

古籍典藏 · 原文与白话译文

《铜人针灸经》

中医 · 共 8 章节 · 7 章含白话译文

针灸著作，七卷。此书虽冠“铜人”之名，实与“铜人”无涉。系元代书商抄录《太平圣惠方》卷九十九《针经》的全文，析分为卷一-六，另附针灸禁忌一卷。

www.luckclub.cn · 古籍典藏 · 内容仅供文化学习研究

第 0 章

目录

原文

铜人针灸经 - 目录

铜人针灸经：卷一

原文

铜人针灸经：卷一

夫《黄帝正经》者，是先圣之遗教，乃后人之令范。是以先明流注、孔穴，靡不指的其源，若或苟从异说，恐乖正理之言。其十三经脉者，皆有俞、原，手足阴阳之交会，血气之流通，外营指节，内连脏腑。故经云：“手三阳之脉从手至头，手三阴之脉从手至胸（按：此处误，依《灵枢·逆顺肥瘦》原文，为“从藏走手”），足三阳之脉从足至头（按：此处误，依《灵枢·逆顺肥瘦》原文，应为“从头走足”），足三阴之脉从足至胸（按：依《灵枢·逆顺肥瘦》原文为“腹”）”，是谓日夜循环、阴阳会合。

又曰“春夏刺浅，秋冬刺深”，缘春夏阳气在上，人气亦在上，故当浅取之；秋冬阳气在下，人气亦在下，故当深取之。

是以“春夏各致一阴，秋冬各致一阳”者也。然：春夏温必致一阴者，初下针沉之至肾肝之部，得气，乃引持之阴也。秋冬寒必致一阳者，乃初内针浅而浮之至心肺之部，得气，而推内之阳也。是谓“春夏必致一阴，秋冬必致一阳”者也。（按：此段为《难经·七十难》原文，而与通行本有异，文句略有不通。《难经》原文为：“春夏各致一阴，秋冬各致一阳者，何谓也？”）

凡孔穴流注，所出为井，所流（按：通作“溜”，下同。）为营（按：应为“荣”），所注为俞，所过为原，所行为经，所入为合，此针之大法也。春刺井，夏刺营，仲夏刺俞，秋（按：据《难经·七十四难》，当缺“刺经”两字。），冬刺合也。

营（按：应为“肺”）出少商为井，手太阴脉也，流于鱼际为营（按：误，应为“荣”，下同。），注于太泉为俞，过于列缺为原，行于经渠为经，入于尺泽为合。心出中冲为井，手少阴脉也，流于劳宫为营，注于大陵为俞，过于内关为原，行于间使为经，入于曲泽为合。心包络脉手厥阴之脉也，出于少冲为井，流于少府为营，注于神门为俞，过于通理为原，行于灵道为经，入于少海为合。大肠出于商阳为井，手阳明脉也，流于二间为营，注于三间为俞，过于合谷为原，行于阳溪为经，入于曲池为合。

三焦出于关冲为井，手少阳脉也，流于液门为营，注于中渚为俞，过于阳池为原，行于支渠为经，入于天井为合。小肠出于少泽为井，手太阳脉也，流于前谷为营，注于后溪为俞，过于腕谷为原，行于阳谷为经，入于少海为合。手三阴三阳流注者。

胃出于厉兑为井，足阳明脉也，流于内庭为营，注于陷谷为俞，过于冲阳为原，行于解溪为经，入于三里为合。胆出于窍阴为井，足少阳脉也，流于侠溪为营，注于临泣为俞，过于丘墟为原，行于阳辅为经，入于阳陵泉为合。膀胱出于至阴为井，足大阳脉也，流于通谷为营，注于束骨为俞，过于京骨为原，行于昆仑为经，入于委中为合。

脾出于隐白为井，足大阴脉也，流于大都为营，注于太白为俞，过于公孙为原，行于商丘为经，入于阴陵泉为合。肝出大敦为井，足厥阴脉也，流于行间为营，注于太冲为俞，过于中封为原，行于中都为经，入于曲泉为合。肾出涌泉为井，足少阴脉也，流于然谷为营，注于太溪为俞，过于水泉为原，行于复溜为经，入于阴谷为合。足三阴三阳所流注者。

又云：“能知迎随之气，可令调气，调气之方者，必在阴阳。”然：所谓“迎随”者，知荣卫之流行，经络之往来也，随其顺逆而取之，故曰“迎随”。“调气之方，必在阴阳”者，知其表里，随其阴阳而调之。故曰“调气之方，必在阴阳”者也。（按：此段为《难经·七十二难》，原文为“知其内外表里”）

夫用针刺，刺者须明其孔穴，补虚泻实，送坚付软，以急随缓，荣卫常行，勿失其理。故经云“虚者补之，实者泻之。不虚不实，以经取之。”然：虚者补其母，实者泻其子，当先补而后泻。“不实不虚，以经取穴”者，然：是正经目中他邪，当自取其经，故言“以经取之”。（按：此段为《难经·六十九难》，原文为“是正经自生病，不中他邪也”）

又云：“刺营无伤于卫，刺卫无伤于营”，然：针阳者，卧针而刺之；刺阴者，先以左手捻按所针营（按：应为“荣”）俞之处，候气散乃内针，是谓“刺营无伤于卫，刺卫无伤于营”也。

又云：“东方实，西方虚，泻南方，补北方”者。然：是金、水、木、火、土，当于相平也。缘东方木，西方金，木欲实，金当平之；火欲实，水当平之；东方者，肝也，则知肝实；西方者，肺也，则知肺虚。“泻南方，补北方”者，南方火，火者，木之子；北方水，水者，木之母。水胜火。子能令母实，母令子虚。故泻火补水，欲令金不得平木也。经言“不能治其虚，何问其余”，此之谓也。

又曰：“夫言气实者，热也；气虚者，寒也。针实者，以右手持针，左手捻按，开针穴以泻之。虚者以左手闭针穴以补之。补泻之时，与气开阖相应。”是谓“针容一豆补泻”之理也。又云：“虚者，徐而疾；实者，疾而徐。徐即是泻，疾即是补，补泻之法一依此也。下针之时，掏取穴，置针于营上三十六息。以左（按：当缺“手”字）掏穴令定，法其地不动；右手持针，象其天而运转也。于此三十六息然定得针，右手存意捻针，左手掏穴可重五两已（按：通“以”）来计。

其针如转如不转，徐徐下之。若觉痛，即可重二两。若不觉，以经下之。入人营至卫至病（按：似应为“入卫至营至病”），得气，如鲋鱼食钓，即得其病气也，量其轻重以经取之。名曰“疾徐”者，至病即得气，欲出针时，子午缓缓出而引病气不绝，名曰徐也。既引气名一向无补名之曰泻。”（按：似有缺、误，不通）问曰：“凡下针时，若为是好？”答曰：“徐徐下之，坚持为实。凡下针，先须持针坚得安稔，不用饱食，亦不用空肚。如患人欲针（按：疑衍）者，有乘车来者，有步行来者。如人行十里许，须令坐息，安神定气。乘车者，如人行三里许。患人嘿嘿而不言，安心大坐，候气脉安定，乃可下针。”

又云：“夫针之者，不胸身心口如衔索曰欲内视消息气而（按：似有缺、误，不通），不得妄行针。针入一分知天地之气，针入二分知呼吸之气，针入三分知逆顺之气。针皮毛者无伤肌肉，针肌肉者无伤筋脉，针筋脉者无伤骨髓，针骨髓者无伤诸络。东方甲乙木，主人筋膜；南方丙丁火，主人血脉；西方庚辛金，主人皮毛；北方壬癸水，主人骨髓；中央戊己土，主人肌肉。针伤筋膜者，令人愕视、失魂；针伤血脉者，令人烦乱、失神；针伤皮毛者，令人上气、失魄；针伤骨髓者，令人呻吟、失志；针伤肌肉者，令人四肢不收、失

智也。刺若中心，一日死；刺若中肝，五日死；刺若中肾，六日死；刺若中肺，三日死；刺若中脾，十日死；刺若中胆，一日半死。”

又云：“无刺大醉，无刺大怒，无刺大劳，无刺大饱，无刺大饥，无刺大渴，无刺大惊，已（按：通“以”）上，古之深戒也。”

又，黄帝问岐伯曰：“余闻九针之名，上应天地四时阴阳，愿闻其方，传于后代。”岐伯对曰：“九针者，一曰鑱针，二曰圆针，三曰鍉针，四曰锋针，五曰（按：应为“铍”）针，六曰丸（按：应为“员”）利针，七曰毫针，八曰长针，九曰大针，此乃九针之名。九针所应，一天、二地、三人、四时、五音、六律、七星、八风、九野。人之身形示（按：应为“亦”）应之也，各有所宜。人皮应天，人肉应地，人脉应人，人筋应四时，人声应音，人阴阳合气应律，人齿面目应星，人出入气应风，人九窍三百六十五络应九野。故一针皮，二针肉，三针脉，四针筋，五针骨，六针调阴阳，七针益精，八针除风，九针通九窍，除三百六十五节气，此之谓各有所立也。”

（按：此段除“九针之名”引自《灵枢·九针十二原》外，余皆为《素问·针解》原文，故据二篇校之）黄帝问曰：“人生有形，不离阴阳；天地合气，别为九野，分为四时，月有小大，日有长短。长（按：此为衍文）万物并至，不可胜量，虚实咄吟，敢问其方。”岐伯曰：“木得金而伐，火得水而灭，土得木而达，金得火而缺，水得土而绝，万物尽然，不可胜竭。故针有悬布天下者五，黔首其（按：应为“共”）余食，莫知之也。一曰治神，二曰知养身，三曰知毒药为真，四曰制砭石小大，五曰知府藏血气之诊。五法俱立，各有所先。今末世之刺也，虚者实之，满者泄之，此皆众工所共知也。若夫法天则地，随应而动，和之者若响，随之者若影，道无鬼神，（按：当缺“独来”）独往。”

黄帝曰：“愿闻其道”，岐伯曰：“凡刺之真，必先治神。五脏已定，九候已备，乃后存针。众脉不见，众凶弗闻，外内相得，无以形先，可玩往来，乃施于人。人有虚实，五虚勿近，五实勿远，至其当发，间不容瞋。手动若务，针耀而匀，静意视义，观适之变，是谓冥冥，莫知其形。见其乌乌，见其稷稷，从见其飞，不知其谁，伏如横弩，起如发机。”黄帝曰：“何如而虚？何如而实？”岐伯曰：“刺虚者须其实，刺实者须其虚也。留气已至，慎守勿失。深浅在志，远近如一。如临深渊，手如握虎，神无营于众物。”（按：此段为《素问·宝命全形论》原文，均据之校）

今列孔穴图于后者

白话译文

《黄帝内经》是先贤留下的医学法度，是后世习医者的根本准则。学习针灸，首先必须弄清经脉流注与穴位所在，追溯其本源；若随意采信异说，恐怕会偏离正理。

十二经脉各有俞穴、原穴，手足阴阳经脉在此交会，气血（维持生命活动的基本物质）由此流通，向外濡养四肢关节，向内连接五脏六腑。经典记载：手三阳经从手走向头部，手三阴经从脏腑走向手部，足三阳经从头走向足部，足三阴经从足走向腹胸，如此昼夜循环、阴阳交会，周而复始。

针刺深浅随季节而变。春夏应浅刺，秋冬应深刺。原因在于：春夏阳气（推动、温煦人体的功能之气）上浮于上，人体之气也随之上行，故取穴宜浅；秋冬阳气沉降于下，人体之气亦沉伏于深处，故取穴宜深。

由此引申出“春夏各致一阴，秋冬各致一阳”的法则。春夏温热之时，须引取一分阴气：进针后先沉至肝肾所在的深部，候得气感，再缓缓上提，以引导阴气上来。秋冬寒凉之时，须引取一分阳气：先浅刺至心肺所在的表浅层，候得气感，再向内推送，以激发阳气。

五腧穴（五类特定穴）的命名规律。经气所出之处称为“井”，经气初流之处称为“荥”，经气灌注之处称为“俞”，经气过境之处称为“原”，经气畅行之处称为“经”，经气深入汇聚之处称为“合”。这是针灸取穴的总纲。

春季刺井，夏季刺荥，长夏刺俞，秋季刺经，冬季刺合。

十二经脉五腧穴分述如下：

手部六经： - 肺经：少商（井）→ 鱼际（荥）→ 太渊（俞）→ 列缺（原）→ 经渠（经）→ 尺泽（合） - 心包经：中冲（井）→ 劳宫（荥）→ 大陵（俞）→ 内关（原）→ 间使（经）→ 曲泽（合） - 心经：少冲（井）→ 少府（荥）→ 神门（俞）→ 通里（原）→ 灵道（经）→ 少海（合） - 大肠经：商阳（井）→ 二间（荥）→ 三间（俞）→ 合谷（原）→ 阳溪（经）→ 曲池（合） - 三焦经：关冲（井）→ 液门（荥）→ 中渚（俞）→ 阳池（原）→ 支沟（经）→ 天井（合） - 小肠经：少泽（井）→ 前谷（荥）→ 后溪（俞）→ 腕骨（原）→ 阳谷（经）→ 少海（合）

足部六经： - 胃经：厉兑（井）→ 内庭（荥）→ 陷谷（俞）→ 冲阳（原）→ 解溪（经）→ 足三里（合） - 胆经：足窍阴（井）→ 侠溪（荥）→ 足临泣（俞）→ 丘墟（原）→ 阳辅（经）→ 阳陵泉（合） - 膀胱经：至阴（井）→ 通谷（荥）→ 束骨（俞）→ 京骨（原）→ 昆仑（经）→ 委中（合） - 脾经：隐白（井）→ 大都（荥）→ 太白（俞）→ 公孙（原）→ 商丘（经）→ 阴陵泉（合） - 肝经：大敦（井）→ 行间（荥）→ 太冲（俞）→ 中封（原）→ 中都（经）→ 曲泉（合） - 肾经：涌泉（井）→ 然谷（荥）→ 太溪（俞）→ 水泉（原）→ 复溜（经）→ 阴谷（合）

