



朱现民一编著

LIDAI ZHENJIU  
JINGDIAN GEFU QUANSHI

# 历代针灸

经典歌赋  
诠释



中原出版传媒集团  
大地传媒

河南科学技术出版社

# 历代针灸经典歌赋诠释

朱现民 编著

河南科学技术出版社

· 郑州 ·

## 内容提要

《历代针灸经典歌赋诠释》收载历代著名的经典针灸歌赋 100 首,涵盖了大部分针灸学的经络腧穴理论、针刺操作和各种刺灸施术方法、临证辨证用穴经验及古典流注针法的内容。本书选择其中 80 首针灸歌赋,除对字词文义详尽注解外,更注重全句的诠释发挥,说明前人创作的真实意图,将先贤临证经验与针灸理论结合起来,使学习者从中更多、更全面地受益。

全书力求内容简明扼要,方便实用,易懂易学,适合于各层次针灸爱好者、学习者、临床工作者及从事针灸教学、科学研究者阅读使用,并可作为自学针灸的参考用书。

## 图书在版编目(CIP)数据

历代针灸经典歌赋诠释 / 朱现民编著. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2016. 10

ISBN 978 - 7 - 5349 - 5455 - 9

I. ①历… II. ①朱… III. ①针灸疗法 - 方歌 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 181487 号

---

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65788613 65788629

网址: [www.hnstp.cn](http://www.hnstp.cn)

责任编辑: 邓 为

责任校对: 柯 姣

封面设计: 中文天地

责任印制: 朱 飞

印 刷: 河南省瑞光印务股份有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm 印张: 35.25 字数: 650 千字

版 次: 2016 年 10 月第 1 版 2016 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 78.00 元

---

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与出版社联系并调换。

# 前言

---

针灸知识的学习，源流可追溯至帛书《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》及《黄帝内经》《难经》《针灸甲乙经》《铜人腧穴针灸图经》《针灸大成》等著名巨作。这些历代针灸医家毕生的临床经验，内容多，范围广，时代久远。现今无论是从医多年、经验丰富的老医生，还是刚入医门、涉世未深的初学者，如果想深入地学习针灸知识，提高学术造诣，对浩如烟海的医籍都会有望洋兴叹之感。怎样才能更快地学习到针灸医家的理论和经验呢？从历代古今的针灸歌赋入手，无疑是明智之举。

关于“歌”和“赋”，早在《汉书·艺文志》中已有诠释，“咏其言谓之歌”，“不歌而诵谓之赋”。歌和赋都是中国古典文学中的一种重要文体。“歌”的特点是句式整齐，有节奏韵律，平仄不严，以七字句为多，兼有其他句式，结构上以两句体、四句体为多，多运用比喻、比兴、对比、夸张、叙事等手法。“赋”的特点是语句以四、六字句为主，并追求骈偶，语音上要求声律谐协，文辞上讲究藻饰和用典。

针灸歌赋是历代针灸医家在长期临床实践中的智慧结晶，包括对疾病观察、分析和诊疗处方等，这些综合性的宝贵经验，通过反复实践后总结而成，言简意赅，朗朗上口，便于记忆，运用方便，保留着很多有价值的学术内容，传诵至今，长盛不衰。针灸歌赋作为研究针灸学术的重要文献，不仅为古代医家所推崇，几乎也成为现在每一位针灸学习者的必修课程。但由于针灸歌赋年代久远，词略意广，故体会较难，钻研不易，学习中难免遇到很多问题。同时由于歌赋卷帙浩繁，更使学者感到茫无边际、不知所向，希望能结合针灸歌赋的社会背景、写作体裁、传抄错讹、校勘避讳等诸多问题指其一二。为了便于针灸医务工作者更好地学习和临床应用，在此对古代针灸歌赋做一初步论述。

## 一、古代针灸歌赋的内容与分类

针灸学的主要内容包括经络腧穴、刺灸方法、临床治疗等，针灸歌赋依其内容可分为基础理论类、临证应用类（包括腧穴应用类、刺灸法灸类、针灸证治类、综合类）和流注针法类等几个部分。

### 1. 基础理论类歌赋

“基础理论类歌赋”包括手足十二经脉所属歌、十二经气血多少歌、十二经行次序逆顺歌、十二经脉循行歌、奇经八脉歌、十二经穴起止歌、十四经脉经穴歌和五输穴歌、十二原穴歌、十五络穴歌、俞穴歌、募穴歌、郄穴歌、下合穴歌、八会穴歌、八脉交会穴歌等。此类歌赋为基础内容，对指导针灸学习和临床实践具有十分重要的意义，学习的重点在于熟记和背诵。

