



中医传世经典评注丛书

《针灸歌赋》选评

主编 包大鹏 张 霁 尹炳南 温海霞

ZHENJIU GEFU XUANPING



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

针灸歌赋选评

ZHENJIU GEFU XUANPING

主 编 包大鹏 张 霁 尹炳南
温海霞

副主编 吴芳芳 祝丽华 白 鹏
编 者 (以姓氏笔画为序)

王 琬 王昌郁 尹炳南
白 晶 白 鹏 包大鹏
刘 琦 李宝栋 吴芳芳
张 菁 张 霁 祝丽华
崔立莹 温海霞



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸歌赋选评 / 包大鹏等主编. — 北京: 人民军医出版社, 2011.9
ISBN 978-7-5091-5026-9

I. ①针… II. ①包… III. ①针灸疗法—方歌 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 170075 号

策划编辑: 于 哲 文字编辑: 张保生 李 昆 责任审读: 黄栩兵
出版人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8052

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 三河市世纪兴源印刷有限公司 装订: 京兰装订有限公司

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

内 容 提 要

编者精选针灸歌赋 50 篇，首先对重点字词加以解释，然后点评每段主旨，篇尾均予以通俗简练的全文解译。本书内容丰富、翔实，密切结合临床实际，是学习针灸治疗经验、提高诊疗水平很有价值的参考书，适合中青年针灸科医师、基层针灸师等广大医学工作者及中医院校师生和中医自学者参阅。

前 言

针灸歌赋是中医学伟大宝库中的瑰宝之一，不仅是诸多医家临证诊疗的实录，也是历代针灸学家智慧的结晶，更是医家理论联系实际、临证思辨功力的反映。针灸歌赋与药性赋、汤头歌诀、脉诀等一样是中医教学和临床别具特色的重要组成部分，其中保存了很多学术特点，值得我们挖掘和学习。后人学习研读前辈医家歌赋，解析医家心法，就仿佛得到了名师的耳提面命。因为歌诀和歌赋言简意赅、内容丰富、朗朗上口又便于记忆，所以传播很广。历来学习针灸者都要背诵许多歌赋，掌握以后临床应用方可得心应手。熟读、背诵歌赋可以提高针灸基础理论水平，并对针灸的源流和发展，以及历代针灸学术流派有较全面的了解，同时培养阅读针灸古籍文献的能力。

编者广泛收集古今针灸歌赋，筛选出反映针灸学代表性、系统性、实用性和科学性的针灸歌赋 50 篇。每篇将原文分为若干段，篇首均标明出处，并予以评价，指出重要程度。每段原文之后，加以译注或按语，篇尾均予以通俗简炼的全

文解译，以利于读者阅读学习和加深理解，并适应教学和临床的需要。全书详略得当，通俗易懂，经络理论更加完整、系统，对临床的指导作用更强。本书内容丰富、翔实，密切结合临床实际，是学习针灸治疗经验、提高诊疗水平很有价值的参考书，适合中青年针灸科医师、基层针灸师等广大医学工作者及中医院校师生和中医自学者参阅。

由于编者水平所限，书中如有谬误、不当之处，祈请读者批评指正，敬希同道提出宝贵意见，以便进一步修正提高。

编 者

目 录

一、标幽赋（全篇）	1
二、百症赋（全篇）	38
三、玉龙歌	66
四、玉龙赋（全篇）	81
五、通玄指要赋（全篇）	99
六、席弘赋	115
七、行针指要歌（全篇）	130
八、胜玉歌	134
九、灵光赋	141
十、肘后歌	145
十一、金针赋	153
十二、十四经要穴主治歌	163
十三、行针总要歌	186
十四、针法歌	190
十五、补泻雪心歌	192
十六、秋夫疗鬼十三穴歌	194
十七、孙真人针十三鬼穴歌	195
十八、十二经治症主客原络歌	199
十九、回阳九针歌	206
二十、马丹阳天星十二穴治杂病歌	207
二十一、四总穴歌	212
二十二、十二经子母穴补泻歌	214