迎随补泻之法。能够掌握迎随之气的规律，就能调节气机。所谓“迎随”，是说要了解营气（运行于脉中、滋养全身的精华物质）与卫气（运行于脉外、抵御外邪的防卫之气）的运行方向，沿经络往来的顺逆取针。所谓“调气必在阴阳”，是要辨别表里阴阳，随其属性加以调整。

补虚泻实的原则。虚则补其母穴，实则泻其子穴，一般先补后泻。若经脉本身自生病变、并无外邪侵入，则直接取该经穴位处理。

刺阳分（卫气所在的浅表部位）时，针体横卧浅刺；刺阴分（营气所在的深层部位）时，先以左手按压穴位，待气血散开，再进针，如此“刺营不伤卫，刺卫不伤营”。

五行制约的治疗应用。以“东方实，西方虚，泻南方、补北方”为例：东方属木对应肝，西方属金对应肺，肝实肺虚时，不直接补肺，而是泻南方（火，为木之子）、补北方（水，为木之母）。因为水能克火，泻子可令母实，补母可令子充，通过水火的调节，使金木趋于平衡。此即“治本”之道，而非头痛医头。

气的虚实与补泻手法。气实表现为热，气虚表现为寒。泻法：右手持针，左手按压，开穴散气；补法：出针后左手迅速按闭穴口，留守正气。节奏上，补法"徐进疾出"（慢进快出），泻法"疾进徐出"（快进慢出）。

进针前，先用手指循按穴位，静候三十六次呼吸。左手按穴如山不动，右手持针如天运转；缓缓进针，若觉疼痛则减轻力度。针下得气的感觉，如同鱼儿吞钩，此时方可根据病情轻重施治。

下针的注意事项。患者不宜过饱、过饥；若是赶路而来，步行十里者须休息至气息平定，乘车而来者也须稍候安神，待脉气安静后方可进针。

针刺的层次法度。进针一分，感知天地之气的表浅变化；进针二分，感知呼吸之气；进针三分，感知经气的顺逆。针刺皮毛不可伤及肌肉，针刺肌肉不可伤及筋脉，针刺筋脉不可伤及骨髓，层层有别。

五方与五体对应：东方木主筋膜，南方火主血脉，西方金主皮毛，北方水主骨髓，中央土主肌肉。若误伤各层，轻则失神失魄，重则死亡：刺中心一日死，刺中肝五日死，刺中肾六日死，刺中肺三日死，刺中脾十日死，刺中胆一日半死。

七禁：大醉、大怒、大劳、大饱、大饥、大渴、大惊之时，皆不可针刺，此乃古人严戒。

九针与天地对应。黄帝询问九针之道，岐伯答曰：九针分别对应天、地、人、四时、五音、六律、七星、八风、九野，与人体各部位相应：

针型	对应	主治	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----					
镵针（粗头）	天、皮	刺皮毛	圆针（卵形）	地、肉	刺肌肉	鍉针（圆头）	人、脉	刺血脉	锋针（三棱）	四时、筋	刺筋	铍针（剑形）	音、骨	刺骨
员利针（细圆）	律	调阴阳	毫针（毫发）	星	益精气	长针	风	除风邪	大针（粗大）	九野	通九窍、除节气			

医者五要与刺法精髓。岐伯指出，将针法推行天下，有五项根本：一曰治神（安定医者与患者的心神），二曰知养身，三曰知药性真伪，四曰制砭石大小，五曰诊察脏腑气血。

真正的针刺之道，首先要"治神"——五脏气候已明，三部九候已察，方可持针。医者须屏蔽外界干扰，内外合一，全神贯注于气机变化。虚则留针待实，实则疾出令虚；深浅在于意念把握，远近感知如一。临针如临深渊，手如握虎，心无旁骛——此乃针道之极致。

关键词

五腧穴：井、荣、俞、原、经、合，是每条经脉上五类特定穴位，分别对应经气的出、流、注、过、行、入，为针灸取穴的核心纲领。

营卫：营气行于脉内，滋养五脏六腑；卫气行于脉外，温煦肌肤、抵御外邪。二者一阴一阳，构成人体气血防御与濡养的基本格局。

迎随补泻：针刺手法的核心原则。顺经气运行方向行针为"随"（补），逆经气运行方向行针为"迎"（泻），以此调节经脉气血的盛衰。

子母补泻：依五行生克关系取穴：虚证补其母穴（生我者），实证泻其子穴（我生者），间接调节本经失衡，体现"治本"思路。

得气：进针后针下出现酸、麻、胀、重等感觉，表明针与经气相应，是判断针刺有效的关键指征，原文比喻为"鱼儿吞钩"。

现代启示

这一卷的核心逻辑，是把人体放置在时间（四季）、空间（深浅层次）、关系（五行生克）三个坐标系中动态诊治，而非孤立对症。这与现代系统医学、时间生物学的思路高度吻合——人体的免疫节律、激素分泌、神经敏感度确实随季节和昼夜而波动（仅供文化学习，不构成医疗建议）。

更值得注意的是，卷中反复强调"治神"——医者进针前须凝神屏气、全神贯注，患者须安静候气。这提醒我们：一切身体干预，都发生在心神与形体的互动之中，情绪状态深刻影响生理反应。

七禁（醉、怒、劳、饱、饥、渴、惊）从现代生理学看，每一项都对明确的应激状态或代谢异常，此时进行任何侵入性操作风险确实更高。

古人用"鱼儿吞钩"来描述针下得气的瞬间——一个具体、可感的身体经验，跨越两千年仍令人感同身受。

****引发思考的问题：**** 现代医学越来越依赖仪器数据，而这套体系要求医者凭手感、心神与患者气血"对话"——这种高度主观的感知能力，是可以被训练的吗，还是某种更难言说的东西？

铜人针灸经：卷二

原文

铜人针灸经：卷二

今具列一十二人形共计二百九十穴

上星一穴，在额颅上直鼻中央，入发际一寸、陷容豆是穴。督脉气所发。主疗头风，头肿皮肿而虚（按：据《针灸大成·督脉考正穴法》所引《铜人》原文，应为“头皮肿，面虚”，应是。）鼻塞，头痛。针入二分，留十呼，泻五吸。针下气尽，更停针引之，得气即泻。灸亦得，然不及针。日灸三壮，至百五壮罢，不宜多灸。须停十余日，然后更灸。若频灸，恐拔气大上，令人眼暗，故不用相续加。灸满五十壮，即以细三棱针刺头上，令宣通热气者，热不止，热气上冲头痛也。戒酒、面、荞麦。

凶会一穴，在上星上一寸、陷者中是穴。督脉气所发。主疗鼻塞。日灸二七壮，至七日停。初灸之时痛，五十壮即不痛，至七十壮或痛，即停灸。其鼻塞，若灸至四日，便当渐可，至七日即差。针入二分，留三呼，得气即泻。主疗头风痛，白屑起，多睡。针之弥佳。针讫，可用末盐、生麻油相和，以揩发根下。头悉涂，数数用此，即末无头风。八岁以上，方可针。凶门未合，若针，不幸令人死。忌荞麦、热食、猪肉。

前顶一穴，在凶会上一寸五分，骨陷中是。甄权《针经》云“一寸”是穴，今依《素问》“一寸五分”为定。督脉气所发。主疗头风热痛，头肿，风痫。针入三分，留七呼，泻五吸。大肿极，即以三棱针刺之绕四方一寸以下，其头痛、肿立差，复以盐末、生麻油揩发际下。灸亦得。

百会一穴，在前顶后一寸半，顶中心。督脉、足大（按：应为“太”）阳之会。主疗脱肛，风痫，青风，心风，弓角反张、羊鸣多哭、言语不择、发时即死、吐沫、心中热闷，头风，多睡，心烦，惊悸，无心力，志（按：据《针灸大成·督脉考正穴法》所引《铜人》原文，应为“忘”，亦通。）前失后，吃食无味，头重，饮酒面赤，鼻塞。针入二分，得气即泻。如灸，数至百五，即停三五日。讫，绕四畔以三棱针刺令出血，以井花水淋之，令气宣通。不得一向火灸，恐拔气上，令人眼暗。忌酒、面、猪、鱼、荞麦、蒜韭等。

天突一穴，在结喉下陷者中宛宛。是阴维、任脉之会。针入五分，留三呼，得气即泻。主欬嗽上气，噎，胸中气（按：疑缺字），喉内状如水鸡声，肺壅唾脓血，气壅不通，喉中热疮、不得下食。灸亦得，然不及针。其下针，直横下，不得低手，即五脏之气伤，令人短寿。慎加药法及辛、酸、滑等。

璇玑一穴，在天突下一寸陷者中，仰头取之是穴。任脉气所发。主胸（按：当缺“肋”字）支满、痛，喉痹，咽痛，水浆不下。灸五壮，针入三分。

华盖一穴，在璇玑下一寸陷中，仰而取之。任脉气所发。主胸肋支满、痛引胸中，欬逆，上气，喘不能言。灸五壮，针入三分。

紫宫一穴，在华盖下一寸六分陷中，仰而取之。任脉气所发。主胸肋支满、痹痛、骨疼，饮食不下，呕逆，上气，烦心也。灸五壮，针入三分。

玉堂一穴，在紫宫下一寸六分陷中。一名“玉英”。任脉气所发。主胸满不得喘息、痹痛、骨疼，呕逆，上气，烦心。灸五壮，针入三分。

臈（按：通作“臈”）中一穴，一名“元儿”。在玉堂下一寸六分，横直两乳间陷者中。任脉气所发。宜灸，至七七止。主肺痈咳嗽、上气、唾脓，不得下食，胸中气满如塞。禁穴，不可针。针，不幸令人死。

中庭一穴，在臈（按：通作“臈”）中下一寸六分陷中。任脉气所发。主胸胁支满，心下满，饮食不下，呕逆吐食还出。灸五壮，针入三分。

巨骨一穴，在心脾骨头（按：据《针灸甲乙经》作“在肩端上行、两叉骨间陷者中”。《针灸资生经。卷一》云“《铜人》云‘巨骨二穴，在肩端上两叉骨间’，《明堂经。下经》亦同。但《明堂经。上经》云‘巨骨一穴，在心脾骨头’，不特‘一穴’、字不同，而穴‘在心脾骨头’，亦异。岂其所谓‘一穴在心脾骨头’者，非巨骨耶。不然、即是误写二字、作一字。肩胛、为心脾也。”）。不可（按：疑衍）日灸三壮至七壮。主惊痫，破心吐血。禁针。针，则倒悬一食顷，然后乃可下针。针入四分，泻之勿补，针出始得正坐。忌酒、面、热食、猪、鱼、生冷物。

云门二穴，在巨骨下，气户两傍，各二寸陷中，动脉应手，举臂取之。山眺经（按：未详）云“在人迎下第二骨间，相去二寸三分”。足太阴脉气所发。治呕逆气上，胸胁彻背痛。通灸，禁针，理肺同药疗之。针深令人气逆。

少商（按：当缺“二穴”两字）者，木也。在手大指端侧，去爪甲角如韭叶，白肉际，宛宛中。手大（按：应为“太”）阴脉之为井也。针入一分。主不能食，腹中气满，吃食无味。宜针不宜灸。以三棱针刺之，血出胜气，之所以胜气针者，此脉胀腮之腮中有气，人不能食，故刺出血（按：似难解。《针灸资生经。卷一》作：“以三棱针刺之令血出，胜气针。所以胜气针者，此脉胀腮之。候腮中有气，人不能食。故刺出血。”），以宣诸藏睽也。忌冷、热食。鱼际二穴者，火也。在手大指节后，内侧散脉中。

手太阴之所流（按：通作“溜”）为营（按：误，应为“荣”）也。主虚热，洒洒毛竖，恶风寒，舌上黄，身热，咳嗽，喘痹走背胸、不得息，头痛甚、汗不出，热烦，心少气不足以息，阴痒，腹痛、不下食，时挛，支满，喉中焦、干渴，瘥，上气，热病寒栗，鼓颌，腹满，阴痿色不变，肺心痛牵引尻、溺出，膈中虚，食饮呕，身热汗出，重呕吐血，日（按：疑为“目”）泣出，短气，心痹，悲怒逆气，任惕，胃气逆也。针入二分。

白话译文

本卷列十二人形图，共计二百九十穴。以下逐穴释义：

上星：位于额颅正中，发际上一寸凹陷处，属督脉（循行于背部正中、主一身阳气之经脉）所发。主治头风（因风邪侵袭引起的头痛）、头皮浮肿、鼻塞。针刺入二分，留针十呼，泻法行五吸；针下气尽后稍停再引，得气即施泻法。艾灸亦可，但效果不如针。每日灸三壮，累计至百余壮即停；须间隔十余日再灸，否则恐阳气上冲，致人眼目昏暗。灸满五十壮后，以细三棱针点刺头皮宣散热气。忌饮酒及食面食、荞麦。

囟会：在上星上一寸凹陷中，督脉所发。主治鼻塞，每日灸十四壮，连灸七日停；初灸时穴位有痛感，灸至五十壮后不痛，至七十壮若再痛则停。鼻塞者灸至第四日渐愈，第七日可痊。针刺入二分，留三呼，得气即泻。亦治头风、头皮白屑、嗜睡，针效更佳。针后可用细盐末调生麻油涂抹发根，坚持使用可根除头风。八岁以下儿童囟门未闭合者，**严禁针刺，否则有生命危险**。忌荞麦、热食、猪肉。

前顶：在囟会上一寸五分（以《素问》为准），骨陷中。督脉所发。主治头风热痛、头部肿胀、风痫（因风邪引起的癫痫发作）。针入三分，留七呼，泻五吸。若肿势极重，以三棱针在肿处四周一寸内点刺放血，头痛肿胀即可立减，再以盐末、生麻油涂抹发际。艾灸亦可。

百会：在前顶后一寸半，位于头顶正中，为督脉与足太阳膀胱经之会穴。主治脱肛、风痫、心神失常（青风、心风）、角弓反张（背部强直如弓）、羊鸣多哭、语言失控、发作时昏厥、口吐泡沫、心中烦热、头风嗜睡、心烦惊悸、神疲无力、前事后事混忘、饮食无味、头重、饮酒后面赤、鼻塞等。针入二分，得气即泻。艾灸不得连续过多，以防阳气上冲损伤眼目；灸至百余壮则停，停数日后以三棱针点刺四周出血，再以井水（清晨第一桶井水）淋洗，使气机宣通。忌酒、面食、猪鱼、荞麦、蒜韭。