### 2. 临证应用类歌赋

“临证应用歌赋”多为历代医家在针灸临证中对疾病诊断、辨证论治、配方用穴、施针施灸手法经验及心得体会的总结，可分为腧穴应用类、刺灸法灸类、针灸证治类、综合类。

腧穴应用类歌赋包括四总穴歌、天星十一穴歌、马丹阳天星十二穴歌等，是古代针灸医家在临床实践中对验穴、效穴应用的经验总结。如四总穴歌短小精悍，所选穴位针感强、疗效快、应用广，是远部取穴的典范，为历代医家所推崇，也为当今广大针灸工作者所熟知。学习此类歌赋重在临床应用，在应用中加以揣摩发挥，结合个人临床经验，发散思维，进而发现新的经验有效穴。

刺灸法类歌赋包括金针赋、补泻雪心歌、针法歌、行针总要歌、禁针穴歌、禁灸穴歌等，是古代针灸医家对其取穴经验、手法操作、针灸禁忌等方面的总结。如金针赋主要论述针刺方法，包括下针之法、出针之法、催气之法、行气之法等治病八法，并重点介绍烧山火、透天凉、阴中隐阳、阳中隐阴、子午捣臼、进针之诀、留气之诀、抽添之诀等，还对“通经接气”的青龙摆尾、白虎摇头、苍龟探穴、赤凤迎源等针法作了概述。现存针灸古籍中所载的针刺手法多源于此赋，而为针灸史上影响最大的一篇针刺手法专论。这类歌赋学习重在根据文献记载的操作方法及要领，进行手法训练，仔细揣摩其手法操作机制和适应证，指导临床实践，同时在实践中善于总结，形成有个人特色的针刺技法。

针灸证治类歌赋包括流注通玄指要赋、玉龙歌、长桑君天星秘诀歌、灵光赋、席弘赋、治病十一证歌、孙思邈十三鬼穴歌、玉龙赋、拦江赋、肘后



歌、百症赋、行针指要歌、回阳九针歌、杂病穴位歌、十二经母子补泻歌、胜玉歌、铜人指要赋等，此类占针灸歌赋的大部分，多是历代针灸医家在长期临床实践中对个人及前人临床诊断、辨证论治、配方取穴、施针手法、行针手法、灸治手法等经验及心得体会的总结，切合临床实际。其中玉龙歌相传是宋代杨氏所著，首见于王国瑞的《扁鹊神应针灸玉龙经》，重点介绍了120个腧穴分治80余种病证，重视经络理论，强调辨证论治，按病之寒热虚实分别施针或灸或针灸并用，注重沿皮卧针透刺或出血针法等，具有极大的临床应用价值，在当时产生了深远的影响，为针灸从业及学习者所推崇。但《玉龙歌》篇幅较长，后世医家多有精简：明代针灸医家高武撷取歌中精华，编成《玉龙赋》，不但易于记诵，而且范围更广，几乎概括说明了一般疾病的治疗，其处方取穴疗效卓越，切合实际，为历代医家所推崇，成为临证准绳。明代针灸大家杨继洲将家传经验结合自己多年的临床实践心得，编成简明扼要的《胜玉歌》，以彰显其实用价值和写作方式颇有胜过《玉龙歌》之处，歌赋中灸法应用较多，有很大实用价值。对于此类歌赋的学习重在透彻领悟，并能举一反三地指导临床，同时也应多加揣摩，总结经验。

综合类歌赋包括标幽赋和流注指微赋等，此类歌赋是针灸各方面内容的综合，包括经络、腧穴、辨证取穴、针灸临床等。如《标幽赋》是金元时期著名针灸医家窦汉卿撰写的一篇针灸名作，综合阐述了针灸与经络、脏腑、气血的关系，施术前后注意事项，诊治方法，取穴宜忌，针刺操作手法和治疗经验及心得，具有极大的指导性意义，一向被认为是针灸学的重要文献。学习重在理解性记忆，多翻阅相关的古籍文献和注解书籍，使其精华贯穿于个人思想之中，进而指导临床实践。

### 3. 流注针法类歌赋

流注针法类歌赋包括天干配脏腑歌、地支配脏腑歌、五寅建元歌、五子建元歌、各月干支加减数歌、徐氏子午流注逐日按时定穴歌、灵龟八法配穴歌、八法逐日干支代数、八法临时干支代数、飞腾八法歌等，此类又称子午流注针法歌赋。子午流注针法强调时间因素对针灸效应的影响，认为人体经脉的气血流注随着时间的不同而有着盛衰开阖的变化，把握时间，按时取穴，协调人体与自然之节律，维持气血阴阳之平衡，从而通经愈病。对这一类歌赋学习的重点在于理解运用，专心研究现有的文献资料，仔细揣摩，进行推演，深刻理解古人进行“定时开穴”的主要意图，临床时适当应用，验证其有效性，去伪存

