



图书在版编目(CIP)数据

黄帝内经：全2册 / 庄展鑫编译. -- 南京：江苏凤凰科学技术出版社，2017.4

(古法今观 / 魏文彪主编. 中国古代科技名著新编)

ISBN 978-7-5537-8067-2

I. ①黄… II. ①庄… III. ①《内经》 IV.
① R221

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第059114号

古法今观——中国古代科技名著新编 黄帝内经（上、下）

编 译 庄展鑫
项目策划 凤凰空间 / 翟永梅
责任编辑 刘玉锋
特约编辑 翟永梅

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼，邮编：210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
总 经 销 天津凤凰空间文化传媒有限公司
总经销网址 <http://www.ifengspace.cn>
经 销 全国新华书店
印 刷 北京市十月印刷有限公司

开 本 710 mm × 1 000 mm 1/16
印 张 47.25
字 数 845千字
版 次 2017年4月第1版
印 次 2017年4月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-8067-2
定 价 168.00元（上、下册）

图书如有印装质量问题，可随时向销售部调换（电话：022—87893668）。

目 录



卷一

九针十二原第一 法天

本论第二 法地

小针解第三 法人

邪气脏腑病形第四 法时

卷二

根结第五 法音

寿夭刚柔第六 法律

官针第七 法星

本神第八 法风

终始第九 法野

卷三

经脉第十

经别第十一

经水第十二

卷四

经筋第十三

骨度第十四

五十营第十五

营气第十六

脉度第十七

营卫生会第十八

四时气第十九

卷五

卷六

五邪第二十.....

寒热病第二十一.....

癫狂第二十二.....

热病第二十三.....

厥病第二十四.....

病本第二十五.....

杂病第二十六.....

周痹第二十七.....

口问第二十八.....

卷七

师传第二十九.....

决气第三十.....

肠胃第三十一.....

平人绝谷第三十二.....

海论第三十三.....

五乱第三十四.....

胀论第三十五.....

五癯津液别第三十六.....

五阅五使第三十七.....

逆顺肥瘦第三十八.....

血络论第三十九.....

阴阳清浊第四十.....

阴阳系日月第四十一

病传第四十二

淫邪发梦第四十三

顺气一日分为四时第四十四

外揣第四十五

五变第四十六

本脏第四十七

卷八

禁服第四十八

五色第四十九

论勇第五十

背膂第五十一

卫气第五十二

论痛第五十三

天年第五十四

逆顺第五十五

五味第五十六

卷九

水胀第五十七

贼风第五十八

卫气失常第五十九

玉版第六十

五禁第六十一

动输第六十二·····
五味论第六十三·····
阴阳二十五人第六十四·····

卷十

五音五味第六十五·····
百病始生第六十六·····
行针第六十七·····
上膈第六十八·····
忧患无言第六十九·····
寒热第七十·····
邪客第七十一·····
通天第七十二·····

卷十一

官能第七十三·····
论疾诊尺第七十四·····
刺节真邪第七十五·····
卫气行第七十六·····
九宫八风第七十七·····

卷十二

九针论第七十八·····
岁露论第七十九·····
大惑论第八十·····
痈疽第八十一·····

卷一

卷一

九针十二原第一 法天

原典

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^①，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^②，扣之不发。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。

注释

① 毒药：古人将可以治疗疾病的药物统称为毒药。

② 机道：经气循行的规律。

译文

黄帝问岐伯说：我怜爱万民，亲养百姓，并向他们征收租税。我哀怜他们生活尚难自给，还不时为疾病所苦。我想不采用服药物和砭石的治法，而用微针，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，分出不同的章，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加以说明，我认为应首先制定《针经》。我想听您说说这方面的情况。

岐伯答道：请让我按次序说其中的道理，从小针开始，直到九针。小针治病，容易掌握，但要达到精妙的地步却很困难。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诊治。



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。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。庸医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的，不会有毫发的差失；不懂得气机变化道理的，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，才能把握住针刺的正确时间。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。

