

申3  
11

十二經脈圖

附經穴歌  
及內景賦



十二經脈圖

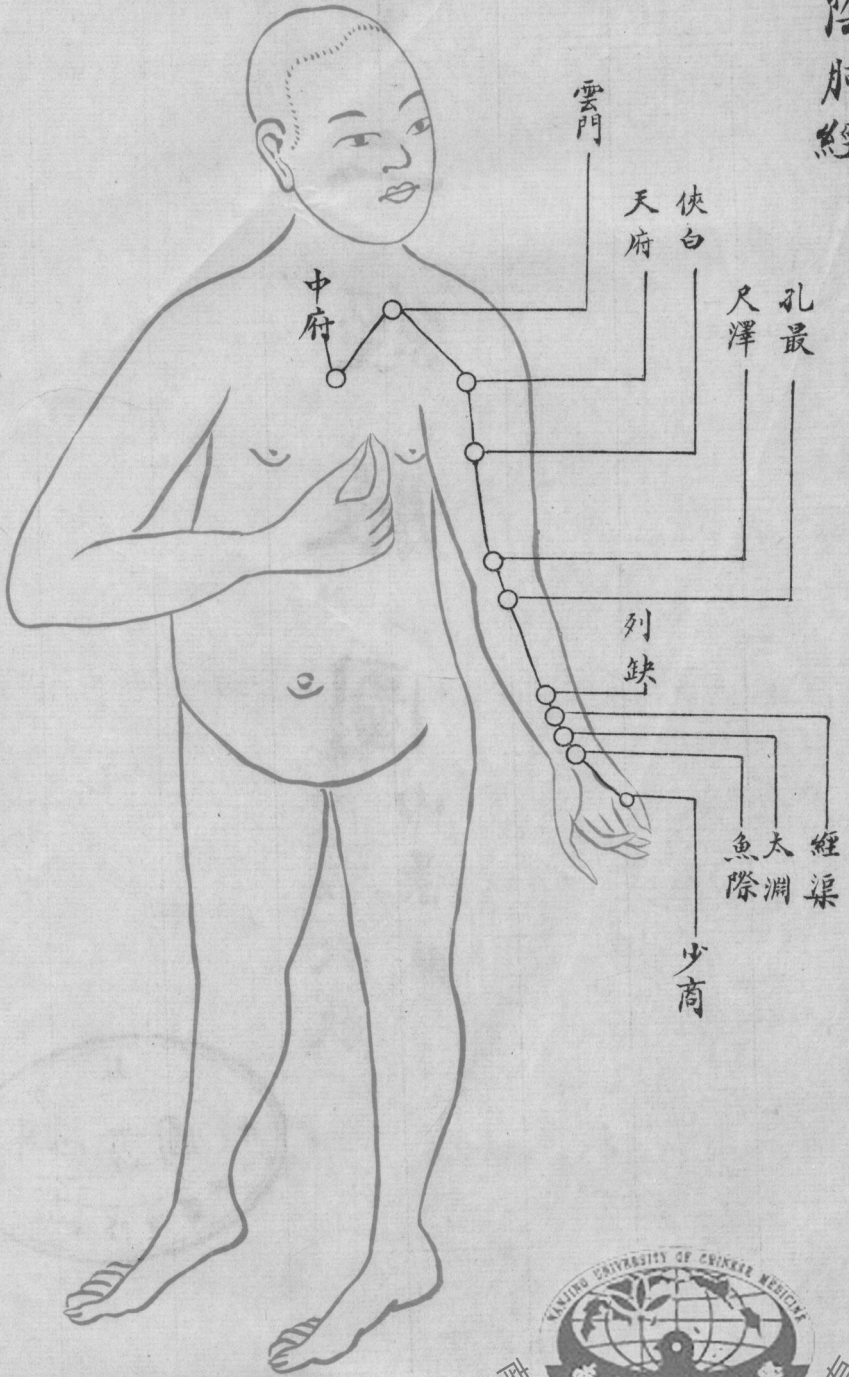
附經穴歌  
內景賦



歌

手太陰十一  
 穴。中府雲門  
 天府列。俠白  
 下尺澤。孔最  
 見列缺。經渠  
 太淵下魚際。  
 抵指少商如  
 萑葉。

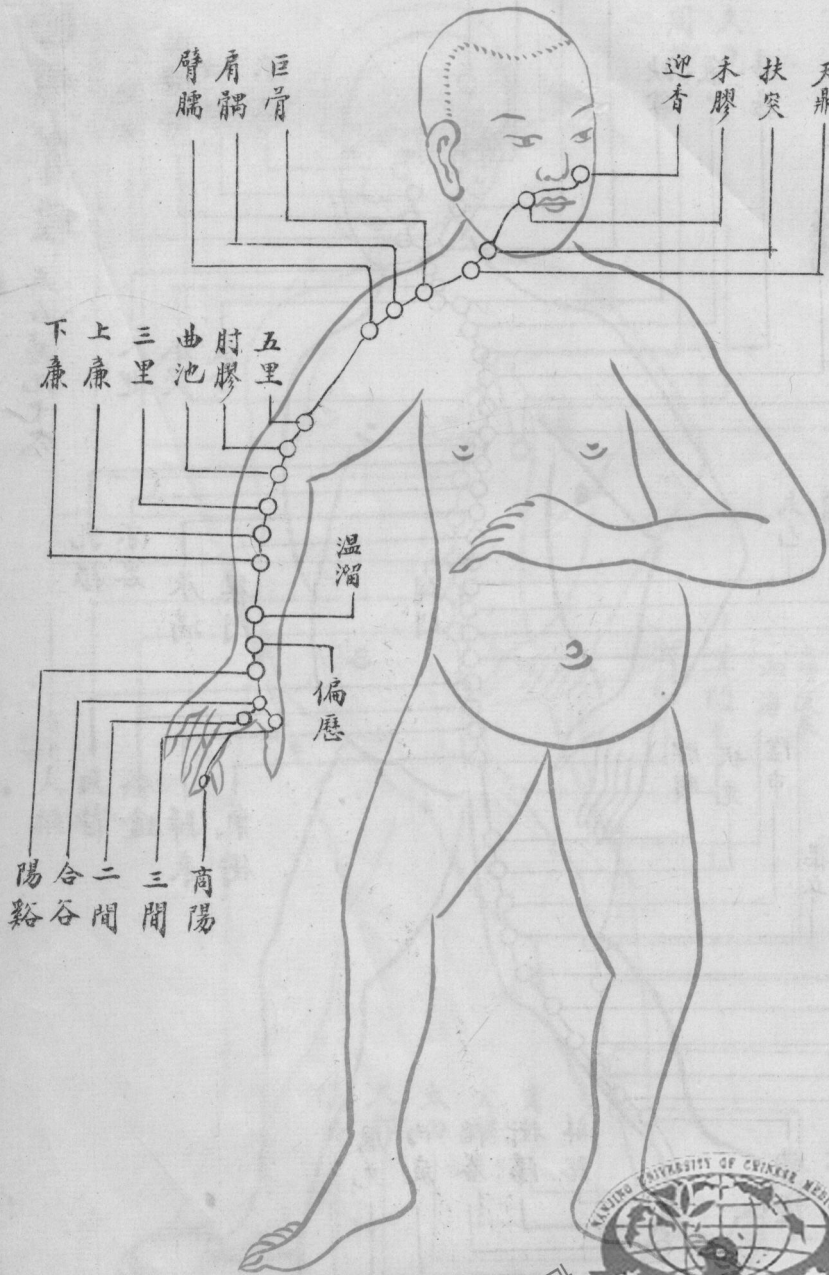
(1) 手太陰肺經  
 左右共二十二穴



(2) 手陽明大腸經 左右共四十六穴

歌

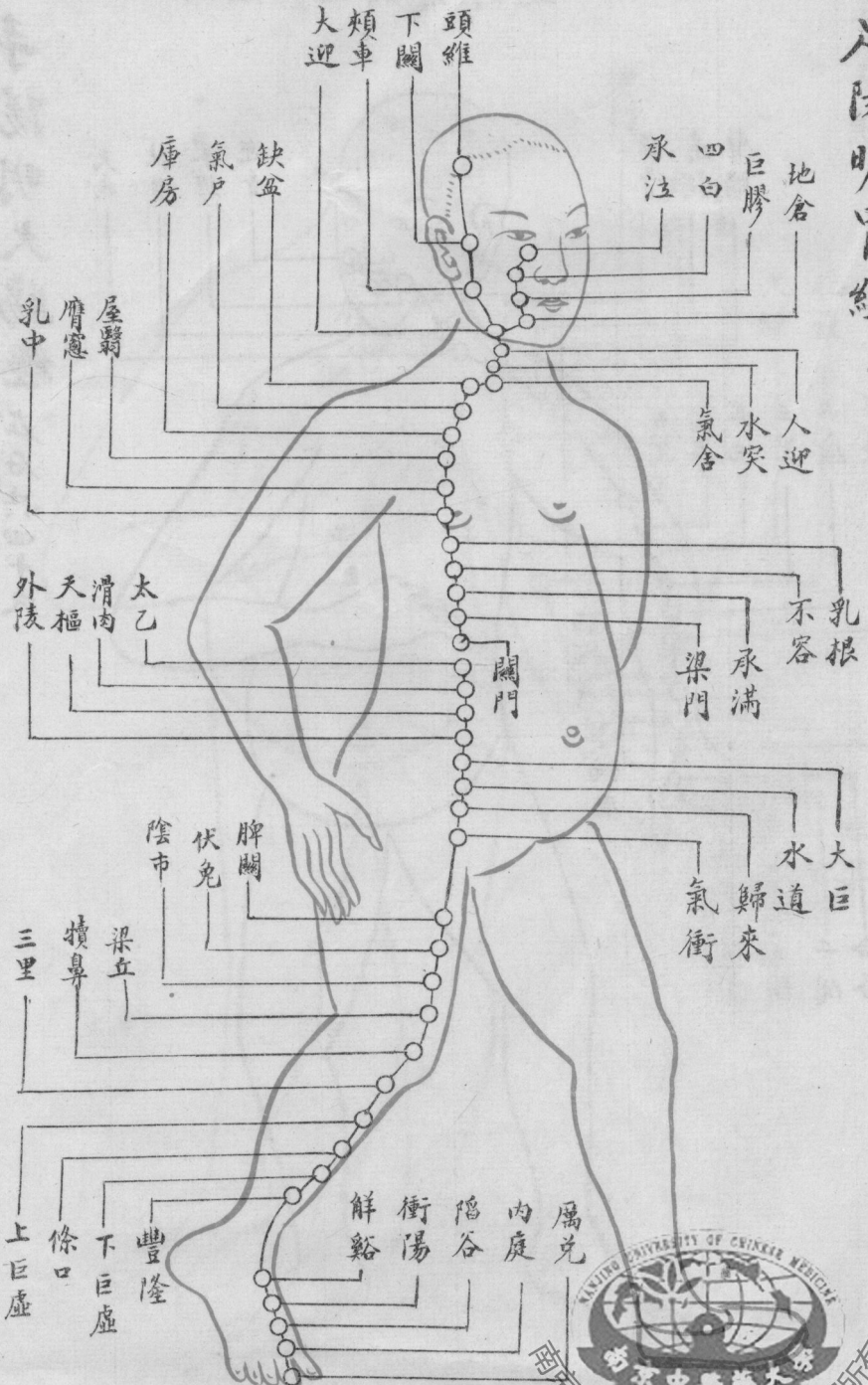
手陽明。廿穴名。循商  
陽二間三間而行。歷  
合谷陽谿之俞。過偏  
歷溫溜之濱。下廉上  
廉。三里而近。曲池肘  
髻。五里之程。臂臑肩  
髃上於巨骨。天鼎紆  
手扶突。禾膠唇連。迎  
香鼻翅。



# 歌

足陽明，四十五。自承注，四  
白而數。巨膠有地倉之積。  
大迎來頰車之夥。下關頭  
維以人迎。水突氣舍與缺  
盆。氣戶兮庫房屋翳。膺窗  
兮乳中乳根。不容承滿。梁  
門關門。太乙滑肉。天樞外  
陵。大巨從水道歸來。氣衝  
入脾關之境。伏兔至陰市  
梁丘。犢鼻自三里而行。上  
巨虛兮條口。下巨虛兮豐  
隆。解谿銜陽入陷谷。下內  
庭厲兌而終。

