



《奇经八脉考》

笺注

孙朝宗 孙震 编著



人民卫生出版社

《奇经八脉考》

笺
注

孙朝宗 孙震 编著



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

《奇经八脉考》笺注 / 孙朝宗等编著 . —北京:
人民卫生出版社, 2013.8
ISBN 978-7-117-17252-3

I. ①奇… II. ①孙… III. ①奇经八脉—研究
IV. ①R224.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 116797 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数 据库服务, 医学教育资 源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

《奇经八脉考》笺注

编 著: 孙朝宗 孙 震

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市双峰印刷装订有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 9 插页: 2

字 数: 138 千字

版 次: 2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-17252-3/R · 17253

定 价: 20.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



目 录

总说篇·····	1
奇经八脉总说 ·····	1
十二（四）经脉与十五络脉穴图 ·····	2
八脉 ·····	3
十二经脉与奇经八脉交会总图 ·····	5
维脉篇·····	9
阴维脉 ·····	9
阴维脉交会穴图 ·····	9
阳维脉 ·····	10
阳维脉交会穴图 ·····	11
二维为病 ·····	11
阴维脉穴图 ·····	16
阳维脉穴图 ·····	16
跷脉篇·····	17
阴跷脉 ·····	17
阴跷脉交会穴图 ·····	18
阳跷脉 ·····	19
阳跷脉交会穴图 ·····	20
二跷为病 ·····	21

阴跷脉穴图	27
阳跷脉穴图	28
冲脉篇.....	29
冲脉	29
冲脉交会穴图	30
冲脉为病	33
冲脉穴图	40
任脉篇.....	41
任脉	41
任脉交会穴图	42
任脉为病	42
任脉穴图	44
督脉篇.....	45
督脉	45
督脉交会穴图	46
督脉为病	49
督脉穴图	52
带脉篇.....	53
带脉	53
带脉交会穴图	53
带脉为病	54
带脉穴图	60
气口九道脉篇.....	61
附录一 《奇经八脉考》引用经穴笺注	69
附录二 奇经八脉用药简述	77



附录三 《奇经八脉考》引用方剂汇释	81
附录四 历代医家常用方选	99
附录五 灵龟八法的临床应用	119
主要参考书目	132

总 说 篇

奇经八脉总说

凡人一身，有经脉、络脉，直行曰经，旁支为络。经凡十二，手之三阴三阳，足之三阴三阳。

【笺注】《灵枢·脉度》曰：“经脉为里，支而横者为络。”指出了人身之内有经有络。经的原意指纵脉、直行；络的原意指横行之脉。经脉是经络的主干，多行于人身之深里之部；络脉即其经脉的分支，多散布于人身之皮肤浅部。手三阴指手太阴、手少阴、手厥阴，左右两侧共六条；手三阳指手太阳、手少阳、手阳明，左右两侧共六条。足三阴指足太阴、足少阴、足厥阴，左右两侧共六条；足之三阳指足太阳、足少阳、足阳明，左右两侧共六条。

手三阴	手太阴——肺经	手三阳	手太阳——小肠经
	手少阴——心经		手少阳——三焦经
	手厥阴——心包经		手阳明——大肠经
足三阴	足太阴——脾经	足三阳	足太阳——膀胱经
	足少阴——肾经		足少阳——胆经
	足厥阴——肝经		足阳明——胃经

络凡十五，乃十二经各有一别络，而脾又有一大络，共任、督二络为十五络也；共二十七气，相随上下，如泉之流，如日月之行，不得休息。故阴脉营于五脏，阳脉营于六腑，阴阳相贯，如环无端，莫知其纪，络而复始。其流溢之气，入于奇经转相灌溉，内