原典

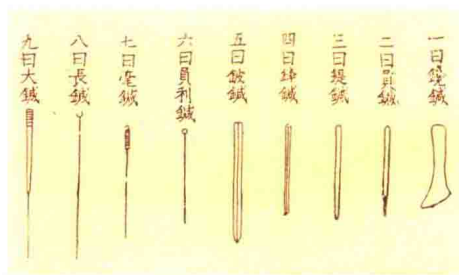
凡用针者，虚则实之，满则泄之，宛陈则除之，邪胜则虚之。《大要》曰：徐而疾则实，疾而徐则虚。言实与虚，若有若无。察后与先，若存若亡。为虚与实，若得若失。

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^①，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。审视血脉者，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。

注释

①内温：指气血蕴蓄于内，此处当理解为邪气留于体内。



元代九针图

译文

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，进针快而出针慢且不按针孔的为泻法。这里所说的补和泻，应为似有感觉又好像没有感觉；

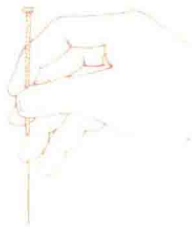


考察气的先至与后至，以决定留针或去针。无论是用补法还是用泻法，都要使患者感到补之若有所得，泻之若有所失。

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，指的是要很快地持针刺入，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，邪气也不出来！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，也不会有淤血停留，若有淤血，应及时除去。

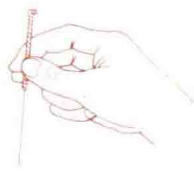
持针的方法，紧握而有力最为贵。对准腧穴，端正直刺，针体不可偏左偏右。持针者精神要集中到针端，并留意观察病人。同时仔细观察血脉的走向，并且在进针时避开它，就不会发生危险了。将要针刺的时候，要注意病人的双目和面部神色的变化，以体察其神气的盛衰，不可稍有疏忽。如血脉横布在腧穴周围，看起来很清楚，用手指按切也感到坚实，刺时就应该避开它。

持针法

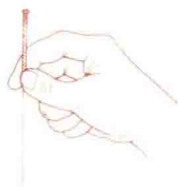


四指持针法

持针的手叫“刺手”，一般习惯用右手；辅助的手叫“押手”，一般用左手。针刺操作时左右两手的协同动作是很重要的。右手持针的姿势，一般以拇、食、中三指夹持针柄，以无名指抵住针身，有如执笔，故又称执笔式持针法。此法在临床上是最常用的。另外，还有拇、食指持针法，拇、中指持针法等。



三指持针法



两指持针法



原典

九针之名，各不同形。一曰鑱针，长一寸六分；二曰圆针，长一寸六分；三曰鍤针，长三寸半；四曰锋针，长一寸六分；五曰铍针，长四寸，广二分半；六曰圆利针，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，去泄阳气；圆针者，针如卵形，揩摩分间，不得伤肌肉，以泄分气；鍤针者，锋如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致其气；锋针者，刃三隅以发病疾；铍针者，末如剑锋，以取大脓；圆利针者，尖如毫^①，且圆且锐，中身微大，以取暴气；毫针者，尖如蚊虻喙^②，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，其锋微圆，以泄机关之水也。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，取三脉者恇；夺阴者死，夺阳者狂，针害毕矣。

注释

① 毫：发音同“毛”，指长毛，牦牛尾之毛。

② 喙：多指鸟类的嘴或形容像鸟类嘴一样尖锐的东西。

译文

九针的形状依据名称的不同而各有不同：第一种叫作鑱针，长一寸六分；第二种叫圆针，长一寸六分；第三种叫鍤针，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；第六种叫圆利针，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。鑱针，头大而针尖锐利，浅刺可以泄肌表阳热；圆针，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；鍤针，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；铍针，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，可以用来刺痛排脓；圆利针，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，可以用来治疗时间已久的痹证；大针，针尖像折断后的竹茬，其锋稍圆，可以用来泄去关节积水。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，阳邪之气常停留在上部，浊恶之气