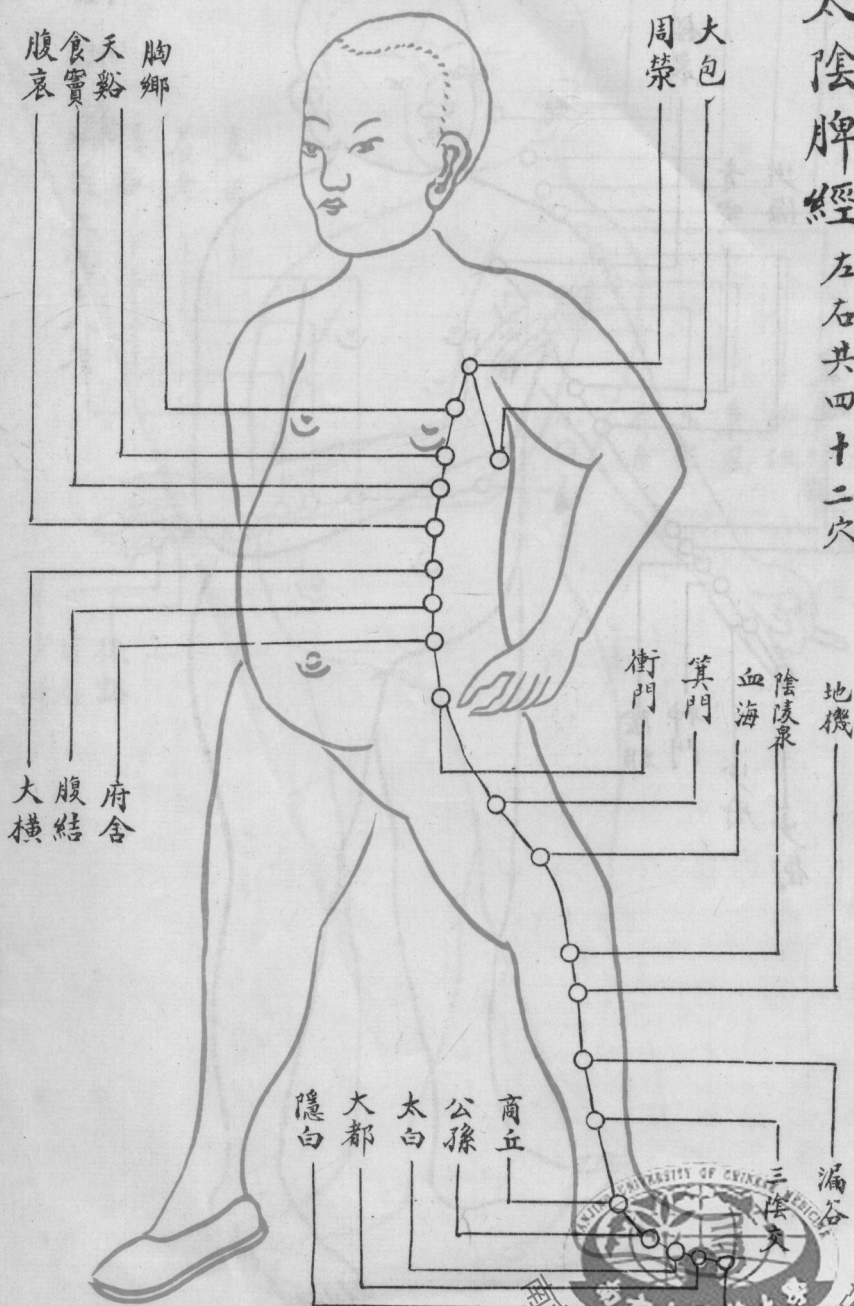
## (3) 足陽明胃經 左右共九十六



歌

足太陰脾中洲。二十  
 一穴隱白游。赴大都  
 兮瞻太白。訪公孫兮  
 至商丘。越三陰之交。  
 而漏谷地機可即。步  
 陰陵之泉。而血海箕  
 門是求。入衝門兮府  
 舍軒豁。解腹結兮大  
 橫優游。腹哀食竇兮。  
 接天谿而同派。胸鄉  
 周榮兮。綴大包而如  
 鉤。

