



中研 B0002891

陸瘦燕著

金鍼心傳  
穴道釋義

標幽賦  
新釋  
任脈經  
督脈經

合輯本

公元一九五一年二月十五日出版

## 金鍼心傳自序

「標幽」一賦，自宋以來，千有餘年；歷來鍼師，奉爲圭臬。而辭義深奧，未得闡幽。明「楊繼洲」，吐學士之心肝，得生花之妙筆；著譯詳確，爲後學開方便之門；標揚幽微，代古人宣祕藏之義。然而，善則善矣，未盡美也。交經繆刺，左有病而右畔取；瀉絡遠鍼，頭有病而脚上鍼；巨刺與繆刺各異；微鍼與妙刺相通。金鍼幽微，吐露無遺。去古愈遠，精義漸亡。非窮鑽苦研，難獲聖人之心；不參合時代，必歸淘汰之途。刺以毫鍼，煉必純金，鍼肌肉而毋傷筋骨；瀉邪風而不害本元。藜藿之軀，迎之而不隨；膏粱之體，瀉之如未傷。病標在上，頭暈、目眩，血壓高亢，行路傾跌；取「豐隆」而瀉「飛揚」，頭有病而脚上鍼也。病本在左，不用、廢偏，屈伸不利，舉動不便；瀉「三里」而取「臂臑」，左有病而右畔取也。諸如此類，豈能盡述。舉一反三，觸類旁通；自可應用無窮，當能採燭幽微。是爲序。

公元一九五〇年十月 陸瘦燕序於上海新中國鍼灸學研究社之南牕

# 任脈經

(奇經八脈之一)

## 會陰

【釋義】會：合也！見說文會部，易乾：「文言曰：亨者，嘉之會也」；書禹貢：「會于渭汭」；諸侯時見

曰會，見周禮春官大宗伯；注：「時見者，言無常期」；際也！後漢書周章傳：「將從反常之事，必資非常之會」。陰：前後陰之陰也！前陰指生殖器，後陰指肛門。是會陰者，言此穴前後「陰」之交「會」處，故以為名。

【解剖】海綿體球筋，淺會陰筋，深會陰筋，會陰動脈，會陰神經。

【部位】在兩陰之間。甲乙經曰：大便前，小便後，兩陰之間。

【主治】瘦燕考：兩陰間，任督衝三脈所起；督由會陰而行背；任由會陰而行腹；衝由會陰而行足少陰。道瘡痒，久痔相通，女子經水不通，陰門腫痛。

東醫寶鑑曰：主陰部多汗症，尿閉，便秘，月經不調，痔疾，女子陰門痛，男子陰寒衝心，臏神經痛。

【提要】治上述諸症，俱常用寫法。或曰、此穴諸書俱云禁鍼，是否可信？余曰：陰頭疼，陰中諸病，

不鍼何以愈？然而，禁鍼者何也？以古時着重禮教，此穴行鍼，至不雅觀；且男女授受不親，穴在隱處，有病且不肯言，何能給鍼師下鍼；師以授徒，父以傳子，遂視爲禁穴。證以銅人云；卒死者，鍼一寸補之；溺死者，令人倒拖出來，鍼補尿道，尿出則活。夫溺死卒死，則以救命爲重，可不避嫌疑；平時則避嫌疑而不鍼。故知禁鍼之理，如此而已；非下鍼後，有危險性也。此穴治男子陰端寒衝心，宜用補法。

