

十四经发挥

元 滑伯仁 著
郑 芝 钟 整理



贈 閱
請指正 請交換
佳木斯醫學院科研處資料室

内部刊物

作者：元·滑伯仁 著

郑艺钟 整理

印刷：佳木斯医学院印刷厂

出版日期：1980年5月1日

《十四经发挥》及其著者传略

佳木斯医学院 郑艺钟

《发挥》史略

《十四经发挥》是我国元代医学大家滑伯仁一部针灸经络名著。伯仁通观《内经》所载：“服饵之法才一二，为灸者四三，其他明针刺、无虑十八九，针之功其大矣。厥后方药之说肆行，针道遂寝不讲，灸法亦仅而获存”。而慨叹当时针灸之道衰也：“针道微而经络为之不明，经络不明、则不知邪之所在，求法之动中机会，必捷如响，亦难矣”，而怜悯元初经络之学晦也；且因“远古之书，渊乎深哉，辞旨简严，于初学或未易也”。有鉴于此，乃以《灵枢·本输篇》、《素问·骨空》等论，裒而集之。得经十二，任督脉者二，其隧穴者六百五十有七，并汲取元·忽太必烈《金兰循经》蒙医学之成就，总之撰成《十四经发挥》。

是书成于元·顺帝、至正初元（辛巳：1341），著者时年四十五岁，正处壮志余年，此恐继《读素问钞》、《难经本义》等杰作之后，而为中期又一珍品，堪称学有所成，业有建树。

全书共分三卷：卷上为手足阴阳流注篇，总论经络气血，阴阳流注；卷中为十四经脉气所发篇，各论经络循行，俞穴寸法，病候主脉，虚实补泻，而两篇“正文”悉按《金兰循经》照录所辑；卷下为奇经八脉篇，专题讨论八脉循行，生理功能，病机变化，此系杂取《素问》、《难经》、《甲乙经》、《圣济总录》中，参合而成。均属八脉考证所引“经文”。并有金华宋濂、四明吕复二氏《十四经发挥序》及滑氏《自序》置于《目录》之首，以志成书刊梓事迹。

本书体例：卷与篇数对应一致，三篇题目分称各异。十二经所列次第，并以流注之序为之先后，附以督任二脉，合为十四经数。篇题后并举经句，分条拟纲，列为“正文”，随后依次逐条、逐句、逐词，为之图、为之注、为之歌，就文以“发挥”之。

本书成就：本书首先整理充实而发展了经络学说，使之趋于系统、完善。滑氏认为：“任督二脉之直行者，为腹背中行诸穴所系，今特取之，以附十二经之后”“法宜与诸经并论”，自此冠以“十四经”之名，而沿用迄今。次则为“经穴”的确立，滑氏论经脉而不舍俞穴，论俞穴而不离经脉，此“经与穴”结合论述之法，构成本书主要特点，从《内经》考证所得六百五十七穴，分别纳入十四经中，至此全身俞穴和经络的关系完全固定下来，而为后世针灸家取穴定位之所本，并推动针灸学科不断向前发展。三则为滑氏精心考核绘制之“经穴图”，其经络清晰，俞穴标准，人物风貌，跃然纸上，常为近世一些针灸专著广泛采用之楷模。余如：经脉次第，俞穴韵语，亦为当代《针灸学》援引之范本。

