汤：用手试探热水，意手法轻盈且迅速，一触即还）；刺寒清者，如人不欲行。阴有阳疾者（阴有阳疾者：热在阴分），取之下陵三里。正往无殆，气下乃止，不下复始也。疾高而内者，取之阴之陵泉；疾高而外者，取之阳之陵泉也。

病。大凡腹胀的病都应当取足三阳经的腧穴治疗，飧泄病应当取足三阴经的腧穴治疗。

五脏有病，就像身上扎了刺，物体被污染，绳索打了结，江河发生了淤塞一样。扎刺的时日虽久但还是可以拔除的；污染的时间虽久，却仍是可以涤尽的；绳子虽然打结很久，但仍可以解开；江河淤塞久了，却仍是可以疏通的。有人认为病久了就不能治愈，这种说法是不正确的，善于用针的人治疗疾病，就像拔刺、涤洗污渍、解开绳结、疏通淤塞一样。病的日子虽久，仍然可以治愈，说久病不可治，是因为没有掌握针刺的技术。

针刺治疗热病，就如同用手试探沸腾的热水，一触即还。针刺治疗阴寒之病，应像行人在路上逗留，不愿走开的样子。阴分出现阳邪热象，应取足三里穴。准确刺入而不能懈怠，气至邪退便应出针，如果邪气不退，便应当再刺。疾病位于上部而病本属于内脏的，当取阴陵泉；疾病位于上部而病本属于外腑的，则应当取阳陵泉。

【解要】

《灵枢》首讲针刺法，足见针刺在中医外治法中的地位。本篇重点介绍古代所用的镵针、员针、铍针、锋针、铍针、员利针、毫针、长针、大针九种针具的形状及其用途。认识针具，这是针刺法的基础；再讲手法（以补泻为例），针刺有疾、徐、迎、随、开、阖等手法；又讲十二原穴及其主治脏腑病变的原理，指出哪些疾病是针刺法可以治疗的，以及治疗时应取的穴位。

第二节 本输：对脏腑与经脉之气推本求原

【题解】

本，其本义是草木之根，也就是人们常说的“根本”，此为推求本源的意思；输，其本义是输通，古人用来代指腧穴，谓神气通过腧穴而出没，为气血游行出入的关键穴位，故称为输穴，简称输。《内经》中输与腧、俞三字通用。

本篇主要讲解五脏六腑的诸腧穴的名称和位置，对五脏六腑与经脉之气作了推求本源的论述，故名“本输”。

【原文】

黄帝问于岐伯曰：凡刺之道，必通十二经络之所终始，络脉之所别处，五输之所留，六腑之所与合，四时之所出入，五脏之所溜处，阔数之度，浅深之状，高下（高下：高，指头目；下，指肢体末端；高下，即人体上下）所至。愿闻其解。

岐伯曰：请言其次也。肺出于少商，少商者，手大指端内侧也，为井木；溜于鱼际，鱼际者，手鱼（手鱼：指手腕之前，大拇指本节之间的部位，有肌肉隆起，如鱼的形状，因此把此部位称为“手鱼”）也，

【译文】

黄帝问岐伯说：凡是想了解针刺治病原理的人，都必须精通十二经络的循行起点和终点。络脉别出的地方，井、荣、输、经、合五腧穴留止的部位，六腑与五脏的表里关系，四时对经气出入的影响，五脏之气的流行灌注，经脉、络脉、孙脉的宽窄程度、浅深情况，上至头面，下至足胫的联系。对于这些问题，我希望听你讲解一下。

岐伯回答说：请让我依次来说明。肺所属经脉的血气，出于少商穴，少商在手大指端内侧，为井穴，属木；流行于鱼际穴，鱼际在手鱼的边缘，为荣穴；灌注于太渊穴，太渊在手鱼后一寸的凹陷中，为输穴；经行