

针灸歌赋

注释发挥

陈以国

王淑娟

成泽东

主编

ZHENJIUGEFU

ZHUSHI

FAHUI



或针风，先向风门气海中。

或针水，水分侠脐上边取。

或针结，针着大肠泻水穴。

或针劳，须向风门及膏肓。

或针虚，气海丹田委中奇。

或针气，膻中一穴分明记。

或针嗽，肺俞风门须用灸。

或针痰，先针中脘三里间。

或针吐，中脘气海膻中补。

翻胃吐食一般针，针中有妙少人知。



辽宁科学技术出版社

LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

针灸歌赋注释发挥

陈以国 王淑娟 成泽东 主编

辽宁科学技术出版社

·沈阳·

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸歌赋注释发挥 / 陈以国, 王淑娟, 成泽东主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2013.5

ISBN 978-7-5381-7894-4

I. ①针… II. ①陈… ②王… ③成… III. ①针灸疗法—方歌 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 029004 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 沈阳天正印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 130mm × 184mm

印 张: 9.25

字 数: 150 千字

印 数: 1~4000

出版时间: 2013 年 5 月第 1 版

印刷时间: 2013 年 5 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 翰鼎文化/达达

版式设计: 袁 舒

责任校对: 徐 跃

书 号: ISBN 978-7-5381-7894-4

定 价: 28.00 元

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: syh24115@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>

《针灸歌赋注释发挥》编委会

主 编 陈以国 王淑娟 成泽东

副主编 李宝岩 吴凤霞 黄 芳

董宝强

编 委 于本性 宋成林 张 好

栗 东 王松子 王树东

金 迪 张志星 邵 鹏

编者按语

针灸学术源远流长，源自人性之初成，流始于炎黄之滥觞，针本天成，灸乃神术，堪称中华之瑰宝。针灸歌赋，言语简练，韵律十足，数千年来，以活泼之形式传播针灸理论于中华宇内，是针灸学术领域中非常重要的分支。歌赋凡共百余首之多，涉及理论与临床，内容广泛可谓浩繁，今与同事择其实用者30首分为基础和临床两篇注释，内容参悟针灸前贤学人智慧，从中稍作发挥。书将付梓，心尚怔忡，深恐言粗语拙，管见赤心，幸无哂诸。

陈以国

2013年3月

目 录

基 础 篇

1. 十二经气血多少歌1
2. 十二经营行次序逆顺歌4
3. 十四经穴分寸歌6
4. 十四经要穴主治歌30
5. 刺法启玄歌45
6. 行针总要歌49
7. 八脉配八卦歌54
8. 百穴法歌57
9. 铜人指要赋65

临 床 篇

1. 回阳九针歌75
2. 四总穴歌77
3. 行针指要歌79
4. 孙真人十三鬼穴歌85

5. 秋夫疗鬼十三穴歌	90
6. 金针赋	94
7. 针内障秘歌	112
8. 胜玉歌	116
9. 肘后歌	130
10. 马丹阳天星十二穴治杂病歌	148
11. 长桑君天星秘诀歌	157
12. 杂病十一穴歌	160
13. 玉龙歌	165
14. 标幽赋	183
15. 百症赋	210
16. 玉龙赋	240
17. 通玄指要赋	251
18. 席弘赋	263
19. 拦江赋	273
20. 灵光赋	277
21. 流注指微赋	282