C0122756



2013/3

流传评介：《十四经发挥》是祖国医药学伟大宝库中一颗“瑰宝”，它在中国医学史上流传六百四十年来，仍然闪闪发光，为经络学说做出了巨大贡献，向为古今中外医学界学者所推崇，更为当代针灸专业工作者必读之经典。惜原著古本国内久已亡佚，虽后伯仁而兴者，有吴之长洲人薛良武（名：铠）氏，乃复校正是书而始刊诸梓，欲以广其传，良武之子己（号：立斋）特刊诸《薛氏医案》中，顾为《四库》所未著录，不重于世，而世亦不经见也。而反越海流传于日本，彼帮认为：“习针灸者，视为必读，几至人手一篇”，“举世所传诵”，更有誉之为“习医之根本”。幸于乙亥（1935）之秋，近代针灸医师承淡安氏东渡日本，竟在东京某旧书肆中觅得一《古本十四经发挥》，当时欣快之状，不可言喻，故不惜重价购而携回祖国，真所谓：“礼失诸市而求之野”。为使绝学重光，以复原貌，承氏为之校正、句读；无锡安仁锡君张钟毓为滑氏作《传》、为本书作《序》于卷首；江西清江谢建明为之《跋》于书末，皆羽翼《发挥》，于一九三六年春《重刊古本十四经发挥》问世，以饷读者。时隔二十载，承氏玩味之，犹嫌未加注释，特抽得余暇，加以注释，目曰：《校注十四经发挥》，为之《序》于《传后》，于一九五六年秋在上海卫生出版社再版发行，以利国人普及与提高，复兴针灸大业。

承氏评议说：“滑伯仁先生论而《发挥》其旨，针灸得盛行于元代，此滑氏之功也！厥后此书中国散佚，故针灸之学，几随之而湮没不彰；流传于日本，彼帮之针灸又盛兴，此非书之‘瑰宝’，有以致之欤！”然而应该提示，滑氏之书有“述而不作”者，亦为美中不足之虞。

滑寿传略：

滑氏、名寿，字伯仁，自号：撝宁生。故家许州（今：许昌）襄城人。元初、祖父官江南，自许徙仪真而伯仁生，后又徙徐姚。生于元·大德八年，卒于明·洪武十九年（1384—1386），计享八十二岁。品格笃实详敏，好学能诗。习儒，日记千言，抄笔为文，温雅有法，又长于《乐府》，而尤深于医。《浙江通志》合《绍兴府治》均载系明初功臣刘基之兄，乃易姓名而为医者。早年、其学盖仿东垣李先生，精于诊而审于剂；既而，有京口名医王居中客仪真，又从之学，授以《素问》、《难经》，理识契悟，青出于兰；后又学针法于东平高洞阳，尽得其术。尔本《内经》：“汤药攻其内，针灸攻其外”之旨，病无所逃，废者起，痼者愈，活人居多，遂医名大振，故所至人争迎致，以得其一言，定死生为无憾！江南北、浙东西，吴楚间，不知“神医”撝宁生者少。

滑氏治学之法，尝谓：“天下之事，循其故则道立，浚其源则其流长”，师古须提纲挈领、系统摄纳，方能事半功倍。而医学之源，则出于歧黄，故历代医家凡学有所成者，莫不循故歧黄而浚源于《灵·素》，信此、其生评著述甚多。目前尚可见者，有：《读素问钞》、《难经本义》、《诊家枢要》、《十四经发挥》等，余多亡佚。其中以《发挥》为最著名，流传影响于古今中外。

一九八〇年五月九日。

目 录

目 序	(1)
十四经发挥凡例	(2)
十四经发挥卷上·手足阴阳流注篇	(2)
十四经发挥卷中·十四经脉气所发篇	(5)
手太阴、肺之经	(5)
手阳明、大肠之经	(7)
足阳明、胃之经	(10)
足太阴、脾之经	(14)
手少阴、心之经	(17)
手太阳、小肠经	(19)
足太阳、膀胱之经	(22)
足少阴、肾之经	(27)
手厥阴、心包之经	(30)
手少阳、三焦之经	(32)
足少阳、胆之经	(35)
足厥阴、肝之经	(40)
督 脉	(43)
任 脉	(46)
十四经发挥卷下·奇经八脉篇	(48)
督 脉	(48)
任 脉	(49)
阳跷脉	(49)
阴跷脉	(50)
冲 脉	(50)
阳维脉	(50)
阴维脉	(51)
带 脉	(51)
附：伏图尺寸之图	(52)
仰人尺寸之图	(53)
整理说明：	(54)

