

针灸歌赋选

主编 宫艳华 董在权 曲长江



出版社

图书在版编目(CIP)数据

针灸歌赋选/宫艳华等主编. - 沈阳:
东北大学出版社, 1997.4
ISBN 7-81054-196-X

I. 针…
II. 宫…
III. 针灸-中医
IV. R245

©东北大学出版社出版

(沈阳·南湖 110006)

沈阳电力专科学校彩色印刷厂印刷 东北大学出版社发行

1997年4月 第1版

1997年4月 第1次印刷

开本: 787×1092 1/32

印张: 8

字数: 180千字

印数: 1~2000册

定价: 8.00元

前 言

中国历代针灸歌赋内容十分丰富,它是中国古代以及近现代针灸医家的智慧结晶,与药性赋、汤头歌诀和脉诀等歌赋一样,是我国中医药学遗产中的重要组成部分。歌赋因其言简意赅,朗朗上口,便于学习和记忆,在针灸学学习中起着不可替代的作用。当前,学习针灸学的热潮正在国内外兴起,此类书籍一定会给广大针灸学者学习和掌握针灸学的理论与实践知识和技能带来很大帮助。

由于针灸歌赋大都散见于中国古代医家的著述之中,加之有些歌赋编撰年代久远,歌赋尚有一些语义难明或艰涩难解的词句,有鉴于此,我们编写了这本《针灸歌赋选》。

本书精选我国历代针灸歌赋近百首,按经络、腧穴、刺灸法、流注八法、治疗等分成五大部分。每部分序分若干首歌赋,每首歌赋设提要、原文、注释按语等。提要部分以简短语言概括该歌赋的内容大意,注释部分则对歌赋中难读难明的字词和语句进行注音、释义。有些歌赋在注释后酌加少量按语,供读者参考。

限于编者水平,本书在歌赋选辑、注释、按语中可能还有不当或错误之处,诚望广大读者提出批评。

编 者

一九九六年十二月

于沈阳

目 录

一、经络歌赋	(1)
手足十二经所属歌	(1)
十二经相传次序歌	(3)
十二经气血多少歌	(4)
十二经本一脉歌	(5)
十二经脉歌	(7)
奇经八脉歌	(23)
二、腧穴歌赋	(31)
十四经穴歌	(31)
十二经穴起止歌	(44)
骨度分寸歌	(44)
十四经穴分寸歌	(46)
井荥输原经合歌	(58)
十二经原穴歌	(60)
十五络穴歌	(62)
十二经背俞穴歌	(63)
十二经募穴歌	(64)
十六郄穴歌	(65)
八会穴歌	(66)
下合穴歌	(67)
百穴法歌	(68)

穴性赋	(72)
周身经穴赋	(77)
三、刺灸法歌赋	(82)
行针总要歌	(82)
针法歌	(85)
禁针穴歌	(87)
禁灸穴歌	(88)
刺法启玄歌	(90)
补泻雪心歌	(91)
十二经子母穴补泻歌	(93)
十二字分次第手法及歌	(94)
金针赋	(97)
四、流注八法歌赋	(109)
十二经纳天干歌	(109)
十二经纳地支歌	(110)
徐氏子午流注逐日按时定穴歌	(111)
八法交会歌	(115)
八脉交会八穴歌	(116)
八脉配八卦歌	(117)
八法歌	(118)
八法逐日干支歌	(119)
八法临时干支歌	(120)
八法五虎建元日时歌	(122)
飞腾八法歌	(123)
五、治疗歌赋	(124)
四总穴歌	(124)

回阳九针歌·····	(125)
杂病十一穴歌·····	(126)
马丹阳天星十二穴治杂病歌·····	(129)
长桑君天星秘诀歌·····	(136)
孙真人针十三鬼穴歌·····	(138)
杂病穴法歌·····	(140)
十四经要穴主治歌·····	(145)
十二经治症主客原络歌·····	(158)
症治要穴歌·····	(162)
天元太乙歌·····	(166)
行针指要歌·····	(170)
杂症奇穴主治歌·····	(172)
玉龙歌·····	(175)
胜玉歌·····	(185)
肘后歌·····	(189)
百症赋·····	(193)
标幽赋·····	(199)
通玄指要赋·····	(214)
玉龙赋·····	(219)
流注指微赋·····	(223)
灵光赋·····	(227)
席弘赋·····	(229)
拦江赋·····	(235)
铜人指要赋·····	(238)
卧岩凌先生得效应穴针法赋·····	(243)
针内障秘歌·····	(245)