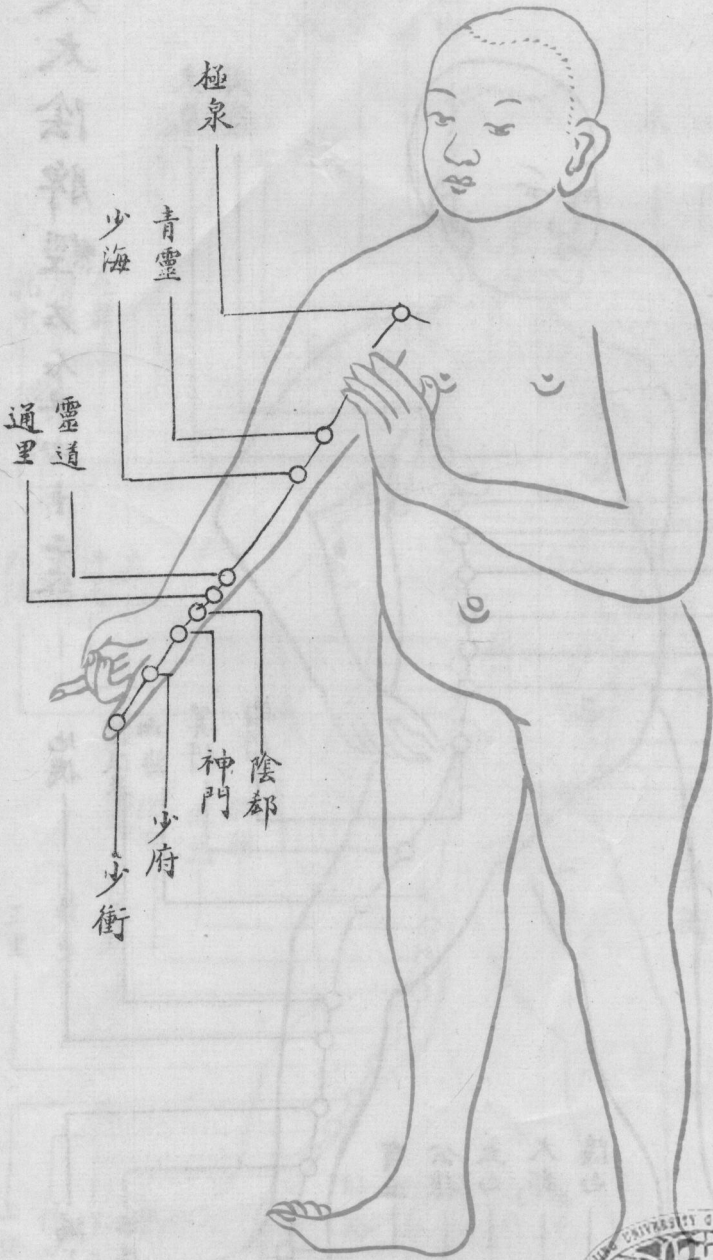
(4) 足太陰脾經 左右共四十二穴



歌

手少陰。九穴成。  
 極泉青靈少海  
 深。自靈道通里  
 而遠。過陰郛神  
 門而迎。抵於少  
 府。少衝可尋。

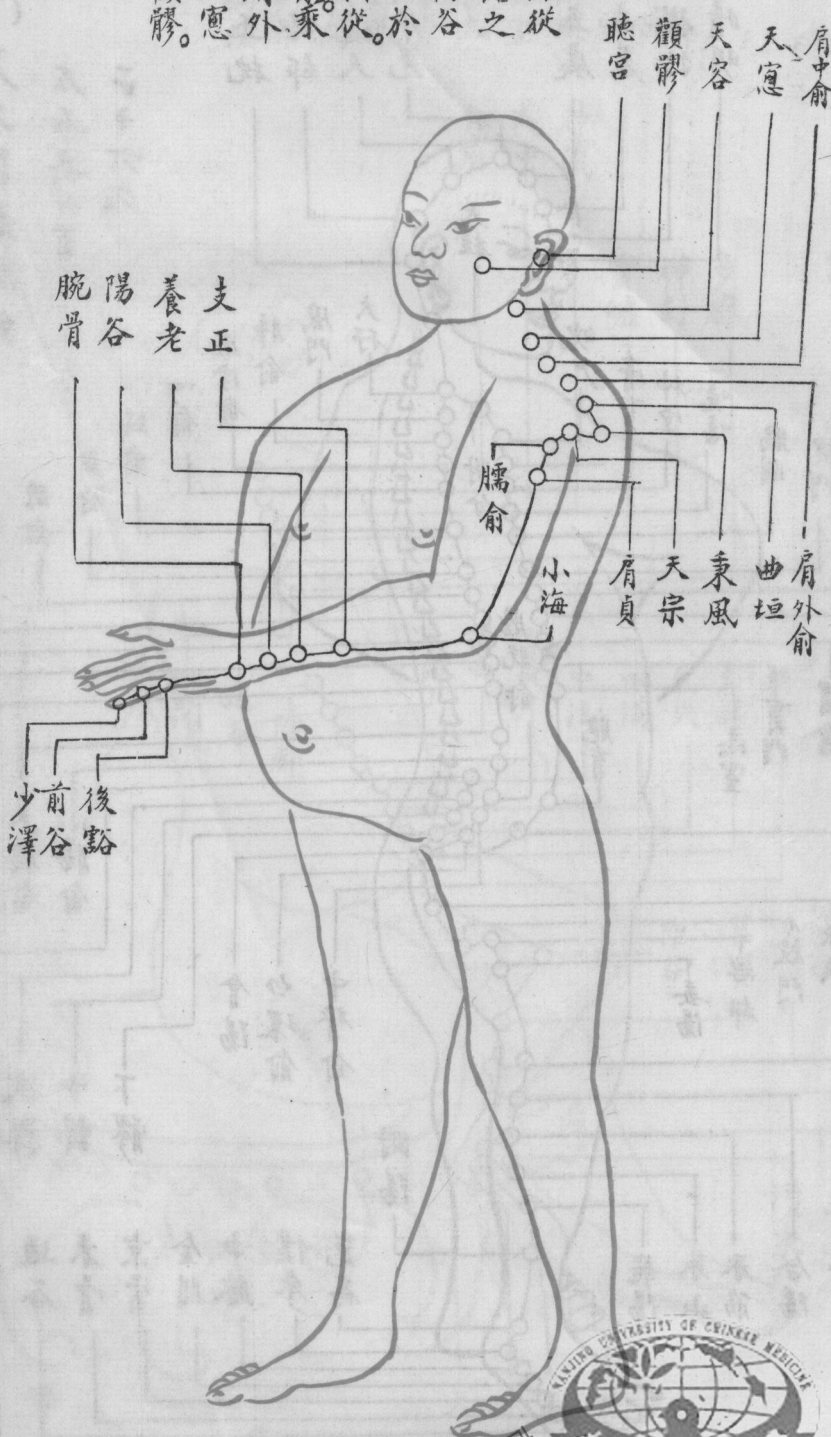
(5) 手少陰心經 左右共十八穴



(16) 手太陽小腸經 左右共三十八穴

歌

小腸穴十九中。路從少澤。步前谷。後豁之隆。道遵腕骨。觀陽谷。養老之崇。得支正於小海。逐肩正以相從。值臑俞兮過天宗。乘秉風兮曲垣中。肩外俞兮肩中俞。啟天憲兮見天容。匪由顛膠。曷造聽宮。