自序

人为血气之属，饮食起居，节宜微爽，不能无疾。疾之感人，或内或外，或小或大，为是动，为所生病，咸不出五脏六腑，手足阴阳。圣智者兴，思有以治之，于是而入者，于是而出之也。上古治病，汤、液、醪、醴为甚少，其有疾，率取夫空穴经隧之所统系。视夫邪之所中，为阴、为阳，而灸刺之，以驱去其所苦，观《内经》所载服饵之法才一二，为灸者四三，其他则明针刺，无虑十八九。针之功，其大矣。厥后方药之说肆行，针道遂寝不讲，灸法亦仅而获存。针道微而经络为之不明；经络不明，则不知邪之所在。求法之动中机会，必捷如响，亦难矣。若昔轩辕氏岐伯氏斤斤问答，明经络之始末，相孔穴之分寸，探幽摘邃，布在方册，亦欲使天下之为治者。视天下之疾，有以究其七情六淫之所自，及有以察夫某为某经之陷下也。某为某经之虚若实，可补泻也。某为某经之表里，可汗可下也。针之、灸之、药之、饵之，无施不可，俾免夫嘞蹙呻吟，抑以备矣。远古之书，渊乎深哉！于初学或未易也，乃以《灵枢·本输篇》、《素问·骨空》等论，裒而集之。得经十二，任督脉之行腹背者二，其隧穴之周于身者，六百五十有七，考其阴阳之所以往来，推其骨之所以驻会，图章训释，缀以韵语，厘为三卷；目之曰《~~内经~~内经发挥》。庶几乎发前人之万一，且以示初学者，于是而出入~~之~~也。呜乎！考图以穷其源，因文以求其义，尚不戾前人之心。后~~来~~君子，察其勤而正其不逮，是所望也。至正初元闰月六日，许昌滑寿自序。

十四经发挥凡例：

- 一、十二经所列次第，并以流注之序为之先后，附以任督二奇者，以其有专穴也。总之为十四经云。
- 一、注者，所以释经也。其训释之义，凡有三焉：训字一义也，释身体府藏名物一义也，解经一义也。其载穴法分寸，则圈以别之。
- 一、各经既于本经详注处所，其有他经交会处，但云见某经，不必复赘。
- 一、经脉流注，本经曰历、曰循、曰至、曰抵；其交会者曰会、曰过、曰行。其或经行之处既非本穴，又非交会，则不以上例统之。
- 一、奇经八脉，虽不若十二经之有常道，亦非若诸络脉之微妙也。任督二脉之直行者，即以列之十四经，其阴阳维、跷、冲、带六脉，则别具辑编，以参考。

十四经发挥卷上·手足阴阳流注篇：

●凡人两手足：各有三阴脉，三阳脉，以合为十二经也。

三阴：谓太阴、少阴、厥阴。三阳：谓阳明、少阳、太阳也。
人两手足：各有三阴脉、三阳脉，相合为十二经也。手三阴：谓太阴肺经，少阴心经，厥阴心包经；手三阳：谓阳明大肠经，太阳小肠经，少阳三焦经。足三阴：谓太阴脾经、少阴肾经、厥阴肝经；足三阳：谓阳明胃经、少阳胆经、太阳膀胱经。谓人之经者：以血气流行，经常不息者而言。谓之脉者：以血理分析行体者言也。

●手之三阴：从藏走（至）手；手之三阳：从手走（至）头；足之三阳，从头下走至足；足之三阴，从足上走入腹。

手三阴从脏走至手：谓手太阴起中焦，至出大指之端。手少阴起心中，至出小指之端。手厥阴起胸中，至出中指之端。手三阳从手走

至头：谓手阳明起大指次指之端，至上挟鼻孔。手太阳起自小指之端，至目内眦。手少阳起小指次指之端，至目锐眦。足三阳从头走至足：谓足阳明起于鼻，至入中趾内间。足太阳起目内眦，至小趾外侧端。足少阳起目锐眦，至入小趾次趾间。足三阴从足走入腹：谓足太阴起大趾之端，至属脾络胃。足少阴起足心，至属肾络膀胱。足厥阴起大趾聚毛，至属肝络胆。足三阴虽曰从足入腹，然太阴乃腹上膈挟咽、散舌下；少阴乃复从肾上，挟舌本；厥阴乃复上出额，与督脉会于巅，兼手太阴从肺系横出腋下；手少阴从心系上肺出腋下；手厥阴循胸出胁，上抵腋下。此又秦越人所谓诸阴脉，皆至颈胸而还者也。而厥阴则又上出于巅，盖厥阴阴之尽也，所以然者，示阴无可尽之理，亦犹易之硕果不食，示阴无可尽之义也。然易之阴阳以气言，人身之阴阳以藏象言，气则无形，而脏象有质，气阳而质阴也。然则无形者贵乎阳，有质者贵乎阴歟？