温脏腑，外濡腠理。奇经凡八脉，不拘制于十二正经，无表里配偶，故谓之奇。

【笺注】 人身有十五络穴，其中十二经各有一络穴，脾又有一大的络穴，加任、督之络穴，共有十五络穴。《灵枢·九针十二原》曰：“经脉十二，络脉十五，凡二十七气……”这十二经之脉气与十五络脉之气，共二十七气，在人体内如泉之流而不止，如日月之行而不休。六阴经脉荣营于五脏，六阳经脉荣营于六腑，阴脉、阳脉相互贯通，如环无端，终而复始，莫知其头绪也。这十二经气血充实，而流溢于奇经，溢蓄之气，又转相灌溉，内可温煦五脏六腑，外可濡润体之腠理。奇经共有八脉，即阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉、任脉、督脉、冲脉、带脉。奇经即“别道而行”，其经之行与功能，也就不同于十二正经。杨玄操谓：“奇，异也，此之八脉与十二经不相拘制，别道而行，与正经有异，故曰奇经也。”它无配属关系，又不固定络属何脏何腑，不随十二经循环。其功能主调盈虚。正经犹如江河，奇经犹如湖泽，江河水满，则溢入湖泽，故湖泽有含蓄水量和调节江河之水的过多或过少的作用。所以奇经八脉能够维系和调节十二经气血，含蓄人身精血和阴阳真气，灌溉于体内组织，起着内温脏腑、外濡腠理的作用。

十二（四）经脉与十五络脉穴图



盖正经犹夫沟渠，奇经犹夫湖泽，正经之脉隆盛，则溢于奇经。故秦越人比之天雨降下，沟渠溢满，霖霖妄行，流于湖泽，此发《灵》、《素》未发之秘旨也。八脉散在群书者，略而不悉。医不知此，罔探病机；仙不知此，难安炉鼎。时珍不敏，参考诸说，萃集于左，以备学仙、医者筌蹄之用云。

【笺注】 秦越人即相传之扁鹊，著有《难经》，于《难经·二十八难》谓：“比于圣人图设沟渠，沟渠满溢，流入深湖，故圣人不能拘通也。”奇经和十二经在生理功能的区别，就譬如圣人设计了沟渠通畅水流，当沟渠里水量盛满充溢时，就会流入深湖之中，这是自然趋势，故圣人不能阻止水的满溢旁通，而在人体经脉中的脉气到了丰盛之时，也就会流入奇经八脉，不循经脉的通路环运周转。所以十二经脉不能阻止丰盛的脉气外流，等于是不能阻止沟渠满溢的水，流入深湖一样。《难经》此说为《黄帝内经》未有所载。因而说这是发《灵枢》及《素问》所未发明的秘旨了。八脉散在于群书，多略而不详，医者不懂得这奇经八脉的道理，怎么能够探讨出人身之病的病机呢。仙为道家术语，指当时的修炼以求长生的人，不懂得这奇经八脉的道理，也就难以安定炉鼎了。炉鼎实指当时炼丹家的用具，此处可借指丹田。

八 脉

奇经八脉者：阴维也、阳维也、阴跷也、阳跷也、冲也、任也、督也、带也。阳维起于诸阳之会，由外踝而上行于卫分；阴维起于诸阴之交，由内踝而上行于营分，所以为一身之纲维也。

【笺注】 阳维起于诸阳会，是指阳维与各阳经交会于头及肩部的各个穴位。阴维起于诸阴之交，是指阴维交会于腹部的各个穴位。阴维与阳维为共同卫护营卫之气的总纲。故云“为一身之纲维也”。

阳跷起于跟中，循外踝上行于身之左右；阴跷起于跟中，循内踝上行于身之左右，所以使机关之跷捷也。

【笺注】阳跷脉起于跟中，循外踝上行而入风池；阴跷脉起于跟中，循内踝上行，至咽喉，交贯冲脉。杨玄操注云：“跷，捷疾也，言此脉是人行走之机要，动足之所由，故曰跷焉。”

