

中华传世名著精品文库

黄帝内经 (下)



(上古) 太古真人

青海人民出版社



中华传世名著精品文库

- | | |
|---------------|---------------|
| 《 尚 书 》 | 《 庄 子 》 |
| 《 易 经 》 | 《 荀 子 》 |
| 《 大 学 》 | 《 诗 经 》 |
| 《 中 庸 》 | 《 楚 辞 》 |
| 《 论 语 》 | 《 孝 经 》 |
| 《 墨 子 》 | 《 忍 经 》 |
| 《 孟 子 》 | 《 坛 经 》 |
| 《 老 子 》 | 《 千 家 诗 》 |
| 《 韩 非 子 》 | 《 鬼 谷 子 》 |
| 《 百 家 姓 》 | 《 三 字 经 》 |
| 《 千 字 文 》 | 《 弟 子 规 》 |
| 《 菜 根 谭 》 | 《 呻 吟 语 》 |
| 《 金 刚 经 》 | 《 幽 梦 影 》 |
| 《 声 律 启 蒙 》 | 《 围 炉 夜 话 》 |
| 《 幼 学 琼 林 》 | 《 小 窗 幽 记 》 |
| 《 朱 子 家 训 》 | 《 孙 子 兵 法 》 |
| 《 增 广 贤 文 》 | 《 三 十 六 计 》 |
| 《 劝 忍 百 箴 》 | 《 笑 林 广 记 》 |
| 《 吕 氏 春 秋 》 | 《 世 说 新 语 》 |
| 《 唐 诗 三 百 首 》 | 《 黄 帝 内 经 上 》 |
| 《 宋 词 三 百 首 》 | 《 黄 帝 内 经 下 》 |
| 《 元 曲 三 百 首 》 | 《 曾 国 藩 家 书 》 |

ISBN 7-225-02174-5



9 787225 021744 >

ISBN 7-225-02174-5/G · 874

全套定价：238.00元（单册定价8.50元）

黄帝内经

「上古」太古真人著



下册
(灵枢部分)

陈富元 译注

青海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

《黄帝内经》(下部·灵枢) / 陈富元译注. — 西宁: 青海人民出版社, 2002.9

(中华传世名著精品文库)

I. 黄... II. 陈... III. ①中国—上古时代 ②黄帝内经—注释
③黄帝内经—译文 IV. I222.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 071471 号

中华传世名著精品文库

黄帝内经 (下部·灵枢)

李 剑 刘道英 主编

责任编辑: 康 瑛

责任校对: 陈富元

出 版 青海人民出版社 (西宁市同仁路 10 号)

发 行: 邮政编码 810001 电话 6143426 (总编室)

发行部: (0971) 6143516 6123221

印 刷: 成都市蜀丰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850mm×1168mm 1/32

印 张: 196

字 数: 4560 千字

版 次: 2002 年 9 月第 1 版

印 次: 2002 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 7-225-02174-5/G·874

全套定价: 238.00 元 (单册定价 8.50 元)

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)



前 言

《黄帝内经》是我国传统优秀文化宝库中的瑰宝，是古代优秀典籍中的精品。关于它的成书年代，众说不一，但根据多数专家的观点，大约成书于春秋战国时期。人们把它与《山海经》、《易经》并称为“上古三大奇书”。纵观全书，它涉及了医学、地理学、养生学、哲学、天文学、心理学、社会学、气象学、季候、风水、历法、兵法、阴阳五行等多种学科知识，内容真可谓丰富、广博。

《黄帝内经》到目前为止，是我国发现的现存最早的一部医学典籍，是中医学理论体系的源泉。它是上古乃至太古时代民族智慧在医学、养生学等方面的总结和体现。全书分为“素问”和“灵枢”两部分，以对话形式，十分清晰地描述出了人体的解剖结构及全身经络的运行情况，并且对人体从生理学、医学病理学、医学地理学等方面进行了精深而全面的论述，其中充满着辩证法的观念。因此，历来把《黄帝内经》与《伏羲八卦封》、《神龙本草经》并称为“上古三坟”。它对中国医学具有极其深远的影响，中医“望”、“闻”、“问”、“切”四诊法直接源于《黄帝内经》，还有许多医学家的出现及其在医学领域所取得的重大学术成就，与《黄帝内经》有一定的联系。