●络脉传注，周流不息。

络脉者：本经之旁支，而别出以联络于十二经者也。本经之脉，由络脉而交他经；他经之交，亦由是焉。传注周流，无有停息也。夫十二经之有络脉，犹江汉之有沱潜也。络脉之传注于他经，犹沱潜之旁导于他水也。是以手太阴之支者，从腕后出次指端，而交于手阳明。手阳明之支者，从缺盆上挟口鼻，而交于足阳明。足阳明之支者，别跗上，出大趾端，而交于足太阴。足太阴之支者，从胃别上膈，注心中而交于手少阴。手少阴则直自本经少冲穴，而交于手太阳，不假支授，盖君者出令者也。手太阳之支者，别颊上至目内眦，而交于足太阳。足太阳之支者，从睛内左右别下合腠中，下至小趾外侧端，而交于足少阴。足少阴之支者，从肺出，注胸中而交于手厥阴。手厥阴之支者，从掌中循小指次指出其端，而交于

手少阳。手少阳之支者，从耳后出，至目锐眦而交于足少阳。足少阳之支者，从跗上入大趾爪甲，出三毛而交于足厥阴。足厥阴之支者，从肝别贯膈，上注肺而交于手太阴也。

●故经脉者，行血气，通阴阳，以荣于身者也。

通结上文，以起下文之义。经脉之流行不息者，所以运行血气，流通阴阳，以荣养于人身者也。不言络脉者，举经以该之。

●其始从中焦，注手太阴阳明，阳明注足阳明太阴，太阴注手少阴太阳，太阳注足太阳少阴，少阴注手心主少阳，少阳注足少阳厥阴，厥阴复还注手太阴。

始于中焦，注手太阴，终于注足厥阴，是经脉之行一周身也。

●其气常以平旦为纪，以漏水下百刻，昼夜流行，与天同度，终而复始也。

气，营气。纪，统纪也。承上文言经脉之行，其始则起自中焦，其气则常以平旦为纪也。营气，常以平旦之寅时为纪，由中焦而始注手太阴，以次流行也。不言血者，气行则血行。可知漏水下百刻，昼夜流行。与天同度者：言一昼夜漏下百刻之内，人身之经脉流行，无有穷止，与天同一运行也。盖天以三百六十五度四分度之一为一周天，而终一昼夜；人之荣卫，则以五十度周于身。气行一万三千五百息；脉行八百一十丈，而终一昼夜，适当明日之寅时，而复会于手太阴。是与天同度，终而复始也。或云：昼夜漏刻有长短，其营气盈缩当何如？然漏刻虽有短长之殊，而五十度周身者，均在其中，不因漏刻而有盈缩也。

右本篇正文，与金兰循经同。

十四经发挥卷中·十四经脉气所发篇：

手太阴肺经穴歌：

手太阴肺十一穴。中府云门天府列。侠白尺泽孔最存。列缺经渠太渊涉。鱼际少商如韭叶。

手太阴、肺之经：

肺之为脏，六叶两耳，四垂如盖，附著于脊之第三椎中，有二十四空，行列分布诸脏清浊之气，为五脏华盖云。

●手太阴之脉：起于中焦，下络大肠，还循胃口，上膈属肺。

起，发也。络，绕也。

还，复也。循，巡也，又依也、治也。属，会也。中焦者，在胃中脘，当脐上四寸之分。大肠，注见本经。胃口，胃上下口也；胃上口，在脐上五寸上腕穴，下口在脐上二寸下腕穴之分也。膈者，膈也；凡人心下有膈膜与脊肋周回相著，所以遮膈浊气，不使上熏于心肺也。手太阴起于中焦，受足厥阴之交也。由是循任脉之外，足少阴经脉之里，以次下



