

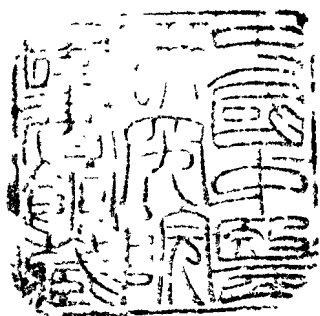


中研 B0000896

4178046

# 针灸歌赋选读

李 磊 编著



上海中医药大学出版社

## 前 言

在针灸发展史上，针灸歌赋占有十分重要的地位。清代以前的针灸歌赋便已达近百首之多。众多的针灸歌赋构成了针灸文献中一个颇具特色的组成部分。由于采取了歌赋言简意赅、琅琅上口的表达方式，使原来浩繁复杂的针灸内容变得易诵易记，便于掌握，因此针灸歌赋一向受到历代医家的重视，成为针灸启蒙和传道授业的主要工具。

针灸歌赋散见于历代的针灸著作中，其内容则涉及到针灸的各个方面。但受文体所限，有些字句不免过简；又因为并非一人一时所作，各歌赋的形式风格和学术内容亦有所差异。本书从历代针灸文献中有选择地辑录了具有代表性的歌赋近四十首，分为经络、腧穴、刺灸、治疗和其他等五大类，分别对其作了全面的注释和评述，希望能为学习者提供一些参考。

应该指出，针灸歌赋不仅可以作为初学者的入门读物，而且对针灸工作者也有着重要的参考价值。许多古代针灸医家的宝贵经验正是凭借针灸歌赋才得以保存，例如何若愚的《流注指微针赋》和泉石老人的《金针赋》均是作者流传于世的仅有作品，而窦汉卿的《标幽赋》和不署撰者的《百证赋》至今仍是针灸学中的经典文献。通过针灸歌赋的学习，可以将针灸的理论、原则和方法进一步融会贯通，从而能更加

有效地运用于临床，这对于针灸水平的提高无疑大有裨益。

李 磊

1995 年6 月于上海中医药大学

# 目 录

## 前言

### 一、经络类

1. 十二经脉歌 ..... 1
2. 奇经八脉歌 ..... 15
3. 十二经气血多少歌 ..... 16

### 二、腧穴类

1. 十四经穴歌 ..... 19
2. 周身经穴赋 ..... 22
3. 井荣输原经合歌 ..... 26
4. 八会穴歌 ..... 28
5. 八脉交会八穴歌 ..... 28
6. 十五络穴歌 ..... 30
7. 十六郄穴歌 ..... 31

### 三、刺灸类

1. 行针总要歌 ..... 33
2. 针法歌 ..... 35
3. 补泻雪心歌 ..... 37

4. 金针赋 .....	38
5. 禁针穴歌 .....	46
6. 禁灸穴歌 .....	47

#### 四、治疗类

1. 行针指要歌 .....	49
2. 四总穴歌 .....	50
3. 回阳九针歌 .....	51
4. 马丹阳天星十二穴主治杂病歌 .....	52
5. 通玄指要赋 .....	56
(附:卧岩凌先生得效应穴针法赋).....	61
6. 百证赋 .....	63
7. 肘后歌 .....	68
8. 席弘赋 .....	73
9. 长桑君天星秘诀歌 .....	77
10. 灵光赋 .....	78
11. 拦江赋 .....	81
12. 玉龙歌 .....	84
(附:玉龙赋).....	99
13. 胜玉歌 .....	102
14. 治病十一证歌 .....	105
15. 孙思邈十三鬼穴歌 .....	108
(附:徐秋夫鬼病十三穴歌) .....	110
16. 杂病穴法歌 .....	110
17. 针灸歌 .....	115