《黄帝内经》同时又是一部罕见的养身学巨著。它向人们讲述了一整套较为完整的养生方法，书中告诉了人们怎样做才能够使人气通于天气、地气，达到“三气”相通，从而使人们充



满浩然之气,以立于天地之间,求得长生的道理。

还值得一提的《黄帝内经》中也有预测学的内容,但它的预测推算是科学的,它预测来年天气的变化,与之相应会流行什么样的疾病以及人在自然界中将遇到的吉凶祸福等,并为人们提供了避免的方法。因此,它不同与一般的预测算命术。

《黄帝内经》对中国文化最大的贡献,是在中医学说理论和阴阳五行学说方面,它在论述医学理论的同时,对阴阳五行学有比较系统而详细的论述。所以人们一直视它为阴阳五行学说的经典著作。

综上所述,说《黄帝内经》是我国上古一部伟大的奇书并不为过。但是这部书成书时间离我们久远,词义较深,对于初学者来说,不易读懂,难求其意。为此把《黄帝内经》解译为现代汉语,旨在供初学者参考。由于才疏学浅,加之时间仓促,疏漏失误在所难免,请多指教。

译注者

2002年6月



目 录

本病论篇第七十三(佚篇)	官针篇第七	(32)
..... (283)	本神篇第八	(36)
至真要大论篇第七十四回	终始篇第九	(38)
..... (295)	经脉篇第十	(45)
著至教论篇第七十五	经别篇第十一	(60)
..... (320)	经水篇第十二	(62)
示从容论篇第七十六	经筋篇第十三	(65)
..... (322)	骨度篇第十四	(71)
疏五过论篇第七十七	五十营篇第十五	(73)
..... (325)	营气篇第十六	(74)
徵四失论篇第七十八	脉度篇第十七	(75)
..... (327)	营卫生会篇第十八	(77)
阴阳类论篇第七十九	四时气篇第十九	(80)
..... (329)	五邪篇第二十	(82)
方盛衰论篇第八十	寒热病篇第二十一	(83)
..... (332)	癫狂篇第二十二	(86)
解精微论篇第八十一	热病篇第二十三	(89)
..... (334)	厥病篇第二十四	(93)
灵 枢 下 册	病本篇第二十五	(96)
九针十二原本输篇第一	杂病篇第二十六	(97)
..... (1)	周痹篇第二十七	(99)
九针十二原本输篇第二	口问篇第二十八	(101)
..... (6)	师传篇第二十九	(105)
小针解篇第三	决气篇第三十	(108)
..... (13)	肠胃篇第三十一	(110)
邪气脏腑病形篇第四	平人绝谷篇第三十二	
..... (16) (111)	
根结篇第五	海论篇第三十三	(112)
..... (24)	五乱篇第三十四	(114)
寿夭刚柔篇第六	胀论篇第三十五	(115)
..... (29)		



五癯津液别篇第三十六 (118)	玉版篇第六十 (169)
五阅五使篇第三十七 (120)	五禁篇第六十一 (173)
逆顺肥瘦篇第三十八 (121)	动输篇第六十二 (175)
血络篇第三十九 (124)	五味论篇第六十三 ... (177)
阴阳清浊篇第四十 (126)	阴阳二十五人篇第六十四 (178)
阴阳系日月篇第四十一 (127)	五音五味篇第六十五 (185)
病传篇第四十二 (129)	百病始生篇第六十六 (188)
淫邪发梦篇第四十三 (131)	行针篇第六十七 (191)
顺气一日分为四时篇第四十 四 (133)	上膈篇第六十八 (192)
外揣篇第四十五 (135)	忧患无言篇第六十九 (193)
五变篇第四十六 (137)	寒热篇第七十 (194)
本脏篇第四十七 (140)	邪客篇第七十一 (195)
禁服篇第四十八 (146)	通天篇第七十二 (201)
五色篇第四十九 (149)	官能篇第七十三 (204)
论勇篇第五十 (153)	论疾诊尺篇第七十四 (208)
背腧篇第五十一 (156)	刺节真邪篇第七十五 (211)
卫气篇第五十二 (156)	卫气行篇第七十六 (219)
论痛篇第五十三 (158)	九宫八风篇第七十七 (223)
天年篇第五十四 (159)	九针论篇第七十八 (226)
逆顺篇第五十五 (161)	岁露论篇第七十九 (232)
五味篇第五十六 (162)	大惑论篇第八十 (236)
水胀篇第五十七 (164)	痈疽篇第八十一 (240)
贼风篇第五十八 (165)	
卫气失常篇第五十九 (166)	



