

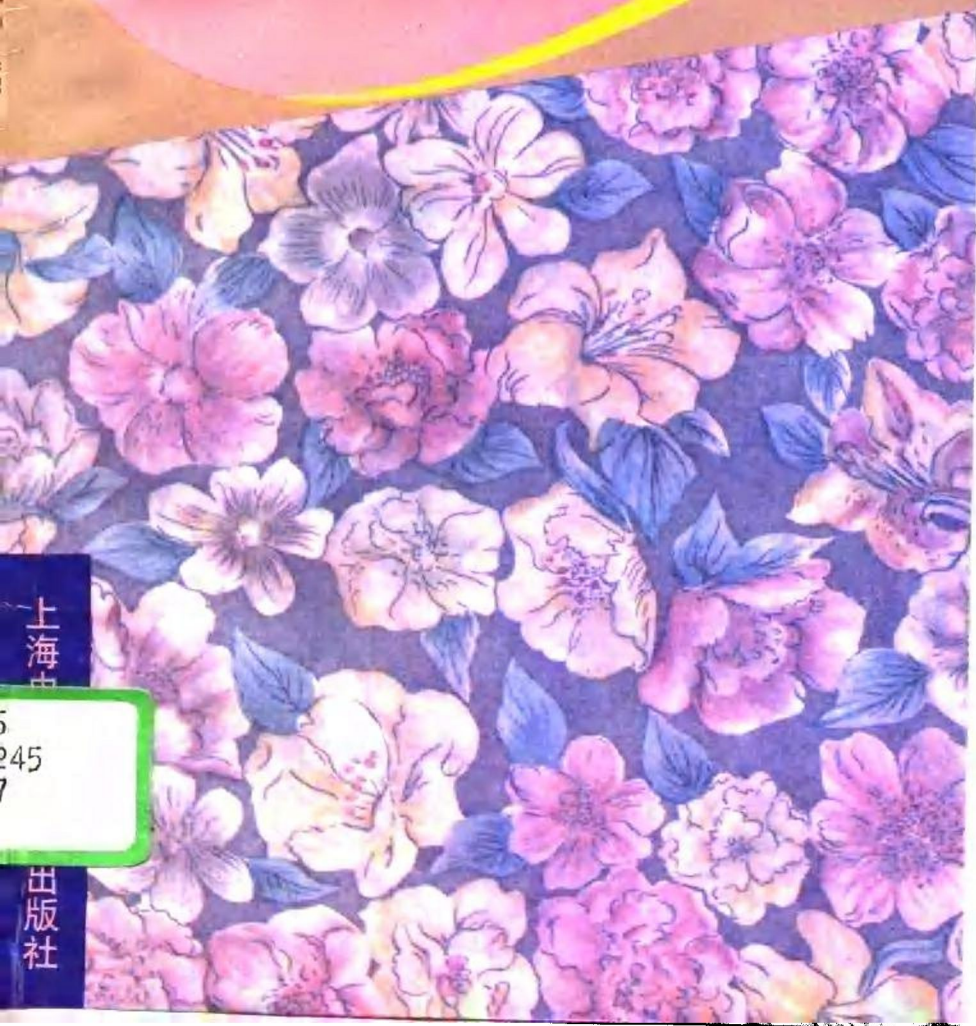
针灸歌赋选读

李 磊 编著

上海

245

出版社



责任编辑 姚 勇
封面设计 王 磊

针灸歌赋选读

李 磊 编著

上海中医药大学出版社出版发行
(上海零陵路 530 号 邮政编码 200032)

新华书店上海发行所经销

上海浦江印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 4.875 字数 102 千字

1996 年 5 月第 1 版 1996 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—4000

ISBN 7-81010-311-3/R·300

定 价: 9.40 元

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. 井荥输原经合歌 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

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^{〔1〕}，系^{〔2〕}横出腋膈^{〔3〕}中行。肘臂寸口^{〔4〕}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^{〔5〕}喘与咳。肺胀膨膨缺盆痛，两手交臂^{〔6〕}为臂厥。所生病^{〔7〕}者为气嗽，喘渴烦心胸满结。膈臂之内前廉^{〔8〕}痛，小便频数掌中热。气虚肩背痛而寒，气盛亦疼风汗出。欠伸^{〔9〕}少气不足息，遗矢^{〔10〕}无度溺变别^{〔11〕}。

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^{〔1〕}循臂肪^{〔2〕}。入肘外廉循臑外,肩端前廉柱骨^{〔3〕}旁。从肩下入缺盆^{〔4〕}内,络肺下膈属大肠。支从缺盆直上颈,斜贯颊^{〔5〕}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。所生病者为𦘒衄^[6],目黄口干喉痹生。大指次指难为用,肩前臑外痛相仍^[7]。气有余兮脉热肿,虚则寒栗^[8]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〕𦘒(qiú,求)衄:𦘒,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,𦘒衄,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^[1]入上齿。还出挟口绕承

浆^[2]，颐后^[3]大迎、颊车里。耳前发际至额颅^[4]，支^[5]下人迎缺盆底。下膈入胃络脾宫，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，跗跗^[6]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，是动欠伸面颊黑。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^[7]。凡此诸疾皆骭厥^[8]。所生病者为狂症，温淫^[9]汗出鼻流血。口喎唇裂又喉痹^[10]，膝腠疼痛腹胀结。气膺^[11]伏兔骭外廉，足跗中指俱痛彻。有余消谷^[12]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〕骭(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〕骭(gàn, 干, 去声)厥：骭，小腿部；骭厥，指足胫部气血阻逆。