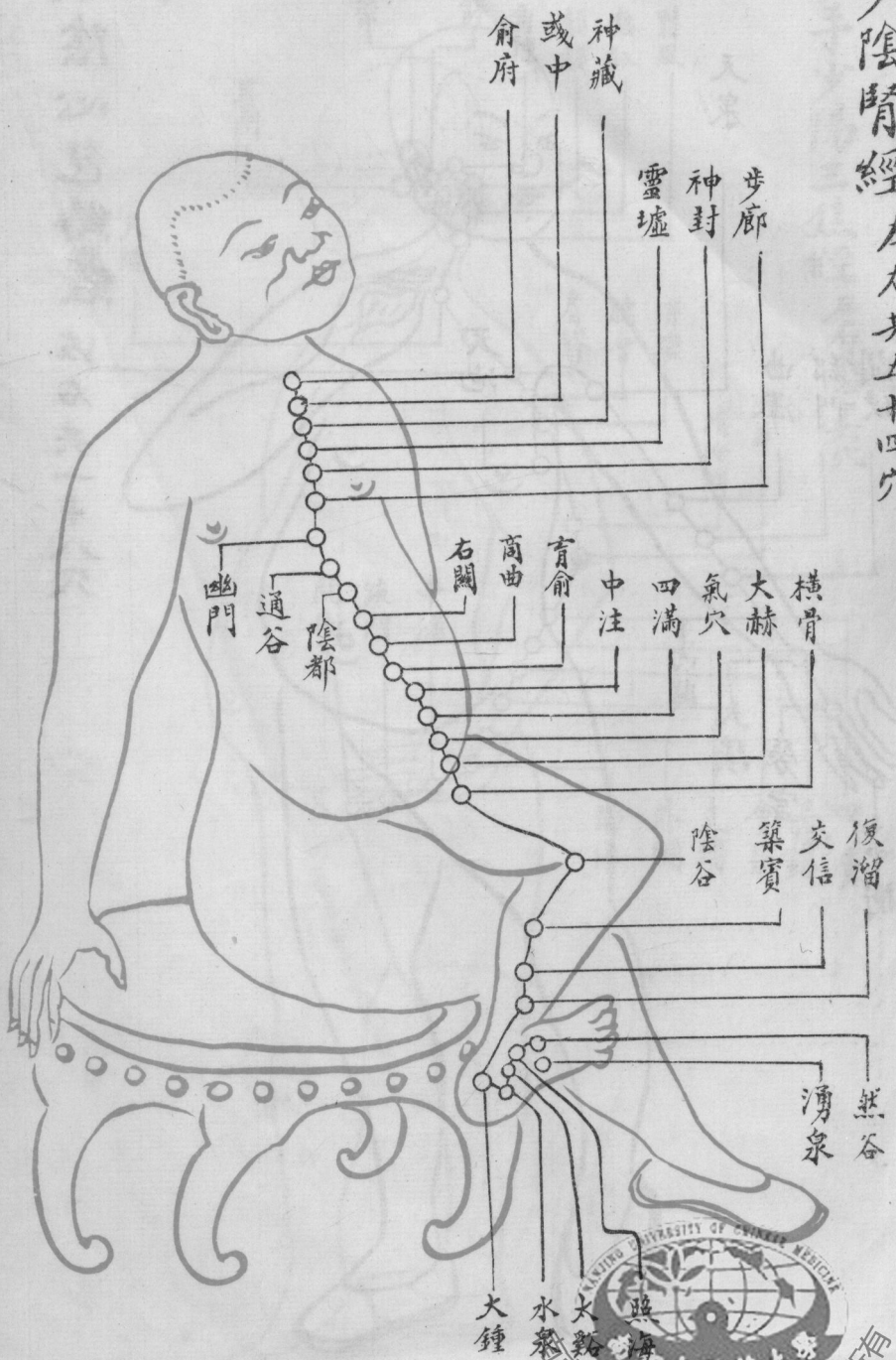




歌

足少陰分廿七。湧泉  
 流於然谷。大谿。太鍾  
 兮水泉。綠。照海。復溜  
 兮交信。續。從。築賓。兮  
 上陰谷。掩。橫骨。兮大  
 赫。氣。穴。四。滿。兮中  
 注。盲。俞。上。通。乎。商。曲。  
 守。右。關。兮。陰。都。寧。開  
 通。谷。兮。幽。門。肅。步。廊  
 神。封。而。靈。墟。存。藏。或  
 中。而。膺。府。足。

