

黄帝内经·灵枢译注卷一

九针十二原第一法天

黄帝问于岐伯曰：余子万民，养百姓，而收其租税。余哀其不给，而属有疾病。余欲勿使被毒药，无用砭石，欲以微针，通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会。令可传于后世，必明为之法，令终而不灭，久而不绝，易用难忘，为之经纪。异其章，别其表里，为之终始。令各有形，先立针经，愿闻其情。

【注释】

子：怜爱之意。

百姓：指百官。

经纪：此指规矩准绳。直者为经，周者为纪。

异其章：疑“异其”下脱“篇”字。

【译文】

黄帝问岐伯说：万民就像我的孩子一样，他们需要缴纳租税而供养百官。我感到悲哀的是他们生活不富足，接连不断地生病。

我想在为其治病方面，既不用药物，也不用砭石，而想用细小的针，刺入肌肤中来疏通经脉，调和气血，使气血在经脉之中正常出入运行及会合，畅通无阻。为使此方法传给后世，就必须确定出针经大法来，使之永远不会湮没，经久而不失传，此方法还应易用不易忘掉，这样就必须有理可循。还要章篇清楚，表里辨证分明，始终都要遵循以上原则。并将所用针具规定出形状。为此要先写一部《针经》你看怎么样呢？

岐伯答曰 臣请推而次之 令有纲纪 始于一终于九焉。请言其道。小针之要 易陈而难入 粗守形 上守神 神乎神 客在门。未睹其疾 恶知其原 刺之微 在速迟。粗守关 上守机 机之动 不离其空 空中之机，清静而微。其来不可逢，其往不可追。知机之道者，不可挂以发 不知机道 叩之不发 知其往来 要与之期。粗之暗乎 妙哉 工独有之。往者为逆 来者为顺 明知逆顺 正行无问。逆而夺之 恶得无虚 追而济之 恶得无实 迎之随之 以意和之 针道毕矣。

【注释】

- ① 机 气机的异常变化。
- ② 空 孔 即穴位。
- ③ 不可挂以发 在运用针刺补泻时要抓住时机 失之毫厘 差之千里。发，即头发。
- ④ 叩之不发 当刺不刺 失去时机。叩同扣，如箭扣在弦上而不发。

【译文】

岐伯回答说：请让我按着顺序谈，为了使其纲举目张，有条有理，不论篇章或针的种类，都有从一到九这个规律。

微针治病之理，粗浅了解容易，深入掌握较难。水平较低的医

生，只能从表面识别病情，而高水平的医生，主要根据病人神气变化来针治疾病。很神啊！人体正气有盛衰，正虚时，外来邪气就要由经气往来的门户客居在人体内部。粗心的医生不懂这些情况，怎能知道发病的根源呢？

针刺之微妙处，在于针刺疾徐手法。水平低的医生只拘泥于病变局部的针刺治疗，高明的医生却能观察气机的异常，气机的变化是不会离开穴位的，腧穴的气机变化是非常精细微妙的。当邪气盛时，不可迎而补之；邪气衰时，不可追而泻之。懂得气机变化的道理就不会有毫发的差失，不懂其道理就像把箭扣在弦上当发射而不发射一样，所以针刺必须掌握往来顺逆盛衰之时机而进行补泻。低水平的医生是不明白这些道理的，高明的医生才能体会到其妙处。正气去为逆，正气来复为顺，明白逆顺之理，就可以正确运用补泻手法。逆着经脉的走向，朝着邪气来的方向进针，夺其邪气，邪气怎么会不虚呢？顺着经脉的走向进针，补其正气，正气怎么会不实呢？必须迎其邪而泻，随其去而补，真正动脑辨证来选用补泻手法，针刺之道，也就尽于此了。

凡用针者 虚则实之 满则泄之 宛陈则除之 邪胜则虚之。大要曰 徐而疾则实 疾而徐则虚。言实与虚 若有若无 察后与先 若存若亡 为虚与实 若得若失。虚实之要 九针最妙 补泻之时 以针为之 泻曰必持内 之 放而出之 排阳得针 邪气得泄。按而引针 是谓内温 血不得散 气不得出也。补曰随之 随之意若妄之 若行若按 如蚊虻止 如留如还 去如弦绝 令左属右 其气故止 外门以闭 中气乃实 必无留血 急取诛之。持针之道 坚者为宝 正指直刺 无针左右 神在秋毫 属意病者 审视血脉者 刺之无殆。方刺之时 必在悬阳 及与两卫^⑤。神属勿去 知病存亡。血脉者 在腧横居 视之独澄 切之独坚。