二十三、八脉交会八穴主治歌	217
二十四、徐氏子午流注逐日按时定穴歌	219
二十五、八法歌	224
二十六、八法交会歌	226
二十七、十二经纳天干歌	228
二十八、十二经纳地支歌	230
二十九、拦江赋	232
三十、八脉配八卦歌	235
三十一、八会穴歌	237
三十二、十二经原穴歌	239
三十三、十二经脉歌	241
三十四、井荣输原经合歌	260
三十五、八脉交会八穴歌	263
三十六、十五络脉歌	266
三十七、十二经营气流注顺序歌	268
三十八、十二经气血多少歌	269
三十九、奇经八脉歌	271
四十、手足十二经所属歌	279
四十一、十二经背俞穴歌	281
四十二、募穴歌	284
四十三、下合穴歌	286
四十四、十四经腧穴分寸歌	288
四十五、十六郄穴歌	313
四十六、四海歌	315
四十七、四气街歌	316
四十八、新编根结歌	318
四十九、难经五输穴主治歌	321
五十、禁针穴歌	322

一、标幽赋（全篇）

【出处】本赋首载于金元时期针灸家窦汉卿所著的《针经指南》。自后《针灸大全》《普济方》《杨敬斋针灸全书》《针灸聚英》《针灸大成》《针方六集》《类经图翼》等均转载此赋。本赋是针灸歌赋中的名篇，学术和艺术价值均高，是针坛文献的奇葩。“标幽”，就是把幽冥隐晦、深奥难懂的针灸原理，标而明之的意思，故名《标幽赋》。赋文首谈经络、递次为候气、论针、取穴、标本论治、特定穴位、子午流注、补泻、治疗、禁针、禁灸等。凡有关针灸学术中的重要问题，均一一论及。历来被认为是针灸学的重要文献，至今仍有一定的指导意义。

窦汉卿（公元1195—1280年），名杰，后改名默，字子声，广平肥乡（今河北省广平县西北）人，金代杰出的针灸学家。金末避兵于河南，从名医李浩习铜人针法，后以针术闻名。又南走德安（今湖北安陆），始读宋人理学著作。蒙古兵陷德安，中书杨惟中奉旨招集儒道释之士，遂



应召北至大名，与姚枢、许衡讲习理学，并教授经学。元世祖忽必烈为藩王时，常召问政事，窦每直言无讳。忽必烈即位后，窦历任翰林侍讲学士、昭文馆大学士、太师等职，封魏国公，谥文正，生前身后，恩宠并加。窦氏曾著有《针经指南》《指迷赋》《铜人针经密语》等著作，其中《针经指南》一卷，收有《标幽赋》《通玄指要赋》以及其他一些有关经络循行解说、气血流注、补泻手法、针灸禁忌等方面的论述，现在可以确定出自他的手笔的仅《标幽赋》和《通玄指要赋》两篇。原书已佚，本赋有关内容保存在《针灸四书》中。

【原文】 拯救之法，妙用者针。察岁时于天道^[1]，定形气^[2]于予心。春夏瘦而刺浅，秋冬肥而刺深^[3]。不穷经络阴阳，多逢刺禁^[4]；既论脏腑虚实，须向经寻。

【译注】

[1] 察岁时于天道：《素问·八正神明论》：“凡刺之法，必候日月星辰，四时八正之气，气定乃刺之。是故天温日明，则人血淖液而卫气浮，故血易泻，气易行；天寒日阴，则人血凝泣而卫气沉。月始生，则血气始精，卫气始行；月郭满，血气实，肌肉坚；月郭空，则肌肉减，经络虚，卫气去，形独居。是以因天时而调血气也，是以天寒无刺，天温无疑，月生无泻，月满无补，月郭空无治，是谓得时而调之。”天道，此指自然界的规律。

[2] 形气：指形体的肥瘦、正气的虚实。《素问·三部九候论》：“必先度其形之肥瘦，以调其气之虚实，实则泻之，虚则补之，必先去其血脉，而后调之。”