灵 枢

九针十二原本输篇第一

【原文】

黄帝问于岐伯曰：余子万民，养百姓，而收其租税。余哀其不给，而属有疾病。余欲勿使被毒药，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，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，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，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，是谓内温，血不得散，气不得出也。补曰随之，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，外门已闭，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，审视血者，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，在膈横居，视之独澄，切之独坚。

九针之名，各不同形：一曰鑱针，长一寸六分；二曰员针，长一寸六分；三曰鍉针，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。鑱针



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。鍤针者，锋如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致其气。铍针者，刃三隅，以发痼疾。铍针者，末如剑锋，以取大脓。员利针者，大如茆，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，锋利身薄，可以取远痹。大针者，尖如挺，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。取五脉者死，取三脉者恒；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，为刺之要。气至而有效，效之信，若风之吹云，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，所溜为荣，所注为腧，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。

观其色，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，重竭必死，其死也静，治之者辄反其气，取腧与膺；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；害中而去，则致气。精泄则病益甚而恒，致气则生为痼病。

五脏有六腑，六腑有十二原，十二原出于四关，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气味也。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，其原出于太陵，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。肓之原，出于腓腠，腓腠一。凡此十二原者，主治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；刺寒清者，如人不欲行。阴有阳疾者，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。

【译文】

黄帝问岐伯说：“我怜爱万民，亲养他们，并向他们征收租税。我哀怜他们生活尚难自给，还不时为疾病所困而苦。我想不采用服药和砭石的治法，而是用微针，以疏通经脉，调理气血，增强经脉气血的逆顺出入来治疗疾病。要想使这种疗法在后世能代代相传，必须明确提出针刺大法，要想它永不失传，便于运用而又不会被忘掉，就必须建立条理清晰的体系，分理出不同的篇章，区别表里，以明确气血终而复始地循环于人身的规律。要把各种针具的形状及相应的用途给予阐明。我认为首先制订针经。我想听您说说这方面的情况。”

岐伯答道：让我按次序，有条理的进行说明从小针开始，直到九针，说说其中的道理。小针治病的精要，容易掌握，但要达到精妙的程度却很困难。低劣的医生死守形迹。高明的医生则能根据病情的变化来加以针治。神奇，真神奇啊！气血循环于经脉，出入有一定的门户，病邪也可从这些门户侵入体内。没有认清疾病，怎么能了解产生疾病的原因呢？针刺的奥妙，在于行针的快慢。医术不高的粗劣医生仅仅死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，不离孔空。孔空里蕴含的玄机，是极精密微妙的。当邪气充盛时，不可迎而补之，当邪气衰减时，不可追而泻之。懂得气机变化的妙道而施治的，不会有毫发的差失，不懂得气机变化大道理的，就如扣弦上的箭，不能及时准确地射出一样。所以必须掌握经气的往来顺逆之机要妙道，才能把握住针刺的正确时间。劣医对此昏昧无知，只有大医才有体察它的奥妙。正气去者叫做逆，正气来复叫做顺，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,反用泻法,怎么会不更虚呢?邪气正盛,反用补法,怎么会不更实呢?迎其邪而泻,随其去而补,用心体察其中的奥妙,针刺之道也就到此而止了(意即针刺之道也就达到最高水平了)。

凡在针刺时,正气虚弱则应用补法,邪气盛实则用泻法,气血瘀结的给予破除,邪气胜的则用攻下法。《大要》说:进针慢而出针快并急按针孔的为补法,进针快而出针慢不按针孔的为泻法。这里所说的补和泻,应为似有感觉又好像没有感觉;考察气的先至与后至,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,以九针最为奇妙。补或泻都可用针刺实现。所谓泻法,指的是要很快持针刺入,得气后,摇大针孔,转而出针,排出表阳,以泄去邪气。如果出针时按闭针孔,就会使邪气闭于内,血气不得疏散,邪气也出不来!所谓补法,即是指顺着经脉循行的方向施针,仿佛若无其事,行针导气,按穴下针时的感觉,就像蚊虫叮在皮肤上。针入皮肤。候气之时,仿佛停留徘徊;得气之后,急速出针,如箭离弦,右手出针,左手急按针孔,经气会因此而留止,针孔已闭,中气仍然会充实,也不会有瘀血停留,若有瘀血,应及时除去。