天突：在喉结下方凹陷处正中，阴维脉与任脉（循行于腹部正中、主一身阴气之经脉）之会。针入五分，留三呼，得气即泻。主治咳嗽气逆、噎膈（吞咽困难）、喉中痰鸣如水鸡声、肺痈（肺部化脓性感染）咯脓血、气道阻塞、喉中热疮、饮食难下。艾灸亦可，但针效更优。**进针时须水平横刺，不得针尖向下，否则损伤五脏之气，令人折寿**。忌辛、酸、滑膩之物。

璇玑：在天突下一寸凹陷中，仰头取穴。任脉所发。主治胸胁胀满、咽喉肿痛（喉痹）、咽部痈肿（咽痛）、水液难以下咽。灸五壮，针入三分。

华盖：在璇玑下一寸凹陷中，仰卧取穴。任脉所发。主治胸胁胀满疼痛牵引胸中、咳嗽气逆、喘息不能言语。灸五壮，针入三分。

紫宫：在华盖下一寸六分凹陷中，仰卧取穴。任脉所发。主治胸胁胀满痹痛、骨节疼痛、饮食不下、呕吐气逆、心中烦躁。灸五壮，针入三分。

玉堂（又名玉英）：在紫宫下一寸六分凹陷中。任脉所发。主治胸满喘息不利、痹痛骨疼、呕吐气逆、心烦。灸五壮，针入三分。

膻中（又名元儿）：在玉堂下一寸六分，两乳头连线正中凹陷处。任脉所发，为气之会穴（宗气汇聚之所）。宜灸，至七七四十九壮止。主治肺痈、咳嗽上气、咯吐脓痰、饮食难下、胸中气满如塞。**此为禁针穴，误针可致死**。

中庭：在膻中下一寸六分凹陷中。任脉所发。主治胸胁胀满、心下痞满、饮食不下、呕吐食物。灸五壮，针入三分。

巨骨：在肩端两叉骨（锁骨与肩胛冈之间）凹陷中。日灸三壮至七壮。主治惊痫、心气大伤吐血。**禁止直接针刺**；若必须针刺，须令患者倒悬约一顿饭工夫，方可进针，针入四分，只泻不补，起针后方可令患者正坐。忌酒、面食、热食、猪鱼、生冷之物。

云门（左右各一，共两穴）：在锁骨下、胸前两侧各二寸凹陷中，举臂时动脉应手处取穴。足太阴脾经脉气所发。治呕逆、气上冲、胸胁痛彻背部。只宜艾灸，禁止针刺（深刺令人气逆）；可配合药物调理肺气。

少商（左右各一，共两穴）：在手大指末端桡侧，距指甲角如韭叶宽处，白肉际凹陷中。为手太阴肺经井穴（五输穴之首，经气初发如井泉）。针入一分。主治不能进食、腹中气胀、食而无味。**宜针不宜灸**。以三棱针点刺出血，可宣泄经脉壅滞之气（此脉气胀满于腮颊，患者因之不能进食，刺血以宣通五脏郁气）。忌冷食、热食。

鱼际（左右各一，共两穴）：在手大指第一掌骨后缘，赤白肉际散脉处。为手太阴肺经荥穴（五输穴之二，主身热病证）。主治虚热、毛发竖立恶寒、舌苔黄、发热、咳嗽、喘息胸背走窜疼痛、剧烈头痛无汗、心烦气短、阴部瘙痒、腹痛不食、肢体拘挛、咽喉焦干口渴、痉挛、气逆、热病寒栗、下颌颤抖、腹满、阴部久病色不变、心痛牵引尾骶及遗尿、膈间虚弱、呕吐、身热汗出、重症呕血、目泣出、短气、心痹、悲怒气逆、心惊肉跳、胃气上逆等。针入二分。

关键词

督脉气所发：督脉循行于脊背正中，总督一身阳经；"所发"指该穴为督脉之气涌现输布之处，非督脉直接经过亦然。

三棱针：古代放血专用针具，截面呈三角形，刺入皮下可使瘀血、热气随血外泄，适用于实热、壅滞证候。

井穴/荥穴：五输穴分类。井穴为经气最浅处（如泉眼），主急救与神志；荥穴为经气渐盛处，主身热病证。少商为井，鱼际为荥。

得气：针刺后患者出现酸、麻、胀、重感，医者指下感到针体被"吸住"，表明经气已至，是施补泻手法的前提条件。

宗气：积于胸中（膻中所在）的后天之气，由呼吸清气与水谷精气化而成，主司呼吸与心脏搏动，故膻中为"气之会穴"。

现代启示

本卷所载穴位，以督脉、任脉、手太阴肺经为主线，贯穿从头顶至手指末端的一条完整通路。从现代解剖视角来看，督脉头部诸穴（上星、囟会、百会）大致对应大脑皮层顶部投影区，古人通过刺激这些部位治疗头风、神志失常，与现代神经调控思路存在一定的结构相关性；任脉胸部穴位（天突至膻中）则密集分布于气管、主支气管投影区，对应肺系疾病治疗核心。尤其值得注意的是，书中对禁针穴（膻中、云门）的警示极为明确，说明古代医家已通过长期临床观察积累了相当的风险意识，与现代医学对胸腔穿刺风险的认知高度吻合。少商放血治疗咽喉急症的方法，至今仍被部分中医临床保留使用，并在现代咽喉科研究中有所探讨。

****引发思考的问题****：古人为何独独将膻中（两乳正中）列为"禁针穴"？仅凭针灸经验的积累，古代医家是如何在没有影像学工具的条件下，划定这条肉眼不可见的"安全红线"的？

> **说明**：本文依据传统医学文献整理，仅供文化学习与学术参考，不构成任何医疗建议。针灸治疗须由专业执业医师操作。

铜人针灸经：卷三

原文

铜人针灸经：卷三

神庭一穴，在发际直鼻上督脉，上一寸发际是也。足太阳、阳明之会。主治肿气，风痫、颠风不识人、羊鸣、角弓反张、披发而上歌下哭、多学人言语，惊悸不得安寝。禁不可针。日灸七壮至百壮。若针，即发于其病在举火之时（按：似有缺、误）。忌猪、羊、鱼肉、酒、面、热食。曲差二穴，在神庭傍一寸半，（按：应缺“入”字）发际。足太阳脉气所发。主心中烦满，汗不出、头项痛、身热，目视不明。针入三分，灸三壮。

临泣二穴，在目上直入发际五分，陷者中。足太阳、少阳之会。主卒不识人，风痫，鼻塞。针入三分，留七呼。

眉冲二穴，一名“小竹”，在当两眉头直上，入发际（按：似有缺。未言寸数，亦未言所属经脉。另，据《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》，应为足太阳脉气所发，穴在“神庭、曲差之间”。）理目，五般痫，头痛，鼻塞。不宜灸，针入三分。（按：据《针灸资生经。卷一》“明堂上经、有眉冲穴。而铜人经、无之。

理、目、五般痫、头痛、鼻塞等疾所。不可废者”）水沟一穴，在鼻柱下人中（按：据《针灸资生经。卷一》作“一名人中”。督脉、手阳明之会。主疗消渴、饮水无多少、水气遍身肿，失笑无时，颠痫、语不识人、乍喜乍哭，牙关不开，面肿唇动叶叶肺风状如虫行（按：似有缺、误，难解。据《针灸大成。督脉考正穴法》作“面肿唇动，状如虫行”）。针入四分，徐徐出之。灸亦得，然不如针。若是水气，唯有此穴可针，若针他穴，水尽即死。

承浆一穴，在颐前，下唇下。足阳明（按：据《针灸甲乙经》，当缺“任脉”两字）之会。主偏风口喎，面肿，消渴，面风口不开，口中生疮。针入三分半，然后徐徐引气而出。灸，亦任日灸七七壮。若颊灸，恐足阳明脉断，令风不差。若停息、复灸，令其风通宣，应时立愈。其艾炷，依小竹筋头大作之。但令当脉灸之雀粪大，亦能愈疾。又有一途，如脉内疝、癥、瘕、癖块、伏梁气之徒，唯须大艾炷。故《小品》曰：“腹背烂，烧四支，则但除风邪而已。如鸠尾以至头，皆不可多灸、及不可用大艾炷。”

俞府二穴，在巨骨下，去璇玑傍各二寸陷中。足太阳脉气所发（按：此处误。据《针灸甲乙经》，当为“足少阴脉气所发”）主欬逆，上气，喘，呕吐，胸满不得食。仰卧取之。灸五壮，针入三分。或中二穴，在俞府下一寸六分，陷中。仰卧取之。足少阴脉气所发。主胸胁支满，欬喘、不得息，呕吐，胸满不能食。灸五壮，针入三分。

神藏二穴，在或中下一寸六分，陷中。仰而取之。足少阳（按：应为“阴”）脉气所发。主胸胁支满，咳逆不得食。针入三分，灸五壮。

灵墟二穴，在神藏下一寸六分，陷中。仰而取之。足少阳（按：应为“阴”）脉所发。主胸胁支满、引胸不得息，呕吐，胸满不得食。针入三分，灸五壮。

神封二穴，在灵墟下一寸六分（按：似有缺。据《针灸甲乙经》，有“陷者中，足少阴脉气所发”）。主胸满不得息，咳逆，乳痈、洒淅恶寒。灸五壮，针入三分。

步郎（按：通作“廊”）二穴，在神封下一寸六分，陷者中。仰取之。足少阴脉气所发。主胸胁支满，鼻不通，呼吸少气，喘息，不得举臂。针入三分，灸五壮。

五处二穴，足太阳脉气所发。在头上督脉傍，去上星二寸半（按：据《针灸甲乙经》，及《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》俱作“一寸五分”）。主目不明，头眩风痹闷。针入三分，灸五壮。

承光二穴，在五处后寸半（按：据《针灸甲乙经》作“二寸”，《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》作“一寸五分”），足太阳脉气所发。主风眩头痛，欲呕吐，心烦。针入三分，不可灸。

通天二穴，在承光后一寸半。足太阳脉气所发。主项痛、暂起僵仆。针入三分，灸三壮。

攒竹二穴，在两眉头陷中。足太阳脉气所发。主目视，视物不明，眼中热、疼及眼眶。针入三分，不宜灸。

睛明二穴，在目内眦头上，畔（按：疑为“襁”）者中（按：据《针灸甲乙经》作“一名泪孔，在目眦外。”《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》作“一名泪孔，目内眦。明堂云‘内眦头外一寸、宛宛中’”）。手、足太阳阳明之会（按：据《针灸甲乙经》并有“气府论注云‘手足太阳、足阳明、阴阳跷，五脉之会’《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》同）。主肤翳（按：应有缺字。《针灸大成。足太阳膀胱考证穴法》作“淫肤白翳”）白膜覆瞳子，眼暗、雀目，冷泪，眼视物不明、努肉。针入一分半，不宜灸。

迎香二穴，在禾上一寸、鼻下孔傍。手、足阳明之会。针入三分。主鼻息不闻香臭，偏风，面痒及面浮肿、风叶叶动、状如虫行。刺或在唇动（按：似有缺、误，不通）。不宜灸。

承泣二穴，在目下七分，直目瞳子中。（按：应有缺字。据《针灸甲乙经》有“阳”字）跷脉、任脉、足阳明之会。主疗眼喎、目不正，口喎，目瞤，面动叶叶然，牵口眼热疼、赤痛，目视，冷泪，眼脸赤。针入四分半，不宜灸。若灸，无问多少，三日以后，眼下大如拳息肉，日加长如桃许，至一月日，如五升大。

鸠尾一穴，在臆前，巨（按：《针灸甲乙经》作“蔽”，《针灸资生经。卷一》同）骨下五分。（按：《针灸甲乙经》此处尚有“任脉之别”。）主心惊、烦，发状如乌乌，破心、吐血，心中气闷、不喜闻人语，心痛，腹胀。宜针，虽然，此处最难针，须是大好手。方可下针。如不然，取气多，不幸令人死。针入三分。

巨阙一穴，心之募。在鸠尾下一寸。任脉气所发。主疗心中烦闷，热风风痲，浪言或作鸟声，不能食，无心力。凡心痛有数种，冷、痛、蛔虫、毒、霍乱，不识人，针入六分，得气即差。灸亦良。上管（按：通作“腕”，下同。）一穴，在巨阙下一寸、去巨（按：《针灸甲乙经》作“蔽”，《针灸资生经。卷一》同）骨三寸。

任脉、足阳明、手太阳之会。主心中热烦，贲豚气，胀满不能食，霍乱，心痛不可眠卧，吐利，心风，惊、悸不能食，心中闷，发哕，伏梁气、状如覆杯。针入八分，得气，先补而后泻之，可为神验。若是风痲、热痛，宣泻之后补，可为应其病。灸亦良。

中管一穴，一名“太仓”。是胃之募。在上管下（按：应有缺字。据《针灸甲乙经》有“一寸”两字）。手太阳、少阳、足阳明所生，任脉之会。主治心匿不能食反胃，霍乱，心痛热，温虐，痲虐，天行伤寒，因读书

得奔豚气，心闷，伏梁气如覆杯，冷结气。针入八分。灸亦良。

建里一穴，在中管下一寸。治肠中疼痛，呕逆，上气，心痛，身肿。针入一寸三分。灸亦良。

下管一穴，在建里下一寸。足太阴、任脉之会。主腹胃不调，腹内痛、不能食，小便赤，腹坚硬、癖块、脉厥厥动。针入八分，灸亦佳。神聪四穴，在百会四面，各相去同身寸一寸。理头风，目眩，狂乱，风痲。左手如花，右手如果（按：《针灸资生经·卷一》作“左主如花、右主如果”），针入三分。明堂一穴，在鼻直上，入发际一寸。理头风，多鼻涕，鼻塞。三日一报，针入三分。（按：《针灸资生经·卷一》“按《铜人》、《明堂》及诸家针灸经，鼻直上、入发际一寸，皆云上星穴。明堂经于此、复云明堂穴。不知何所处、且附入于此。所谓疑以存疑也。”）

当阳二穴，在当瞳人直上，入发际一寸。理卒不识人，风眩，鼻塞。入针三分。（按：《针灸资生经·卷一》“《铜人》无当阳穴。而明堂下经、有之。理卒不识人、风眩、鼻塞等疾。亦不可废者。”）