【注释】

大要 古医籍篇名，已佚。

内：纳。

温：蕴。

悬阳 指卫气。卫气居表，属阳，卫护于外，如太阳悬挂在天，故称悬阳。
两卫：卫有两种意义而言。一为肌肉为脏腑之护卫；二为护卫体表之卫气。

【译文】

大凡针刺均需明辨虚实，虚证用补法，实证用泻法，对血瘀已久的用泻血法，邪气盛的用攻邪法。《大要》说：慢进针，快出针，出针后急按针孔，为补法；快进针，慢出针，出针后不闭针孔，为泻法。针下得气为实，针下不得气为虚。但是得气的时候，气的来去迅速，慄疾，若有若无，须细心体察，根据病情变化用补泻手法，感觉的差别是很小的；对于正气虚的用补法，使之正气实，就像若有所得一样；对于邪气实的用泻法，使之邪气虚，就像若有所失一样。补泻的要点，在于运用九针。或补或泻，均可用针刺手法来处理。在用泻法时，要持针纳入，得气后摇大针孔，排开表阳，以去邪气。如出针后随即按闭针孔，会使邪蕴于内，瘀血不散，邪气不得外泄。在用补法时，要随着经脉循行方向转针，因而补其气。运用补法，可根据病情而随意为之，以行其气。如针下有蚊虻叮咬感觉时，应停止进针，迅速出针。出针要快如箭离弓弦。当右手施行出针手法，左手随即按住针孔，针孔闭合，中气内守，才能补虚祛邪，也不会瘀血停留。若经脉恶血停留，应速刺放其恶血。持针的关键为必须紧握而有力，针体要端正直刺，不可偏左偏右，针刺要聚精会神，取穴精确，并注意观察病人的神态。仔细看好血脉，进针时避开它，就不会有什么危险。进针时，先刺到表阳所主卫分，然后再刺到脾所主之肌肉。皮肤和肌肉是神气游行出入的地方，细心观察，方知疾病的存在和消失。若有的血脉横布在腧穴周围，观察清楚，用手

去按摸也会感到触手坚实，下针时就可避开血脉刺进腧穴。

九针之名，各不同形：一曰鑱针，长一寸六分；二曰员针，长一寸六分；三曰鍤针，长三寸半；四曰锋针，长一寸六分；五曰铍针，长四寸，广二分半；六曰员利针，长一寸六分；七曰毫针，长三寸六分；八曰长针，长七寸；九曰大针，长四寸。鑱针者，头大末锐，去泻阳气；员针者，针如卵形，揩摩分间，不得伤肌肉，以泻分气；鍤针者，铍如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致其气；锋针者，刃三隅，以发痼疾；铍针者，末如剑锋，以取大脓；员利针者，大如薨^④，且员且锐，中身微大，以取暴气；毫针者，尖如蚊虻喙，静以徐往，微以久留之而养，以取痛痹；长针者，锋利身薄，可以取远痹；大针者，尖如挺，其锋微员，以泻机关之水也。九针毕矣。

【注释】

鑱(chán) 锐利。

鍤(dí) 通“镝”箭头。

铍针：铍,(pí)，大针。

薨(máo)指长毛。

挺(tǐng) 木棒。

【译文】

九针的名称和形状，各不相同。第一种叫做鑱针，长一寸六分；第二种叫做员针，长一寸六分；第三种叫做鍤针，长三寸五分；第四种叫做锋针，长一寸六分；第五种叫做铍针，长四寸，宽二分半；第六种叫做员利针，长一寸六分；第七种叫做毫针，长三寸六分；第八种叫做长针，长七寸；第九种叫做大针，长四寸。鑱针，针头大而针

尖锐利 适用于浅刺而泻皮肤的热邪 员针 针尖形如卵之圆钝 用以按摩 既不损伤肌肉 又能疏泄分肉间的邪气 鍤针 其锋像黍粟之粒样微圆 适于按压经脉 以引正气 排除邪气 锋针（三棱针），三面有刃 用治难治的久病 铍针 针尖像剑锋一样锐利 用于刺痛排脓 员利针 形状像长毛 圆而锐利 针身略粗 用治急性病 毫针 针尖细如蚊虫的嘴 可用来轻缓刺入皮肉 轻微地提插 久留其针 使之正气充实 用于治疗痛痹 长针 针尖锋利 针身略长 可治日久不愈的痹证 大针 粗大而头尖 如折竹之锐利 其锋微圆 泻关节积水之用。九针的情况，大致就这些。