## 五、其他类

1. 标幽赋 ..... 122
2. 流注指微针赋 ..... 133
3. 子午流注逐日按时定穴歌 ..... 139

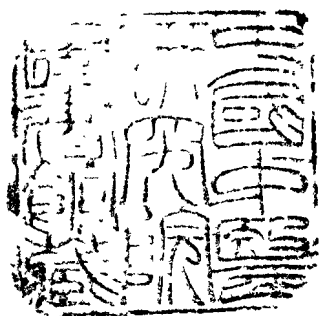


中研 B0000896

4178046

# 针灸歌赋选读

李 磊 编著



上海中医药大学出版社

## 前 言

在针灸发展史上，针灸歌赋占有十分重要的地位。清代以前的针灸歌赋便已达近百首之多。众多的针灸歌赋构成了针灸文献中一个颇具特色的组成部分。由于采取了歌赋言简意赅、琅琅上口的表达方式，使原来浩繁复杂的针灸内容变得易诵易记，便于掌握，因此针灸歌赋一向受到历代医家的重视，成为针灸启蒙和传道授业的主要工具。

针灸歌赋散见于历代的针灸著作中，其内容则涉及到针灸的各个方面。但受文体所限，有些字句不免过简；又因为并非一人一时所作，各歌赋的形式风格和学术内容亦有所差异。本书从历代针灸文献中有选择地辑录了具有代表性的歌赋近四十首，分为经络、腧穴、刺灸、治疗和其他等五大类，分别对其作了全面的注释和评述，希望能为学习者提供一些参考。

应该指出，针灸歌赋不仅可以作为初学者的入门读物，而且对针灸工作者也有着重要的参考价值。许多古代针灸医家的宝贵经验正是凭借针灸歌赋才得以保存，例如何若愚的《流注指微针赋》和泉石老人的《金针赋》均是作者流传于世的仅有作品，而窦汉卿的《标幽赋》和不署撰者的《百证赋》至今仍是针灸学中的经典文献。通过针灸歌赋的学习，可以将针灸的理论、原则和方法进一步融会贯通，从而能更加



有效地运用于临床，这对于针灸水平的提高无疑大有裨益。

李 磊

1995 年6 月于上海中医药大学

## 一、经 络 类

### 1. 十二经脉歌

#### 提要

《十二经脉歌》首见于明代刘纯的《医经小学》。《灵枢·经脉》中记载的十二经脉循行、病候原文是有关经络的经典文献，但内容深奥，不利初学。刘纯将其加以改写，缀以韵语，共成七言歌诀12首。因其浅显易诵，颇便记习，其后许多针灸专著均加以收录，如明代徐凤的《针灸大全》、高武的《针灸聚英》、杨继洲的《针灸大成》等等。全歌共133句，1 855字。

#### 原文

手太阴肺中焦生，下络大肠出贲门。上膈属肺从肺系<sup>[1]</sup>，系<sup>[2]</sup>横出腋膈<sup>[3]</sup>中行。肘臂寸口<sup>[4]</sup>上鱼际，大指内侧爪甲根。支络还从腕后出，接次指属阳明经。此经多气而少血，是动则病<sup>[5]</sup>喘与咳。肺胀膨膨缺盆痛，两手交臂<sup>[6]</sup>为臂厥。所生病<sup>[7]</sup>者为气嗽，喘渴烦心胸满结。膈臂之内前廉<sup>[8]</sup>痛，小便频数掌中热。气虚肩背痛而寒，气盛亦疼风汗出。欠伸<sup>[9]</sup>少气不足息，遗矢<sup>[10]</sup>无度溺变别<sup>[11]</sup>。