基础篇

1. 十二经气血多少歌

【题解】

十二经气血多少歌选自《针灸大全》，本歌赋主要说明了十二经脉与气血的关系。《针灸大全》系明代徐凤编撰。

【原文】

多气多血经须记^[1]，大肠手经足经胃^[2]。

少血多气有六经，三焦胆肾心脾肺^[3]。

多血少气心包络，膀胱小肠肝所异^[4]。

【注释发挥】

〔1〕多气多血经须记：对于多气多血的经脉必须要牢记。

〔2〕大肠手经足经胃：多气多血的经脉有手阳明大肠经及足阳明胃经。

[3] 三焦胆肾心脾肺：分别指手少阳三焦经、足少阳胆经、足少阴肾经、手少阴心经、足太阴脾经、手太阴肺经。

[4] 膀胱小肠肝所异：指足太阳膀胱经、手太阳小肠经、足厥阴肝经。各条经脉因气血多少而不同。

歌中指出十二经表里经脉之间中存在气有余则血不足，或血有余则气不足的规律。例如：肾与膀胱二经互为表里，肾经多气少血，膀胱经则多血少气；心和小肠二经互为表里，心经多气少血，小肠经则多血少气；心包与三焦二经互为表里，心包经多血少气，三焦经则多气少血；肝与胆二经互为表里，肝经多血少气，胆经则气多血少等。唯有胃与大肠二经气血俱多，与其相表里的脾经与肺经均为多气少血，不遵循这一规律。笔者曾经对这一问题做过专题讨论，认为《内经》中论述气血如环无端在经脉中流动的现象，正是由十二经脉流注的起始端气多于血的气压差所决定的。由此可见，十二经中的气血各不相同，是有生理依据的。《灵枢·经水篇》中指出：“十二经之多血少气，与其少血多气，与其皆多血气，与其皆少血气，皆有大数，其治以针艾，各调其经气，因常有合乎！”经文记载的各经气血多少，主要是作为在某经脉采取不同的补泻手法的依据。一般来说，多气多血之经气易行血宜泻，则用出血泻气法；多血少气之经则宜泻血不宜泻气，行针得气较难；血少气多之经则宜泻气不宜泻血，

行针得气较容易。经脉的气血多少，与生理和治疗有极为密切的关系，对指导临床更具有一定的意义。十二经气血多少划分见表1。

表1 十二经气血多少划分

阳经			气	血	阴经			气	血
阳 明	手	大肠经	多	多	太 阴	手	肺经	多	少
	足	胃经	多	多		足	脾经	多	少
太 阳	手	小肠经	少	多	少 阴	手	心经	多	少
	足	膀胱经	少	多		足	肾经	多	少
少 阳	手	三焦经	多	少	厥 阴	手	心包经	少	多
	足	胆经	多	少		足	肝经	少	多

《内经》强调：“治病当先祛其血。”这种思想对于我国传统的民间刺血疗法，有着重要的指导意义。多血之经可放血，多气之经可出气，是有着相当深的实践渊源的。在经络上刺血，能调理脏腑阴阳，增强血脉机能。泻血对于实证可以起到祛瘀通络泻实的作用；虚者可起到去除瘀血补充新血的作用。

实际上，在临床实践中，“血多之经”和“血少之经”都可以泻血，可“出血如珠”、“出血如豆”，甚至可出血“盈盆”、“盈碗”，只是一定要遵循“血变而止”的原则。即放血时一定要注意观察出血的颜色变化，血的颜色由深变浅当是止血的最佳时机。

2. 十二经营行次序逆顺歌

【题解】

十二经营行次序逆顺歌选自《类经图翼》一书。《类经图翼》由明代著名医学家张介宾撰著，共11卷，刊于1624年。该书以图表结合的形式论述、阐释运气和针灸，以补充《类经》注文的不足，故名“图翼”。书中针灸部分，首论经络、腧穴，次载针灸要穴歌及诸证灸法，广泛征引有关文献和资料，有一定的参考价值。

本歌概述了脏腑营气运行及十二经脉循行走向的规律。营，指营气，也指营养，即运行于脉中对全身脏腑器官有营养作用的精气。其生于水谷，源于脾胃，出于中焦，有化生血液和营养周身的功用。《灵枢·邪客》载：“营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑。”营气的运行从中焦上注肺，通过肺脏的宣发布散作用输布全身，在经脉中不停地运转，营养人体上下、内外各个部分。所以从生理的角度而言，营气就是指血液的作用，故有营血之称。行，指运行、流动。《灵枢·脉度》曰：“气之不得无行也，如水之流，如日月之行不休。”逆，与“顺”相对，即方向相反。这里指经脉循

行走向不同。逆顺，引申为经脉的走向规律。

【原文】

肺大胃脾心小肠，膀胱包焦胆肝续^[1]；

手阴藏手阳手头，足阴足腹阳头足^[2]。

【注释发挥】

[1] 肺大胃脾心小肠，膀胱包焦胆肝续：十二经脉的营气运行从肺经开始。即按手太阴肺经→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→足厥阴肝经的顺序依次相传。续，连接，继续。即十二经脉始于肺经而终于肝经，又从肝经复入于肺经，如环无端周而复始，循环不休。