〔9〕温淫：热性病症。

〔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，下入膝髌中，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，是为飧厥。是主血所生病者，狂，疟，温淫，汗出，鼽衄，口喎，唇胗，颈肿，喉痹，大腹水肿，膝腠肿痛：循膺、乳、气街、股、伏兔、胛外廉、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^{〔1〕}。核骨^{〔2〕}之后内踝前，上腠^{〔3〕}循胫膝里。股内前廉入腹中，属脾络胃与膈通。挟咽^{〔4〕}连舌散舌下^{〔5〕}，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^{〔6〕}痛，更兼身体重难移。腹胀善噫舌本^{〔7〕}强，得后与气^{〔8〕}快然衰^{〔9〕}。所生病者舌亦痛，体重不食亦如之。烦心心下仍急痛，泄水瘡痂^{〔10〕}寒疟随。不卧^{〔11〕}强立^{〔12〕}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〕腓：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，上腓内，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^{〔1〕}，下膈直与小肠通。支者还从心系^{〔2〕}走，直上咽喉系目瞳。直者上肺出腋下，臑后肘内少海从。臂内后廉抵掌中，锐骨^{〔3〕}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^{〔4〕}。臑臂之内后廉痛，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，下循臑内后廉，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，臑臂内后廉痛、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^{〔1〕}中，循臂骨^{〔2〕}出肘内侧。上循臑外出后廉，直过肩解^{〔3〕}绕肩胛^{〔4〕}。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^[5]却入耳，复从耳前仍上颊^[6]。抵鼻升至目内眦^[7]，斜络于颧别络接。此经少气还多血，是动则病痛咽嗑。颌^[8]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：指颊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。支者巅上至耳角，直

者从巅脑后悬。络脑还出别下项，仍循肩膊^{〔1〕}挟脊边。抵腰脊^{〔2〕}肾膀胱内，一支下与后阴连。贯臀斜入委中穴，一支膊内左右别。贯胛挟脊过髀枢^{〔3〕}，髀外^{〔4〕}后廉腠中合。下贯腓内外踝后，京骨^{〔5〕}之下指外侧。此经血多气犹少，是动头疼不可当。项如拔兮腰似折，髀枢痛彻脊中央。腠如结兮腠如裂，是为踝厥^{〔6〕}筋乃伤。所生疟疾小指废，头凶^{〔7〕}项痛目色黄。腰尻^{〔8〕}腠脚疼连背，泪流鼻衄及癲狂。

注释

- 〔1〕肩膊：肩胛部。
- 〔2〕脊：挟脊两旁的肌肉。
- 〔3〕髀枢：指髋关节，当股骨大转子处。
- 〔4〕髀外：大腿外侧。
- 〔5〕京骨：第五跖骨粗隆部。
- 〔6〕踝厥：指小腿部气血厥逆。
- 〔7〕凶：即凶门部。
- 〔8〕尻(kāo, 考, 平声)：骶尾骨部的通称。

文献参考

《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉，起于目内眦，上额，交巅。其支者，从巅至耳上角。其直者，从巅入络脑，还出别下项，循肩膊内，挟脊抵腰中，入循脊，络肾，属膀胱。其支者，从腰中下挟脊，贯臀，入腠中。其支者，从膊内左右别下，贯胛，挟脊内，过髀枢，循髀外后廉，下合腠中。——以下贯腓内，出外踝之后，循京骨，至小指外侧。是动则病，冲头痛，目似脱，项如拔，脊痛，腰似折，髀不可以曲，腠如结，腠如裂，是为踝厥。是

主筋所生病者，痔，疔，狂，癲疾，头凶项痛，目黄，泪出，眦衄，项、背、腰、尻、腠、踠、脚皆痛，小指不用。”

原文

足经肾脉属少阴，小指斜趋^{〔1〕}涌泉心，然谷之下内踝后，别入跟中^{〔2〕}踠内侵。出腠内廉上股内，贯脊属肾膀胱临。直者从肾贯肝膈，入肺循喉舌本^{〔3〕}寻。支者从肺络心内，仍至胸中部分深。此经多气而少血，是动病饥不欲食。喘嗽唾血喉中鸣，坐而欲起面如漆^{〔4〕}。目视眈眈^{〔5〕}气不足，心悬如饥常惕惕^{〔6〕}。所生病者为舌干，口热咽痛气贲逼^{〔7〕}。股内后廉并脊疼，心胸烦痛疸而澀^{〔8〕}。痿厥^{〔9〕}嗜卧体怠惰，足下热痛皆肾厥。

注释

〔1〕趋：走。

〔2〕别入跟中：意指分出一支进入足跟中。

〔3〕舌本：舌根部。

〔4〕面如漆：形容病者面色晦暗无泽。

〔5〕眈眈(huāng huāng, 荒荒)：视物不清的样子。

〔6〕惕惕：提心吊胆的样子。

〔7〕气贲逼：指呕吐、呃逆等气逆症状。

〔8〕澀(pì, 屁)：指泄泻病症。

〔9〕痿厥：痿，指下肢软弱；厥，指逆冷。

文献参考

《灵枢·经脉》：“肾足少阴之脉，起于小指之下，邪走足心，出于然谷之下，循内踝之后，别入跟中，以上踠内，出腠内