夫气之在脉也，邪气在上，浊气在中，清气在下。故针陷脉^②则邪气出 针中脉则浊气出 针太深则邪气反沉 病益^③。故曰 皮肉筋脉各有所处 病各有所宜 各不同形 各以任其所宜。无实无虚 损不足而益有余 是谓甚病 病益甚。取五脉者死 取三脉者悞 夺阴者死 夺阳者狂 针害毕矣。刺之而气不至 无问其数 刺之而气至 乃去之 勿复针 针各有所宜 各不同形 各任其所为。刺之要 气至而有效 效之信，若风之吹云 阴乎若见苍天 刺之道毕矣。

【注释】

清气在下：清冷潮湿之气，多从人体下部入侵。

陷脉：指穴位而言。因穴位多在筋脉骨陷之中。

病益 根据《甲乙经》卷五第四“益下”有“甚”字 可从。

【译文】

邪气侵犯经脉的部位各不相同，风热之邪气多侵犯人体上部；寒热不适、饮食不节之浊气多滞留在人体中部之肠胃；清冷寒湿之邪多伤人体下部。因此，针刺筋脉骨陷孔穴，就能使风热等外邪得

以外出。针刺阳明经的穴位，可使胃肠浊气得出。病在体表而反深刺，会引邪入里，使病情加重。总之，人体的皮肉筋脉各有其部位，不同的病证各有其适应穴位，治疗就应该根据不同情况施针，不要实证用补法 虚证用泻法 如果那样 即是损不足而益有余 只能加重患者的痛苦和病情。在病重时，泻五脏的五俞穴，会导致死亡；泻三阳经俞穴，会导致身体虚弱衰败。如果损伤于阴，会使脏气耗竭而死亡；损伤于阳，会导致正气虚怯而发狂证。这都是用针不当的害处。针刺时，必须候气之到来，气未至时要耐心等待，不在于手法的次数，而在于气至即可。得气后即可出针不需再留针了。九针功能不同，形状各异。治疗时，根据病情选针，如刺后而得气 说明有疗效。疗效显著的 如风吹云散 重见晴天 这就是针刺的道理。

黄帝曰：愿闻五脏六腑所出之处。岐伯曰：五脏五腧，五五二十五腧 六腑六腧 六六三十六腧。经脉十二 络脉十五 凡二十七气 以上下 所出为井 所溜为荣 所注为腧 所行为经 所入为合 二十七气所行 皆在五腧也。节之交 三百六十五会 知其要者，一言而终 不如其要，流散无穷。所言节者，神气 之所游行出入也，非皮肉筋骨也。观其色 察其目 知其散复，一其形^② 听其动静 知其邪正。右主推之 左持而御之，气至而去之。凡将用针，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治也。五脏之气已绝于内，而用针者反实其外，是谓重竭。重竭必死，其死也静。治之者 辄反其气 取腋与膺 五脏之气已绝于外 而用针者反实其内，是谓逆厥。逆厥则必死，其死也躁。治之者，反取四末。刺之害中而不去则精泄 害^③ 中而去，则致气。精泄则病益甚而悞，致气则生为痈疡。五脏有六腑，六腑有十二原，十二原出于四关，四关主治五脏。五脏有疾，当取之十二原，十二原者，五脏之所以禀三百六十五节气味也。五脏有疾也 应出十二原 十二原各有所出 明知其原 睹

其应 而知五脏之害矣。阳中之少阴 肺也 其原出于太渊 太渊二。阳中之太阳 心也 其原出于大陵 大陵二。阴中之少阳 肝也 其原出于太冲，太冲二。阴中之至阴，脾也，其原出于太白，太白二。阴中之太阴 肾也 其原出于太溪 太溪二。膏之原 出于鸠尾 鸠尾一。育之原，出于腓腓，腓腓一。凡此十二原者，主治五脏六腑之有疾者也。胀取三阳 飧泄取三阴。今夫五脏之有疾也 譬犹刺也 犹污也 犹结也 犹闭也。刺虽久 犹可拔也 污虽久 犹可雪也 结虽久 犹可解也 闭虽久，犹可决也。或言久疾之不可取者，非其说也。夫善用针者，取其疾也，犹拔刺也 犹雪污也 犹解结也 犹决闭也。疾虽久 犹可毕也。言不可治者 未得其术也。刺诸热者 如以手探汤 刺寒清者 如人不欲行。阴有阳疾⑥者 取之下陵三里⑦ 正往无殆⑧，气下乃止 不下复始也。疾高而内者，取之阴之陵泉；疾高而外者，取之阳之陵泉也。