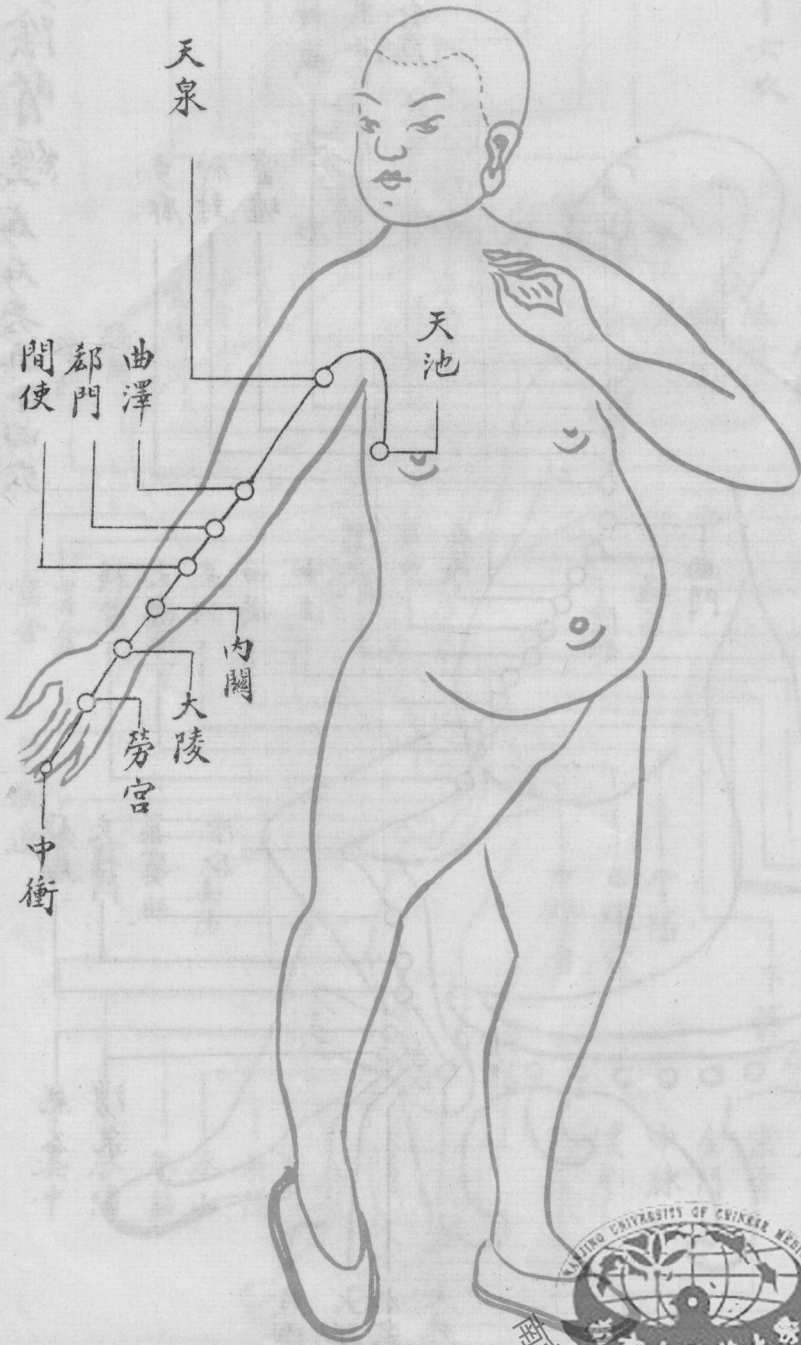
(8) 足少陰腎經 左右共五十四穴



歌

手厥陰心包之  
絡計有九穴之  
奇自天池天泉  
而始逐曲澤郄門  
而馳門使通乎內  
關大陵近於營宮  
既由掌握自是  
抵於中衝

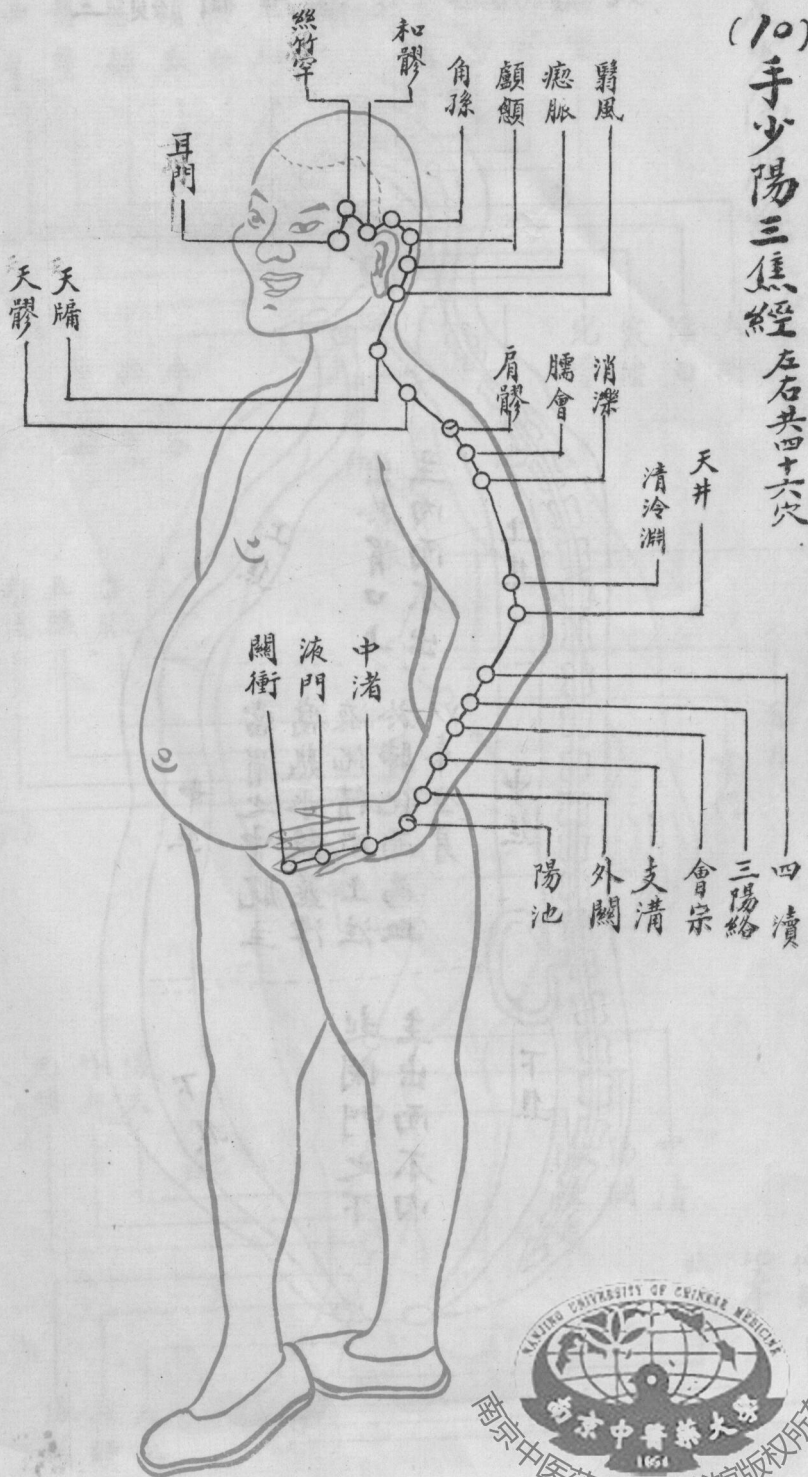
(9) 手厥陰心包絡經 左右共一十八穴



歌

手少陽三焦之脈。二十三穴之中。關衝連開。液門。中渚。陽池。外關。支溝。會宗。三陽絡。四瀆。天井。清冷淵。消灑。臑會。肩髃。相聯。天髃。處天。臑之下。翳風。讓。瘰脈。居先。顛顛定而。角孫。近耳。絲竹空。而和髃。倒懸。耳門。既闢。夏竈。聞焉。