持针的方法,紧握而有力最为贵。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,并留意观察病人。同时仔细观察血脉的走向,并且进针时避开它,就不会发生危险了。将要针刺的时候,要注意病人的双目和面部神色的变化,以体察其神气的盛衰,对此不可稍有疏忽。在血脉横布在腧穴周围,看起来很清楚,用手法按切也感到坚实,刺时就应该避开它。

九针的形状依据名称的不同而各有不同:第一种叫做鑱针,长1寸6分;第二种叫员针,长1寸6分;第三种叫铍针,长3寸半;第四种叫锋针,长1寸6分;第五种叫铍针,长4寸,宽2分半;第六种叫员利针,长1寸6分;第七种叫毫针;长3寸6分;第八种叫长针,长7寸;第九种叫大针,长4寸。鑱针,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,不会损伤肌肉,却能疏泄肌肉之间的邪气;铍针,其锋如黍粟粒一样微圆,用于按压经脉,不会陷入皮肤内,所以可以引正气祛邪气;锋针,三面有刃,可以用来治疗顽固的旧疾;铍针,针尖像剑锋一样锐利,可以用来刺痈排脓;员利针,针尖像长毛,圆而锐利,针的中部稍粗,可以用来治疗急性病;毫针,针形像蚊虻的嘴,可以轻缓地刺入皮肉,轻微提插而留针,正气可以得到充养,邪气尽散,出针养神,可以治疗痛痹;长针,针尖锐利,针身细长,可以用来治疗日月已久的痹症;大针,针尖像折断后的竹荏,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。

大凡邪气侵入了人体的经脉,阳邪的气常停留在上部,浊恶的气常停留在中部,清朗的气常停留在下部。所以针刺筋骨陷中的孔穴,阳邪就能得以外出,针刺阳明经合穴,就会使浊气得以外出。但如果病在表浅而针刺太深,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,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,应根据病情适当选用。不要实证用补法,也不要虚症用泻法,那样会导致损不足而益用余,反而会加重病情。精气虚弱的病人,误泻五脏腧穴,可致阴虚而导致死亡;阳气不足的病人,误泻三阳经腧穴,可致正气衰弱而精神错乱。误泻了阴经,耗尽脏气的也会死亡;损伤了阳经,则会使人发狂,这就是用针不当的全部害处了。

如果刺后未能得其气,不问息数多少,都必须等待经气到来;如已得气就可出针,不必再刺。九针各有其所适宜的功用,针形各不一样,各种针必须根据病情的不同加以选用,这是针刺的要点。总之,用针时针下得气,即为有效,疗效显著得就如风吹云散,青空朗朗,这就是针刺要道的全部了。

黄帝说:我想听你谈谈五脏六腑的经气所出的情况。

岐伯回答说: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、督脉二络和脾之大络,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,以上下经气所出的孔穴,叫做“井”;经气所流过的孔穴,叫做“荣”;经气所灌注的孔穴,叫做“输”;经气所行走的孔穴,叫做“经”;经气所进入的地方,叫做“合”。这 27 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 365 处,知道了这些要妙,就可以用一句话概括了,没有明白这些要妙者,便是漫无边际把握不住头绪。所谓人体关节部位,是指神气游行出入的地方,不是指皮肉筋骨的局部形态。

观察病人的面部气色和眼神,可以了解正气的消散和复还的情况。辨别病人形体的强弱,听他动静的声音,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。

凡是在用针之前,必先诊察脉象,知道了脏气的虚实,才可以进行治疗。如果五脏之气在里面已经竭绝了,反用针补在外的阳经,阳愈盛阴愈虚了,这就叫重竭。重竭必定致人死亡,但临死时病者的表现是安静的,这是因为医者违反了经气,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,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,却会使邪气留滞不散。精气外泄,病情就会加重而使人虚弱,邪气留滞则会发痲痛。

五脏有六腑,六腑有十二原穴,十二原穴出于肘膝四关,所以从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365节经气而集中的部位,所以五脏有病,就会反应到十二原穴,而十二原穴也各有所属的内脏,明白了原穴的性质,观察它们的反应,就可以知道五脏的病变情况。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,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,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,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,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,左右共二穴。膏的原穴为鸠尾,只有一穴。育有原穴是气海,也只是一穴。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病。凡是腹胀的病都应当取足三阳经,飧泄的病应当取足三阴经。