【注释】

神气：人体正气。

② 一其形 指分别形体强弱胖瘦。

害 据《寒热病篇》为“不”字 应改。

十二原：与后世所言不同，此指五脏各二穴及膏和育各一穴，共十二穴，非六腑所属原穴。

⑤ 十二：《甲乙经》卷一第六作“而”。

⑥ 阴有阳疾：指热在阴分。

⑦ 下陵三里：指足三里穴。

⑧ 正往无殆 无殆 即不要疏忽懈怠。殆 作怠字解。

【译文】

黄帝说：我希望听你讲五脏六腑经脉之气循行所出之处。岐伯回答 五脏各有其经脉 每条经脉各有井、荥、腧、经、合五个腧穴，五条经脉就有二十五个腧穴；六腑也是各有经脉，每条经脉各有井、荥、腧、原、经、合六个腧穴 六条经脉就有三十六个腧穴。人

体脏腑有十二经脉和十五络脉，合共二十七条经络，故经络的经气共二十七气，这二十七气在全身上下循环运行。经气所出的孔穴叫做井，经气所流过的孔穴叫做荣，经气所灌注的孔穴叫做腧，经气所行走的孔穴叫做经，经气所进入的孔穴叫做合。二十七气均流注运行于五腧而循环不息。周身关节经气流行交会之处，共有三百六十五个孔穴。如掌握其特点，即经气出入流注的情况，一句话即可说清。若不掌握其要领，就会漫无边际而无法理解孔穴的意义。人身关节部位，是人体正气游行出入之地，也是三百六十五个孔穴所在部位，而不是指皮、肉、筋、骨的局部形态。在进行针刺之时，应时刻观察病人的气色和精神，就可了解正气散复情况；分别病人形体的胖瘦强弱，听他的声音高低，可以了解邪正虚实情况。然后右手推而进针，左手扶持针身，等到针下得气，即可出针。凡针刺之前，必先诊察脉象，根据脏腑之气虚实，然后才决定治法。若五脏之气已竭绝于内，即阴虚于内，而反用针补在外的阳经，阳愈盛而阴愈虚，这叫重竭，重竭必死。由于是脏虚竭而死亡，故临死前其表现安静。这是误用针刺其脏气外出的腋膺部的腧穴，致使脏气尽泄于外的误治的缘故。如五脏之气已虚于外，是阳虚于外，若用针反补其阴，阴愈盛而阳愈虚，便会形成阴阳不相顺接的逆厥证。逆厥证也必然致死，死时烦躁不安。这是误针四肢末端而导致的阳气竭绝。针治的要害，刺已中病而不出针，会使精气耗损；不中病而出针，会使邪气滞留不散。精气外泄病情会加重而使人虚弱，气滞则容易发生痲痹。五脏在外与六腑相通，六腑之外有十二原，十二原穴出于肘膝的四关，四关原穴主治五脏病变。故五脏有病，应取十二原穴。由于五脏原穴是五脏聚三百六十五节经气而集中的地方，故五脏有病，必然反应到十二原。而十二原又各有所属之内脏，了解原穴的性质，观察其反应，即可知五脏受病情况。心肺居膈上，属阳位。肺是阳中之少阴，其原穴是太渊，左右各一。心是阳中之太阳，其原穴是大陵，左右各一。肝脾肾三脏居膈下，属阴位。肝是阴中之少阳，其原穴是太冲，左右各一。脾是阴

中之至阴，其原穴是太白，左右各一。肾是阴中之太阴，其原穴是太溪，左右各一。膏肓是胸腹腔膈上下之脂膜，膏的原穴为鸠尾，肓的原穴为脖腧，即气海，俱在任脉，各一。以上十二原穴，都是脏腑之气输注之处，故用来治疗五脏六腑的疾患。另外，腹胀之病，应取胆、胃、膀胱之足三阳经的腧穴，完谷不化的泄泻，应取脾、肾、肝之足三阴经的腧穴治疗。五脏发生疾病，犹如肌肤扎了刺，物体被污染，绳子打了结扣，河道发生淤塞一样。扎了刺虽久，还可拔掉它；污染日子虽久，还可洗净它；绳子扣结的日子虽久，还可解开它；河道淤塞虽久，还可疏通它。有人认为久病不可治疗，是不对的。善于用针的医生，治病也像拔刺洗污解结通塞一样，无论日子多久，也是可以治愈的。说久病不可治的人，是因为他未全面掌握针刺的技术。针刺外感热病，邪在肌表，应浅刺疾刺，如以手探沸汤一样，一触即还；针刺阴寒凝滞肢体清冷之病，适用深刺留针之法，如人留恋家乡不愿出行。热在阴分，应刺足三里。要精心治疗，不能懈怠，邪气消退，即应停针，如邪气不退，还需再刺。病出现于上部，而属于内脏的，可取阴陵泉；病出现在上部，而属于外腑的，可取阳陵泉。