真,通过“领悟”和“推演”,从中汲取对临床有实用价值的内容。

## 二、古代针灸歌赋学习中的问题与解决方法

学习古代针灸歌赋,由于受时代背景、文化背景、社会背景、地理环境等多方面因素的限制,难免会遇到许多问题,需要我们在学习过程中加以注意,认真处理好这些问题。

### 1. 注意写作体裁,揣摩歌赋含义

现存的历代针灸歌赋内容丰富,但体裁多限于歌赋形式,有一定的体例要求,注重字数和韵律。针灸医家在创作歌赋时,为了符合写作要求会用到省略、比喻、借代等写作手法,如三阴交穴,在《玉龙歌》“寒湿脚气不可熬,先针三里及阴交”和《胜玉歌》“灸罢大敦除疝气,阴交针入下胎衣”中皆用作“阴交”;在《百症赋》“针三阴与气海,专司白浊久遗精”中又用作“三阴”;在《玉龙赋》“脚气连延,里绝三交”中又用为“三交”等,而“阴交”是任脉位于下腹部的另一个穴位,这样的混淆就给初学者的学习带来了很大困难。因此,在学习过程中,要多学些古文学知识,仔细揣摩写作含义,并参考一些相关校勘或注解的工具书,以帮助我们较好地理解歌赋意义。借助前人学习经验会较快进步,同时也会少走许多弯路。

### 2. 注意传抄错误,辨别校勘避讳

古代歌赋由于创作年代久远,在传播过程中会出现许多问题。早在未发明纸张时,歌赋的传播方式有多种且都极为不便,有些歌赋只凭口传心授,没有相关的文字记载,在传播中受到许多主观意识影响,再加上记忆难以持久和后人理解不同,问题显得更为复杂。有些歌赋写于锦帛,或直接刻在竹简、金属器物上,虽能留下资料使后人有所参照,但在传抄或后人整理过程中,差讹和错简漏牍在所难免。纸张的发明虽避免了一些问题,但书籍在保存中会遭到虫蛀、受潮、水浸、火焚等破坏,出现错讹也不可避免。历代医家对歌赋的校勘、整理,一方面使资料保存更加完备,便于后人学习;另一方面也对原文或存在歧义的字句进行了更改,无论更改的字句是否正确,都使歌赋不再维持原貌,也就可能不再是作者的原意,甚至可见到同一篇歌赋在不同文献记载中出现内容、文字不同的现象。受古代避讳思想影响,医家在歌赋创作时会运用通假或借代,这样会造成费解或歧义等问题。这就要多参看医家所处时代的文献资料,了解其语言和思维习惯,仔细揣摩以帮助理解。



### 3. 注意社会背景，评析科技水平

古代的创作必定受当时的背景影响，包括社会、文化、地理、科学技术等。我国古代社会意识形态的形成以儒家文化为基础，在古人生活的各方面都有体现。医生大都来自于儒生，或世代业医，或家境贫困、父母患病迫其从医，或因科举屡试不第转而从医等，这样皆使儒家文化对医学的发展产生深远影响。如儒家礼仪避免“赤身露体，伤风败俗”，针刺时采取“隔衣针刺”的方法，一方面容易出现取穴偏差，另一方面容易导致严重感染。古代科学技术不发达，不具备专门的消毒条件，针具消毒仅是“以火燔之”或“以口含之”，针刺部位则不消毒，这种不规范的操作不可盲从。古代解剖技术发展不完善，对人体结构只是简单描述，甚至是凭空想象，如“横膈”的结构直到清代王清任时才有了较完善的认识。因此在学习中要掌握一定的解剖学知识，明确穴下是什么组织或器官，进针深度在哪个范围较为安全，从而获得更满意的治疗效果。