久痔相通：言久痔不愈，生有漏管，與陰門相通；此症亦可用補法。

【經驗】 治上述諸症，均有效；而以治陰門腫痛及陰囊神經痛，見效更捷。

【手術】（銅人）灸三壯；禁鍼。卒死者，鍼一寸，補之；溺死者，令人倒拖出水，鍼補尿，尿出則活；餘不可鍼。

瘦燕按：此穴可鍼，在四五分之間。

## 曲骨

【釋義】 曲：指曲折隱僻之處。骨：骨骼之骨也。是曲骨者，言此穴在隱僻骨處（曲骨亦即恥骨），故以爲名。

【解剖】 恥骨軟骨接合之上部陰毛中。直腹筋，三稜腹筋，下腹壁動脈，外陰部動脈，腸骨下腹神經。

【部位】 在中極下一寸，陰毛中。

神照集曰：在臍下五寸，中極下一寸，橫骨之上，毛際之中，動脈應手是穴。

瘦燕考：此橫骨非指腎經橫骨穴，陰上橫骨也。

### 【主治】

主失精，五臟虛弱，虛乏冷極，小腹脹滿，小便淋澀不通，瘡疔，小腹痛，婦人赤白帶下。

東醫寶鑑曰：主遺精，淋病，膀胱麻痺，膀胱加答兒，子宮內膜炎，下腹痙攣，子宮腫瘍，帶下異常，產後子宮收縮不全。

### 【提要】

瘦燕曰：此穴治失精，五臟虛弱，虛乏冷極俱有功效；當用補法。雖屬任脈，實能補腎。腎氣足，則五臟自足；腎氣健，則五臟自健。其他諸症，可用瀉法。

產後子宮收縮不全者，可用補法；因婦人產後，多屬虛弱；子宮收縮不全者由氣虛故，當用補法，使不隨意筋增加收縮力，子宮自收。

### 【經驗】

治上述諸症，均可有功。

### 【手術】

（銅人）灸七壯，至七七壯；鍼二寸。（素註）鍼六分，留七呼；又云、鍼一寸。

瘦燕按：此穴爲足厥陰與任脈之會，鍼六七分爲當。

## 中極

### 【釋義】

中：方位也！四方之中爲中，左右之間亦爲中；居中也！禮玉藻：「頭頸必中」。極：中也！正

也！詩周頌思文：「莫匪爾極」；傳：「中也」；漢書寬傳：「惟天子建中和之極」；注：「正也」。是中極者，言此穴在關元下一寸，乃人身自頭至足，此處適爲中正之處；經穴指掌圖書曰：自頭至

足，兩折中也！故以爲名。

【解剖】白條腺，下腹壁動脈，腸骨下腹神經。

【部位】在關元下一寸。

【主治】主尸厥，饑不能食，冷積衝心，腹中熱，臍下結塊，賁脈，陰汗，水腫，小便頻數，失精絕子，疝瘕，產後惡露不行，胎衣不下，月事不調，血結陰腫痛，陰痒而熱，陰痛，小腹苦寒，臨經行房，羸瘦，寒熱轉臍。

東醫寶鑑曰：主腎臟炎，腹膜炎，淋病，不好症，子宮內膜炎，血崩白帶，小便不利，喇叭管炎，膀胱括約筋麻痺。

【提要】此穴爲膀胱之募；足三陰任脈之會。

瘦燕曰：中極一穴，醫家極爲重視；與關元同等重要。治遺精絕子極效。用補法與艾灸法，使真氣內歛而不外洩，則精關自固，元神自充；一切陽痿早洩諸病，俱可全愈；固不祇治遺精一症也。

門生問曰：夫子之言是矣！然而，往往治而失效，是何故歟？抑取穴之不準確，與此穴治證之不可靠？希有以示我！余曰：晚近鍼師，治症似少耐性，病家亦無耐性；以爲可求速效。實則三年之病，求七年之艾；意者、沉痾宿疾，不能求旦夕之功，當以艾或鍼，日日補之；待火候一到，元氣既充，自有神功。故銅人經云：可灸百壯至三百壯；非言一日之間盡此壯數，乃日日灸，時時灸，灸至相當壯數，自得效矣。尋常多有不明其理者，不肯耐心診治；治而無效，投艾而歎，

欲取其效，不亦難乎？

且也、晚近青年，性知識早開，淫書淫畫，動其慾念；慾念既興，不能自制，排洩無能，乃按之以手；既患手淫，樂此不疲，暗中欣幸，以爲獨得之樂。父母不知也！朋友不覺也！旦旦伐之，精神疲困，元神消耗，宗筋弛縱，陽道萎小，精關鬆放；於是既結婚，安得閨房之樂。以致乞靈江湖術士之流，服霸藥以耗精，烈品以耗髓，漸至形消骨立，顴聳內熱；尺脈如遊絲，反魂乏術矣。嗟嗟！瘦燕目擊心傷。大好之青年，可貴之精神，一年中喪生於此者，不知幾許人。夫中極非起死回生之靈穴，若能回頭是岸，牢鎖精關，延良醫耐心灸治，自可消除百病；豈特治陽痿早泄而已哉！