本输第二法地

黄帝问于岐伯曰：凡刺之道，必通十二经络之所终始，络脉之所别处，五输之所留，六腑之所与合，四时之所出入，五脏之所溜处，阔数之度，浅深之状，高下所致。愿闻其解。岐伯曰：请言其次也。肺出于少商，少商者，手大指端内侧也，为井木，溜于鱼际，鱼际者，手鱼

也，为荣，注于太渊。太渊，鱼后一寸，陷者中也。为腧，行于经渠。经渠，寸口中也。动而不居，为经，入于尺泽。尺泽，肘中之动脉也。为合，手太阴经也。心，出于中冲。中冲，手中指之端也。为井木，溜于劳宫。劳宫，掌中中指本节之内间也，为荣；注于大陵，大陵，掌后两骨之间方下者也。为腧，行于间使。间使之道，两筋之间，三寸之中也。有过则至，无过则止，为经，入于曲泽。曲泽，肘内廉下陷者之中也。屈而得之，为合，手少阴也。肝出于大敦。大敦者，足大指之端及三毛之中也，为井木，溜于行间。行间，足大指间也。为荣，注于太冲。太冲，行间上二寸陷者之中也。为腧，行于中封。中封，内踝之前一寸半，陷者之中。使逆则宛，使和则通。摇足而得之，为经，入于曲泉。曲泉，辅骨之下，大筋之上也。屈膝而得之，为合，足厥阴也。脾出于隐白。隐白者，足大指之端内侧也，为井木，溜于大都。大都，本节之后，下陷者之中也。为荣，注于太白。太白，腕骨^⑤之下也。为腧，行于商丘。商丘，内踝之下，陷者之中也。为经，入于阴之陵泉。阴之陵泉，辅骨之下，陷者之中也。伸而得之，为合，足太阴也。肾出于涌泉。涌泉者，足心也。为井木，溜于然谷。然谷，然骨之下者也。为荣，注于太溪。太溪，内踝之后，跟骨之上，陷中者也。为腧，行于复留。复留，上内踝二寸，动而不休，为经，入于阴谷。阴谷，辅骨之后，大筋之下，小筋之上也。按之应手，屈膝而得之，为合，足少阴经也。

【注释】

- ① 五输 输、俞、腧三字通用。五输即井、荣、腧、经、合五穴。
- ② 溜处 形容血气运行、流动不息之意。溜与“流”相通。
- ③ 井木 十二经中阴经之五输穴井、荣、腧、经、合 按五行配属 均起于木，会于水 故曰井木。
- ④ 心、此为心包。因心与心包 本同一脏 其气相通。邪在于心 实则在于心包 故《邪客篇》曰：“手少阴之脉独无腧。”
- ⑤ 腕骨 据《甲乙经》、《太素》应为核骨。