手太阴肺经之图

行，当脐上一寸水分穴之分，绕络大肠；手太阴阳明相为表里也。乃复行本经之外，循胃上口，迺迤上膈而属会于肺，荣气有所归于

本脏也。

●从肺系横出腋下，下循膈内，行少阴、心主之前，下肘中。

肺系，谓喉咙也；喉以候气，下接于肺。肩下肋上际曰腋。膊下对腋处为膈，肩肘之间也。膈尽处为肘，臂节也。自肺脏循肺系出而横行，循胸部第四行之中府、云门，以出腋下，下循膈内，历天府、侠白，行手少阴、手心主之前，下入肘中，抵尺泽穴也。盖手少阴循膈臂，出小指之端；手心主循膈臂出中指之端；手太阴则行乎二经之前也。

中府：在云门下一寸，乳上三肋间，动脉应手陷中。

云门：在巨骨下，侠气户傍二寸陷中，动脉应手，举臂取之。

天府：在腋下三寸膈内廉动脉中。

侠白：在天府下去肘五寸动脉中。

尺泽：在肘中约纹上动脉中。

●循臂内上骨下廉，入寸口上鱼，循鱼际，出大指之端。

肘以下为臂。廉，隅也、边也。手掌后高骨旁、动脉为关，关前动脉为寸口。曰鱼、曰鱼际云者：谓掌骨之前，大指本节之后，其肥肉隆起处，统谓之鱼；鱼际，则其间之穴名也。既下肘中，乃循臂内，上骨之下廉，历孔最、列缺，入寸口之经渠、太渊以上鱼，循鱼际出大指之端，至少商穴而终也。端，杪也。

孔最：去腕上七寸。

列缺：去腕侧上一寸五分，以手交叉头指末，筋骨罅中络穴也。

经渠：在寸口陷中。

太渊：在掌后陷中。

鱼际：在大指本节内侧面散脉中。

少商：在大指端内侧，去爪甲如韭叶，白肉内宛宛中。

●其支者，从腕后直出次指内廉出其端。

臂骨尽处为腕。脉之大隧为经，交经者为络。本经终于出大指之端矣，此则从腕后列缺穴，达次指内廉出其端，而交于手阳明也。

●是动：则病肺胀满，膨膨而喘咳，缺盆中痛，甚则交两手而瞀，此谓臂厥。是主肺所生病者：咳嗽上气，喘渴，烦心，胸满，臑臂内前廉痛，掌中热。气盛有余，则肩背痛，风寒，汗出中风，小便数而欠。虚则肩背痛，寒，少气不足以息，溺色变，卒遗矢无度。盛者：寸口大三倍于人迎。虚者：寸口反小于人迎也。

手阳明大肠经穴歌

手阳明穴起商阳。二间三间合谷藏。阳溪偏历历温溜。下廉上廉三里长。曲池肘髃迎五里。臂臑肩髃巨骨当。天鼎扶突禾髃接。终以迎香二十穴。

手阳明、大肠之经：

大肠长二丈一尺，广四寸，当脐右回十六曲。

●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。

大指次指：大指之次指，谓食指也。手阳明，大肠经也。凡经脉之道，阴脉行手足之里，阳脉行手足之表。此经起于大指次指之端商阳穴，受手太阴之交，行于阳之分也。由是循指上廉，历二间、三间，以出合谷两骨之间，复上入阳溪两筋之中。