此穴治奔豚水腫、小便頻數、失精絕子，可用補法；餘症當用瀉法。

或曰、臨經行房羸瘦，此何病也？余曰：此名撞紅；多傷婦人。以婦人經水未淨，卽興行房，此時也，子宮口道未閉，一經衝動，血流過多，陰精大傷，每令羸瘦；廣東名曰撞紅，廣東藥舖中有「撞紅丸」出售，專治此症，實卽和養陰精之品。取本穴當用補法，以益元精；使子宮緊縮，疲勞羸瘦自能恢復。

轉脬卽子宮癭瘰，亦當用補法。

精清精冷，灸此穴亦效；故遺精絕子，實卽包括精清精冷。

精所以清冷之原因，可分爲二：一係人爲，由於誤犯手淫，性神經戕伐過度；一由天生，卽賦稟精冷。然則無論何因，取此穴均可有效；故道家以中極、闕元、氣海爲腹部三要穴，吐練內丹，

即是故也。

【經驗】治上述諸症，均可有效。

【手術】（銅人）鍼八分，留十呼，得氣即瀉，四度鍼，即有子；灸百壯至三百壯。（明堂），灸不及鍼，

日三七壯。（下經）灸五壯。

瘦典按：諸家之說，以余個人經驗證之，四度鍼即有子，此言未足深信。深淺在五六分之間；灸數則以明堂為是；效期則以銅人為可靠。

## 關元

【釋義】關：由也！入也！漢書董仲舒傳：「大學者，賢士之所關也」。元：元氣之元也！漢書律曆志：

「太極元氣，函三為一」；注：「大化之始氣也」！舊唐書柳公綽傳：「公度善攝生，年八十餘，步履輕便；或祈其術曰：吾初無術，但未嘗以元氣佐喜怒，氣海常溫耳」。是關元者，言此穴乃元氣之所由入也，故以為名。

【解剖】下腹壁動脈，腸骨下腹神經。

【部位】石門下一寸。

經穴纂要曰：臍下三寸。養生經集書曰：一名丹田。經絡全書曰：為生化之原。

圖翼曰：在臍下三寸。此穴當人身上下四旁之中，故又名大中極。乃男子藏精，女子蓄血之處；小腸募也。



六十六難集註曰：丹田者，人之根元也！精神之所藏，五氣之根元，太子之府也！男子藏精，女子主月水，以生養子息；合和陰陽之門戶也。

瘦燕考：關元乃丹田也！諸經不言。惟難經疏曰：丹田在臍下三寸，又曰臍下二寸名石門；明堂載甲乙經：一名丹田。千金方素問註，亦謂丹田在臍下二寸；世醫因是，遂以石門為丹田誤矣。丹田乃臍下三寸，難經疏、論之詳。又圖翼以為大中極，根據實驗，與中極抵觸，應予更正。

**【主治】** 主風眩頭痛，積冷虛乏，臍下絞痛，流入陰中，發作無時，冷氣結塊痛，寒氣入腹痛，失精，白濁，溺血，七疝，轉脬閉塞，小便不通，五淋，泄利，奔豚搶心，臍下結血，狀如覆杯，婦人帶下，月經不通，絕嗣不生，胞門閉寒，脈漏下血，產後惡露不止。

東醫寶鑑曰：主消化不良，腸加答兒，腸出血，水腫，下腹溼癢，腎臟炎，慢性子宮病，淋疾尿閉，赤白帶下，月經不調，不妊症，睪丸炎，諸虛百損。

**【提要】** 衝脈起於關元，為小腸之募；足三陰任脈之會。瘦燕曰：關元者，元氣之所由入也！亦即元氣之根。所治虛乏積冷、冷氣結塊痛、寒氣入腹痛、失精溺血、婦人帶下、產後惡露不止，俱屬元氣虛乏故也；宜用補法，以養元氣；元氣一充，諸症自瘳。

東醫寶鑑曰：此穴可治諸虛百損。所謂諸虛百損，元氣虛乏故也！取此穴，與以長時間灸治，元氣一充，虛損可復。

或曰：關元與中極，俱可治陽痿遺精早洩，是否有功？余曰：中極之治，前已詳言，茲不復贅；關元之治，可與中極有同等功効。

【經驗】 治上述諸症，均有功效。

【手術】 (素註) 鍼一寸二分，留七呼；灸七壯。又云：鍼二寸。(銅人) 鍼八分，留三呼，瀉五吸；灸百壯，至三百壯。(明堂) 孕婦禁鍼；若鍼而落胎，胎多不出，鍼外崑崙立出。  
瘦燕按：此穴以鍼五六分爲當。