【译文】

黄帝向岐伯问道：如要弄清针刺理论，就必须通晓十二经脉及络脉的循行起点和终点 络脉的支别和相会的处所 井、荥、腧、经、合五个腧穴在身体的一定部位；六腑与五脏的表里相合关系；四时气候阴阳消长对经气出入的影响；五脏之气所流注于五输的部位；尤其是经脉、络脉、孙脉的宽窄程度 浅深情况 上至头面，下至足胫的联系。想听你解释一下其中的道理。岐伯说：请让我依次来谈吧。肺经的经气出于少商穴，少商在大指桡侧之端，称为井穴，属木 经气从井穴流入鱼际穴 鱼际在手鱼之后 称为荥穴 经气经此注入太渊穴，太渊在鱼后一寸陷中，称为腧穴；经气再由此行于经渠穴 经渠在寸口陷中 此处有动脉跳动不止 称为经穴 经气由此归入尺泽穴，尺泽在肘窝横纹中央动脉应手处，称为合穴。这就是手太阴肺经所属的五输穴。心经的经气出于心包络的中冲穴，中冲在手中指端 称为井穴 属木 经气从井穴流入劳宫穴 劳宫在手掌中央，称为荥穴；经气由此注入大陵穴，大陵在掌后腕关节前第一横纹的中央陷中，称为腧穴；经气由此行于间使穴，间使在掌后三寸两筋之间凹陷中，当本经有病时，就出现反应，无病时脉气平静 称为经穴 经气再由此进入曲泽穴 曲泽在肘横纹中央 稍偏于尺侧凹陷中 屈肘可得其穴 称为合穴 这就是手少阴心经（实为心包络经）所属的五输穴。肝经的经气出于大敦穴，大敦在足大趾外侧和三毛中间 称为井穴 属木 经气从井穴流入行间穴 行间在足大趾次趾间动脉凹陷中，称为荥穴；经气由此注于太冲穴，太冲在行间上二寸陷中，称为腧穴；经气由此行于中封穴，中封在足内踝前一寸五分陷中，在该穴针刺，逆之则经气就会郁结，和之则经气就会通畅，足上翘陷凹中即是此穴，称为经穴；经气由此进入曲泉穴，曲泉在膝内侧辅骨之下，大筋之上，陷中即是，取穴时当屈膝，称为合穴。这就是足厥阴肝经所属的五输穴。脾经的经气出于隐白穴 隐白在足大趾内侧端 称为井穴 属木 从井穴流入大都

穴 大都在足大趾本节后陷中 称为荣穴 经气由此注于太白穴 太白在足内侧核骨后陷中，称为腧穴；经气由此行于商丘穴，商丘在足内踝下微前陷中，称为经穴；经气由此进入阴陵泉穴，阴陵泉在膝下内侧辅骨下陷中，取穴时把足伸直，从胫骨头内侧隐中取之，称为合穴。这就是足太阴脾经所属的五输穴。肾经的经气出于涌泉穴 涌泉在足心屈趾凹陷处 称为井穴 属木 经气从井穴流入然谷穴 然谷穴在然骨之下陷中 称为荣穴 经气由此注入太溪穴 太溪在内踝后跟骨上凹陷中，称为腧穴；经气由此行于复溜穴，复溜穴在足内踝上二寸，有动脉跳动之处，称为经穴；经气由此进入阴谷穴 阴谷在膝内侧辅骨后 大筋下 小筋上 按之有动脉应手 屈膝从腓横纹内侧两筋间取之，称为合穴。这就是足少阴经所属的五输穴。

膀胱出于至阴 至阴者 足小趾之端也 为井金 溜于通谷 通谷 本节之前外侧也 为荣 注于束骨 束骨 本节之后陷者中也 为腧 过于京骨 京骨 足外侧大骨之下 为原 行于昆仑 昆仑 在外踝之后 跟骨之上 为经 入于委中 委中 腓中央 为合 委而取之 足太阳也。胆出于窍阴 窍阴者 足小指次指之端也 为井金 溜于侠溪 侠溪 足小指次指之间也 为荣 注于临泣 临泣 上行一寸半陷者中也 为腧 过于丘墟，丘墟 外踝之前下 陷者中也 为原 行于阳辅 阳辅 外踝之上 辅骨之前 及绝骨之端也 为经 入于阳之陵泉 阳之陵泉 在膝外陷者中也 为合 伸而得之 足少阳也。胃出于历兑 历兑者 足大指内次指之端也，为井金 溜于内庭 内庭 次指外间也 为荣 注于陷谷 陷谷者 上中指内间上行二寸陷者中也 为腧 过于冲阳 冲阳 足附上五寸陷者中也，为原 摇足而得之 行于解溪 解溪 上冲阳一寸半陷者中也 为经 入于下陵 下陵 膝下三寸 胫骨 外三里也 为合 复下三里三寸为巨虚上廉 复下上廉三寸为巨虚下廉也 大肠属上 小肠属下 足阳明胃脉也，