商阳：在手大指次指内侧，去爪甲角如韭叶。

二间：在手大指次指本节前，内侧陷中。

三间：在手大指次指本节后，内侧陷中。

合谷：在手大指次指歧骨间陷中。

阳溪：在腕中上侧两筋间中。

●循臂上廉，入肘外廉，循臑前外廉，上肩。

自阳溪而上，循臂上廉之偏历、温溜、下廉、上廉、三里，入肘外廉之曲池，循臑外前廉，历肘髎、五里、臂臑，络臑会，上肩，至肩髃穴也。

偏历：在腕中后三寸。

温溜：在腕后，小士五寸，大士六寸。

下廉：在辅骨下，去上廉一寸。

上廉：在三里下一寸。

三里：在曲池下二寸，按之肉起。

曲池：在肘外辅骨屈肘曲骨之中，以手拱胸取之。

肘髎：在肘大骨外廉陷中。

五里：在肘上二寸，行向里，大脉中央。

臂臑：在肘上七寸。

臑会：见手少阳经，手阳明之络也。

肩髃：在肩端，两骨间陷者宛宛中，举臂有空。

●出髃骨之前廉，上出柱骨之会上。



手陽明大腸經之圖

肩端两骨间，为髃骨。肩胛上际会处，为天柱骨。出髃骨前廉，循巨骨穴，上出柱骨之会上，会于大椎。

巨骨：在肩端上，行两叉骨间陷中。

大椎：见督脉，手足三阳、督脉之会。

●下入缺盆，络肺，下膈，属大肠。

自大椎而下入缺盆，循足阳明经脉外，络绕肺脏，复下膈，当天枢之分，会属于大肠。

缺盆、天枢：见足阳明经。

●其支别者，从缺盆上颈贯颊，入下齿缝中。

头茎为颈。耳以下曲处为颊。口前小者为齿。其支别者，自缺盆上行于颈，循天鼎、扶突上贯于颊，入下齿缝中。

天鼎：在颈，缺盆直扶突后一寸。

扶突：在气舍后一寸五分，仰而取之。又云：人迎后一寸五分。

●还出挟口，交人中，左之右，右之左，上挟鼻孔。

口唇上、鼻柱下，为人中。既入齿缝，复出挟两口吻，相交于人中之中，左脉之右，右脉之左，上挟鼻孔，循禾髎、迎香，而终以交于足阳明也。

人中：见督脉，为手阳明、督脉之会。

禾髎：在鼻孔下，挟水沟旁五分。

迎香：在禾髎上一寸，鼻孔旁五分。

●是动：则病齿痛、颈肿。是主津液所生病者：目黄、口干、𩚑衄、喉痹、肩前膈痛，大指次指痛、不用。气有余则当脉所过者热肿。虚则寒栗不复。盛者：人迎大三倍于寸口。虚者：人迎反小于寸口也。

足阳明胃经穴歌：

四十五穴足阳明。承泣四白巨髎经。地仓大迎颊车峙。下关头维对人迎。水突气舍连缺盆。气户匡房屋翳屯。膺窗乳中延乳根。不容承满起梁门。关门太乙滑肉门。天枢外陵大巨存。水道归来气冲次。髀关伏兔走阴市。梁丘犊鼻足三里。上巨虚连条口位。下巨虚乃继丰隆。解溪冲阳陷谷中。内庭历兑经穴终。

足阳明、胃之经：

胃大一尺五寸，纤屈曲伸，长二尺六寸。

●足阳明之脉：起於鼻，交颧中，旁约太阳之脉，下循鼻外，入上齿中，还出挟口环唇，下交承浆。

颧：鼻茎也，鼻山根为颧。足阳明起于鼻两旁迎香穴。由是而上，左右相交于颧中，过精明之分，下循鼻外，历承泣、四白、巨髎，入上齿中，复出循地仓，挟两口吻环绕唇下，左右相交于承浆之分也。