[2] 手阴藏手阳手头，足阴足腹阳头足：即手足阴阳经脉在人体大体的循行方向。根据《灵枢·逆顺肥瘦》记载：“手之三阴，从胸走手；手之三阳，从手走头；足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹。”

经脉的走向，在针灸补泻方面十分重要，是迎随补泻法的重要依据，历代针家都十分重视。施用迎随补泻方法时，必须首先审察经脉循行的方向，然后决定针尖顺逆下针，针尖顺经脉刺者为补法，针尖逆经脉刺者为泻法。如果顺逆不分，迎随无据，则谈不上补泻。

关于记忆经脉的走向有一个简单的方法：双手上举，所有的阴经皆向上行，所有的阳经皆向下行，即“阴升阳

降”。所有的阴经都在肢体的内侧，所有的阳经都在肢体的外侧。这种方法对记忆经脉的走行方向很有帮助。

3. 十四经穴分寸歌

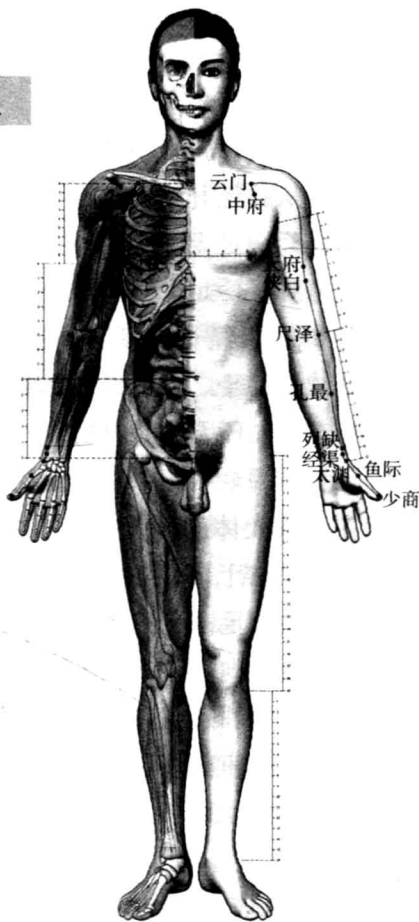
【题解】

十四经穴分寸歌选自《医宗金鉴》卷八十一至卷八十四中，原载有十二正经与奇经八脉分寸歌，本歌赋只取十四经穴分寸歌，其他略除。本歌赋载十四经335个腧穴的定位及排列顺序，熟记本歌赋对临床准确取穴具有重要的意义。

【原文】

肺经分寸歌

太阴中府三肋间，
上行云门寸六许^{〔1〕}，

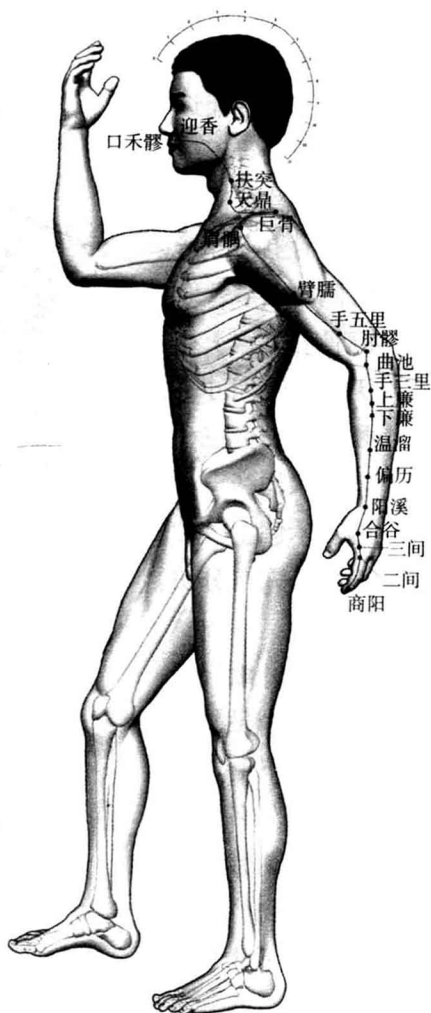


肺经

云在任玃旁六寸，
 大肠巨骨下二骨^[2]，
 天府腋三动脉求^[3]，
 侠白肘上五寸主，
 尺泽肘中约纹是，
 孔最腕上七寸拟，
 列缺腕上一寸半^[4]，
 经渠寸口陷中取，
 太渊掌后横纹头，
 鱼际节后散脉里，
 少商大指端内侧，
 鼻衄刺之立时止。