大肠小肠 皆属于胃 是足阳明也。三焦者 上合手少阳 出于关冲 关冲者 手小指次指之端也 为井金 溜于液门 液门 小指次指之间也 为荣 注于中渚 中渚 本节之后陷者中也 为腧 过于阳池 阳池 在腕上陷者之中也 为原 行于支沟 支沟 上腕三寸 两骨之间陷者中也 为经 入于天井 天井 在肘外大骨之上陷者中也 为合 屈肘乃得之 三焦下腧 在于足大指 之前 少阳之后 出于腠中外廉 名曰委阳 是太阳络也。手少阳经也。三焦者，足少阳太阴 之所将，太阳之别也，上踝五寸 别入贯膈 肠 出于委阳 并太阳之正 入络膀胱 约下焦 实则闭癃 虚则遗溺 遗溺则补之 闭癃则泻之。手太阳小肠者 上合于太阳，出于少泽 少泽 小指之端也 为井金 溜于前谷 前谷 在手外廉本节前陷者中也 为荣 注于后溪 后溪者 在手外侧本节之后也 为腧 过于腕骨 腕骨 在手外侧腕骨之前 为原 行于阳谷 阳谷 在锐骨之下陷者中也 为经 入于小海 小海 在肘内大骨之外 去端半寸陷者中也 伸臂而得之 为合 手太阳经也。大肠上合手阳明 出于商阳 商阳 大指次指之端也 为井金 溜于本节之前二间 为荣 注于本节之后三间 为腧 过于合谷 合谷 在大指歧骨之间 为原 行于阳溪 阳溪 在两筋间陷者中也 为经 入于曲池 在肘外辅骨陷者中也 屈臂而得之 为合 手阳明也，是谓五脏六腑之腧，五五二十五腧，六六三十六腧也。六腑皆出足之三阳 上合于手者也。

【注释】

胛骨：即胫骨。

大指 据《甲乙》、《太素》、《千金》、《外台》应为“太阳”。

足少阳太阴 据《太素》“太阴”应为“太阳”。

在肘外辅骨陷者中也：《太素》卷十一《输穴本输》作“曲池者 在肘外辅骨之中也。”

【译文】

膀胱经的经气出于至阴穴，至阴在足小趾外侧尖端，称为井穴，属金；经气从井穴流入通谷穴，通谷在足小趾外侧本节前陷中，称为荥穴，经气由此注入束骨穴，束骨在足小趾外侧本节后陷中，称为腧穴；经气由此行于京骨穴，京骨在足外侧大骨下赤白肉际陷中，称原穴；经气再由此行于昆仑穴，昆仑在足外踝后，跟骨上陷中，称为经穴。经气由此归入委中穴，委中在腘横纹中央，屈膝而取之，称为合穴。这就是足太阳膀胱经所属的六输穴。胆经的经气出于窍阴穴，窍阴在足小趾次趾外侧端，称为井穴，属金。经气从井穴流入侠溪穴，侠溪在足小趾次趾歧骨间，本节前陷中，称为荥穴；经气由此注入临泣穴，临泣在上行去侠溪一寸五分的足小趾次趾本节后间陷中，称为腧穴；经气由此行于丘墟穴，丘墟在足外踝下微前陷中，称为原穴；经气再由此行于阳辅穴，阳辅在足外踝上四寸，辅骨之前，绝骨之端，称为经穴。经气由此归入阳陵泉穴，阳陵泉在膝下一寸，外辅骨陷中，称为合穴，当伸足取之。这就是足少阳胆经所属的六输穴。胃经的经气出于厉兑穴，厉兑在第二足趾之端外侧，称为井穴，属金。经气从井穴流入内庭穴，内庭在第二足趾之外间陷中，称为荥穴；经气由此注入陷谷穴，陷谷在足中趾次趾间，内庭上二寸，本节后陷者中，称为腧穴；经气由此行于冲阳穴，冲阳在足跗上五寸陷中，称为原穴。摇足而取穴。经气再由此行于解溪穴，解溪在冲阳后一寸五分，足跗关节上陷中，称为经穴。经气由此归入下陵穴，下陵即膝下三寸处，胫骨外缘的三里穴，称为合穴。由此向下再寻三寸，为上巨虚穴，上巨虚穴下三寸，即下巨虚穴。大肠经气寄属上巨虚穴，小肠经气寄属下巨虚穴，这两个穴位均为足阳明的穴位。因为大肠小肠接受胃中之水谷，通过小肠的泌别清浊，大肠的传导糟粕，而营养全身，所以都属于胃。这就是足阳明胃经所属的六输穴。三焦的经气是从手走头，上合手少阳经。其经气具体是始出于关冲穴，关冲在手小指侧，无名指之端，称