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,但还是可以拨除的;污染的时间虽久,却仍是可以雪洗涤尽的;绳子打结虽然很久,但仍可以解开;江河淤塞得很久,却仍是可以疏通的。有人认为病久了就不能治愈,不是他所说的这样,善于用针的人治疗疾病,就像拨刺、涤洗污点、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医治的要妙之术。

针刺治疗热病,就如同用手试探沸汤。针刺治疗塞清之病,应像行人在路上逗留而不愿走。阴分出现阳邪热象,应取足三里穴,准确刺入而不能懈怠,气至邪退了便应出针,如果邪气不退,便应当再刺。疾病位于上部而属于内脏的,当取阳陵泉,疾病位于上部而属于外腑的,则应当取阴陵泉。

九针十二原本输篇第二

【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，手鱼也，为荥；注于太渊，太渊，鱼后一寸陷者中也，为谿；行于经渠，经渠，寸口中也，动而不居，为经；入于尺泽，尺泽，肘中之动脉也，为合，手太阴经也。

心出于中冲，中冲，手中指之端也，为井木；溜于劳宫，劳宫，掌中中指本节之内间也，为荥；注于大陵，大陵，掌后两骨之间方下者也，为谿；行于间使，间使之道，两筋之间，三寸之中也，有过则至，无过则止，为经；入于曲泽，曲泽，肘内廉下陷者之中也，屈而得之，为合，手少阴也。

肝出于大敦，大敦者，足大指之端及三毛之中也，为井木；溜于行间，行间，足大指间也，为荥；注于太冲，太冲，行间上二寸陷者之中也，为谿；行于中封，中封，内踝之前一寸半，陷者之中，使逆则宛，使和则通，摇足而得之，为经；入于曲泉，曲泉，辅骨之下，大筋之上也，屈膝而得之，为合，足厥阴也。

脾出于隐白，隐白者，足大指之端内侧也，为井木；溜于大都，大都，本节之后，下陷者之中也，为荥；注于太白，太白，腕骨之下也，为谿；行于商丘，商丘，内踝之下，陷者之中也，为经；入于阴之陵泉，阴之陵泉，辅骨之下，陷者之中也，伸而得之，为合，足太阴也。

肾出于涌泉，涌泉者，足心也，为井木；溜于然谷，然谷，然骨之下者也，为荥；注于太溪，太溪，内踝之后，跟骨之上，陷中者也，为谿；行于复溜，复溜，上内踝二寸，动而不休，为经；入于阴谷，阴谷，辅骨之后，大筋之下，小筋之上也，按之应手，屈膝而得之，为合，足少阴经也。

膀胱出于至阴，至阴者，足小指之端也，为井金；溜于通谷，通谷，本节之前外侧也，为荥；注于束骨，束骨，本节之后，陷者中也，为谿；过于京骨，京骨，足外侧大骨之下，为原；行于昆仑，昆仑，在外踝之后，跟骨之上，为经；入于委中，委中，腠中央，为合，委而取之，足太阳也。

胆出于窍阴，窍阴者，足小指次指之端也，为井金；溜于侠溪，侠溪，足小指次指之间也，为荥；注于临泣，临泣，上行一寸半陷者中也，为谿；过于丘墟，丘墟，外踝之前下，陷者中也，为原；行于阳辅，阳辅，外踝之上，辅骨之前，及绝骨之端也，为



经；入于阳之陵泉，阳之陵泉，在膝外陷者中也，为合，伸而得之，足少阳也。

胃出于厉兑，厉兑者，足大指内次指之端也，为井金；溜于内庭，内庭，次指外间也，为荣；注于陷谷，陷谷者，上中指内间上行二寸陷者中也，为腧；过于冲阳，冲阳，足跗上五寸陷者中也，为原，摇足而得之；行于解溪，解溪，上冲阳一寸半陷者中也，为经；入于下陵，下陵，膝下三寸，胫骨外三里也，为合；复下三里三寸为巨虚上廉，复下上廉三寸为巨虚下廉也，大肠属上，小肠属下，足阳明胃脉也，大肠小肠，皆属于胃，是足阳明也。