#### 注释

[1] 肺系：指与肺相连的组织，如喉咙、气管等。

[2] 系：指肺系。

〔3〕臑(nào,闹):上臂。

〔4〕寸口:腕后桡动脉搏动处。

〔5〕是动则病:指这一经脉发生异常变动而产生的有关病症。

〔6〕瞀(mào,茂):心胸烦乱,视物模糊。

〔7〕所生病:指这一经脉能主治的有关病症。

〔8〕廉:侧边。

〔9〕欠伸:欠,呵欠;伸,伸懒腰。

〔10〕遗矢:大便不能自禁。

〔11〕溺变别:小便颜色改变。溺,读作尿。

## 文献参考

《灵枢·经脉》:“肺手太阴之脉,起于中焦,下络大肠,还循胃口,上膈属肺,从肺系横出腋下,下循臑内,行少阴、心主之前,下肘中,循臂内上骨下廉,入寸口,上鱼,循鱼际,出大指之端。其支者,从腕后直出次指内廉,出其端。是动则病,肺胀满,膨膨而喘咳,缺盆中痛,甚则交两手而瞀,此为臂厥。是主肺所生病者,咳,上气,喘渴,烦心,胸满,臑臂内前廉痛、厥,掌中热。气盛有余,则肩背痛,风寒汗出,小便数而欠。气虚则肩背痛寒,少气不足以息,溺色变。”

## 原文

阳明之脉手大肠,次指内侧起商阳。循指上廉出合谷,两筋歧骨<sup>〔1〕</sup>循臂肪<sup>〔2〕</sup>。入肘外廉循臑外,肩端前廉柱骨<sup>〔3〕</sup>旁。从肩下入缺盆<sup>〔4〕</sup>内,络肺下膈属大肠。支从缺盆直上颈,斜贯颊<sup>〔5〕</sup>前下齿当。环出人中交左右,上夹鼻孔注迎香。此经气盛

血亦盛,是动颈肿并齿痛。所生病者为衄衄<sup>[6]</sup>,目黄口干喉痹生。大指次指难为用,肩前臑外痛相仍<sup>[7]</sup>。气有余兮脉热肿,虚则寒栗<sup>[8]</sup>病偏增。

## 注释

- [1] 歧骨:指第一和第二掌骨。
- [2] 肪:脂肪;臂肪:指前臂肌肉肥厚处。
- [3] 柱骨:颈椎。
- [4] 缺盆:锁骨上窝部,其中为缺盆穴。
- [5] 颊:面的两旁。
- [6] 衄(qiú,求)衄:衄,鼻流清涕;衄:鼻孔出血。
- [7] 仍:跟随。
- [8] 寒栗:寒战。

## 文献参考

《灵枢·经脉》:“大肠手阳明之脉,起于大指次指之端,循指上廉,出合谷两骨之间,上入两筋之中,循臂上廉,入肘外廉,上臑外前廉,上肩,出髃骨之前廉,上出于柱骨之会上,下入缺盆,络肺,下膈,属大肠。其支者,从缺盆上颈,贯颊,入下齿中,环出挟口,交人中,左之右,右之左,上挟鼻孔。是动则病,齿痛,颈肿。是主津所生病者,目黄,口干,衄衄,喉痹,肩前臑痛,大指次指痛不用,气有余则当脉所过者热肿,虚则寒栗不复。”

## 原文

胃足阳明交鼻起,下循鼻外<sup>[1]</sup>入上齿。还出挟口绕承

浆<sup>[2]</sup>，颐后<sup>[3]</sup>大迎、颊车里。耳前发际至额颅<sup>[4]</sup>，支<sup>[5]</sup>下人迎缺盆底。下膈入胃络脾官，直者缺盆下乳内。一支幽门循腹里，下行直合气冲逢。遂由髀关抵膝腠，胛跗<sup>[6]</sup>中指内间同。一支下膝注三里，前出中指外间通。一支别走足跗指，大指之端经尽矣。此经多气复多血，是动欠伸面颜黑。洒洒恶寒畏见人，忽闻木声心惊惕。登高而歌弃衣走，甚则腹胀乃贲响<sup>[7]</sup>。凡此诸疾皆胛厥<sup>[8]</sup>。所生病者为狂症，温淫<sup>[9]</sup>汗出鼻流血。口喎唇裂又喉痹<sup>[10]</sup>，膝腠疼痛腹胀结。气膺<sup>[11]</sup>伏兔胛外廉，足跗中指俱痛彻。有余消谷<sup>[12]</sup>溺色黄，不足身前寒振栗。胃房胀满食不消，气盛身前皆有热。