为井穴，属金；经气从井穴流入液门穴，液门在小指与无名指之间，称为荣穴；经气由此注入中渚穴，中渚在本节之后，两骨间陷中，称为腧穴；经气由此行于阳池穴，阳池在手腕上横纹陷中，称为原穴；经气再由此行于支沟穴，支沟在腕后三寸，两骨间陷中，称为经穴；经气由此归入天井穴，天井在肘外大骨之上，肘尖上一寸两筋中间陷中，称为合穴，屈肘可得之。三焦经的经气，还通于足部的下膻，在足太阳经前，足少阳经之后，别出于腠中外侧的委阳穴。它是足太阳经脉别出之穴，为三焦的下膻。以上膻穴，即为手少阳三焦经的六输穴和下膻穴的位置。三焦的经气与足少阳、太阳将相并行，从踝上五寸入于腠内，上行出于足太阳的别脉委阳穴，由此并入足太阳正经。其入内络于膀胱，约束于下焦。故委阳穴主治因三焦气化不利所致膀胱病变。三焦虚证，可见小便不通之癃闭病；三焦实证，可见小便失禁的遗尿病。故治疗遗尿当用补法，治疗癃闭当用泻法。小肠的经脉，上合于手太阳经，其经气始出于少泽穴，少泽在手小指外侧端，称为井穴，属金；从井穴流入前谷穴，前谷在手小指外侧本节前陷中，称为荣穴；经气由此注入后溪穴，后溪在手小指外侧本节后陷中，称为腧穴；经气由此行于腕骨穴，腕骨在手外侧腕骨前陷中，称为原穴；经气再由此行于阳谷穴，阳谷在手外侧腕中，锐骨下陷中，称为经穴；经气由此归入小海穴，小海在肘内大骨外，去肘端五分陷中，伸臂屈肘向头取之，称为合穴。这就是手太阳小肠经的六膻穴。大肠的经脉，上合手阳明经，其经气始出于商阳穴，商阳在食指尖端内侧，称为井穴，属金；经气从井穴流入食指本节前陷中的二间穴，称为荣穴；经气由此注入三间穴，三间在食指内侧本节后陷中，称为腧穴；由此行于合谷穴，合谷在手拇指食指歧骨间，称为原穴；经气再由此行于阳溪穴，阳溪在手腕上两筋之间凹陷中，称为经穴；经气由此归入曲池穴，曲池在肘外辅骨横纹头凹陷中，屈肘而得，称为合穴。这就是手阳明大肠的六输穴。以上所言五脏六腑的膻穴，五脏各有井荣膻经合五个膻穴，共二十五个膻穴；六腑各多一个原穴，六六三十六个膻穴。六腑的经

气皆出于足三阳经，上与手三阳经相合。

缺盆之中 任脉也 名曰天突 一。次任脉侧之动脉 足阳明也 名曰人迎 二。次脉手阳明也 名曰扶突 三。次脉手太阳也 名曰天窗 四。次脉足少阳也 名曰天容 五。次脉手少阳也 名曰天牖 六。次脉足太阳也 名曰天柱 七。次脉颈中央之脉 督脉也 名曰风府。腋内动脉 手太阴也 名曰天府。腋下三寸 手心主也 名曰天池。刺上关者 呿不能欠 ；刺下关者 欠不能呿。刺犊鼻者 屈不能伸。刺两关者 伸不能屈。足阳明挟喉之动脉也 其膺在膺中 。手阳明次在其膺外 不至曲颊一寸。手太阳当曲颊。足少阳在耳下曲颊之后。手少阳出耳后 上加完骨之上。足太阳挟项大筋之中发际。阴尺动脉在五里 五膺之禁也。肺合大肠 大肠者 传道之府。心合小肠 小肠者 受盛之府 肝合胆 胆者 中精之府。脾合胃 胃者 五谷之府。肾合膀胱 膀胱者 津液之府也。少阳 属肾 肾上连肺 故将两脏。三焦者 中渎之府也 水道出焉 属膀胱 是孤之府也。是六府之所与合者。春取络脉诸荣 大经分肉之间 甚者深取之 间 者浅取之。夏取诸膺 孙络肌肉皮肤之上。秋取诸合 余如春法。冬取诸井诸膺之分 欲深而留之。此四时之序 气之所处 病之所舍 脏之所宜。转筋者 立而取之 可令遂已。痿厥者 张而刺之 可令立快也。

【注释】

天容：疑为天冲穴之误。

呿(qū)不能欠 指应张口取穴 不应闭口。

膺中：此指胸中而言。膺，胸之意。

少阳 据《甲乙经》、《太素》当为少阴之误。

间：谓病轻。