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，各有所在的部位，病症也各有适宜的孔穴。九针的形状不同，各有施治相适的孔穴，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。精气虚弱的病人，误泄五脏腧穴，可致阴虚而死；阳气不足的病人，误泄三阳经腧穴，可致正气衰弱而精神错乱。误泄了阴经，耗尽了脏气的会死亡；损伤了阳经，则会使人发狂，这就是用针不当的害处。

原典

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，所溜为荥，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^①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。精泄则病益甚而悞^②，致气则生为痲痲。

译文

如果刺后未能得其气，不问息数多少，都必须等经气到来；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，这是针刺的要点。总之，是针下得气，即为有效，疗效显著的，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所出的情况。

岐伯回答说：五脏经脉，各有井、荥、输、经、合五个腧穴，五五则有二十五个腧穴。六腑经脉，各有井、荥、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，经气所出的孔穴，叫作“井”，如同初出的山间泉水；经气所流过的孔穴，叫作“荥”，即像刚出泉源的微小水流，说明经气尚很微弱；经气所灌注的孔穴，叫作“输”，即像水流会聚，而能转输运行，其气也在逐渐盛大了；经气所行走的孔穴，叫作“经”，像水流已经成渠，脉气正当旺盛；经气所进入的地方，叫作“合”，像百川汇流入海，经气已就入合于内了。这二十七条经脉，都出入流注运行于井、荥、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，否则就不能把握头绪。所谓人体关节部位，是指神气游行出入的地方，而不是指皮肉筋骨的局部形态。

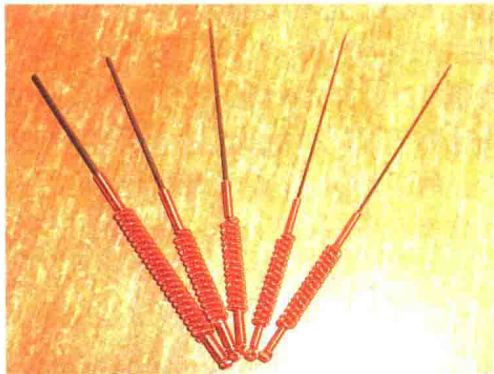
观察病人的面部气色和眼神，可以了解正气的消散和复还的情况。辨别病人形体的强弱，听他的声音，可以了解邪正虚实的情况，然后就可以右手进针，左手扶针，刺入后，待针下得气即应出针。

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，使脏气尽泄于外而造成的。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，邪气留滞则会发病。

注释

① 重竭：指虚上加虚，造成阴亡。

② 慙：怯弱，虚弱，此处作“虚弱”讲。



毫针

原典

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。肓之原，出于腓腧¹，腓腧一。凡此十二原者，主治五脏六腑之有疾者也。胀取三阳，噎泄取三阴。

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²；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。

注释

①腓腧：是任脉气海穴的别名，在脐下一寸五分处。

②以手探汤：用手试探沸汤，意为手法轻盈且迅速，一触即还。



译文

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，是五脏禀受全身三百六十五节气味的部位，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，左右共两穴。心为阳部的阳脏，所以是阳中之太阳，其原穴出于大陵，左右共两穴。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，左右共两穴。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。肓的原穴是气海，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、江河发生了淤塞现象。扎刺的时日虽久但还是可以拔除的；污染的时间虽久，却仍是洗净的；绳子打结虽然很久，但仍可以解开；江河淤塞得很久了，却仍是疏通的。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、洗涤污点、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的技术。

针刺治疗热病，就如同用手试探沸汤。针刺治疗阴塞之病，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，当取阴陵泉；疾病位于上部而属于外腑的，则应当取阳陵泉。

本腧第二 法地

原典

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，五腧之所留，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^①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^②也，为荥；注于太渊，太渊，鱼后一寸陷者中也，为腧；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；流于劳宫，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，为腧；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。