## 注释

〔1〕鼻外：鼻的外侧，指承泣、四白穴部。

〔2〕承浆：颊唇沟部。

〔3〕颐：下颌部。颐后，指其两旁。

〔4〕额颅：指前额正中部。

〔5〕支：支脉。

〔6〕胛(héng,衡)：胫骨；跗(fū,肤)：足背部。

〔7〕贲响：贲，指膈。贲响即指胸膈胃肠部作响。

〔8〕胛(gàn,干,去声)厥：胛，小腿部位；胛厥，指足胫部气血阻逆。

〔9〕温淫：热性病证。

〔10〕喉痹：咽喉红肿疼痛，壅闭不通。

〔11〕气膺：气，指气街，即气冲部，当股动脉搏动处；膺，胸部。

〔12〕消谷：即消谷善饥。

## 文献参考

《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉：起于鼻，交頰中，旁约太阳之脉，下循鼻外，入上齿中，还出挟口，环唇，下交承浆，却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额颅。其支者，从大迎前，下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃，络脾。其直者，从缺盆下乳内廉，下挟脐，入气街中。其支者，起于胃口，下循腹里，下至气街中而合。——以下髀关，抵伏兔，下入膝腘中，下循胫外廉，下足跗，入中指内间。其支者，下廉三寸而别，下入中指外间。其支者，别跗上，入大指间，出其端。是动则病，洒洒振寒，善伸，数欠，颜黑，病至则恶人与火，闻木声则惕然而惊，心欲动，独闭户塞牖而处，甚则欲上高而歌，弃衣而走；贲响腹胀，是为鼯厥。是主血所生病者，狂，疟，温淫，汗出，衄衄，口喎，唇胗，颈肿，喉痹，大腹水肿，膝腘肿痛：循膺、乳、气街、股、伏兔、鼯外廉、足跗上皆痛，中指不用。气盛，则身以前皆热，其有余于胃，则消谷善饥，溺色黄；气不足，则身以前皆寒栗，胃中寒，则胀满。”

## 原文

太阴脾起足大指，上循内侧白肉际<sup>[1]</sup>。核骨<sup>[2]</sup>之后内踝前，上臑<sup>[3]</sup>循胫膝里。股内前廉入腹中，属脾络胃与膈通。挟咽<sup>[4]</sup>连舌散舌下<sup>[6]</sup>，支络从胃注心宫。此经气盛而血衰，是动其病气所为。食入即吐胃脘<sup>[6]</sup>痛，更兼身体重难移。腹胀善噎舌本<sup>[7]</sup>强，得后与气<sup>[8]</sup>快然衰<sup>[9]</sup>。所生病者舌亦痛，体重不食亦如之。烦心下仍急痛，泄水溏瘕<sup>[10]</sup>寒疟随。不卧<sup>[11]</sup>强立<sup>[12]</sup>膝股肿，疸发身黄大指痿。

## 注释

〔1〕白肉际：即赤白肉际，指手掌面的边界。

〔2〕核骨：大趾本节后内侧隆起的圆骨，当第一跖骨小头部。

〔3〕膈：即腓肠肌部。

〔4〕咽：指咽和食管。

〔5〕舌下：指舌下部。

〔6〕胃脘：即胃腑。《说文》：“脘，胃府也。”