## 石門

【釋義】 石：岩石之石也！堅也！門：孔竅也。是石門者，言此穴乃堅固如石之孔竅，故以爲名。

【解剖】 白條腺，下腹壁動脈，肋間神經前穿行枝。

【部位】 在氣海下半寸。

【主治】 主傷寒，小便不利，泄利不禁，小腹絞痛，陰囊縮入，賁豚搶心，腹痛堅硬，卒疝繞痛，氣淋血淋，嘔血吐血，不食穀，穀不化，水腫水氣，小腸氣滿，產後惡露不止，或結癥瘕，崩中漏下。

東醫寶鑑曰：主水腫病，消化不良，吐血，小兒疳虫，淋疾，腸間膜炎，慢性盲腸炎，慢性腸加答兒。

【提要】 此穴所治諸症，當用補法。或曰、小腹絞痛，陰囊縮入，用補法有效乎？余曰：小腹何以絞痛？陰囊何以縮入？非寒邪深痼，何以致此！用補法者，散寒以除冷，扶元而固本；使本身抵抗力

增加，則痛自除，囊自縱矣。

【經驗】

治上述諸症，均有功效。

【手術】

(銅人)灸二七壯，至一百壯。(甲乙)鍼八分，留三呼，得氣即瀉。(千金)鍼五分。(下經)灸七壯。(素註)鍼六分，留七呼；婦人禁鍼禁灸，犯之絕子。

瘦燕按：此穴以鍼五六分爲當。婦人禁鍼灸，犯之絕子者，傷及子宮也；故鍼不可太深，深則恐傷及子宮。

## 氣海

【釋義】

氣：呼吸出入之息也！論語鄉黨：「屏氣似不息者」；元氣之氣也。海：地面瀦水之區域最大者爲洋，其次於洋而近於陸地者爲海；淮南子汜論：「百川異源，皆歸於海」；而海爲陸上衆水之所會歸也。是氣海者，言此穴係元「氣」之「海」也。

【解剖】

白條腺，下腹壁動脈，肋間神經前穿行枝。

【部位】

陰交下半寸。

大成曰：此穴爲男子生氣之海。

【主治】

主傷寒，飲水過多，腹脹腫，氣喘，心下痛，冷病面赤，臟氣虛憊，真氣不足，一切氣疾久不瘳，肌體羸瘦，四肢力乏，奔豚七疝，小腸膀胱腎痛，癥瘕結塊，狀如覆杯，腹暴脹，按之不下，臍下冷氣痛，中惡，脫陽欲死，陰疝卵縮，四肢厥冷，大便不通，小便赤，卒心痛，婦人臨經

行房羸瘦，崩中，赤白帶下，月事不調，產後惡露不止，繞臍疔痛，閃着腰痛，小兒遺尿。東醫寶鑑曰：主水腫病，消化不良，吐血，神經衰弱，小兒發育不全，遺尿症，腹部厥冷，腹膜炎，腸神經痛，子宮出血，膀胱加答兒，月經不調，膀胱麻痺，五淋白濁，膀胱及尿道之一切疾患。