一、经络歌赋

手足十二经所属歌

〔提要〕

此歌选自《医宗金鉴·刺灸心法要诀》。歌括简明概括地说明了十二经的命名和十二经与五脏六腑的联系。作者，清·吴谦等撰。吴谦，字六吉，清代安徽歙县人，以诸业肄业于太医院，官至太医院院判，供奉内庭，屡受赏赐。乾隆间（1736—1793年）皇帝敕编医书。全书采集自《内经》至清代诸家医书，“分门聚类，删其驳杂，采其精粹，发其余蕴，补其未备。”全书注重实际，图、说、方、论具备，附有不少歌括，由于内容丰富，编次清晰，甚为后世所重视，流传甚广。

〔原文〕

五脏六腑共包络^①， 手足所属三阴阳^②，
太阴足脾手肺脏， 阳明足胃手大肠，
少阴足肾手心藏， 太阳足膀手小肠，
厥阴足肝手包络， 少阳足胆手焦当。

〔注释〕

①共：加的意思。包络：即心包络。

②三阴阳：即三阴三阳。人体十二经脉，分别隶属于十二

脏腑。由于经络分布于体表,以四肢为主,故其名称均冠以“手”或“足”。循行于四肢内侧的为阴经,循行于四肢外侧的为阳经。至于三阴三阳名称的含义,主要是以阴阳气的盛衰来划分,阴气最盛为太阴,其次为少阴,再次为厥阴;阳气最盛为阳明,其次为太阳,再次为少阳。经脉内属于脏腑,五脏“藏精气而不泻”属阴;六腑“传化物而不藏”属阳。这样阴经属于脏,阳经属于腑。阴经与相应六脏相联系,阳经与相应六腑相联系。因此,十二经脉的名称是由手和足、阴和阳、脏和腑组成的。

〔按语〕

经络学说是祖国医学理论体系的重要组成部分,又是针灸学的理论核心,而十二经脉则是经脉系统的主体,经络内属于脏腑,外络于肢节,沟通于脏腑与体表之间,将人体脏腑组织器官联系成为一个有机的整体,并借以行气血、营阴阳,使人体各部分的功能活动得以保持协调和相对平衡。临床治疗时的辨证归经、循经取穴、针刺补泻等,无不以经络理论为依据。所以《灵枢·经别》说:“夫十二经脉者,人之所以生,病之所以成,人之所以治,病之所以起,学之所始,工之所止也。”《灵枢·经脉》说:“经脉者,所以能决死生,处百病,调虚实,不可不通。”这都说明了经络对人体生理、病理、诊断、治疗等均有极其重要的意义,故为历代医家所重视。

十二经相传次序歌^①

〔提要〕

此歌选自《医宗金鉴·刺灸心法要诀》。歌诀概述了十二经脉的流注次序和走向规律。

〔原文〕

肺大胃脾心小肠， 膀肾包焦胆肝续^②，
手阴脏手阳手头^③， 足阴足腹阳头足^④。

〔注释〕

①十二经相传次序歌：即十二经脉流注次序和走向规律的歌诀。

②肺大胃脾心小肠，膀肾包焦胆肝续：人体十二经脉每于平旦寅时，营气始于中焦，上注于手太阴肺经，依次行于手阳明大肠经→足阳明胃经→足太阴脾经→手少阴心经→手太阳小肠经→足太阳膀胱经→足少阴肾经→手厥阴心包经→手少阳三焦经→足少阳胆经→足厥阴肝经，复注于手太阴肺经。续，连续，继续，是说十二经脉从手太阴肺经开始一经接一经地运行，行至足厥阴肝经，再由肝经复注于肺，继续运行，周而复始，循环无端。