### 4. 注意针灸禁忌，拓展应用思路

古代针具经历过石针、骨针、竹针、陶针的发展，以后随着冶炼技术的发展出现了金属针具，又有了青铜针、金针、银针到铁针、钢针的过程，而现在普遍采用不锈钢合金针。历代医家在总结治病经验时，提出了许多禁针穴，而针具制造技艺的发展和现代针灸医家的临疗实践表明，只要规范施术，谨慎操作，许多禁针穴都可应用于临床。如神阙（脐中）穴在古代文献中记载均禁针，因脐中是腹壁最薄弱之处，表皮向腹壁凹入，多有皱折，容易藏污纳垢，很难清洁消毒，细菌可由针体直接带入腹腔，而且此处组织致密，强力针刺会突破腹腔，有可能刺穿小肠，使肠内容物逸出导致严重感染。但神阙穴下并无重要脏器，随着现代针具的改进、穴位解剖位置的明确、消毒观念的加强和针刺方法的进步，现已逐步打破了神阙穴禁针，而有专以针刺取效者。古代应用灸法比较普遍，且大都采取直接灸和隔物灸法，其中直接灸对皮肤刺激较强，容易灼伤皮肉，所以古代歌赋中对穴下分布有重要脏器和血管的穴位多在禁灸之列。随着灸法、灸具的改进，艾条灸得到大众普遍运用，许多古代禁灸穴位若采取艾条温和灸的方法也可应用。我们在学习古代针灸歌赋时要大胆实践和尝试，拓展思路，发现更多的有效穴，获得更好的治病效果。

### 5. 注意时代进步，参考现代注解

随着经济的发展和时代进步，文化发展也到了一个百家争鸣、百花齐放



的时代。现代越来越多针灸医家和研究者对针灸歌赋进行注解，为我们提供了良好的学习条件。医家的注解方式和内容不尽相同，有精选影响较大的歌赋进行注解的，有将前人对某一歌赋的注解进行收集整理的，有些甚至是医家终生的研究成果。参考同一歌赋的不同注解，能帮助我们深入理解歌赋，广泛吸取针灸名家的经验，更好地指导临床。在学习过程中，可参考多本校勘书籍，以学术界公认的权威校勘书籍、教辅资料或相关学术会议研讨的结果为准。但同时也出现一些问题，如某些歌赋的注解不够详尽，不同注者注解内容大相径庭，甚至同一作者对同一篇歌赋的注解在不同的收录书籍中也会不同，究竟哪个更准确、更权威，学习时应该以哪个为主……对于这类问题，应该多参考针灸名家的注解或专著，同时还要深入思考，勤于实践，善于总结，不拘泥于某个人的经验。

针灸歌赋琳琅满目，各有千秋，许多歌赋的经验现在仍广泛应用于临床。学习针灸歌赋的目的主要是指导临床，学习针灸歌赋的方法主要是背诵原文，做好学习笔记，多思考、多总结，广泛吸取各家经验。同时学习歌赋不可拘泥于歌赋，不能因为歌赋提到的禁忌就瞻前顾后，畏首畏尾，这就有悖于歌赋原作者希望后人在应用中谨慎规范、减少错误的初衷了。



# 目 录

## CONTENTS



### 上篇 基础理论歌赋

#### 第一章 经脉腧穴总歌/3

- 第一节 手足十二经所属歌/4
- 第二节 十二经气血多少歌/6
- 第三节 十二经行次序逆顺歌/7
- 第四节 十二经穴起止歌/9
- 第五节 奇经八脉总歌/11

#### 第二章 十四经脉循行歌/15

- 第一节 手太阴肺经循行歌/16
- 第二节 手阳明大肠经循行歌/18
- 第三节 足阳明胃经循行歌/19
- 第四节 足太阴脾经循行歌/21
- 第五节 手少阴心经循行歌/23
- 第六节 手太阳小肠经循行歌/24
- 第七节 足太阳膀胱经循行歌/26
- 第八节 足少阴肾经循行歌/28
- 第九节 手厥阴心包经循行歌/29
- 第十节 手少阳三焦经循行歌/30
- 第十一节 足少阳胆经循行歌/32
- 第十二节 足厥阴肝经循行歌/34
- 第十三节 督脉循行歌/36
- 第十四节 任脉循行歌/37

### 第三章 十四经脉经穴歌/39

- 第一节 手太阴肺经经穴歌/40
- 第二节 手阳明大肠经经穴歌/41
- 第三节 足阳明胃经经穴歌/43
- 第四节 足太阴脾经经穴歌/47
- 第五节 手少阴心经经穴歌/49
- 第六节 手太阳小肠经经穴歌/50
- 第七节 足太阳膀胱经经穴歌/52
- 第八节 足少阴肾经经穴歌/58
- 第九节 手厥阴心包经经穴歌/61
- 第十节 手少阳三焦经经穴歌/62
- 第十一节 足少阳胆经经穴歌/64
- 第十二节 足厥阴肝经经穴歌/68
- 第十三节 督脉经穴歌/70
- 第十四节 任脉经穴歌/73