(10) 手少陽三焦經 左右共四十六穴



# 歌

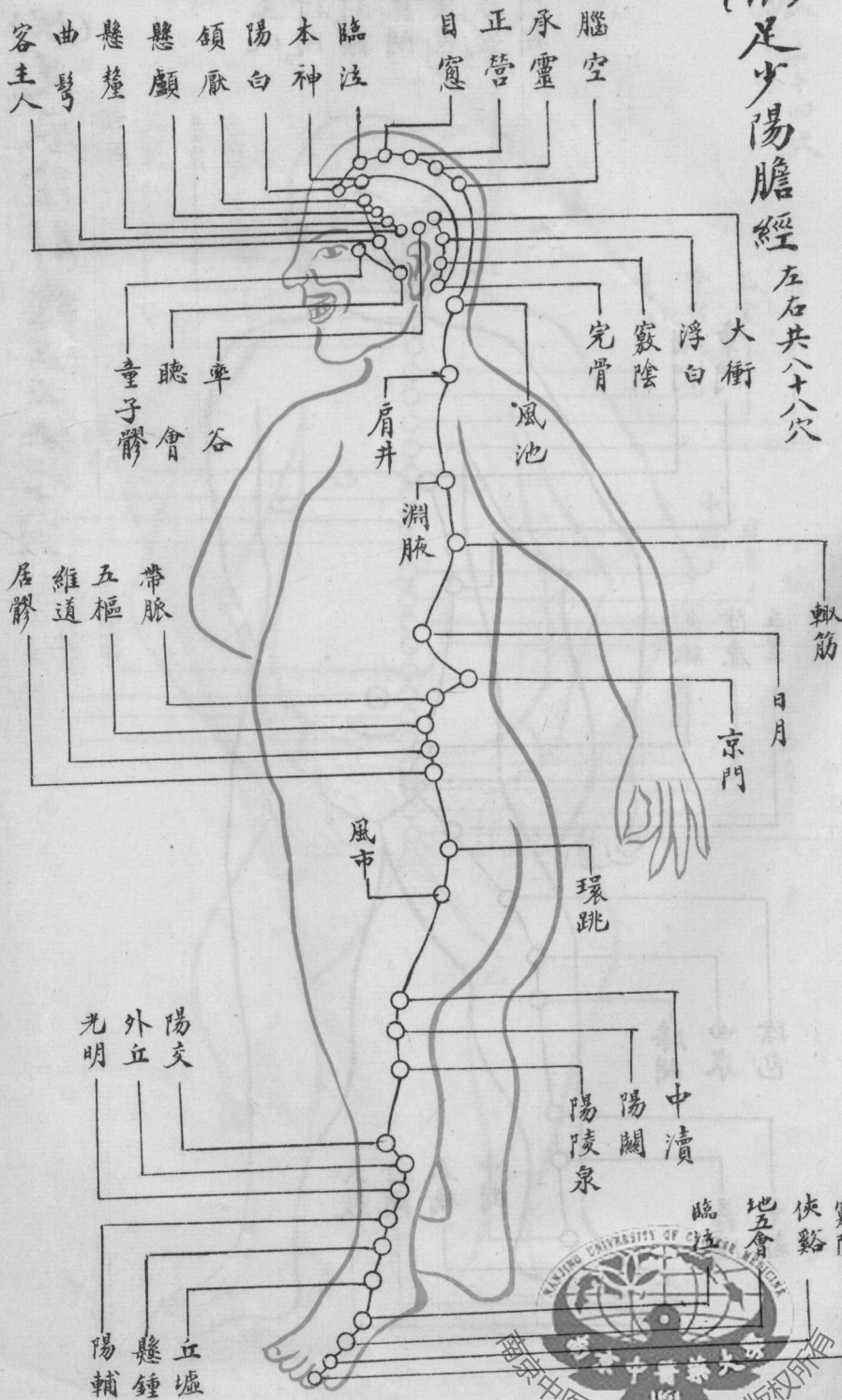
三焦者。人之三元之氣也。總領五藏六府營衛經絡內外左右上下之氣。三焦通則內外左右上下皆通。其於周身灌體。和內調外。榮左養右。導上宣下。莫大於此。



# 歌

足少陽分四十四。瞳子  
 膠近聽會間。客主人在  
 頷厭集。懸顛懸壺曲髻  
 前。由率谷天衝而下。見  
 浮白竅陰之妍。完骨露  
 兮。本神陽白。臨注見兮  
 目窻與連。正營承靈居  
 其後。腦空穴際靈而安。  
 風池肩井兮。淵液。輒筋  
 日月兮。京門關。帶脈五  
 樞由維道。居膠而續環  
 跳。風市抵中瀆。飲陽關  
 之陽陵泉。至陽交之外  
 丘間。光明陽輔。懸鍾可  
 瞻。丘墟臨注地五會。伏  
 豁竅陰而聽經全