大肠经分寸歌

商阳食指内侧边，
 二间来寻本节前，
 三间节后陷中取，
 合谷虎口岐骨^[5]间，
 阳溪上侧腕中是，
 偏历腕后三寸安，
 温溜腕后去五寸，
 池前四寸下廉看，
 池前三寸上廉中，

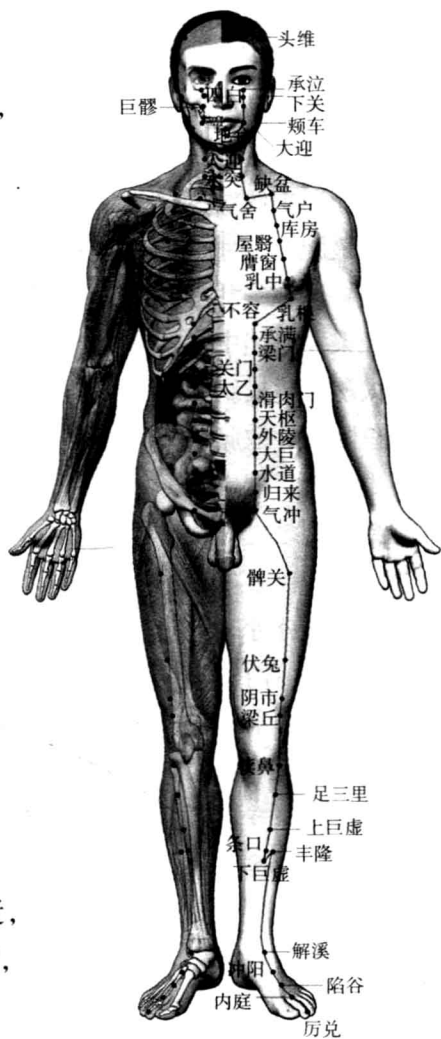


大肠经

池前二寸三里逢，
曲池屈肘纹头尽，
肘髁上臑外廉近^[6]，
大筋中央寻五里，
肘上三寸行向里，
臂臑肘上七寸量，
肩髃肩端举臂取，
巨骨肩尖端上行，
天鼎喉旁四寸真，
扶突天突旁三寸，
禾髁水沟旁五分，
迎香禾髁上一寸，
大肠经穴自分明。

胃经分寸歌

胃之经兮足阳明，
承泣目下七分寻，
再下三分名四白，
巨髁鼻孔旁八分。
地仓夹吻^[7]四分近，
大迎颌下寸三中^[8]，
颊车耳下八分陷，
下关耳前动脉行^[9]。



胃经

头维神庭旁四五，人迎喉旁寸五真，
 水突筋前人迎下，气舍喉下一寸乘。
 缺盆舍下横骨陷，气户下行一寸明，
 库房下行一寸六，屋翳膺窗乳中根^[10]。
 不容巨阙旁二寸，一寸承满与梁门，
 关门太乙滑肉门，天枢脐旁二寸寻。
 枢下一寸外陵穴，陵下一寸大巨陈，
 巨下三寸水道穴，水下二寸归来存。
 气冲归来下一寸，共去中行二寸匀，
 髀关膝上尺二许，伏兔髀下六寸是。
 阴市伏兔下三寸，梁丘市下一寸记，
 犊鼻膝髌陷中取，膝眼三寸下三里。
 里下三寸上廉穴，廉下二寸条口举，
 再下二寸下廉穴，复上外踝上八寸，
 却是丰隆穴当记，解溪则从丰隆下，
 内循足腕上陷中，冲阳解下高骨动^[11]，
 陷谷冲下二寸名，内庭次指外岐骨，
 厉兑大次趾端^[12]中。

脾经分寸歌

大趾端内侧隐白，节后陷中求大都，
 太白内侧核骨下，节后一寸公孙呼。
 商丘内踝微前陷，踝上三寸三阴交，