〔7〕舌本：舌根。

〔8〕得后与气：后，指大便；气，指矢气。

〔9〕快然衰：感到病情松解。

〔10〕溏瘕：溏，大便溏薄；瘕：腹部忽聚忽散的痞块。

〔11〕不卧：即不能卧。

〔12〕强立：按《太素》作“强欠”；指想打呵欠而气出不畅。意较顺。

## 文献参考

《灵枢·经脉》：“脾足太阴之脉，起于大指之端，循指内侧白肉际，过核骨后，上内踝前廉，上膈内，循胫骨后，交出厥阴之前，上循膝骨内前廉，入腹，属脾，络胃，上膈，挟咽，连舌本，散舌下。其支者，复从胃，别上膈，注心中。是动则病，舌本强，食则呕，胃脘痛，腹胀善噫，得后与气，则快然如衰，身体皆重。是主脾所生病者：舌本痛，体不能动摇，食不下，烦心，心下急痛，溏瘕泄，水闭，黄疸，不能卧，强立（欠）股膝内肿、厥，足大指不用。”

## 原文

手少阴脉起心中<sup>[1]</sup>，下膈直与小肠通。支者还从心系<sup>[2]</sup>走，直上咽喉系目瞳。直者上肺出腋下，膈后肘内少海从。臂内后廉抵掌中，锐骨<sup>[3]</sup>之端注少冲。多气少血属此经，是动心脾痛难任。渴欲饮水咽干燥，所生胁痛目如金<sup>[4]</sup>。膈臂之内后廉痛，掌中有热向经寻。

## 注释

〔1〕心中：即心脏之中。

〔2〕心系：指与心相连的组织。

〔3〕锐骨：指手腕豆骨。其后方为神门穴。

〔4〕目如金：即目黄。

## 文献参考

《灵枢·经脉》：“心手少阴之脉，起于心中，出属心系，下膈，络小肠。其支者，从心系，上挟咽，系目系。其直者，复从心系却上肺，下出腋下，下循膈内后廉，行太阴、心主之后，下肘内，循臂内后廉，抵掌后锐骨之端，入掌内后廉，循小指之内，出其端。是动则病，嗌干，心痛，渴而欲饮，是为臂厥。是主心所生病者，目黄，胁痛，膈臂内后廉痛、厥，掌中热痛。”

## 原文

手太阳经小肠脉，小指之端起少泽。循手外廉出踝<sup>[1]</sup>中，循臂骨<sup>[2]</sup>出肘内侧。上循膈外出后廉，直过肩解<sup>[3]</sup>绕肩胛<sup>[4]</sup>。交肩下入缺盆内，向腋络心循咽嗌。下膈抵胃属小肠，一支缺



盆贯颈颊。至目锐眦<sup>[5]</sup>却入耳，复从耳前仍上颊<sup>[6]</sup>。抵鼻升至目内眦<sup>[7]</sup>，斜络于颧别络接。此经少气还多血，是动则病痛咽嗑。颌<sup>[8]</sup>下肿兮不可顾，肩如拔兮膈似折。所生病主肩膈痛，耳聋目黄肿胀颊。肘臂之外后廉痛，部分犹当细分别。

## 注释

〔1〕踝：尺骨小头部隆起处。

〔2〕臂骨：尺骨。

〔3〕肩解：肩关节部。

〔4〕肩胛：肩胛骨冈下窝部。

〔5〕目锐眦：外眼角。

〔6〕复从耳前仍上颊：《灵枢·经脉》原文作“别颊上颧。”

〔7〕目内眦：内眼角。

〔8〕颌：指颌下结喉上两侧之软组织处。

## 文献参考

《灵枢·经脉》，“小肠手太阳之脉，起于小指之端，循手外侧上腕，出踝中，直上循臂骨下廉，出肘内侧两骨之间，上循膈外后廉，出肩解，绕肩胛，交肩上，入缺盆，络心，循咽下膈，抵胃，属小肠。其支者，从缺盆循颈，上颊，至目锐眦，却入耳中。其支者，别颊上颧，抵鼻，至目内眦，斜络于颧。是动则病，嗑痛，颌肿不可以顾，肩似拔，膈似折。是主液所生病者，耳聋，目黄，颊肿，颈、颌、肩、膈、肘臂外后廉痛。”

## 原文

足经太阳膀胱脉，目内眦上起额尖。支者颞上至耳角，直