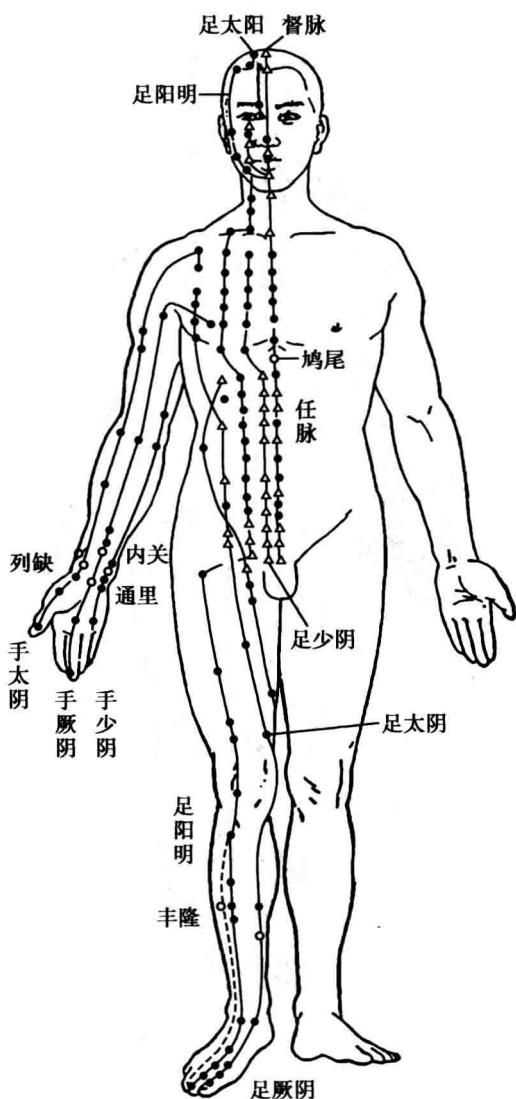
督脉起于会阴，循背而行于身之后，为阳脉之总督，故曰阳脉之海；任脉起于会阴，循腹而行于身之前，为阴脉之承任，故曰阴脉之海；冲脉起于会阴，夹脐而行，直冲于上，为诸脉之冲要，故曰十二经脉之海。

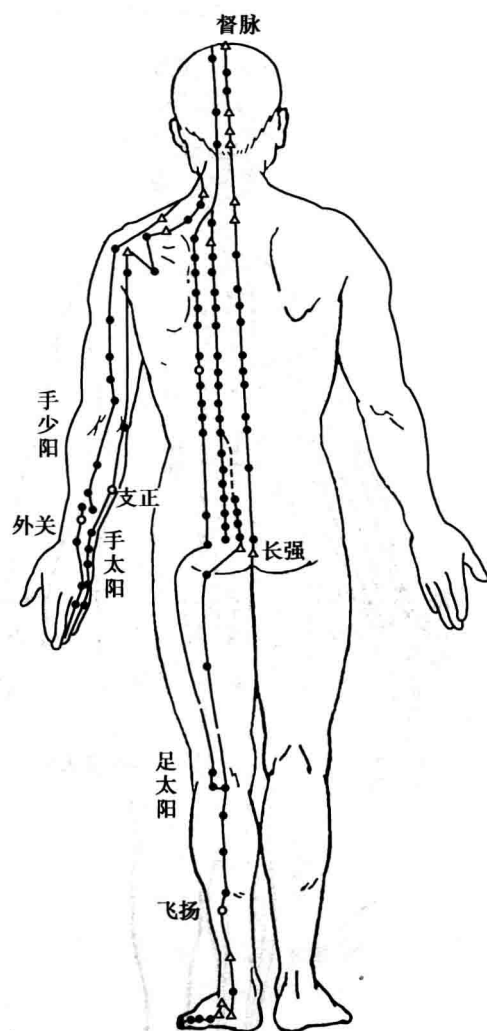
【笺注】督脉为诸阳经之总督，是指诸阳经脉皆会于督脉，又称“阳脉之海”。任脉为诸阴经汇集之处，有总担任之职，又称“阴脉之海”。冲脉为奇经八脉之一，为精血所聚之处，能调节十二经气血，所以为“十二经之海”。《类经》卷九说：“血海者，言受纳诸经之灌注，精血于此而蓄藏也”。