[3] 春夏瘦而刺浅，秋冬肥而刺深：《灵枢·终始》：“春气在毛，夏气在皮肤，秋气在分肉，冬气在筋骨。刺此病者，各以其时为齐。故刺肥人者，以秋冬之齐，刺瘦人者，以春夏之齐。”

[4] 刺禁：针刺禁忌。

【提要】 阐述运用针灸首先要掌握经络阴阳、脏腑辨证，并且要顺应自然界的规律。

【按语】 针灸是一种疗效很好的治疗方法，其疗效是通过调整经络气血而取得的。故强调要“察岁时”“穷经络阴阳”“论脏腑虚实”。

【原文】 原夫起自中焦^[1]，水初下漏^[2]。太阴^[3]为始，至厥阴^[4]而方终；穴出云门^[5]，抵期门^[6]而最后。正经十二，别络走三百余支^[7]；正侧仰伏^[8]，气血有六百余候^[9]。手足三阳，手走头而头走足；手足三阴，足走腹而胸走手。要识迎随，须明逆顺^[10]。

【译注】

[1] 原夫起自中焦：原，推求。指十二经脉的流注，始于手太阴肺经，肺经起于中焦。

[2] 水初下漏：漏：漏壶。古代的一种滴水计时器。又名“漏刻”“刻漏”“壶漏”。《说文·水部》：“漏，以铜受水，刻节，昼夜百刻。”古代用铜壶滴漏以计算时间，将昼夜十二时辰，分为一百刻。水初下漏，指壶水下漏于寅时的时刻。

[3] 太阴：指手太阴肺经。

[4] 厥阴：指足厥阴肝经。

[5] 云门：经穴名。出《素问·水热穴论》。位于锁骨外



端下，胸大肌与三角肌间的凹陷处。

【6】期门：经穴名。出《伤寒论》。位于乳头直下，第6、7肋间隙中。以上六句，据明·杨继洲注，昼夜百刻，人之脉气运行，起自手太阴肺经的云门穴，终至足厥阴肝经的期门穴，凡十二经393穴。

【7】正经十二，别络走三百余支：言十二条经脉，及与之相连接的络脉线上，散布着365个孔穴。《素问·调论经》：“夫十二经脉者，皆络三百六十五节。”别络，络脉之较大者，为本经别走邻经的络脉。十二经脉与任脉、督脉各有一支别络，加上脾之大络，合为十五别络。

【8】正侧仰伏：言经络布满于人体的正侧上下。仰伏，谓上下。

【9】候：指气血循行的孔穴。人体腧穴总数，说法稍异：《针灸甲乙经》《千金翼方》谓649穴；《铜人腧穴针灸图经》《十四经发挥》称657穴。

【10】要识迎随，须明逆顺：迎，即针尖逆经气运行的方向，为泻法；随，即针尖顺经气运行的方向，为补法。《灵枢·终始》：“泻者迎之，补者随之，知迎和随，气可令和。”

【提要】阐述十二经脉流注次序和手足三阴三阳经走向规律。

【按语】本节提出要掌握十二经脉的分布、起止和流注规律，手足三阴三阳经的走向规律和全身的腧穴，以及迎随补泻针法，才能提高针灸的疗效。

【原文】况夫阴阳，气血多少为最^{〔1〕}。厥阴太阳，少气多血；太阴少阴，少血多气。而又气多血少者，少阳之分；气



盛血多者，阳明之位。先详多少之宜^[2]，次察应至之气^[3]。轻滑慢而未来，沉涩紧而已至。既至也，量寒热而留疾^[4]；未至者，据虚实而候气^[5]。气之至也，如鱼吞钩饵之沉浮；气未至也，如闲处幽堂之深邃^[6]。气速至而速效，气迟至而不治。