③手阴脏手阳手头：“脏”这里指胸部。即手的三条阴经从胸走手；手的三条阳经从手走头。

④足阴足腹阳头足：指足的三条阴经从足走腹；足的三条阳经从头走足。

〔按语〕

十二经脉的循行走向与交接,是有一定规律可循的,手三阴经从胸走手,手三阳经从手走头,足三阳经从头走足,足三阴经从足走腹。

阴经与阳经多在四肢部衔接;阳经与阳经在头部相接;阴经与阴经在胸部交接。

由于十二经脉通过手足阴阳表里经的联接而逐经相传,就构成了一个周而复始,如环无端的传注系统。气血通过经脉,内至脏腑器官,外达肌表,营养全身,维持生命活动。

经脉的走向,在临床上有着十分重要的意义,尤其在施用补泻手法时,必须首先审察经脉顺逆循行的方向,才能下针施行手法,否则顺逆不分,迎随无据,就谈不上补泻。

十二经气血多少歌

〔提要〕

此歌诀选自《针灸大全》。歌诀阐明了十二经脉与气血的关系。

〔原文〕

多气多血经须记 ^① ,	大肠手经足经胃。
少血多气有六经,	三焦胆肾心脾肺。
多血少气心包络,	膀胱小肠肝所异 ^② 。

〔注释〕

①经须记:指多气多血的经脉必须记住。

②异,不同,这里是指各条经脉因气血的多少而有所不同。

〔按语〕

从歌中看出人体十二经脉的气血多少,不外乎多气多血,少血多气和多血少气三种。十二经之气血多少是有规律可循的。三阳经是:阳明多血多气,太阳多血少气,少阳少血多气。三阴经气血多少据《内经》记载多数是表里相反,厥阴与少阳相反,少阴与太阳相反,足太阴从“脾统血”理论来看,应为多血少气为是。手太阴是多气少血。由此可见,十二经的气血多少各不相同。

掌握了十二经气血多少,临床上则应根据气血的多少而采取不同的补泻手法,如气血多的用泻法,气血少的用补法,多血之经可放血,多气之经可出气。同时还应根据十二经气血多少的不同,来决定施针的深浅、留针的时间、艾灸的壮数等。

十二经本一脉歌

〔提要〕

本歌选自明·徐凤撰的《针灸大全》。歌诀简明地阐述了十二经脉每条经之起、止点,便于诵读和记忆。

〔原文〕

中焦肺起脉之宗 ^① ,	出手大指之端冲。
大肠即起手次指 ^② ,	上行环口交鼻里。
胃经源又下鼻交,	出足大指之端毛。
脾脉绝 ^③ 起指端上,	注于心中少阴向。

心经中之入掌循，	手内端出小指行。
小肠从手小指起，	上斜络肝 ^④ 目内眦。
膀胱经从目内生，	至足小指外侧行。
肾脉动于小指下，	起注胸中过腹腠 ^⑤ 。
心包出处又连胸，	循手小指次指中 ^⑥ 。
三焦起手次指侧，	环走耳前目锐眦。
胆家 ^⑦ 接生目锐旁，	走足大指三毛上。
足肝就起三毛际，	注入肺中循不已 ^⑧ 。