前关二穴，在目后半寸。亦名“太阳”之穴。理风赤眼痛，头目眩，目涩。针入三分。（按：《针灸资生经·卷一》“《铜人》有上关、下关各二穴。《素问》亦同。但《明堂》上、下经，有上关而无下关。惟上经有前关穴。又不与下关穴。同在上关之下。恐别自是。前关穴一名太阳穴。理风赤眼、头痛、目眩涩等疾，不可废。）

四白二穴，在目下一寸。足阳明脉气所发。主头痛目眩。针入三分。灸七壮。

巨阙（按：应为或）二穴，在鼻孔下，侠水沟傍（按：《针灸甲乙经》作“在侠鼻孔傍八分、直瞳子”，《针灸资生经·卷一》同）。阳跷脉、足阳明之会。主治面风寒鼻频音准上肿痛招摇视占（按：有缺、误，不通），瘕瘕，口噤。针入三分，灸七壮止。

地仓二穴，在侠口傍四分外，如近下有脉微动者是。阳跷脉、手足阳明之交。主疗大患风者，其脉亦有动时，亦有不动时。多主偏风、口喎，失音不言、不得饮水、浆食漏落、脉（按：《针灸大成·足阳明胃考证穴法》作“眼”，应是。）瞤动，患左针右，患右针左。针入三分半。灸亦得，日二七壮，其艾壮如粗钗脚。忌毒物及行房事。

廉泉一穴，在颌下、结喉上、舌本间。阴维、任脉之会。主舌下肿、难言，舌瘕设多（按：《针灸大成·足阳明胃考证穴法》作“涎出”，应是。），咳嗽，少气，喘息，呕沫禁断。灸三壮，针入三分。

阴交一穴，在脐下一寸。任脉气所发。主脐下热、小便赤，气痛状如刀搅、作块状如覆杯，妇人断绪，月事不调，带下，崩中，因产后、恶露不止，绕脐冷痛。针入八分，得气即泻，后宜补。灸亦得，然不及针。

水分一穴，在管（按：通作“腕”，下同。）下，脐上一寸。任脉气所发。主腹痛不能食，肠坚腹痛，胃管不调、坚硬。针入八分。若是水病，灸之大良。

巨阙一穴，《甲乙经》云“一名利机，一名精露，一名丹田，一名命门”。在脐下二寸。是三焦之募。任脉气所发。针入八分。主腹痛、坚硬，妇人因产、恶露不止、遂成结块，崩中，断绪。灸亦良。

关元一穴，是小肠募。一名“次门”在脐下三寸。足三阴、任脉之会。脐下绞痛，小便赤淋、不觉遗沥、小便处痛状如散火，尿如血色，脐下结血、状如覆杯，妇人带下，因产、露不止，并妇人断绪，产道冷。针入八分。若怀胎，必不针，若针必落胎胎多不出，而针外昆仑即出。灸亦良，然不及针。

中极一穴，一名“玉泉”，一名“气原”。在关元下一寸。是膀胱募。任脉足三阴之会。主妇人断绪，四度针、针即有子，故却时任针也。主淋，小便赤、尿道痛，脐下结块如覆杯，或因产、得恶露不止、遂成疝瘕，或因月事不调、血结成块。针入八分。灸亦得，然不及针。

白话译文

神庭穴（单穴）：位于额部发际正上方、鼻梁正上方，属督脉（人体背部正中中线经脉），是足太阳与足阳明两经交会处。主治头面浮肿、风痫（因风邪引起的癫痫发作）、癫风（神志失常）、不认识人、羊叫声样发作、角弓反张（身体向后弓起如弓状）、披头散发高歌痛哭、学人说话、惊悸难以安睡。此穴禁止针刺。每日可灸七壮至百壮。若贸然针刺，反而可能在举火灸治时引发病变。忌食猪肉、羊肉、鱼肉、酒、面食、热性食物。

曲差穴（双穴）：在神庭旁开一寸半处，位于发际内。是足太阳膀胱经脉气所发之处。主治心中烦闷、汗出不畅、头项疼痛、身体发热、视物不清。针刺深度三分，灸三壮。

临泣穴（双穴）：在眼睛正上方、入发际五分处的凹陷中。是足太阳与足少阳两经交会处。主治突然不认识人、风痫、鼻塞。针刺三分，留针七呼（约呼气七次的时间）。

眉冲穴（双穴，又名“小竹”）：在两眉头正上方、入发际处。主治目疾、五种痛证、头痛、鼻塞。不宜灸，针刺三分。

水沟穴（单穴，又名“人中”）：在鼻柱下方人中沟处。为督脉与手阳明大肠经交会处。主治消渴（类似今日糖尿病相关口渴症状）、无论饮多饮少皆渴、水气泛滥全身浮肿、无故失笑、癫痫、语无伦次不识人、时喜时哭、牙关紧闭、面部浮肿嘴唇颤动如有虫行。针刺四分，缓缓出针。灸亦可，但不如针效。若为水气病，只有此穴可针，若针他穴，待水尽时人即死亡。

承浆穴（单穴）：在颏部（下巴）、下唇正下方。为足阳明与任脉交会处。主治半身不遂致口角歪斜、面部浮肿、消渴、面风口不能张开、口腔生疮。针刺三寸半，缓缓引气出针。灸治亦可，每日连灸七七四十九壮。但若频繁灸治，恐损伤足阳明脉，令风病难愈。若停灸一段时间再灸，使风气得以宣通，应时即愈。艾炷大小如小竹筷头，置于脉上如雀粪大小亦可愈病。另有一法：对于脉内疝气、瘕积（腹中积块）、疝癖（胁下积滞）、伏梁气（心下坚积）等病，须用大艾炷。《小品方》言：“腹背可以多灸乃至皮肤灼烂，四肢亦然，以此祛除风邪；而鸠尾穴以上至头部，皆不可多灸，也不可用大艾炷。”

俞府穴（双穴）：在锁骨下方、璇玑穴旁开各两寸的凹陷中（据《针灸甲乙经》，应为足少阴肾经脉气所发）。主治咳嗽气逆、气喘、呕吐、胸中满闷不能进食。仰卧取穴。灸五壮，针刺三分。

或中穴（双穴）：在俞府下一寸六分凹陷中，仰卧取穴。是足少阴肾经脉气所发。主治胸胁胀满、咳嗽气喘不得平息、呕吐、胸满不能进食。灸五壮，针刺三分。

神藏穴（双穴）：在或中下一寸六分凹陷中，仰卧取穴。是足少阴（原文误作少阳）脉气所发。主治胸胁胀满、咳逆不能进食。针刺三分，灸五壮。

灵墟穴（双穴）：在神藏下一寸六分凹陷中，仰卧取穴。足少阴（原文误作少阳）脉气所发。主治胸胁胀满牵引胸部不得呼吸、呕吐、胸满不能进食。针刺三分，灸五壮。

神封穴（双穴）：在灵墟下一寸六分（据《针灸甲乙经》，应有“陷者中，足少阴脉气所发”）。主治胸满不得呼吸、咳逆、乳痈（乳房化脓性感染）、洒洒恶寒（阵发性怕冷感）。灸五壮，针刺三分。

步廊穴（双穴）：在神封下一寸六分凹陷中，仰卧取穴。足少阴肾经脉气所发。主治胸胁胀满、鼻塞不通、呼吸气短、喘息、不能举臂。针刺三分，灸五壮。

五处穴（双穴）：足太阳脉气所发。在头顶督脉旁，去上星穴（据《针灸甲乙经》应为一寸五分）。主治视物不清、头眩目晕、风痹闷胀。针刺三分，灸五壮。

承光穴（双穴）：在五处后一寸半（各家记载不一），足太阳脉气所发。主治风眩头痛、欲吐心烦。针刺三分，不可灸。

通天穴（双穴）：在承光后一寸半。足太阳脉气所发。主治颈项疼痛、突然僵仆倒地。针刺三分，灸三壮。

攒竹穴（双穴）：在两眉头凹陷中。足太阳脉气所发。主治视物不清、眼中灼热疼痛及眼眶疼痛。针刺三分，不宜灸。

睛明穴（双穴）：在目内眦（眼角内侧）。是手足太阳、手足阳明诸经交会处（据《针灸甲乙经》，还有阴阳跷脉，共五脉之会）。主治目翳（白膜遮盖瞳孔）、眼目昏暗、夜盲（雀目）、冷泪不止、视物不清、胥肉攀睛。针刺一分半，不宜灸。

迎香穴（双穴）：在禾髻穴上一寸、鼻孔旁。手足阳明之会。针刺三分。主治鼻息不闻香臭、偏风、面部瘙痒、面部浮肿、风动如虫爬行感。不宜灸。

承泣穴（双穴）：在目下七分、瞳孔正下方。为阳跷脉、任脉、足阳明胃经交会处。主治眼睛歪斜、口角歪斜、眼睑跳动、面部颤动牵引口眼、眼睛热痛赤痛、视物不清、冷泪、眼睑赤红。针刺四分半，不宜灸。若灸，无论灸多少壮，三日后眼下肿起如拳，日渐如桃，一月则大如五升容器。

鸠尾穴（单穴）：在胸骨剑突下五分处。主治心悸惊慌、心烦、发作时烦乱如乌鸦乱啼、吐血、心中气闷不喜闻人声、心痛、腹胀。宜用针刺，但此处极难操作，须是手法精良者方可进针；若操作不当，过度耗气，有致人死亡之险。针刺三分。

巨阙穴（单穴，心之募穴）：在鸠尾下一寸。任脉气所发。主治心中烦闷、热风风痛、胡言乱语或发出鸟声、不能进食、精神萎靡。心痛有数种：寒痛、蛔虫痛、毒痛、霍乱痛，不识人，针刺六分，得气（针感到来）即愈。灸亦佳。

上脘穴（单穴）：在巨阙下一寸、剑骨下三寸处。任脉、足阳明、手太阳之会。主治心中热烦、奔豚气（气从少腹上冲咽喉的病症）、腹胀不能进食、霍乱、心痛不能平卧、呕吐泄利、心风惊悸不能进食、心中满闷、咳逆、伏梁气（心下坚积如覆杯状）。针刺八分，得气后先补后泻，疗效神奇。若为风痛热痛，则先泻后补。灸亦佳。

中腕穴（单穴，又名“太仓”，胃之募穴）：在上腕下一寸处。手太阳、手少阳、足阳明所生，任脉之会。主治心中隐痛不能进食、反胃、霍乱、心痛发热、温疟、疟疾（间日疟）、天行伤寒（流行性热病）、因读书劳神得奔豚气、心闷、伏梁气如覆杯、寒冷气结。针刺八分，灸亦佳。

建里穴（单穴）：在中腕下一寸。主治肠中疼痛、呕逆、上气、心痛、身体浮肿。针刺一寸三分，灸亦佳。

下腕穴（单穴）：在建里下一寸。足太阴、任脉之会。主治肠胃不调、腹内疼痛、不能进食、小便赤黄、腹部坚硬、癖积、脉搏跳动异常。针刺八分，灸亦佳。

神聪穴（四穴）：在百会四周，各相去同身寸一寸。主治头风、目眩、狂乱、风痫。（左右取穴各有侧重）针刺三分。

明堂穴（单穴）：在鼻正上方、入发际一寸处（与上星穴位置重叠，存疑附录）。主治头风、多鼻涕、鼻塞。每隔三日针一次，针刺三分。

当阳穴（双穴）：在瞳孔正上方、入发际一寸处。主治突然不识人、风眩、鼻塞。针刺三分。

前关穴（双穴，又名“太阳穴”）：在目后半寸处。主治风赤眼痛、头目眩晕、眼目干涩。针刺三分。

四白穴（双穴）：在目下一寸。足阳明脉气所发。主治头痛目眩。针刺三分，灸七壮。

巨髎穴（双穴）：在鼻孔旁、水沟旁（据《针灸甲乙经》，在鼻孔旁八分、瞳孔正下方）。阳跷脉、足阳明之会。主治面部风寒、鼻梁部肿痛、瘦癭（筋脉拘挛抽搐）、口角歪斜。针刺三分，灸七壮止。

地仓穴（双穴）：在口角旁四分外，近下处可触及微微搏动的脉是穴。阳跷脉、手足阳明之交会。主治重度面风（患此证者，脉动时有时无），多为偏风、口角歪斜、失音不语、饮水食物漏出、眼睑跳动；患左侧针右侧，患右侧针左侧。针刺三分半，灸亦可，每日二七十四壮，艾炷如粗钗脚大。忌食毒物及行房事。

廉泉穴（单穴）：在颌下、喉结上方、舌根之间。阴维脉、任脉之会。主治舌下肿胀难以言语、涎液多、咳嗽、少气、喘息、呕沫。灸三壮，针刺三分。

阴交穴（单穴）：在脐下一寸。任脉气所发。主治脐下发热、小便赤涩、气痛如刀绞、腹中结块如覆杯、妇人绝育（断绪）、月经不调、带下、崩漏、产后恶露不止、绕脐冷痛。针刺八分，得气即泻，后宜补。灸亦可，但不及针效。

水分穴（单穴）：在脐上一寸。任脉气所发。主治腹痛不能进食、肠鸣腹痛、胃脘不和坚硬。针刺八分。若为水肿病，灸之效佳。

气海穴（单穴，原文误作“巨阙”，据内容实为气海或石门，即三焦募穴）：在脐下二寸。是三焦之募穴，任脉气所发。针刺八分。主治腹痛坚硬、妇人产后恶露不止凝结成块、崩漏、绝育。灸亦佳。

关元穴（单穴，小肠募穴，又名“次门”）：在脐下三寸。足三阴（足太阴脾经、足少阴肾经、足厥阴肝经）、任脉之会。主治脐下绞痛、小便赤涩淋痛、遗尿、尿道热痛如火烧、尿血、脐下血结如覆杯、妇人

带下、产后恶露不止、绝育、产道虚寒。针刺八分。若怀孕则绝对禁针，误针必致堕胎，且胎多难出；若胎不出，可针外昆仑穴以助娩出。灸亦佳，但不及针。

中极穴（单穴，又名“玉泉”“气原”，膀胱募穴）：在关元下一寸。任脉、足三阴之会。主治妇人不孕，针四次即可受孕，是故每月经后可酌情针刺。主治淋证、小便赤涩、尿道疼痛、脐下结块如覆杯、产后恶露不止成疝瘕、月经不调血结成块。针刺八分。灸亦可，但不及针效。