【译注】

[1] 最：首要。

[2] 先详多少之宜：根据各经脉的气血多少，以决定泻气还是泻出血。经脉气血多少见于《素问·血气形志》及《灵枢》《五音五味》《九针》等篇，内容略有不同，可互参。

[3] 气：指针气。即针感。

[4] 量寒热而留疾：言依据寒热而有不同的刺法。留，谓久留针。刺寒证而欲使其热，应久留而徐出。疾，速，指迅速出针。刺热证而欲使其寒，当暂留而疾出。《灵枢·邪气藏府病形》：“诸急者多寒，缓者多热……刺急者，深内而久留之；刺缓者，浅内而疾发针，以去其热。”根据寒证和热证，而决定久留针，还是速刺不留针。《灵枢·经脉》：“热则疾之；寒则留之”。

[5] 未至者，据虚实而候气：言尚未出现针感时，应根据证候的虚实，采取不同的针法，以引针气。

[6] 如闲处幽堂之深邃：幽堂，深邃的厅房。好像在幽静的厅堂，寂然无所闻一样。比喻未得气时，指下空虚的感觉。

【提要】 阐述十二经气血多少，针下气至的感觉。

【按语】 以气血多少而决定针刺时出气、出血，近代已少用，可作参考。本段提出的“轻滑慢而未来，沉涩紧而已至”，临床医生仍常用于辨别针下气至与否的感觉。本段还提出得气后，应根据寒热不同运用不同的针法。有一定实用



的意义。

【原文】 观夫九针^[1]之法，毫针最微，七星上应，众穴主持^[2]。本形金也^[3]，有蠲邪扶正^[4]之道；短长水也^[5]，有决凝开滞之机^[6]。定刺象木，或斜或正^[7]；口藏比火，进阳补羸^[8]。循机扞而可塞以象土^[9]，实应五行而可知。然是三寸六分^[10]，包含妙理；虽细楨于毫发，同贯多歧^[11]。可平五脏之寒热，能调六腑之虚实^[12]。拘挛闭塞，遣八邪^[13]而去矣；寒热痹痛，开四关^[14]，而已之。

【译注】

【1】九针：九种针形。《灵枢·九针十二原》：“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。”

【2】七星上应，众穴主持：七星，指人之七窍。《灵枢·九针》：“星者人之七窍……故为之治针，令尖如蚊虻喙。”指毫针上应七星，天有七星，九针之中，毫针排第七，上应于七星。《灵枢·九针》：“九针者，天地之大数，始于一而终于九……七以法星。”《灵枢·九针十二原》：“七曰毫针，长三寸六分。”众穴主持，言各个穴位皆可使用毫针。见杨继洲注。由于毫针是九针中用途最广的针，可以用于任何穴位，故叫众穴主持。

【3】本形金也：本形，指针的本质。金，金属。言针是由金、银、铜、铁等金属制成的。像五星中的金。

【4】蠲(juān)邪扶正：蠲，除去。祛除邪气，扶助正气。



[5] 短长水也：言针之短长犹如坎卦之形。因坎卦短长相间，象征水，故云。针体长短不一，像江河的水流，长短宽狭不一，供气血运行，像五星中的水。

[6] 有决凝开滞之机：机，机巧。毫针，有使气血瘀滞的经络恢复畅通的作用。

[7] 定刺象木，或斜或正：定刺，一定的刺法。言进针犹如树枝一般有斜正的区别。树枝有斜正之异，而不伤其叶；刺法有斜正之差，而不伤荣卫。像树木有直有斜一样，针刺的直刺、斜刺、横刺，像五星中的木。

[8] 口藏比火，进阳补羸（léi）：口藏比火，言口含针能使针温，好比火。进针前用口将针含热，相当于用火温热，有增添阳气、补益虚弱的作用。由于用口含针不符合消毒要求，故现已不用。

[9] 循机扞而可塞以象土：机，这里指气血往来的通道。循机，指进针前用指循经切按以宣散气血。扞而可塞，指出针时用指在穴上按压，以闭合其门，很像疏理江河的泥土，和用土填塞河堤缺口一样，故像五星中的土。言抚摩气血运行的通道，针毕即闭其穴，好比用土填塞。