〔注释〕

①中焦肺起脉之宗：是说手太阴肺经起于中焦，又因肺朝百脉，为宗气所积聚之处，故曰“脉之宗”。

②手次指：指食指。

③绝：应为“继”，误为“绝”。

④肝：据《灵枢·经脉篇》应改为“颧”字为是，这样才符合手太阳小肠经的循行路线。

⑤腹腠：腠，两股之间。足少阴肾经起于足小趾之下的涌泉穴，向上行于股内后缘通过腹部而注入胸中。

⑥循手小指次指中：心包经循行止于中指端中冲穴，其支脉从掌中（劳宫穴）分出，沿着小指的次指——无名指，到指端（关冲穴），与手少阳三焦经相接。

⑦胆家：此指足少阳胆经。

⑧已：动词。止，停。

十二经脉歌

〔提要〕

本歌选自《针灸聚英》。全文详细地叙述了十二经脉的起止、循行、气血多少、“是动病”和“所生病”。《针灸聚英》，明·高武撰。刊行于1529年。高武，字梅孤，鄞县（今浙江宁波）人，性喜读书，凡天文、乐律、兵法、骑射无不娴习，嘉靖间考中武举，晚年研究医学，尤精于针灸。据《鄞县志》记载，高武“先攻武举，后专医，研针灸，上探素难，旁究诸家”，编成《针灸聚英》一书。高武认为“诸书于《素问》、《难经》多异少同，今取其同，议其异，故名“聚英”。全书四卷，卷四为针灸歌赋，集辑了“十四经穴歌”、“十二经脉歌”、“标幽赋”、“流注指微赋”等六十三首歌赋。该书是一本实用价值较高的针灸专著，刊行后影响很大。

〔原文〕

手太阴肺中焦生 ^① ，	下络大肠出贲门 ^② ，
上膈属肺从肺系 ^③ ，	系横出腋膈 ^④ 中行，
肘臂寸口上鱼际，	大指内侧爪甲跟；
支络还从腕后出，	接次指属阳明经。
此经多气而少血，	是动 ^⑤ 则病喘与咳，
肺胀彭彭缺盆痛 ^⑥ ，	两手交替为臂厥 ^⑦ ；
所生病 ^⑧ 者为气嗽，	喘渴烦心胸满结 ^⑨ ，
膈臂之内前廉痛，	小便频数掌中热，
气虚肩背痛而寒，	气盛亦疼风汗出，

欠伸^⑩少气不足息， 遗失无度溺色赤^⑪。

〔注释〕

①生：起始的意思。

②贲门：指胃上口，与食道相连。贲通奔，投向之意，食物从此奔入于胃，故称贲门。

③肺系：元·滑伯仁《十四经发挥》注：“谓喉咙也”。喉咙兼指气管，就是指与肺相连接的气管喉咙等组织。系，联属，联系。

④膈（nào 闹）：指上臂，屈侧称膈内，伸侧称膈外。

⑤是动：张景岳《类经》注：“动，言变也，变则变常而为病也”。指这一经脉发生异常变化可能出现有关病证。

⑥肺胀彭彭缺盆痛：彭（péng）通“膨”，指胀满。缺盆：即锁骨上窝。此句意为胸部胀满，缺盆中痛。

⑦两手交胥为臂厥：胥（mào 茂），目不明眼花；厥，指四肢寒冷。《伤寒论·辨厥阴病脉证并治》：“厥者，手足厥冷是也”。其证为两手交叉于胸前，两眼眼花，上肢逆冷。

⑧所生病：指这一经脉（腧穴）能主治有关肺方面所发生的病证。

⑨结：凝结，引申为留滞、郁滞，即气不宣畅的意思。

⑩欠伸：自觉困乏而伸腰呼气，为体倦的表现。

⑪遗失无度溺色赤：指大便不能自禁，小便颜色发生变化。遗失（shī 屎），矢通“屎”；无度，无节制。溺（niào 尿），通“尿”。

〔按语〕

①在记述经脉循行的起、止、上、下、出、入时，古人用字都有定式。凡经脉的开始叫“生”或“起”；和本脏相连属的叫

“属”；相表里关系的脏腑叫“络”；沿着走的叫“循”；从下向上行的叫“上”；从上向下行的叫“下”；去而复回的叫“还”；彼此交叉而过的叫“交”；和某组织并行的叫“挟”；由此而直达另一处的叫“抵”；通过某一组织的叫“贯”；走过他经周围的叫“行”；经过某一组织旁边的叫“过”；环绕在某组织四周的叫“环”；由外到里的叫“入”；由深而浅的叫“出”；直走的叫“直”；平行的叫“横”；半横的叫“斜”；两支相并的叫“合”；另出分支的叫“别”；进而又退的叫“却”。