三焦者，上合手少阳，出于关冲，关冲者，手小指次指之端也，为井金；溜于液门，液门，小指次指之间也，为荣；注于中渚，中渚，本节之后陷者中也，为腧；过于阳池，阳池，在腕上陷者之中也，为原；行于支沟，支沟，上腕三寸，两骨之间陷者中也，为经；入于天井，天井，在肘外大骨之上陷者中也，为合，屈肘乃得之；三焦下腧，在于足大指之前，少阳之后，出于膈中外廉，名曰委阳，是太阳络也。手少阳经也。三焦者，足少阳太阴（一本作阳）之所将，太阳之别也，上踝五寸，别入贯膈肠，出于委阳，并太阳之正，入络膀胱，约下焦，实则闭癃，虚则遗溺，遗溺则补之，闭癃则泻之。

手太阳小肠者，上合手太阳，出于少泽，少泽，小指之端也，为井金；溜于前谷，前谷，在手外廉本节前陷者中也，为荣；注于后溪，后溪者，在手外侧本节之后也，为腧；过于腕骨，腕骨，在手外侧腕骨之前，为原；行于阳谷，阳谷，在锐骨之下陷者中也，为经；入于小海，小海，在肘内大骨之外，去端半寸陷者中也，伸臂而得之，为合手太阳经也。

大肠上合手阳明，出于商阳，商阳，大指次指之端也，为井金；溜于本节之前二间，为荣；注于本节之后三间，为腧；过于合谷，合谷，在大指歧骨之间，为原；行于阳溪，阳溪，在两筋间陷者中也，为经；入于曲池，在肘外辅骨陷者中，屈臂而得之，为合，手阳明也。

是谓五脏六腑之腧，五五二十五腧，六六三十六腧也。六腑皆出足之三阳，上合于手者也。

缺盆之中，任脉也，名曰天突，一。次任脉侧之动脉，足阳



明也，名曰人迎，二。次脉手阳明也，名曰扶突，三。次脉手太阳也，名曰天窗，四。次脉足少阳也，名曰天容，五。次脉手少阳也，名曰天牖，六。次脉足太阳也，名曰天柱，七。次脉颈中央之脉，督脉也，名曰风府。腋内动脉，手太阴也，名曰天府。腋下三寸，手心主也，名曰天池。

刺上关者，吐不能欠；刺下关者，欠不能吐。刺颊鼻者，屈不能伸；刺两关者，伸不能屈。

足阳明挟喉之动脉也，其腧在膺中。手阳明次在其腧外，不至曲颊一寸。手太阳当曲颊。足少阳在耳下曲颊之后。手少阳出耳后，上加完骨之上。足太阳挟项大筋之中发际。

阴尺动脉在五里，五腧之禁也。

肺合大肠，大肠者，传道之腑。心合小肠，小肠者，受盛之腑。肝合胆，胆者，中精之腑。脾合胃，胃者，五谷之腑。肾合膀胱，膀胱者，津液之腑也。少阳属肾，肾上连肺，故将两脏。三焦者，中渎之腑也，水道出焉，属膀胱，是孤之腑也。是六腑之所与合者。

春取络脉诸荣，大经分肉之间，甚者深取之，间者浅取之。夏取诸腧孙络肌肉皮肤之上。秋取诸合，余如春法。冬取诸井诸腧之分，欲深而留之。此四时之序，气之所在，病之所舍，脏之所宜。转筋者，立而取之，可令遂已。痿厥者，张而刺之，可令立快也。

【译文】

黄帝问岐伯说：“凡是运用针刺，其要道在于都必须精通十二经络的循行起点和终点。络脉各自分别所处之处，井、荣、输、经、合腧穴留止的部位，六腑与五脏的所舍，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。我希望能听你讲解。

岐伯说：让我按次序来说吧！肺经的脉气出于少商穴，少商位于手大指端外侧，称之为井穴，在五行属木；脉气尚微则流入鱼际穴，鱼际的部位在手鱼之后，称为荣穴；脉气渐盛则汇注于太渊穴，太渊的部位在鱼后一寸处陷中，称为输穴；脉气旺盛的则会行至经渠穴，经渠的部位在寸口陷中，该处像水流动不止，所以称之为经穴；脉气壮大后则入于尺泽穴，尺泽的部位在肘中动脉处，称之为合穴。这就是手太阴肺经所属的五腧穴。

心经的脉气出于中冲穴，中冲的部位在手中指的尖端，称为井穴，在五行属木；脉气尚微则流入劳宫穴，劳宫的部位在手掌中央中指本节的