关键词

督脉：人体奇经八脉之一，循行于背部正中，总督一身之阳气（人体功能活动的原动力），又称“阳脉之海”。

募穴：脏腑之气汇聚于胸腹部的特定穴位，如心募巨阙、胃募中脘，可直接调治对应脏腑病变。

风痫：因外感风邪（或内风上扰）引发的癫痫样发作，表现为突然昏倒、抽搐、口吐涎沫，属中医神志病范畴。

伏梁气：心下至脐部坚硬积块、按之如覆置木梁的病症，属中医“积聚”（体内有形积块）范畴，今多见于胃肠道器质性病变。

得气：针刺入穴位后，患者感到酸、麻、胀、重，医者针下感到沉紧，是经气（经络中运行的气血）到达的标志，为针刺有效的前提。

现代启示

本卷系统记录了头面部、胸腹部数十个腧穴的定位、主治与操作禁忌，展现了古代医家对人体体表与内脏之间功能联系的精密认知。从现代解剖与神经生理学视角看，许多穴位恰好分布在重要的神经干、血管旁或肌肉筋膜汇聚处——例如水沟穴（人中）刺激可激活上行网状激活系统，被现代急救用于促醒；承泣穴周围血管丰富，经文明确警告禁灸以免组织增生，与现代临床观察高度吻合。值得注意的是，本卷对关元、中极等穴治疗妇人不孕、月经不调的记载，与现代针灸调节下丘脑-垂体-卵巢轴功能的研究方向相符，但具体机制仍在探索中。以上内容仅供传统文化学习参考，不构成任何医疗建议，实际诊疗请遵从执业医师指导。

****引发思考的问题****：古人在没有现代影像技术的条件下，仅凭长期的临床观察与触诊，便积累出如此精细的“禁针”“禁灸”经验——这种经验性知识的形成路径，与今日的循证医学有何异同？

铜人针灸经：卷四

原文

铜人针灸经：卷四

后顶一穴，在百会后一寸半枕骨上。是督脉气所发。针入四分，灸五壮。主风眩，目视，额颅上痛。强

间一穴，在后顶后一寸半，一名“大羽”。是督脉气所发。主头如针刺、不可以动，项如拔，不可左右顾视。

灸五壮。针入二分。

脑户一穴，在枕骨上，强间后一寸半。一名“仰风”一名“合颅”。是督脉足太阳之会。主目痛不能视，面赤肿，头痛。不得灸，灸令人失音。针入三分。

暗门一穴，一名“舌厌”。在项后，入发际宛宛中，入系舌本。是督脉、阳维之会。仰而取之。主头风、脑疼，失音不能言，舌急，项强不能回头。针入八分，徐徐出之。不宜灸，灸即令人哑，忌如前法。问曰“舌急不言，如何治？”答曰：“急针暗门，舌缓、针风府，得气即泻。可小绕针，入八分。忌灸。”

大椎一穴，第一椎上，陷者中、宛宛是。三阳督脉之会。主疗五劳、七伤，温疟瘧疔闷，项强不得四顾。针入五分，灸亦得。

陶道一穴，在大椎节下间，俛而取之。督脉足太阳之会。主头重，目瞑，洒淅寒热、脊强、以头汗不出也。

灸五壮。针入五分。

身柱一穴，在第三椎节下间。督脉气所发。灸五壮。主癫疾，瘈瘲，怒欲杀人、身热狂走、讖言见鬼。针入

五分。神道一穴，督脉气所发。在第五椎节下间，俛而取之。主寒热头痛、进退往来，痲疹，恍惚、悲愁。灸三壮。针入五分。

至阳一穴，在第七椎节下间，俛而取之。督脉气所发。主寒热，解烂（按：《针灸大成。督脉考正穴法》作“懈”，应是。）淫乐（按：《针灸大成。督脉考正穴法》作“淫”，应是。）胫酸，四肢重痛，少气难言。灸三壮。针入五分。

筋缩一穴，在第九椎节下间，俛而取之。督脉气所发。主惊、痫，狂走癫疾，脊急强、目转上垂。灸三壮。

针入五分。

脊俞一穴，一名“神宗”，一名“脊中”。在第十一椎中中央。督脉气所发。治风、痫、癫，邪温病，积聚，下利。忌灸。针入五分。

悬枢一穴，在第十二椎下节间是穴。督脉气所发。主腰脊强，腹中上下积气。针入三分。灸三壮。

命门一穴，一名“属累”。在第十四椎下节。俛而取之。督脉气所发。主头痛如破、身热如火、汗不出，瘈瘲，里急、腰腹相引痛。针五分。

腰俞一穴，一名“背解”，一名“髓孔”，一名“腰尸”。在第二十一椎节下，陷者宛宛中是。挺腹地（按：《针灸大成。督脉考正穴法》作“挺身，伏地”，应是。），舒身，两手相重支额，纵四体，然后乃取其穴。是督

脉气所发也。主腰骶疼痛，腰脊强强，而不得回转，温疟瘧症。针入八分。灸亦得。慎房事，不得擎重物。

《甲乙经》云“针入五分，灸三壮”。

长强一穴，一名“气之阴郄”。督脉别络。在穷骨下宛宛中是。《甲乙经》“穴在脊骶端，少阴所结”。主下漏，五痔，疔蚀下部。悬针入三分，然针之以痛为度。其穴伏地取之乃得。灸亦得，然不及针。慎房事，此痔，根本是冷，慎冷。

天柱二穴，在侠项后发际，大筋外廉陷者中。足太阳脉气所发。针入二分。主头风、目如脱，项如拔、项疼、急、重。先泻而后补之。灸亦得，然不及针。

玉枕二穴，在络却后七分半，侠脑户傍一寸三分，起肉枕骨上，入发际三寸。足太阳脉气所发。针入三分。灸三壮。主目内连系急，头风痛，目痛，头寒、多汗，耳聋，鼻塞。

风池二穴者，是足少阳、阳维之会。在项后发际陷中。《甲乙经》云“风池穴，在颞颥后发际陷中”。针入一寸二分。大患风者，先补而后泻，少可患者，以经取之。主肺风，面赤，目视，项强不得回顾，面肿皮软，脑疼痛。灸亦良，然不及针。问曰“如后发际，亦有项脚长者，其毛首至头骨；亦有无项脚者，毛齐至天牖穴，即无毛根。何而取穴也？”答曰：“其毛不可辄定，大约如此。若的的定中，风府正相当，即是侧、相去各二寸，此之定穴。”

颊息二穴，在耳后青脉间，（按：《针灸甲乙经》有“手少阳脉气所发”句）主身热、头痛、不可反侧，小儿痫喘不得息，耳聋。针入一分，不得多出血，血多即杀人。灸三壮。

完骨二穴，在耳后入发际四寸。足太阳、少阳之会。主风眩，项痛、头强，寒热。灸，即依年壮。针入二分。

大抒二穴，在项后第一椎下，两傍各一寸半，陷中。足太阳、手少阳之会。理风，劳气，咳嗽、气急，头痛，目眩，腹痛。针入五分。禁灸。风门、热府（按：《针灸甲乙经》作“风门、一名热府”）二穴，在第二椎下，两傍一寸半。督脉、足太阳之会。理伤寒、项强、目瞑、鼻塞，风劳，呕逆，上气。胸痛，背痛，气短不安。针入五分。灸五壮。

肺俞二穴，在第三椎下，两傍相去一寸半。理癫、痫，瘕气，上气，吐逆，支满，脊强、寒热，不食，肉痛，皮痒，传尸骨蒸，肺嗽。针入三分。

厥阴俞二穴，在第四椎下，两傍相去同身寸一寸半。理逆气，呕逆，牙痛，留结、胸闷。针入三分。

心俞二穴，在第五椎下，两傍各一寸半。理心中风、狂、痫，心气乱；语悲泣，心腹烦满、汗不出，结聚，寒痛呕逆、不食、食即吐血，目痛。不可灸。针入三分。督俞二穴，在第六椎下，两傍相去同身寸一寸半。一名“高盖”。主理寒热，腹中痛、雷鸣，气逆，心痛。灸三壮。禁针。鬲（按：通作“膈”）俞二穴，在第七椎下，两傍各一寸半。理心痛，痰饮，吐逆，汗出，寒热、骨痛，虚胀、支满，痰疟，痲癖，气块、隔上痛，喉痹、身常温、不食，切痛。针入三分。

肝俞二穴，在第九椎下，两傍合一寸半。理口干，中风，支满、短气、不食、食不消，吐血，目不明、闭塞，腰痛，肩疼，寒疝。针入三分。灸三壮。

胆俞二穴，在第十椎下，两傍各一寸半。足太阳脉气所发。主理心胀满，吐逆，短气，痰闷、食难下不消。针入三分。

脾俞二穴，在第十一椎下，两傍一寸半。理腰身黄、胀满，腹肚泄利，身重、四支不收，黄疸，邪气积聚，腹病，寒热。针入三分。灸三壮。

胃俞二穴，在第十二椎下，两傍各一寸半。理烦满，吐食，腹胀、不能食。针入二分。灸三壮。

三焦俞二穴，在第十三椎下，两傍各一寸半。足太阳脉气所发。主水谷不消，腹胀，腰痛，吐逆。针入三分，灸三壮。

肾俞二穴，在第十四椎下，两傍各一寸半，与脐对。理虚劳，耳聋，肾虚，及水藏胀、挛急，腰痛，小便浊，阴中疼、血精出，五劳，七伤，冷呕，脚膝拘急，好独卧、身肿如水。针入三分，灸三壮。

气海俞二穴，在第十五椎下，两傍同身寸相去一寸半。理腰痛，痔病，泻血。灸三壮。

大肠俞二穴，在第十六椎下，两傍各一寸半。理腰痛，肠鸣、胀满、绕脐中痛，大便下利或泄利，食不化，脊骨强。针入三分。灸三壮。

关元俞二穴，在第十七椎下，两傍相去同身寸一寸半。理风劳，腰痛，泄利、虚胀、小便难，妇人瘕、聚诸疾。针入三分。

小肠俞二穴，在第十八椎下，两傍各一寸半。理大便赤涩小便紧急脚肿，短气，不食，烦热痲病大便脓血出食痔疼痛（按：似有缺、误，不通），妇人带下。针入三分。灸三壮。

膀胱俞二穴，在第十九椎下，两傍相去同身寸一寸半。理风劳，腰痛，泄利、肠痛，大小便难，尿赤，阴生疮，少气，足胫冷、拘急、不得屈伸，女人瘕、聚。针入三分。灸三壮。

中膂俞二穴，在第二十椎下，两傍相去同身寸一寸五分。一名“脊内俞”。是少阴脉理（按：此处误，应为“足太阳脉气所发”）理赤、白痢，虚渴、汗出，腰不得俯仰，腹胀，肋痛。针入三分。

白环俞二穴，在第二十一椎下，两傍相去同身寸一寸半。足太阳脉气所发。理腰脊挛急痛，大小便不利百病。针入三分。《甲乙经》、《甄权经》云“挺腹地（按：应是“挺身，伏地”）端身，两手相重支额，纵气息，令肌肉俱缓，乃取其穴。针入八分。主腰骹疼、不遂，温虐，腰中冷、不识眠睡，劳损，风虐。忌灸。

白话译文

后顶穴，位于百会穴后方一寸半的枕骨（后脑骨）上，属督脉（沿脊柱正中上行的经脉）之气所发。针刺深度四分，灸五壮。主治头风眩晕、视物不清、前额及头顶疼痛。

强间穴，在后顶后一寸半，又名“大羽”，属督脉气所发。主治头痛如针刺、不能转动，颈项僵硬如被拔拉、不能左右回顾。灸五壮，针入二分。

脑户穴，在枕骨上，强间后一寸半，又名“仰风”“合颅”，为督脉与足太阳膀胱经（沿背部下行的经脉）交会穴。主治眼痛无法视物、面部红肿、头痛。此穴禁灸，若灸则令人失声；针入三分。

暗门穴，又名“舌厌”，位于项后入发际凹陷中，内连舌根，为督脉与阳维脉（统摄诸阳的奇经）之交会穴，仰头取穴。主治头风、脑痛、失音不能言语、舌体拘急、颈项强硬不能回头。针入八分，徐缓出针，严禁施灸，灸则致哑。附问答：舌急不能言语如何治？答：急刺暗门穴，若舌体迟缓则改针风府穴，得气即行泻法，可小幅转针，入八分，忌灸。

大椎穴，位于第一椎上方凹陷正中，为三阳经与督脉之交会穴。主治五劳（五脏劳损）、七伤（七类损伤），温疟、疟疾（传染性热病）胸闷，颈项强硬、不能四顾。针入五分，亦可施灸。

陶道穴，在大椎节下间，低头取穴，为督脉与足太阳之交会穴。主治头重、眼睛昏花，恶寒发热，脊背强硬，汗不得出。灸五壮，针入五分。

身柱穴，在第三椎节下间，属督脉气所发。灸五壮。主治癫疾（精神失常）、瘈瘲（筋脉抽搐）、暴怒欲伤人、身体发热狂奔、谵语见鬼。针入五分。

神道穴，在第五椎节下间，低头取穴，属督脉气所发。主治寒热头痛、往来不定，疟疾（疟疾），精神恍惚、悲愁不解。灸三壮，针入五分。

至阳穴，在第七椎节下间，低头取穴，属督脉气所发。主治寒热、肢体懈惰无力，胫骨酸软，四肢沉重疼痛，气短难言。灸三壮，针入五分。

筋缩穴，在第九椎节下间，低头取穴，属督脉气所发。主治惊痫、狂走癫疾，脊背拘急强直，目睛上翻。灸三壮，针入五分。

脊俞穴（又名"神宗""脊中"），在第十一椎正中央，属督脉气所发。治疗风痲、痲病、温病、积聚、下利。此穴忌灸，针入五分。

悬枢穴，在第十二椎下节间，属督脉气所发。主治腰脊强直，腹中上下气积。针入三分，灸三壮。

命门穴，又名"属累"，在第十四椎下节，低头取穴，属督脉气所发。主治头痛如破，身体发热如火，汗不得出，筋脉抽搐，腹部拘急、腰腹相引作痛。针入五分。

腰俞穴，又名"背解""髓孔""腰尸"，在第二十一椎节下凹陷正中。取穴时俯身伏地，两手叠置撑额，全身放松，四肢舒展，然后取穴。属督脉气所发。主治腰骶疼痛，腰脊强直不能转动，温疟、疟疾。针入八分，亦可施灸。需慎节房事，不可负重。《甲乙经》载：针入五分，灸三壮。