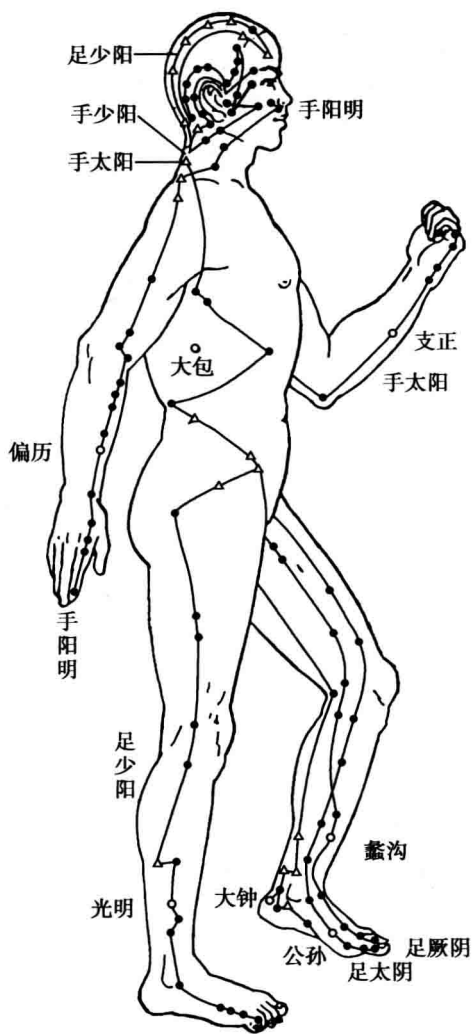
带脉则横围于腰，状如束带，所以总约诸脉者也。是故阳维主一身之表，阴维主一身之里，以乾坤言也。阳跷主一身左右之阳，阴跷主一身左右之阴，以东西言也。督主身后之阳，任、冲主身前之阴，以南北言也。带脉横束诸脉，以六合言也。是故医而知乎八脉，则十二经、十五络之大旨得矣。仙而知乎八脉，则龙虎升降、玄牝幽微之窍妙得矣。

【笺注】奇经七脉皆上下行而络属于带，所以带脉如束带一样可以约束诸经脉。带脉起于章门穴，绕腰腹一周，约束诸经，称为六合，曰上下四方也。阳维主表，阴维主里，以乾坤言；阳跷主一身左右之阳，阴跷主一身左右之阴，以东西言；督脉主身后之阳，任、冲主身前之阴，以南北言。带脉约束诸经，以上下四方言。医者知此，则十二经、十五络之功能，也就得知了。修行者知道八脉的道理，也就知道了修炼的诀窍了。关于龙升虎降，邱处机等的《颐身集内功图说》云：“舌为赤龙，口液升起为龙，口液咽下汨汨响，气降为虎。”《导引歌诀》云：“平明睡起端坐，凝神息虑，舌舐上腭，闭口调息，津液自升满口，以意咽下，久行之，则五脏之火不炎，四肢之气流畅，诸疾不生，久除后患，老而不衰。”

十二经脉与奇经八脉交会总图







维脉篇

阴维脉

阴维起于诸阴之交，其脉发于足少阴筑宾穴，为阴维之郄，在内踝上五寸腓肉分中。上循股内廉，上行入小腹，会足太阴、厥阴、少阴、阳明于腑舍（在腹结下三寸，去腹中行四寸半）。上会足太阴于大横、腹哀（大横在腹哀下三寸五分。腹哀在日月下一寸五分。并去腹中行四寸半）。循胁肋会足厥阴于期门（直乳下一寸半）。上胸膈挟咽，与任脉会于天突、廉泉，上至顶前而终（天突在结喉下四寸半宛宛中。廉泉在结喉上二寸中央是穴）。凡一十四穴。

【笺注】 阴维开头云：阴维起于诸阴之交。何为诸阴之交，这个三阴交，并非杨上善说的三阴交穴，而是指腹部各个交会穴。滑伯仁指出：“阴维之郄筑宾，与足太阴会于腹哀、大横，又与足太阴、厥阴会于腑舍、期门，又与任脉会于天突、廉泉，此乃阴维起于诸阴之交也。”