### 第四章 特定穴歌诀/77

- 第一节 井荣输原经合歌/77
- 第二节 十二原穴歌/82
- 第三节 十五络穴歌/84
- 第四节 十二背俞穴歌/86
- 第五节 十二募穴歌/87
- 第六节 十六郄穴歌/89
- 第七节 下合穴歌/91
- 第八节 八会穴歌/93
- 第九节 八脉交会八穴歌/95



## 中篇 临证应用歌赋

### 第一章 腧穴应用类歌赋/101

- 第一节 四总穴歌/102



第二节 马丹阳天星十二穴歌/109

第三节 八脉八穴治症歌/131

## 第二章 古代刺法灸法类歌赋/143

第一节 金针赋/144

第二节 补泻雪心歌/171

第三节 八法手诀歌/177

第四节 禁针穴歌/181

第五节 禁灸穴歌/189

## 第三章 古代针灸证治类歌赋/192

第一节 百症赋/195

第二节 玉龙歌/226

第三节 胜玉歌/262

第四节 通玄指要赋/279

第五节 肘后歌/296

第六节 席弘赋/309

第七节 行针指要歌/326

第八节 孙真人十三鬼穴歌/333

第九节 十二经母子穴补泻歌/338

## 第四章 古代综合类歌赋/346

第一节 标幽赋/347

第二节 流注指微赋/375



## 下篇 时间流注针法歌赋

### 第一章 天干地支歌赋/387

第一节 天干配脏腑歌/389

第二节 地支配脏腑歌/390

第三节 五寅建元歌/391

第四节 各月干支加减数歌/393

第五节 五子建元歌/394

## 第二章 子午流注歌赋/396

第一节 甲日胆经流注开穴歌/398

第二节 乙日肝经流注开穴歌/399

第三节 丙日小肠经流注开穴歌/401

第四节 丁日心经流注开穴歌/402

第五节 戊日胃经流注开穴歌/404

第六节 己日脾经流注开穴歌/405

第七节 庚日大肠经流注开穴歌/407

第八节 辛日肺经流注开穴歌/408

第九节 壬日膀胱经流注开穴歌/410

第十节 癸日肾经流注开穴歌/412

## 第三章 灵龟八法歌赋/414

第一节 灵龟八法配穴歌/415

第二节 八法逐日干支代数歌/416

第三节 八法临时干支代数歌/417

第四节 飞腾八法歌/419



## 附篇 针灸歌赋检索

### 第一章 针灸歌赋 20 首/423

一、回阳九针歌/423

二、千金十穴歌/423

三、杂病十一穴歌/423

四、徐秋夫鬼病十三穴歌/425

五、兰江赋/425

六、灵光赋/426

七、玉龙赋/427

八、长桑君天星秘诀歌/428



- 九、杂病穴法歌/429
- 十、杂病奇穴主治歌/430
- 十一、九针主治法歌/432
- 十二、行针次第手法歌/433
- 十三、针灸歌/434
- 十四、行针总要歌/437
- 十五、刺法启玄歌/438
- 十六、针法歌/438
- 十七、针内障秘歌/439
- 十八、针内障要歌/439
- 十九、生成数歌/439
- 二十、脚不过膝手不过肘歌/440

## 第二章 针灸杂论 10 篇/441

- 一、穴同名异类与名同穴异类/441
- 二、点穴论/443
- 三、取肾俞穴法/444
- 四、定取四花六穴之穴/444
- 五、千金方论取膏肓俞穴法/444
- 六、取骑竹马灸穴法/445
- 七、灸心气穴法/446
- 八、论壮数多少/446
- 九、论治灸疮/446
- 十、雷火针法/446

## 第三章 经穴主病歌赋检索/448

- 一、手太阴肺经经穴主病/448
- 二、手阳明大肠经经穴主病/451
- 三、足阳明胃经经穴主病/455
- 四、足太阴脾经经穴主病/461
- 五、手少阴心经经穴主病/464
- 六、手太阳小肠经经穴主病/466
- 七、足太阳膀胱经经穴主病/467
- 八、足少阴肾经经穴主病/475

九、手厥阴心包经经穴主病/479

十、手少阳三焦经经穴主病/481

十一、足少阳胆经经穴主病/483

十二、足厥阴肝经经穴主病/489

十三、督脉经穴主病/492

十四、任脉经穴主病/497

十五、奇穴阿是穴主病/502

#### 第四章 临证施术分类歌赋检索/507

一、辨病施针用穴/507

二、针灸操作技法/513

三、针刺补泻手法/517

#### 第五章 疾病分类歌赋检索/520

一、头面五官病证/520

二、躯体四肢病证/524

三、六淫内伤病证/531

四、内外妇儿病证/535

#### 参考文献/547



## 上篇

# 基础理论歌赋