长强穴，又名"气之阴郄"，为督脉之别络，在尾骨末端下凹陷中。《甲乙经》称"穴在脊骶端，少阴所结"。主治下部漏疾、五痔、疳蚀下部。针入三分，以患者感到疼痛为度，伏地取穴。亦可施灸，但效不及针。需慎节房事；此病根本为寒，慎防受凉。

天柱穴（双穴），在项后发际两旁，大筋外侧凹陷中，为足太阳膀胱经气所发。针入二分。主治头风、眼球胀痛欲脱、颈项如被拔拉、项痛拘急沉重。先泻后补。亦可灸，但不及针效。

玉枕穴（双穴），在络却穴后七分半，脑户旁开一寸三分，枕骨隆起处，入发际三寸，为足太阳脉气所发。针入三分，灸三壮。主治目内系牵急、头风痛、眼痛、头部发凉多汗、耳聋、鼻塞。

风池穴（双穴），为足少阳胆经与阳维脉之交会穴，在项后发际凹陷中。《甲乙经》称"在颞颥后发际陷中"。针入一寸二分。风邪重者先补后泻，轻者按经常规取穴。主治肺风、面赤、视物不清、颈项强硬不能回顾、面部浮肿、脑痛。灸亦良，但不及针效。附问答：项后发际因人而异，有人发际低至颅骨，有人则高至天牖穴而无发根，如何定穴？答：发际不可拘泥，大体如此。若要精确，风府穴正中，两侧各旁开二寸，即为风池，此为定穴之法。

颅息穴（双穴），在耳后青色脉络之间（属手少阳三焦经气所发）。主治身热头痛不能转侧，小儿痫病气喘不能平息，耳聋。针入一分，不可多出血，血出过多则危及生命。灸三壮。

完骨穴（双穴），在耳后入发际四寸，为足太阳与足少阳之交会穴。主治风眩、颈项疼痛、头项强硬、寒热往来。灸壮数依患者年龄而定，针入二分。

大杼穴（双穴），在项后第一椎下两旁各一寸半凹陷中，为足太阳与手少阳之交会穴。治疗风证、劳气、咳嗽气急、头痛目眩、腹痛。针入五分，禁灸。

风门（热府）穴（双穴），在第二椎下两旁各一寸半，为督脉与足太阳之交会穴。治疗伤寒颈项强硬、眼目昏瞑、鼻塞，风劳，呕逆上气，胸背疼痛，气短不安。针入五分，灸五壮。

肺俞穴（双穴），在第三椎下两旁各一寸半。治疗癫痫、瘰气（甲状腺肿大疾病）、上气吐逆、胸满、脊背强直、寒热不食、肌肉疼痛、皮肤瘙痒、传尸骨蒸（结核类消耗病）、肺咳。针入三分。

厥阴俞穴（双穴），在第四椎下两旁各一寸半。治疗气机上逆、呕逆、牙痛、气结胸闷。针入三分。

心俞穴（双穴），在第五椎下两旁各一寸半。治疗心中风邪、狂癫痫病、心神错乱、悲泣无常、心腹烦满汗不得出、气结积聚、寒痛呕逆不食或食即吐血、目痛。此穴不可施灸，针入三分。

督俞穴（双穴），在第六椎下两旁各一寸半，又名“高盖”。主治寒热、腹中疼痛肠鸣、气机上逆、心痛。灸三壮，禁针。

膈俞穴（双穴），在第七椎下两旁各一寸半。治疗心痛、痰饮、呕逆汗出、寒热骨痛、虚胀支满、痰疟、痰癖气块、膈上疼痛、喉痹（咽喉肿痛）、身体常感燥热不食、切痛。针入三分。

肝俞穴（双穴），在第九椎下两旁各一寸半。治疗口干、中风、胸满短气不食、消化不良、吐血、眼目不明或闭塞、腰痛、肩疼、寒疝。针入三分，灸三壮。

胆俞穴（双穴），在第十椎下两旁各一寸半，为足太阳脉气所发。主治心胸胀满、呕逆、短气、痰闷、饮食难下不消。针入三分。

脾俞穴（双穴），在第十一椎下两旁各一寸半。治疗腰身发黄、腹部胀满、腹泻下利、身体沉重四肢无力、黄疸、邪气积聚、腹部病变、寒热。针入三分，灸三壮。

胃俞穴（双穴），在第十二椎下两旁各一寸半。治疗烦满、呕吐食物、腹胀不能进食。针入二分，灸三壮。

三焦俞穴（双穴），在第十三椎下两旁各一寸半，为足太阳脉气所发。主治水谷不消、腹胀、腰痛、呕逆。针入三分，灸三壮。

肾俞穴（双穴），在第十四椎下两旁各一寸半，与脐平对。治疗虚劳、耳聋、肾虚，以及水脏胀满拘挛、腰痛、小便浑浊、阴中疼痛、精血外泄、五劳七伤、冷呕、膝脚拘急、喜独卧、身体浮肿如水。针入三分，灸三壮。

气海俞穴（双穴），在第十五椎下两旁各一寸半。治疗腰痛、痔疾、泻血。灸三壮。

大肠俞穴（双穴），在第十六椎下两旁各一寸半。治疗腰痛、肠鸣胀满、绕脐疼痛、大便下利或泄泻、食物不化、脊骨强直。针入三分，灸三壮。

关元俞穴（双穴），在第十七椎下两旁各一寸半。治疗风劳、腰痛、泄利、虚胀、小便困难，以及妇人癥瘕积聚诸病。针入三分。

小肠俞穴（双穴），在第十八椎下两旁各一寸半。治疗大便涩滞、小便紧急、脚肿、短气不食、烦热、大便脓血、痔疮疼痛，以及妇人带下。针入三分，灸三壮。

膀胱俞穴（双穴），在第十九椎下两旁各一寸半。治疗风劳、腰痛、泄利、肠痛、大小便困难、尿赤、阴部生疮、少气，足胫发凉拘急不能屈伸，以及女人癥瘕积聚。针入三分，灸三壮。

中膂俞穴（双穴，又名"脊内俞"），在第二十椎下两旁各一寸五分，属足太阳脉气所发。治疗赤白痢疾、虚渴汗出、腰部不能俯仰、腹胀、胁痛。针入三分。

白环俞穴（双穴），在第二十一椎下两旁各一寸半，为足太阳脉气所发。治疗腰脊挛急疼痛、大小便不利及百病。针入三分。《甲乙经》与《甄权经》载：取穴时俯身伏地，端正身体，两手叠额，全身放松，肌肉缓和，再取穴，针入八分。主治腰骶疼痛不能自主、温疟、腰中冷不得安眠、劳损、风疟。忌灸。

关键词

督脉： 人体奇经八脉之一，沿脊柱正中线上行至头顶，总督一身阳气，为"阳脉之海"。

俞穴： 背部与脏腑相对应的腧穴，脏腑之气输注于背部的反应点，可诊断和治疗对应脏腑疾病。

五劳七伤： 五劳指久视、久卧、久坐、久立、久行伤及五脏；七伤泛指多种劳损病因，合称积劳内伤的总称。

瘕瘕： 筋脉拘急（收缩）与弛纵（松弛）交替出现的抽搐症状，相当于现代所说的痉挛或惊厥发作。

传尸骨蒸： 古代对消耗性疾病的称谓，以低热、盗汗、形体消瘦为特征，与现代肺结核等消耗性病证相近。

现代启示

本卷系统记录了督脉及足太阳膀胱经背部俞穴的定位与主治，形成了一条从头顶贯通至尾骶的完整治疗体系。值得关注的是，古人已发现某些穴位的禁忌存在明确的功能区分：如心俞禁灸、脑户禁灸、暗门禁灸，而督俞则禁针只灸——这与现代神经解剖学对头颈部、心脏投射区的高度敏感性高度吻合，提示古代医家通过长期临床观察积累了相当精细的安全操作经验。背部俞穴"一脏一穴"的对应规律，与现代脊髓节段性神经支配理论（即内脏-皮肤反射弧）存在惊人的空间重叠，为中西医对话提供了可能的解剖学基础。（仅供文化学习，不构成医疗建议。）

****思考**：** 古人在无现代影像与解剖手术支持的条件下，仅凭针感、疗效反馈逐步确立了如此精细的禁忌规则——这种经验积累模式，与现代循证医学的本质究竟有多远、又有多近？

铜人针灸经：卷五

原文

铜人针灸经：卷五

窍阴一穴，在完骨上、枕骨下。足太阳、少阳之会。主骨疽发厉头痛引头也（按：似有缺、误，不通）。灸五壮。针入三分。

浮白二穴，在耳后，入发际一寸。足太阳、少阳之会。主寒热，喉痹，欬逆，疝积胸中满不得喘息（按：似有缺、误，不通），胸痛，耳聋嘈嘈无所闻。颈项痈肿不能言，及癭、肩不举也。针入三分。灸三壮。

附分二穴，在第二椎下，附项内廉，两傍各三寸。手足太阳之会。主背痛引项。灸五壮。针入三分。

魄户二穴，在第三椎下，两傍各三寸宛宛中。正坐取之。足太阳脉气所发。主背膊痛，无气力，劳损，痿黄，五尸走疰，项强不得回顾。针入五分。灸亦得。

神堂二穴，在第五椎下，两傍各三寸陷者中。正坐取之。足太阳脉气所发。主肩痛，胸腹满，洒淅反脊强急（按：似有缺、误，不通）。灸五壮。针入三分。

噫嘻二穴，在肩膊内廉，第六椎两傍三寸。其穴抱肘取之。足太阳脉气所发。因以手重按之，病者言“噫嘻”。针入六分。主温疟、寒疟病，背闷，气满、腹胀，气痞。灸二七壮。忌葱、白酒。

膏肓俞二穴，主无所不疗，羸瘦、虚损、梦中失精，上气，欬逆，狂或妄语。取穴之法：令人正坐、曲脊、伸两手、以臂着膝前、令正直，手大指与膝头齐，以物支肘，勿令臂得动也。从甲骨上角摸索至骨下头，其间当有四肋三间，灸中间。依胛骨之里、去胛骨各容指许、摩服去表，肋间空处，按之自觉牵引于肩中，灸两胛中一处，至六百壮、多至千壮。当觉下、然流水之状，亦当有所下出。若得痰疾，则无所不下也。若病人已困，不能正坐，当令侧卧，俛上臂，令前取穴灸之。

求穴法，大校以右手从左肩上住，指头所不及者是也。左亦然，乃以前法灸之。若不能久坐，当伸两臂，令人俛，两胛骨侠相离，不尔，肘骨覆穴，不可得也。所伏衣幘，当令大小有常定，不尔，则失其穴也。此灸，讫后，令人阳气康盛，当消息以自补养。当取身体平复，其穴近第五椎望取之也，论曰“昔在和缓，不救晋侯之疾，以其在膏之上、肓之下，针药所不能及，即此之穴是也。人不能求得此穴、所以宿病难追。若能用心此，方便求得，灸之，无疾不愈。

（按：《针灸资生经·卷一》云“灸膏肓功效，诸经例能言之。而取穴，则未也。《千金》等方之外，庄绰论之最详。然，繁而无统，不能定于一。予尝以意取之。令病人两手交在两膊上（灸时、亦然），胛骨遂开，其穴立见。以手指摸索第四椎下，两旁各三寸、四肋三间之中间，按之酸疼，是穴。灸至千百壮、少亦七七壮。当依《千金》，立点立灸，坐点坐灸，卧点卧灸云（若尺合爪、在两膝头中、点穴亦得）。”）

鬲（按：通作“膈”）关二穴，在第七椎下，两傍各三寸陷者中。正坐取之。足太阳脉气所发。主背痛、恶寒，脊强、俛难，食不下、呕哕、多涎、睡也。灸五壮。针入五分。

魂门二穴，在第九椎下，两傍各二寸陷者中。正坐取之。足太阳脉气所发。主食饮不下、腹中雷鸣、大便不节、小便赤黄也。灸三壮。针入五分。

阳纲二穴，在第十椎下，两傍各三寸。正坐取之。足太阳脉气所发。主食不下、腹中雷鸣、大小便不节，小便赤黄。灸三壮。针入五分。

意舍二穴，在第十一椎下，两傍各三寸。正坐取之。足太阳脉气所发。主腹满虚胀、大便泄滑，消渴，面黄。灸五十壮。《甲乙经》“灸三壮。针入五分。”

胃仓二穴，在第十二椎下，两傍各三寸。主腹内虚胀、水食不消，恶寒、不能俛仰。针入三分。灸五壮。

盲门二穴，在第十三椎下，两傍各三寸。《异经》云“与鸠尾相直”。主心下痛、大坚，妇人乳有余疾。灸三十壮。针入五分。

志室二穴，在第十四椎下，两傍各三寸。正坐取之。是太阳脉气所发。针入五分。灸三壮。主腰脊痛急，食不消、腹中坚急，阴痛、下肿，并疗之。

胞育二穴，在第十四椎下（按：“十四”应为“十九”。），两傍各三寸、陷者中。伏而取之。足太阳脉气所发。主腰脊痛急，食不消，腹中坚急，阴痛、下肿，并疗之。疗恶气，腰背卒痛。灸五七壮。《甲乙经》“灸三壮。针入五分。” 秩边二穴，在第二十椎下，两傍各三寸。伏而取之。足太阳脉气所发。主腰痛不能俛仰，小便赤黄，尻重不能举。灸三壮。针入三分。