【提要】 鍼經云：患滯下昏仆、目上視、瘦注汗泄、脈大者，此陰虛陽暴絕，得之病後酒色，灸此穴即甦；再服人參膏數斤愈。

瘦燕曰：穴名氣海，乃元氣之海，故主一切氣弱之病，灸此有功。婦人崩中、產後惡露不止、臨經行房羸瘦，俱氣弱故也，補之有效。

小兒遺尿，亦由氣弱，補之有功。

奔豚七疝，癥瘕結塊，當補瀉並進；因其病多虛中夾實，實中夾虛，是以治法宜瀉中寓補，補中寓瀉。

【經驗】 治上述諸症，均有功效。

【手術】 (銅人) 鍼八分，得氣即瀉，瀉後宜補之；可灸百壯。(明堂) 灸七壯。  
瘦燕按：此穴鍼五六分爲當。

## 陰 交

【釋義】 陰：少陰之陰也。交：交通之義，易泰：「天地交而萬物通也；上下交而其志同也」。是陰交者

，言此穴係少陰與任衝二脈交會之穴，故曰陰交。

【解剖】白條脈，下腹壁動靜脈，肋間神經前穿行枝。

【部】在臍下一寸。

【主治】主鼻衄，氣痛如刀攪，腹部脹痛，下引陰中，不得小便，羣丸騫疝痛，陰汗濕痒，腰膝拘攣，

臍下熱，婦人賁豚上腹，崩漏帶下，繞臍冷痛，絕子陰痒，產後惡露不止，小兒陷顛。

【提要】（玉龍歌）水病之疾最難療，腹滿水脹不肯消，先灸水分並水道，後鍼三里及陰交。（席弘賦）若

是七疝小腹痛，照海陰交曲泉鍼。（又）小腸氣聚痛連臍，速瀉陰交莫再遲。（又）咽喉最亟先百會

，照海太衝及陰交。（百證賦）中邪霍亂，尋陰交三里之程。（又）無子搜陰交石門之鄉。

此穴為三焦之募；任脈少陰衝脈之會。

瘦燕曰：上述治證，除繞臍冷痛、血崩、月事不絕、產後惡露不止、小兒陷顛、可用補法外，餘症俱當用瀉法。

【經驗】此穴治疝氣腹痛有殊功。

【手術】（銅人）鍼八分，得氣即瀉，瀉後宜補；灸日壯。（明堂）灸不及鍼，日三七壯，至百壯。

## 神 闕

【釋義】神：聖而不可犯謂之神。闕：門觀也！見說文錯注：「為二臺於門外，作樓觀於上，上員下方

，以其闕然為道謂之闕，以其上可遠觀謂子觀，以其縣法謂之象魏」，三者異名而同物；左傳莊

二十一年：「鄭伯享王於闕西辟」；注：「闕：象魏也」。是神厥者，言此穴雖屬門觀，乃聖而不可  
侵犯，故曰神闕；當禁鍼。

【解剖】 膈之中央。白條腺，上下腹壁動脈靜脈，肋間神經，中有小腸。

【部位】 膈中。

【主治】 主中風昏迷，腹中虛冷，泄利不止，水腫臃脹，腸鳴如流水，繞臍腹痛，小兒奶利不絕，脫肛，  
風痲，角弓反張。

東醫寶鑑曰：主腦溢血，水腫病，下痢，中風不省人事，腹中虛冷，腸鳴，婦人血冷不受胎，一  
切急性諸病奏效。

【提要】 經穴考正曰：灸此穴須納鹽膈中灸之，灸百壯以上；並可灸霍亂。

瘦瘵曰：穴名神闕，乃神聖不可侵犯，故禁鍼；犯之使膈中惡，腸潰死。此說雖未可信，然禁鍼  
誤鍼，每令傷腸，此係事實。且上述諸病，俱屬虛症，宜用灸法補之，不可犯鍼。小兒奶利不絕  
，係哺乳之兒，病利不止，屬腸胃薄弱；宜灸神闕，可以有功。

【經驗】 治上述諸症，均可有功。

【手術】 (素註)禁鍼，鍼之使人腸中惡，腸潰屎出死；灸三壯。(銅人)灸百壯。

## 水分

【釋義】 水：水火之水也。分：別也！分別物也！見說文八部：「按物分別爲半，故引申爲半之義，如

夜半曰夜分」。是水分者，言此穴當小腸下口，至此而泌別清濁：水液入膀胱，渣滓入大腸。故曰水分。

【解剖】 白條腺，上腹壁動靜脈，肋間神經。

【部位】 在臍上一寸。下脘下一寸。

【主治】 主水病腹堅腫，轉筋，不嗜食，腸胃虛脹，繞臍痛，腰脊強，腸鳴，鼻衄，小兒陷顛。

東醫寶鑑曰：主水腫病，胃弱腸鳴，慢性腸加答兒，腸疝痛，小兒陷顛，此部之局部痙攣，食慾不振。

【提要】 (玉龍歌)水病之疾最難熬，腹滿虛脹不可消；先灸水分並水道。(百證賦)陰陵水分，去水腫之

臍盈。(天星秘訣)肚腹浮腫脹臌，先灸水分瀉建里。(靈光賦)水腫水分灸即安。

瘦燕曰：此穴爲治腹脹水腫之要穴；宜灸不宜鍼，宜補不宜瀉。

或曰、此穴禁鍼，鍼之水盡即死，其言可信否？余曰：水腫之不消，由本身分泌不利；用補法者，使蒸變有權，水氣自消，不用霸道，而用王道；如強以放水，水縱消而旋生，正氣虛竭則死矣。