②是动病，所生病：是动病和所生病是《灵枢·经脉》对十二经脉病候和经穴主治所作的概括。关于动病和所生病的含义，历代医家曾有不同的解释，近人进一步作了考证（李鼎、陆瘦燕及全国统编教材），已理清其原委。“是动，所生病”是接在各经脉循行路线之后的两段文字的开头语，说的是与经脉有关的病证。“是动病”意指本经脉功能发生异常（变动）时所出现的病证，这些病证是从发病角度来谈的，带有症候群的性质。“所生病”意指本经腧穴能主治某一方面的病证，这些病证是从治疗的角度来谈，并不一定有症候群的性质。由此可知“是动病、所生病”的意义不是先气后血，也不是先轻病，后重病以及先经络病，后脏腑病等等的对立。其文是从疾病的证候讲到经穴主治，两者之间是互相联系的，因为这一经的疾病证候同时又为这一经的腧穴所能主治。

〔原文〕

阳明之脉手大肠， 次指内侧起商阳，
循指上连^①出合谷， 两筋歧骨^②循臂肘^③，
入肘外廉循臑外， 肩端前廉柱骨^④旁，

从肩下入缺盆内，络肺下隔属大肠，
支从缺盆直上颈，斜贯颊前下齿当，
环出人中交左右，上侠鼻孔注迎香。
此经气盛血亦盛，是动颞^⑤肿并齿痛；
所生病者为鼽衄^⑥，目黄口干喉痹^⑦生，
大指次指难为用^⑧，肩前膈外痛相仍^⑨，
气有余兮脉热肿，虚则寒栗^⑩病偏增。

〔注释〕

①连：据《灵枢·经脉》应改为“廉”。上廉，即靠桡骨一侧。

②岐骨：指两骨末端互相交叉的部分。如手第一、二掌骨关节部的前方分岐部，俗称为“虎口”，是合谷穴的位置。

③循臂肪：沿着前臂厚的脂膏处循行。肪，指厚的脂膏。

④柱骨：骨名。张介宾注：“颈柱之根为天柱骨”。意指第七颈椎。

⑤颞(zhuō 捉)：张介宾注：“目下称颞”。即指颞骨部。

⑥鼽(qiú 求)衄：《素问·玄机原病式》：“鼽者，鼻出清涕也”。由外感风寒所致，症见鼻流清涕，鼻塞，喷嚏。衄，指鼻出血。

⑦喉痹：病名。为咽喉肿痛病证的统称。《杂病源流犀烛》：“喉痹，痹者，闭也，必肿甚，咽喉闭塞……”。通常所说的喉痹，多指发病及病程演变不危急，咽喉红肿疼痛较轻，并有轻度吞咽不顺或声音嘶哑、寒热等症。

⑧难为用：指运动不灵活。

⑨相仍：经常，频繁，重复的意思。

⑩寒栗：栗(lì 立)，发抖、哆嗦。寒栗，即寒冷哆嗦之意。

〔原文〕

胃足阳明交鼻起 ^① ，	下循鼻外下入齿，
还出侠口绕承浆，	颞 ^② 后大迎颊车里，
耳前发际至额颅 ^③ ，	支下人迎缺盆底，
下隔入胃络脾宫，	直者缺盆下乳内；
一支幽门 ^④ 循腹中，	下行直合气冲逢，
遂由髀关抵膝腘，	胛附中指内间同 ^⑤ ；
一支下膝注三里，	前出中指外间通；
一支别走足跗指，	大指之端经尽已。
此经多气复多血，	是动欠伸面颜黑，
悽悽恶寒畏见人 ^⑥ ，	忽闻木音心惊惕 ^⑦ ，
登高而歌弃衣走，	甚则肿胀仍贲响 ^⑧ ，
凡此诸疾皆肝厥 ^⑨ ，	所生病者为狂症 ^⑩ ，
温淫 ^⑪ 汗出鼻流血，	口喎唇裂 ^⑫ 又喉痹，
膝腘疼痛腹胀结，	气膺 ^⑬ 伏兔胛外廉，
足跗中指俱痛彻 ^⑭ ，	有余消谷 ^⑮ 溺色黄，
不足身前寒振栗 ^⑯ ，	胃房胀满食不消，
气盛身前皆有热。	

〔注释〕

①交鼻起：即足阳明胃经之脉起于鼻之交颞中。颞，即鼻根部。

②颞(yi 夷)：口角后，下颌部。

③额颅：即前额部，在发下眉上处。

④幽门：即胃的下口。