颌厌二穴，在曲周颞颥上廉。手足少阳、阳明之交会。刺入三分。灸三壮。主风眩，目无所见，偏头痛、引目外眦急，耳鸣，好嚏，颈痛。 客主人二穴，在耳前上廉起骨，开口有穴。动脉宛宛中。一名“上关”。手少阳足阳明之会。主目风牙疼痛车不开口噤嚼食鸣偏风眼啞通睛（按：似有缺、误，不通），耳聋状如蝉声。针入一分。灸七壮，艾炷如筋头大，必须侧卧张口取穴，避风。又，上关不得深，下关不得久留针。问曰：“上关何以不得深，下关何以不得久留针？”答曰：“上关若深，令人得欠，不得目随针下关不得久，留针者得不得欠牙关急。是故“上关不得深，下关不得久留针”。

悬颅二穴，在曲周颞颥中，足阳明脉气所发（按：据《针灸甲乙经》，应是“足少阳脉气所发”。《针灸资生经。卷一》同）主热病，偏头痛、引目外眦急，身热、烦满，汗不出，齿痛，面皮赤痛。针入三分。灸三壮。 肩井二穴，在肩上陷罅中，缺盆上，大骨前一寸半，以三指按之、当其中指下、陷者中是穴。一名“膊井”。手足少阳、阳维之会。主五劳，七伤，头项不得回顾，背膊痛、两手不得向头，或因马拗伤腰髋疼，脚气。入针四分。不宜灸。针不得深，深即令人闷。

《甲乙经》云“针只可五分”。此膊井脉，足阳明之会，乃连入五脏气。若深，便引五脏之气，乃令人短寿。大肥人，亦可倍之。若闷倒不识人，即湏三里下气。虽不闷倒，但针膊井，并即湏三里下气，大良。及妇人怀胎、落讫，觉后微损、手足弱者，针肩井，手足立差。若有灼然解针者，遣针。不解针者，不可遣针。灸乃胜针，日灸七壮。若针肩井，必三里下气，如不灸三里，即拔气上。其针膊井出《甄权经》。

肩髃二穴，在膊骨头、肩端两骨间，陷者宛宛中是。平手取其穴。手阳明、跷脉之会。针入八分。主疗偏风、半身不遂，热风疹风胸俛仰风刺风风虚（按：似有缺、误，不通），手不得上头、捉物不得、挽弓不开，臂细无力、酸疼，臂冷而缓。患刺风者，百日刺筋、百日刺骨、方可得瘳。灸亦得，然不及针，还以平手取其穴。日灸七壮，差为度。

臂臑二穴，在肩隅下一寸、两筋间、两骨罅、陷者宛宛中。宜灸，不宜针。日灸七壮。主疗劳，瘰，臂细无力，手不得向头。其穴平手取之，不得擎手令急，其穴即闭。若针，不得过三五，过多生恶。

曲池二穴者，木也（按：此误。据《针灸甲乙经》、《针灸资生经·卷一》等，俱作“土也”）。在肘外辅骨，曲肘、横文头宛宛中、陷者是。手阳明脉之所入为合也。手拱胸，取之外畔、文头即是。疗偏风、半身不遂，刺风疹，疼痛冷缓捉物不得，挽弓不开、屈伸难引脉风（按：似有缺、误，不通）臂肘细而无力。针入七分。灸亦良，但令断风抽气而已。

通谷二穴，在夹上管（按：通作“腕”）两傍，相去三寸。冲脉、足少阴之会。治干呕、又无所出，又治劳食欲鬲（按：通作“膈”），结。针入五分。灸五壮。

章门二穴，一名“长平”，一名“肋”。是脾之募。在大横外，直脐、季肋端。必须侧卧，令伸下脚、缩上脚，乃得穴。足厥阴、少阳之会。主膀胱气癖，疝瘕气，膀胱气痛、状如雷声，积聚气。针入六分。灸亦良。

伏兔二穴，在膝上六寸、起肉。正跪坐取之。足阳明脉气所发。治风劳，痹逆，狂邪，膝冷，手节挛缩，身隐疹，腹胀、少气，妇人八部诸病。针入三分。禁灸。

阴市二穴，一名“阴鼎”。在膝上三寸、伏兔下是穴。足阳明脉气所发。主寒疝、下至腰脚如冷水，小肠诸疝，按之在膝上，伏兔下（按：疑衍）。寒疝，腹胀满，痿厥，少气。针入三分。灸三壮。犊鼻二穴，在膝腘下髁、侠罅、大筋中。足阳明脉气所发。主犊鼻肿，洗熨去之。其久坚，勿攻，攻者死。膝中痛、不仁、难跪起、诸肿节溃者死，不溃可疗。针入三分。灸三壮。

委中二穴者，土也。在腘中央、约文中动脉。甄权云“在曲内、两筋、两骨中、宛宛是”。足太阳脉气之所入为合也。令人面挺腹地（按：应是“挺身，伏地”）而取之。主脚弱无力，风湿痹、筋急，半身不遂。灸不及针。针入八分。灸三壮。

三里二穴者，土也。在膝下三寸外廉、陷者宛宛中是。足阳明脉之所入为合也。主腰（按：疑应为“腹”）满、坚块、不能食，胸气不足，反胃，胸胁积气，脚弱。针腹、背，每须取三里穴。入八分。灸亦良。

白话译文

本卷记载背部、头部、肩臂及下肢共三十余穴的位置、归经、主治与针灸操作方法。

窍阴穴位于完骨上方、枕骨下方，为足太阳与足少阳两经交会之处，主治骨疽、头痛，灸五壮，针刺三分。浮白穴在耳后入发际一寸，主治寒热往来、喉痹、咳逆、胸满、耳聋、颈项痈肿等症，针三分，灸三壮。

背部诸穴依脊椎排列而下：附分穴在第二椎下旁开三寸，主背痛牵连颈项；魄户穴在第三椎下旁开三寸，主背膊疼痛、气力不足、痿黄劳损及颈项强直；神堂穴在第五椎下，主肩痛、胸腹胀满；噫嘻穴在第六椎两旁，以手重按令患者自然发出“噫嘻”之声以定穴，主寒症、温症、背闷腹胀。

膏肓俞（俞，音shù，指背部腧穴）二穴地位特殊，书中专辟一节详述取穴法：令患者正坐，两臂前伸，以物撑肘，从肩胛骨上角向下摸索至骨下端，在四肋三间之中央、肩胛骨内侧容指之处取穴。灸量可多至六百乃至千壮，灸后当感觉热流入体、有物下行。书中引《左传》“病在膏之上、肓之下”典故，指出此穴正

是古人所称针药难及之所，能灸此穴则百病可疗。并附《针灸资生经》庄绰补述：令患者两手交叉置于肩上，肩胛骨自然展开，第四椎下旁开三寸，按之酸疼处即是穴位，灸至七七壮乃至千壮。

膈关穴在第七椎下，主背痛恶寒、脊强、食不下、呕哕多涎；魂门在第九椎下，主饮食不下、肠鸣、二便失调；阳纲在第十椎下，主治相近；意舍在第十一椎下，主腹满泄泻、消渴面黄，灸量较大；胃仓在第十二椎下，主腹胀、水谷不消；盲门在第十三椎下，主心下硬痛，并治妇人乳疾；志室在第十四椎下，主腰脊疼痛、阴部肿痛；胞育（原文“十四椎”疑为“十九椎”之误）及秩边穴均在下腰骶部，主腰脊疼痛、小便赤黄、尻部沉重。

头面部：颞厌穴在颞颥（即太阳穴附近）上廉，主风眩、偏头痛、耳鸣；客主人（又名上关）在耳前起骨处，须侧卧张口取穴，主目风牙痛、口噤耳聋，书中特别说明“上关不得深刺，下关不得久留针”，以防欠伸不止或牙关拘急；悬颅在颞颥中，主热病偏头痛、齿痛面赤。

肩部：肩井穴在肩上大骨前一寸半，三指并按取中指下陷处，主五劳七伤、头项强痛、脚气等，但针不宜深，深则引动五脏之气令人短寿；针后必须加取足三里以引气下行，否则气机上逆。书中特记：妇人产后手足虚弱者，针肩井可即时见效。

肩臂部：肩髃穴在肩端两骨间，主偏风半身不遂、臂细无力，针入八分；患“刺风”者须百日刺筋、百日刺骨方可痊愈。臂臑穴在肩髃下一寸，宜灸不宜针，主劳损、痿病、手臂无力；曲池穴在肘外横纹头，为手阳明之合穴（合穴，指经气汇聚最深之穴），主偏风、疼痛、肘臂拘挛无力。

腹部：通谷穴在上脘两旁各三寸，主干呕、劳食膈结；章门穴（脾之募穴，募穴指脏腑之气汇聚于胸腹的穴位）在季肋端，须侧卧取穴，主膀胱气癖、疝气积聚。

下肢：伏兔在膝上六寸，主风劳痹逆、膝冷拘挛，禁灸；阴市在膝上三寸，主寒疝腹胀、痿厥少气；犊鼻在膝腘下，主膝肿痹痛，久坚者禁攻；委中穴（土穴，足太阳之合穴）在腘窝正中，俯卧取之，主脚弱风湿、半身不遂，灸不及针；三里（足三里）在膝下三寸外廉，为足阳明之合穴，主腹满、反胃、胸胁积气、脚弱，针腹、背诸病皆宜配取此穴。

关键词

脉气所发： 某穴是该经脉经气涌现、输注于体表之处，表明归经归属。

合穴： 经脉气血如百川归海，在肘膝关节附近汇合最深之穴，多治内腑病变。

募穴： 脏腑之气汇聚于胸腹部的特定穴位，章门为脾募，与背俞穴相对应。

膏育： 膏指心尖脂肪，育指心与膈之间隙，后世喻为病入极深、针药难及之境。

下气（足三里）： 针刺足三里以引导上逆之气向下疏通，防止气机壅滞于上。

现代启示

卷五所载三十余穴，集中于膀胱经背部第二侧线（旁开三寸线），涵盖从附分到秩边的完整序列。这一区域在现代解剖上对应竖脊肌外侧缘、肋间神经后支分布带，刺激此区域确实可调节脊柱旁肌群张力、改善局部血液循环。膏肓俞的“干壮大灸”在现代看来是一种强烈的热刺激疗法，其灸后“觉下、流水之状”可能对应局部组织液渗出与免疫反应激活，古人以此治疗慢性虚损疾病有一定的生理基础。书中肩井针后必取足三里“下气”的经验，体现了远端取穴调整整体气机的辩证思维，与现代神经反射弧理论颇有可类比之处。值得注意的是，书中多处记载“针不得深”“禁灸”“久坚勿攻”等禁忌，显示古代医家已具备相当的安全意识。

请思考：古人以“病在膏肓”喻不治之症，而膏肓俞却被列为“无所不疗”之要穴——这种看似矛盾的表述，折射出中医在“治未病”与“治已病”之间怎样的哲学张力？

铜人针灸经：卷六

原文

铜人针灸经：卷六

角孙二穴，在耳廓中间，开口有穴。手足少阳、手太阳（按：据《针灸甲乙经》，应是“手阳明”）之会。主齿不嚼物，龋痛肿。灸三壮。针入三分。

耳门二穴，在耳前起肉，当耳缺者。主耳有脓及底，耳，耳痛、鸣，聋，并齿龋。针入三分。灸三壮。

听会二穴，在耳前陷中，上关下一寸、动脉宛宛中。张口得之。足少阳脉气所发。针入三分。主耳聋，耳中状如弹声，通耳，牙车急、疼痛不得嚼食，牙车脱臼、相离一寸。其穴侧卧，张口得之。灸亦良。天牖

二穴，在颈筋、缺盆上，天容后、天柱前、完骨下，发际上一寸、陷者宛宛中。手少阳气所发。主头风，面肿，项强不得回转，夜梦颠倒，面青黄、无颜色。针入五分。不宜灸。若灸，面肿满。合先取噫嘻，后针天牖、风池，其病即差。

天府二穴（按：据《针灸甲乙经》、《针灸资生经·卷一》等俱作“渊腋”），在两腋下三寸、宛宛中。手太阴（按：据《针灸甲乙经》，应是“足少阳”）脉气所发。主头眩，目瞑，远视。针入四分。灸七壮，不除再灸百壮。《甲乙经》禁灸。

曲泽二穴者，水也。在肘内廉下，陷者中。屈肘得之。手心主脉之所入为合也。主心痛，出穴则（按：疑衍。）心下澹澹、喜惊，身热，烦心，口干，逆气，呕血，时瘦癯言摇头青汗出不过肩（按：似有缺、误，不通），伤寒病温、身热、口干。灸三壮。针入三分。

少海二穴者，水也。一名“曲节”。手少阴脉之所入为合也。在肘内横文头，屈手向头取之，陷者宛宛中。

《甲乙经》云“穴在肘内廉，节后陷者中，动应手”。疗腋下瘰癧，痹疼、屈伸不得，风痹疼，疰病。针入三分。禁灸。

巨虚上廉二穴，在三里下三寸，两筋、两骨罅间，陷者宛宛中。足阳明与太阳（按：误。据《针灸甲乙经》，应是“大肠”）合。针入八分。主大肠气不足，偏风、腰腿脚不遂、不得履地，脚气，刺风、痲风、脚冷，寒疝。灸之大良。条口二穴，在上廉下一寸。足阳明脉气所发。主胫寒不得卧、疼痛，足缓失履，湿痹，足下热、不能久立。针入八分。灸三壮。

巨虚下廉二穴，足阳明与小肠合。在上廉下三寸，两筋、两骨罅，陷者宛宛中。蹲地坐而取之。针入六分。

又，针入三分。灸三壮。主小肠气不足，面无颜色，偏风，热风，冷痹不遂，风湿痹。灸亦良，不及针。灸疮差，冷痹即已。

承山二穴，一名“鱼腹山”，一名“伤山”。在兑肠下，分肉间、陷者中，定腹取之。主脚弱无力，脚重，偏风不遂。针入八分。灸亦得。

上昆仑二穴者，火也。足太阳脉之所行为经也。在外踝后、跟骨上，陷者中。治恶血，风气肿痛，脚肿水。针入五分。灸三壮。

下昆仑二穴，一名“内昆仑”。在外踝下一寸，大筋后内陷骨、宛宛中。主刺风，风热、风冷痹，腰疼，偏风、半身不遂，脚重、疼、不履地。针入四分。灸之亦良。其穴，蹲地旁，引刺之，灸百壮止。