【經驗】 此穴治水腫腹大，雖有殊功，惟不能求速效，當緩緩圖之。

【手術】 (素註)鍼一寸。(銅人)鍼八分，留三呼，瀉五吸；水病，灸大良。又云：禁鍼，鍼之水盡即死。

。(明堂云)水病灸七七壯，至四百壯；鍼五分，留三呼。(養生云)不鍼爲是。

瘦燕按：此穴雖云可鍼，以不鍼爲是；何以言之？虛病虛腫，正宜用補法。灸數、日七七壯，至

四百壯爲度。

## 下脘

【釋義】下：低下也！禮樂記：「天高地下」；猶後也！詩大雅卜武：「下武維周」，箋：「後人能繼先祖者，惟有周家最大」。脘：占碗切，音管，早韻，胃腔也！素問五常政大論：「胃脘痛」。是下脘者，言此穴在建里下一寸，乃卜胃脘也！故以爲名。

【解剖】白條腺，上腹壁動脈，肋間神經。

【部位】在建里下一寸。

【主治】主臍上下厥氣動，胃脹羸瘦，痞塊腹痛，六腑氣寒，穀不轉化，不嗜食，小便赤，脈厥動反胃。東醫寶鑑曰：主胃擴張，胃痙攣，消化不良，嘔吐，一切胃腸疾患。

【提要】此穴爲足太陰任脈之會。

瘦燕曰：下脘穴者，胃脘之下部也！上述諸症，俱屬胃寒，宜用補法、灸法；使胃陽一轉，推動有力，諸症自瘳。

（靈光賦）中脘下脘治腹堅。（百證賦）腹內腸鳴，下脘陷谷能平。（勝玉歌）胃冷下脘却爲良。

治痞塊，宜以鍼鍼塊上、中、下，鍼尾燒以艾，使熱力直抵病所以疏氣，塊可漸消。反胃脈厥動：脈厥動者，脈伏而微動。此因胃氣寒冷之故。灸之以火，補之以鍼，使增加陽和，胃氣自轉。以瘦燕個人之經驗，鍼灸之治胃病，確有特效；而上中下三脘，更爲治胃病之要穴。



鍼灸所以能治胃病者，祛其寒也。而胃病當然不可專責於寒，惟因寒而病者，十之八九。湯藥之治，或亦有功；惟鍼或灸，艾火直抵病所，不假轉道。日日灸，病所日為陽和所逼，範圍漸漸狹小；艾火火候一到，胃之生氣蓬勃，病即減退。

羸瘦取下腕有功者，因羸瘦之原由雖有多種，惟胃部有寒，飲食不下或食不消化而羸瘦者為多，取此穴鍼灸，使除去羸瘦之病因，健飯增肌，其病若失。

【經驗】 治上述諸症，均可有功。

【手術】（銅人）鍼八分，留三呼，瀉五吸；灸二七壯，止三百壯；孕婦禁灸。

瘦燕按：灸二七壯至三百壯者，非一日灸此艾數也，乃日日灸二七壯，大抵至三百壯，病根除矣；孕婦禁灸者，以艾能助火，恐胎不安；然而胃寒甚者，可不必禁忌。

## 建里

【釋義】 建：立也！周禮天官序官：「惟王建國」；國策秦策：「然後可見大功」；以物直立而置之亦曰建，尚書大傳：「九十杖而朝，見君建杖」，注：「建：樹也」！按建即植立也。里：居也！見說文。是建里者，謂日下腕至中腕之中，建立一居站，是即建里，故以為名。

【解剖】 白緣腺，上腹壁動靜脈，肋間神經。

【部位】 在中腕下一寸。

【主治】 主上氣，嘔逆，不嗜食，心痛，身腫，腹脹，腸中痛。