注释

① 高下：高，指头目；下，指肢体末端。高下，即人体上下。

② 手鱼：指手腕之前，大拇指本节之间的部位，有肥肉隆起，如鱼的形状，把此部位称为“手鱼”。



译文

黄帝问岐伯说：凡是运用针刺，都必须精通十二经络循行的起点和终点。络脉别行的地方，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。

岐伯说：请让我按次序来说明。肺所属经脉的血气，出于少商穴，少商在手大指端外侧，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，为腧穴；经行于经渠穴，经渠在腕后寸口中有脉动而不停之处，为经穴；汇入于尺泽穴，尺泽在肘中有动脉处，为合穴。这是手太阴经的五腧穴。

心脏所属经脉的血气，出于中冲穴，中冲在中指之端，为井穴，属木；流行于劳宫穴，劳宫在中指本节后手掌中间，为荣穴；灌注于大陵穴，大陵在掌后腕与臂两骨之间的凹陷中，为腧穴；经行于间使穴，间使在掌后三寸两筋之间。当本经有病时，在这一部位上会出现反应，无病时就无反应，为经穴；汇入于曲泽穴，曲泽在肘内侧，屈肘时才能取得，为合穴。这是手少阴经的五腧穴。

原典

肝出于大敦，大敦者，足大趾之端，及三毛^①之中也，为井木；溜于行间，行间，足大趾间也，为荣；注于太冲，太冲，行间上二寸陷者之中也，为腧；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^②，曲泉，辅骨之下，大筋之上也，屈膝而得之，为合。足厥阴也。

译文

肝脏所属经脉的血气，出于大敦穴，大敦在足大趾尖端及三毛之中，为井穴，属木；流行于行间穴，行间在足大趾与次趾之间，为荣穴；灌注于太冲穴，太冲在行间穴上二寸凹陷之中，为腧穴；经行于中封穴，中封在内踝前一寸半凹陷之中，令患者足尖逆而上举，可见有宛宛陷窝，再令患者将足恢复自如，则进针可通，或令患者将足微摇而取得，为经穴；汇入于曲泉穴，曲泉在膝内辅骨之下、大筋之上，屈膝取之即得，为合穴。这是足厥阴经的五腧穴。

脾脏所属经脉的血气，出于隐白穴，隐白在足大趾端内侧，为井穴，属木；流行于大都穴，大都在本节之后的凹陷中，为荣穴；灌注于太白穴，太白在本节后腕骨之下，为腧穴；经行于商

脾出于隐白，隐白者，足大趾之端内侧也，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，为腧；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^③，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，为腧；行于复溜，复溜，上内踝二寸，动而不休^④，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。

注释

① 三毛：在大脚趾第一节背面，趾甲根之后。

② 曲泉：中医针灸穴位之一，隶属足厥阴肝经。位于膝内侧横纹上方凹陷中。

③ 阴之陵泉：即阴陵泉穴，属足太阴脾经，位于小腿内侧，胫骨内侧下缘与胫骨内侧缘之间的凹陷中。

④ 动而不休：意思是跳动不停，这里指动脉搏动。

丘穴，商丘在内踝之下凹陷中，为经穴；汇入于阴陵泉穴，阴陵泉在膝内侧辅骨之下的凹陷中，伸足取之即得，为合穴。这是足太阴经的五腧穴。

肾脏所属经脉的血气，出于涌泉穴，涌泉在足底心，为井穴，属木；流行于然谷穴，然谷在足内踝前大骨下陷中，为荥穴；灌注于太溪穴，太溪在内踝骨后、跟骨之上凹陷中，跳动不止，为腧穴；经行于复溜穴，复溜在内踝上二寸，跳动不停，为经穴；汇入于阴谷穴，阴谷在内辅骨之后、大筋之下、小筋之上，按之应手，屈膝取之即得，为合穴。这是足少阴经的五腧穴。