[10] 三寸六分：一本作“一寸六分”，为毫针的长度。用以指毫针。

[11] 虽细楨于毫发，同贯多歧：言毫针能贯通诸经血气的道路。针体虽小如毫发，却可以沟通很多经络支脉。楨，古代筑墙时两端竖立的木柱，在此指针体，一本作“拟”，比拟。歧，同“岐”，分岔，岔道，用以指气血的道路，在此指经脉循行之路径。

[12] 可平五脏之寒热，能调六腑之虚实：言毫针能调治



五脏六腑的寒热虚实。“五脏”与“六腑”上下句皆具，属修辞学上的互文手法。

[13] 八邪：经外奇穴，为手背五指缝间8个穴位的总称。

[14] 四关：指两手的合谷穴和两足的太冲穴。

【提要】 以五行比喻针刺。

【按语】 古代的九针，以毫针用途最广。通过针刺，可以达到补虚泻实的作用。沿至近代，毫针仍为针灸治疗的主要针具。但本段将毫针和操作过程，分别比类五行。近代已经不用。

【原文】 凡刺者，使本神朝而后入^[1]；既刺也，使本神定^[2]，而气随。神不朝而勿刺，神已定而可施。定脚处^[3]，取气血为主意^[4]；下手处，认水木是根基^[5]。

【译注】

[1] 使本神朝而后入：针刺必须待患者精神充沛的时候，才进针治疗。《灵枢·本神》：“凡针之法，先必本于神。”本神，精神、神气。朝：聚集。

[2] 本神定：指患者的精神安定，没有恐惧心理。

[3] 定脚处：指下针处，针刺的部位。下文“下手处”义同。

[4] 主意：犹“主旨”。下文“根基”义同。

[5] 水木是根基：水木，指补泻手法。因水生木，故水为母，木为子，济母为补，夺子为泻，故云。指针灸前先按“虚则补其母，实则泻其子”的取穴法选穴。

【提要】 阐述针刺过程必须密切注意患者精神意识的变化。



【按语】 本节强调在针刺治病过程中，必须始终注意观察患者的精神状态。这与《黄帝内经》的“凡刺之法，先必本于神”的法则是一致的。而本段更具体提出“本神朝而后人”“神不朝而勿刺”“本神定，而气随”。对临床防止针刺意外和提高针灸疗效有一定的实用意义。

【原文】 天地人三才也^[1]，涌泉同璇玑、百会^[2]；上中下三部也，大包与天枢、地机^[3]。阳跷、阳维并督带^[4]，主肩背腰腿在表之病；阴跷、阴维、任脉、冲脉^[5]，去心腹肋肋在里之疑^[6]。二陵、二跷、二交^[7]，似续而交五大^[8]；两间、两商、两井^[9]，相依而别两支^[10]。

【译注】

[1] 天地人三才也：《周易·说卦》：“是以立天之道，曰阴与阳；立地之道，曰柔与刚；立人之道，曰仁与义。兼三才而两之，故《易》六画而成卦。”这里分别指人体部位的上中下。

[2] 涌泉同璇玑、百会：涌泉，经穴名，出《灵枢·本输》，别名地冲，属足少阴肾经，位于足掌心，第二跖骨间隙的中点。以应地。璇玑，经穴名，出《针灸甲乙经》，属任脉，位于胸骨中线上，平第一胸肋关节。以应人。百会，经穴名，出《针灸甲乙经》，别名三阳五会、天满，属督脉，位于头顶部正中线上，距前发际5寸。以应天。

[3] 大包与天枢、地机：大包，经穴名，出《灵枢·经脉》，属足太阴脾经，该两穴位于胸之两侧，腋中线与第6肋间交界处。为上部。天枢，经穴名，出《针灸甲乙经》，别名长溪、谷门，属足阳明胃经，该两穴位于脐中左右旁开