阴维脉交会穴图



阳维脉

阳维起于诸阳之会，其脉发于足太阳金门穴，在足外踝下一寸五分。上外踝七寸会足少阳于阳交，为阳维之郄（在外踝上七寸，斜属二阳之间）。循膝外廉，上髀厌，抵少腹侧，会足少阳于居髎（在章门下八寸，监骨上陷中）。循胁肋，斜上肘上，会手阳明、手足太阳于臂臑（在肘上七寸，两筋罅陷中，肩髃下一寸）。过肩前，与手少阳会于臑会、天髎（臑会在肩前廉，去肩端三寸宛宛中。天髎在缺盆中，上髂骨际，陷中央）。却会手足少阳、足阳明于肩井（在肩上陷中，缺盆上大骨前一寸五分）。入肩后，会手太阳、阳跷于臑腧（在肩后大骨下胛上廉陷中）。上循耳后，会手足少阳于风池（在耳后发际陷中）。上脑空（承灵后一寸半。夹玉枕骨下陷中）、承灵（正营后一寸半）、正营（目窗后一寸）、目窗（临泣后一寸）、临泣（在瞳人直上，入发际五分陷中）。下额与手足少阳、阳明，五脉会于阳白（眉上一寸，直瞳人相对）。循头，入耳，上至本神而止（本神直耳上入发际中）。凡三十二穴。

【笺注】 阳维开头云：阳维起于诸阳之会。何为诸阳之会，这里并不是指起于金门穴，而是指头部及肩部各个交会穴。滑伯仁指出：“阳维所发别于金门，以阳交为郄。与手足太阳及跷脉会于臑腧；与手足少阳会于天髎，及会肩井；与足少阳会于阳白，上本神、临泣、正营、脑空，下至风池；与督脉会于风府、哑门。此阳维起于诸阳之会也。”以上各穴除了金门为阳维别属，阳交为郄之外，其余各穴都在头部及肩部。张飞畴说：诸阳皆会于头，即指此意。阳维脉上交会诸穴，金门与足太阳会，阳交与手少阳会，居髎与足少阳会，臂臑与手阳明、手足太阳会，臑会与手少阳会，臑腧与手太阳、阳跷、手少阳会，天髎与手足少阳会，肩井与手少阳会，风池与手足少阳会，脑空与足少阳会，承灵与足少阳会，正营与足少阳会，目窗与足少阳会，临泣与足少阳、太阳会，阳白与足少阳会，本神与足少阳会。下至风池，与督脉会于风府、哑门。阳维脉联络了各阳经而通向督脉。



阳维脉交会穴图

本神——足少阳会
 阳白——足少阳会
 临泣——足少阳、太阳会
 目窗——足少阳会
 承灵——足少阳会
 脑空——足少阳会
 风池——手足少阳会
 肩井——手少阳会
 天髎——手足少阳会
 臑俞——手太阳、阳跷、手少阳会
 臂臑——手阳明、手足太阳会
 居髎——足少阳会
 阳交——足少阳会
 金门——足太阳会
 ↑ ↑
 阳维—— 交会

注：阴维起于诸阴之会后，联络各阴经通向任脉。

阳维起于诸阳之会后，联络各阳经通向督脉。



二维为病



越人曰：阳维、阴维者，维络于身，溢畜不能环流灌溉诸经者也。故阳维起于诸阳之会，阴维起于诸阴之交。

【笺注】阳维脉和阴维脉的主要功能是维系联络一身表里的经脉。这二脉积蓄、盈溢着气血，而不随十二经循环周流，而是把气血灌溉于各个经脉之中。故阳维发起于诸阳之会部，阴维发起于诸阴之交之地。文中之“会”与“交”意思则同。

阳维维于阳，阴维维于阴，阴阳不能自相维，则怅然失志，溶溶不能自收持。又曰：阳维为病苦寒热，阴维为病苦心痛。

【笺注】阳维脉维系着人身属于阳性的经脉；阴维脉维系着人身属于阴性的经脉。阴维脉和阳维脉如果发生悞，而不能起到相互维系的作用，就会使人发生病变，感觉到精神恍恍惚惚，失去意志，体倦乏力，在动作上就不能由自己来控制。如果阳维脉独自发生病变，就会出现畏冷发热的证候。阴维脉单独发生病变，则易患这样那样的心痛症。

张洁古曰：卫为阳，主表，阳维受邪为病在表，故苦寒热；营为阴，主里，阴维受邪为病在里，故苦心痛。阴阳相维，则营卫和