迎香：手阳明经穴。

精明：足太阳经穴。手足太阳、少阳、足阳明五脉之会。

承泣：在目下七分，直瞳子。

四白：在目下一寸，直瞳子。

巨髎：在鼻孔旁八分，直瞳子。

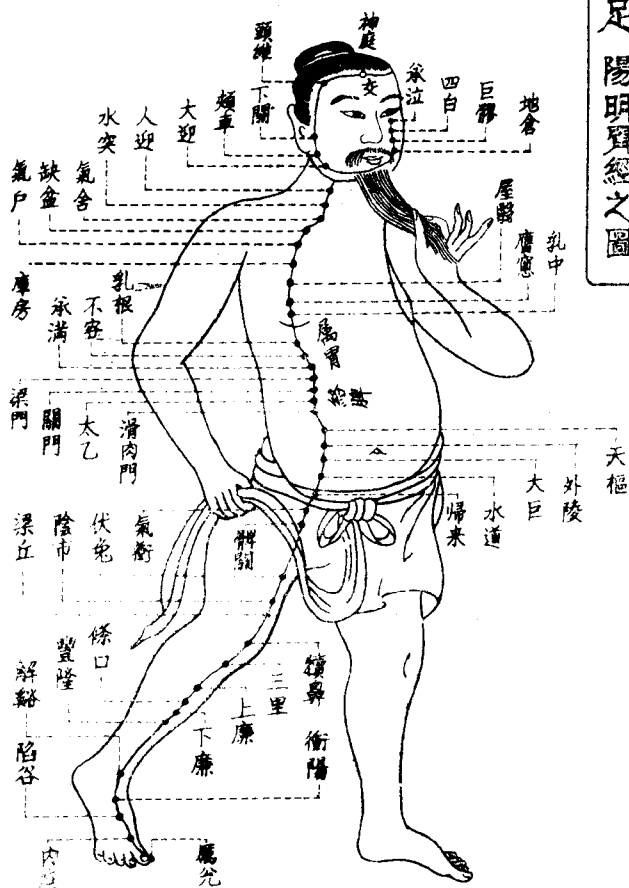
地仓：挟口吻旁四分。

承浆：见任脉，足阳明、任脉之会。

●却循颐后下廉，出大迎，循颊前，上耳前，过客主人，循发际，至额颅。

腮下为颐。颐中为颧。凶前为发际。发际前为额颅。自承浆却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，历下关，过客主人，循发

际，行悬厘、颌厌之分，经头维，会于额颅之神庭。



足阳明胃经之图

大迎：在曲颌前一寸三分，骨陷中动脉。

颊车：在耳下曲颊端陷中。

下关：在客主人下，耳前动脉下廉，合口有空，开口则闭。

客主人：接悬厌三穴，并足少阳经，皆手足少阳、阳明之交会。

头维：在额角发际，本神旁一寸五分，神庭旁四寸五分。

神庭：见督脉，足太阳、阳明、督脉之会。

●其支别者：从大迎前下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃络脾。

胸两旁高处为膺。膺上横骨为巨骨。巨骨上陷中为缺盆。

其支别者，从大迎前下人迎，循喉咙，历水突、气舍入缺盆，行足少阴俞府之外下膈，当上腕、中腕之分，属胃络脾。

人迎：在颈大脉动应手，挟结喉旁一寸五分。

水突：在颈大筋前，直人迎下，气舍上。

气舍：在颈直人迎下，挟天突陷中。

缺盆：在肩下横骨陷中。

俞府：见足少阴经。

上腕：见任脉，足阳明、手太阳、任脉之会。

中腕：见任脉，手太阳、足阳明所生，任脉之会。

●其直行者：从缺盆下乳内廉，下挟脐，入气冲中。

直行者，从缺盆而下，下乳内廉，循气户、库房、屋翳、膺窗、乳中、乳根、不容、承满、梁门、关门、太乙、滑肉门，下挟脐，历天枢、外陵、大巨、水道、归来诸穴，而入气冲中也。

气户：在巨骨下，俞府旁二寸陷中。

库房：在气户下一寸六分陷中，仰而取之。

屋翳：在库房下一寸六分陷中，仰而取之。

膺窗：在屋翳下一寸六分陷中。

乳中：当乳是。

乳根：在乳下一寸六分陷中，仰而取之。

不容：在幽门旁，相去各一寸五分。

承满：在不容下一寸。

梁门：在承满下一寸。

关门：在梁门下一寸。

太乙：在关门下一寸。

滑肉门：在太乙下一寸，下挟脐。

天枢：在挟脐二寸。

外陵：在天枢下一寸。

大巨：在外陵下一寸。

水道：在大巨下三寸。

归来：在水道下二寸。

气冲：一名气街，在归来下，鼠蹊上一寸，动脉应手宛宛中。