## (11) 足少陽膽經 左右共八十八穴

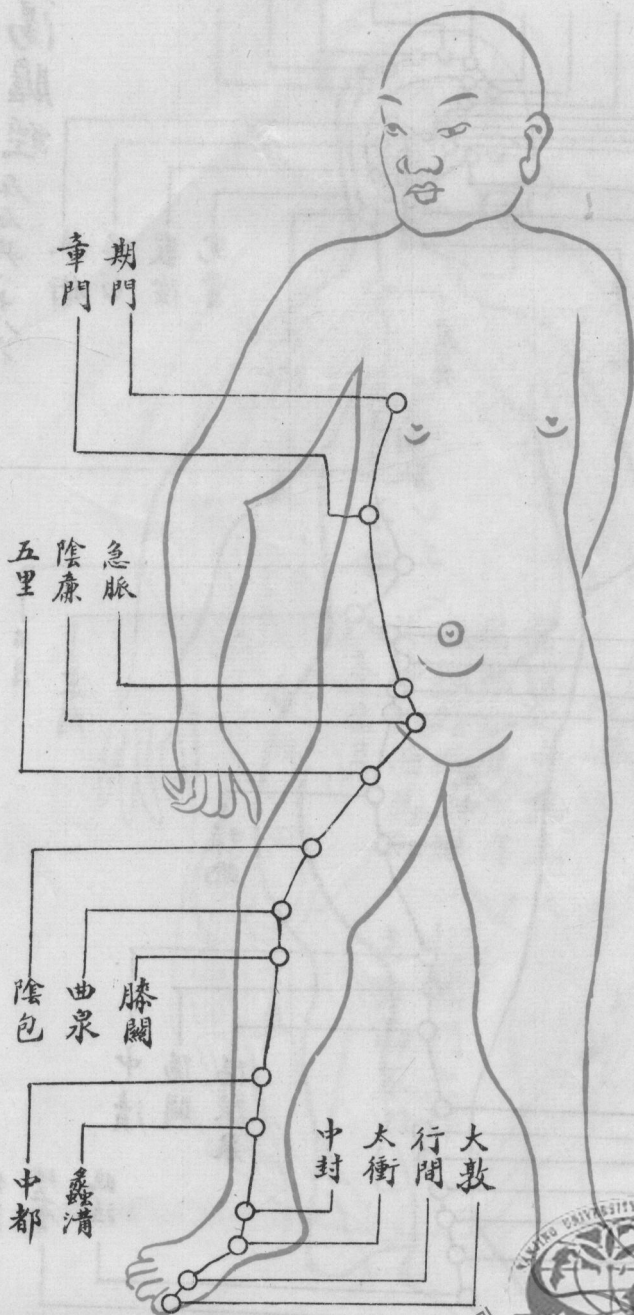


南京中医药大学图书馆版权所有

(12) 足厥陰肝經左右共二十八穴

歌

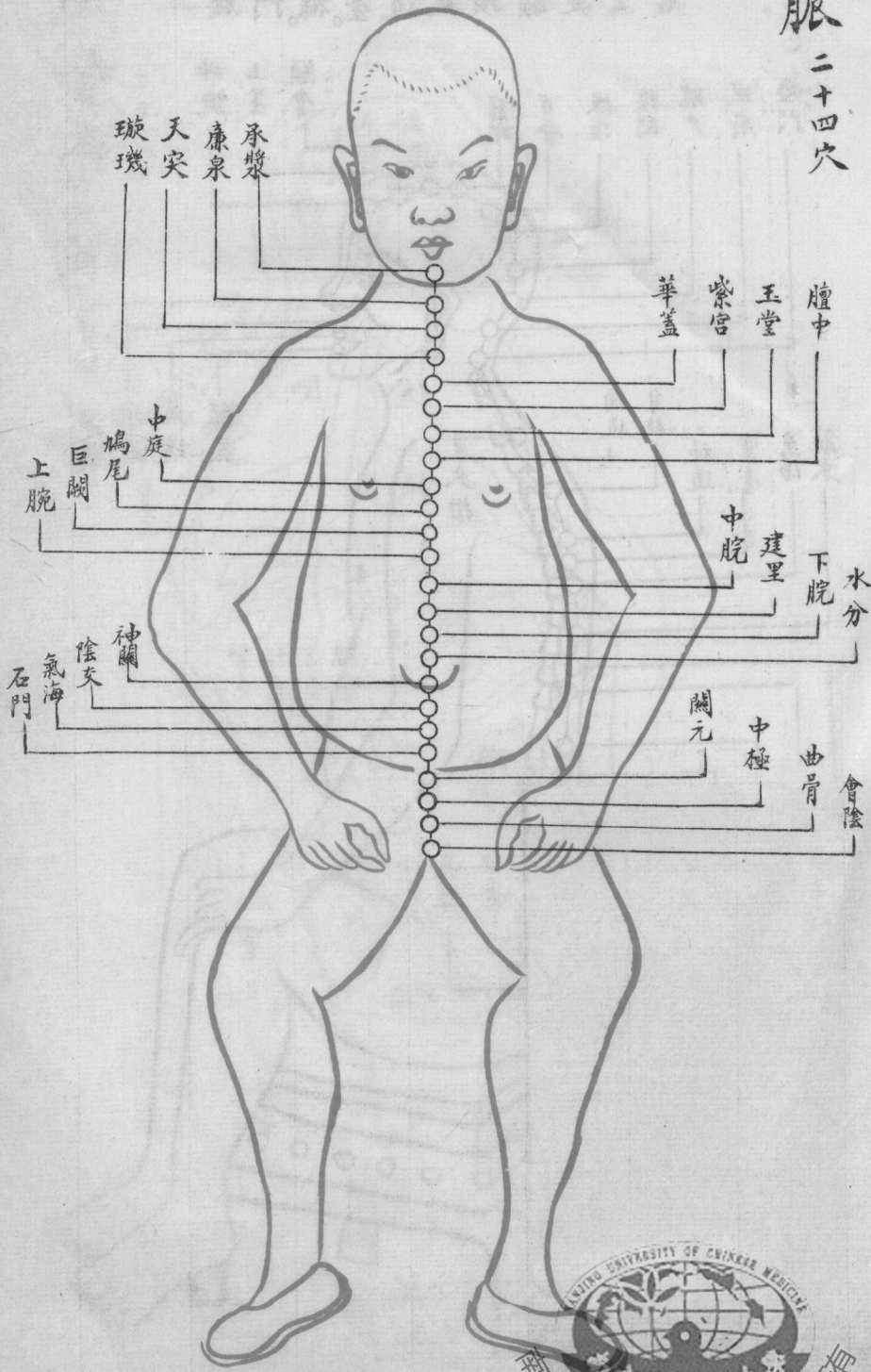
足厥陰一十三穴  
 終起大敦與行間  
 循太衝與中封。蠡  
 滿中都之會。膝關  
 曲泉之宮。襲陰包  
 於五里。陰廉乃發。  
 尋急脈於章門。期  
 門可攻。



歌

任脈二十四穴。行腹  
 與胸。會陰始兮曲骨  
 從。中極關元。石門可  
 通。氣海陰交。神闕水  
 分。下腕建里兮中腕  
 上腕。巨闕鳩尾兮中  
 庭。膻中。玉堂上紫宮  
 華蓋。璇璣上天突之  
 尊。飲彼康泉。承漿味  
 盈。

(13) 任脈 二十四穴





歌

督脈在背之中行。二十八穴始長強。舞腰俞兮歌陽闕。入命門兮懸樞間。脊中中樞。乃造筋束。至陽靈臺。而上神道身柱。陶道以大推而駐。瘕門風府兮腦戶強間。後頂百會兮前項在前。顛會近上星之照。神庭見素髻之妙。水清至兌端而無差。斷交居唇內而病療。

(14) 督脈二十八穴