听宫二穴，在耳中珠子，大如赤小豆形。手足少阳、手太阳三脉之会。针入一分。灸三壮。主耳聋、填如无闻，嘒嘒嘈嘈弹鸣，及心肠满，臂痛，失声。

缺盆上二穴，肩上横骨陷中。一名“天盖”。肩上是穴。主寒热，瘰疬，缺盆中肿（外溃不死），胸中热满，腹大少气，缺盆中痛，汗出，喉痹，咳嗽。灸三壮。针入三分。

孔最二穴，在腕上七寸。手太阴郄。治热病汗不出，吐血，失音、咽肿痛、恶血。针入三分。灸亦得。

列缺二穴，在腕上一寸半，（按：据《针灸资生经·卷一》，有“以手”两字，应是）交叉头，两筋、两骨罅、宛宛中。手太阴络。主疗偏风、口喎、半身不遂。针入三分。灸亦得。若患偏风，灸至一百壮。若患腕劳，灸至妙。

经渠二穴者，金也。在寸口中、陷者中。手太阴脉之所行为经也。主寒热，胸背急痛，胸中膨膨痛，喉痹，掌中热，主咳逆，上气，喘数，久热病、汗不出，暴瘧，喘逆，心痛，欲呕，针入三分。不可灸，灸即伤人神明。（按：似将太渊穴混入）

少冲二穴者，木也。一名“经如（按：据《针灸甲乙经》、《针灸资生经·卷一》等，俱作“始”）”在手小指内廉之端，去甲如韭叶。手少阴脉之所出为井也。主热病，烦心，上气，心痛、冷、烦满、少气、悲恐喜惊，掌热，肘、腋、胸中痛，口中热，咽中酸，乍寒热，手拳不伸，掌痛引腋。针入一分。灸一壮。

劳宫二穴者，火也。一名“五里”在掌中央，横文动脉中。以屈无名指、头着处是。手心主脉之所流（按：通作“溜”）为营（按：应为“荥”）也。主手掌后痹，手痹、白屑起。针入二分，只过一度，如过两度，令人虚。不得灸，灸即生息肉。

髌关二穴，在膝上伏兔后，交分中。主脉寒不仁，痹痿不屈伸也。灸三壮。针入三分。梁丘二穴，足阳明郄。在膝上三寸、两筋间。治大惊，胫痛、冷痹，膝痛不能伸屈。针入五分。

隐白二穴者，木也。足大指端内侧，去爪甲角如韭叶、宛宛中。足太阴脉之所出为井。主腹中有寒热起，气喘，衄血不止，腹中胀、逆，胫中寒，热不得卧，气满胸中热，暴泄，鬲（按：通作“膈”）中，呕吐不欲食。饮渴尸厥不知人脉动如渴饮，身体疼痛唾也（按：似有缺、误，不通）针入一分。灸三壮。

承筋二穴，一名“肠”，一名“直肠”。在胫后，从脚跟后上七寸、中央陷者中。足太阳脉气所发。治风劳、热足烦肿痛转筋（按：似有缺、误，不通）、急痛，身隐疹，大小便不止。针入三分

阳跷二穴，在外踝前一寸、陷者宛宛中。治脚气，肾气，妇人血气。针入三分。（按：据《针灸资生经·卷一》云“《明堂》上经、有阳跷穴。而《铜人》无此穴。惟有申脉二穴，阳跷脉所出、在外踝下陷中。与阳跷穴同，而未知其故。予按，《素问

本卷记载头面、四肢共三十余个腧穴的定位、所属经脉及主治病症。

耳部诸穴：角孙穴位于耳廓折叠中间，张口时显现，属手足少阳与手阳明三经交会，主治牙齿不能咀嚼、龋齿肿痛，灸三壮，针入三分。耳门穴在耳前突起肉处耳缺口旁，主治耳道流脓、耳鸣、耳聋及龋齿，针入三分，灸三壮。听会穴在耳前凹陷处、上关穴下一寸动脉搏动处，张口取穴，属足少阳经，主治耳聋、耳中弹响声、牙关紧急疼痛、不能咀嚼及颞颌关节脱位。听宫穴在耳中珠状软骨处，为手足少阳、手太阳三脉交会，主治耳聋、耳鸣如弹声、心腹胀满、臂痛、失声。

颈项部：天牖穴在颈侧肌肉与缺盆之间、发际上一寸凹陷中，属手少阳经，主治头风、面部浮肿、颈项强直不能转侧、夜梦纷乱、面色青黄无华，针入五分，不宜施灸（若误灸则面部浮肿加重），治疗时应先取噫嘻穴，再针天牖、风池。缺盆穴在锁骨上窝中央，又名“天盖”，主治寒热往来、瘰疬（颈部淋巴结肿大）、胸中热满、咳嗽、喉痹，灸三壮，针入三分。

上肢诸穴：天府（实为渊腋）穴在腋下三寸，主治头晕、目眩、视物昏远，针入四分，灸七壮。曲泽穴属心包经合穴（五输穴之一，位于肘内侧凹陷），属水，主治心痛、心下悸动、易惊、身热烦心、口干、呕血，灸三壮，针入三分。少海穴又名“曲节”，属手少阴心经合穴，在肘内横纹头凹陷处，主治腋下瘰疬、痹症疼痛、屈伸不利，针入三分，禁灸。孔最穴在腕上七寸，为手太阴肺经郄穴（气血深聚之处），主治热病无汗、吐血、失音、咽喉肿痛，针入三分。列缺穴在腕上一寸半两筋骨间，为手太阴络穴，主治偏风口歪、半身不遂，偏风者可灸至百壮。经渠穴属金，在寸口脉中，为手太阴肺经经穴，主治寒热、胸背急痛、喉痹、咳逆上气、久热无汗，针入三分，严禁施灸（灸则损伤神明）。少冲穴属木，在手小指内侧端，为手少阴心经井穴，主治热病、烦心、心痛、悲恐、掌热、手拳不伸，针入一分，灸一壮。劳宫穴属火，又名“五里”，在掌心横纹动脉处，以屈无名指指尖所触处为准，为心包经荥穴，主治手掌麻痹、白屑脱落，针入二分（针刺不可超过两次，否则耗人正气），禁灸（灸则生息肉）。

下肢诸穴：巨虚上廉穴在足三里下三寸两筋骨间，为足阳明与大肠经合穴，主治大肠气虚、偏风腿脚不遂、脚气、寒疟，灸之效佳。条口穴在上廉下一寸，主治胫部寒冷疼痛、足缓无力、湿痹、足底发热不能久立，针入八分，灸三壮。巨虚下廉穴在上廉下三寸，为足阳明与小肠经合穴，主治小肠气虚、面色无华、偏风、冷痹，灸治效果不及针刺。承山穴又名“鱼腹山”“伤山”，在腓肠肌分肉间凹陷，主治脚弱无力、偏风不遂，针入八分。昆仑穴（上昆仑）属火，为足太阳经经穴，在外踝后跟骨上凹陷，主治恶血、风气肿痛、脚肿水气，针入五分，灸三壮。下昆仑又名“内昆仑”，在外踝下一寸，主治刺风、风热风冷痹、腰痛、半身不遂、脚重不能着地，可灸百壮。髀关穴在伏兔穴后大腿交叉分肉中，主治脉寒不仁、痿痹屈伸不利，灸三壮，针入三分。梁丘穴为足阳明郄穴，在膝上三寸两筋间，主治惊悸、胫痛冷痹、膝痛屈伸不利，针入五分。隐白穴属木，在足大趾内侧端甲角旁，为足太阴脾经井穴，主治腹中寒热、气喘、衄血不止、腹胀、呕吐不欲食、暴泄、尸厥，针入一分，灸三壮。承筋穴又名“肠”“直肠”，在小腿后从跟骨上七寸中央凹陷，属足太阳经，主治风劳热病、足部烦热肿痛、转筋急痛、皮肤隐疹、二便失禁，针入三分。阳跷穴在外踝前一寸，主治脚气、肾气、妇人血气病，针入三分。

关键词

郄穴： 经脉气血深聚之处，多用于治疗本经急性病症，如孔最治吐血。

合穴： 五输穴之一，经气如水流入海，主治六腑病症，多位于肘膝关节附近。

井穴： 五输穴之首，经气如泉水初出，位于四肢末端，主治神志及急症。

荥穴： 五输穴之二，经气流动如小水，属火，主治热病发热。

瘰疬： 颈项、腋下淋巴结结核性肿大，中医认为多因痰气凝结所致。

现代启示

卷六所载穴位集中于耳、颈、手、足，涵盖耳聋耳鸣、颈项强直、手臂麻痹、下肢痿痹等高频病症，与现代人久坐伏案、颈椎劳损、腕管综合征、下肢循环障碍等问题高度重叠。列缺治偏风口歪、劳宫禁灸防息肉、经渠禁灸护神明，说明古代针灸师已建立精细的"宜针宜灸"辨别体系，并非单一疗法的简单叠加。现代神经科学研究发现，耳周穴位密集分布着迷走神经、三叉神经、面神经的体表投射区，这或许是角孙、听会、听官等穴能跨病种广泛主治的解剖基础。（以上仅供文化学习，不构成任何医疗建议。）

****引发思考的问题**：** 古籍明确记载劳宫"针过两度令人虚"、经渠"灸即伤人神明"，这种对剂量与禁忌的精细警示，是来自长期临床积累的经验总结，还是另有其背后的理论逻辑？

铜人针灸经：卷七

原文

铜人针灸经：卷七

针灸吉日

丁卯、庚午、甲戌、丙子、壬午、甲申、丁亥、辛卯、壬辰、丙申、戊戌、己亥、己未、庚子、辛丑、甲辰、乙巳、丙午、戊申、壬子、癸丑、乙卯、丙辰、壬戌、丙戌

以上并吉。又宜用除日、破日、开日、天盪、要安，并吉。

针灸忌日

丁丑、及白虎，血忌血支（按：似有缺、误，不通），月厌、月杀、月刑、死别独火凶（按：似有缺、误，不通）。又男忌除日，女忌破日。

十干日不治病：

甲不治头，乙不治喉，丙不治肩，丁不治心戊己不治腹，庚不治腰，辛不治膝，壬不治胫，癸不治足

十干日不针灸

甲日头、乙日耳、丙日肩、丁日背、戊巳日腹脾、庚日肺腰、辛日膝、壬日肾经、癸日手足

此神农所制：一岁起坤，二岁震，逐年顺飞，九宫周而复始，行年到处，则所主败体，切忌针灸，如误犯之，必致丧命。或发痈疽，宜速治之。

一岁起心，二岁喉，逐岁依次顺行一部，终而复始，行年所值者，切忌针灸。

一岁起脐，二岁心。逐岁顺行，周而复始，行所值处，忌针灸。（所录见明堂经）

推四时太乙所在，云：“六腑、鬲（按：通作“膈”）下、三藏，应四季。中州其有戊巳日，大禁。太乙所在，忌针灸。”

左足（应立春日其日戊子己丑），左胸（应春分其日乙卯），左手（应立夏日戊辰己巳），头一（应夏至其日丙午），右手（应立秋日戊申己未），右胸（应秋分其日辛），右足（应立冬日戊戌己亥），腰尻丁窍（应冬至丙午）。

推四时人神所在：春，左胁；夏，脐；秋，右胁；冬，腰。

推三旬人神在，误针灸者各致其疾。初一在足大指，厥阴分。针之主发跗肿。

初二在外踝，少阳分。针之经筋缓。初三在股，少阴分。针之主小腹痛。

初四在腰，太阳分。针之主腰痿无力。

初五在口，太阴分。针之主舌强。

初六在太咽半（按：似有缺、误），阳明分。针之咽门不开。

初七在内踝，少阴分。针之阴经筋急。

初八在手腕，太阳分。针灸腕不收。

初九在尻，厥阴分。针灸之病结。

初十在背腰，太阳分。针灸之腰背偻。 十一在鼻柱，阳明分。针灸之齿面肿。

十二在发际，少阳分。针之耳重听。

十三在牙齿，少阴分。针灸之气寒。 十四在胃腕，阳明分。针之气胀。

十五在遍身，不补不泻。大忌针灸。

十六在胸，太阴分。针之递息。

十七在气冲，阳明分。针之难息。

十八在股内，少阴分。针之引阴气痛。

十九在足阳明分。针之发肿。 二十在内踝，少阴分。针之经脉亦手。（按：似有缺、误，不通） 二

十一在手小指，太阳分。针之手不仁。

二十二在外踝，少阳分。针之筋经缓。

三十三在肝及足厥阴分。针之发转筋。

二十四在手阳明分。针灸咽中不利。 二十五在足阳明分。针之胃气胀。

二十六在胸太阳分。针灸之令人喘嗽。

二十七在膝阳明分。针之足经厥逆。

二十八在阴，少阴分。针之小腹急疼。 二十九在膝胫，厥阴分。针之筋痿少力。

三十在足趺，阳明分。日空亡不泻忌针（按：有缺、误）

推十二支人神所在处，忌针灸。

子日（在目）丑日（在脾，一云耳）寅日（在胸）卯日（在脾，一云胸）

辰日（在）巳日（在手）午日（在心）未日（在手，一云头）

申日（在头，一云背）酉日（在背）戌日（在面，一云颈）亥日（在云）（按：似有缺、误）

推十二时人神

子时（在踝）丑时（在腰）寅时（在目）卯时（在面）

辰时（在头）巳时（在手）午时（在胸）未时（在腹）

申时（在心）酉时（在背）戌时（在项）亥时（在股）

量穴法

凡量穴，当以病人手中指、第二节、两横文相去之间、为寸。凡量穴时，湏要身平正，不可拳曲，切湏慎之。

灸艾杂说

凡灸艾，皆以日正午以后，方可下火灸。谓阴气未至，灸无不着。午前平旦，谷气虚，令人癫眩不可卧灸，谨之！谨之！大概如此，卒急者又不可拘此。若遇阴雾大起、风雪忽降、猛雨，暑雷电、虹霓、且暂停，候晴明可方下火。灸时，不得伤饱、大饥、饮酒、生硬物，兼不可思虑、忧愁、呼骂、叹息，一切不祥，切湏忌之。

白话译文

针灸吉日 本卷列出丁卯、庚午等二十五个干支（古代以天干地支组合纪日的符号体系）日期，以及除日、破日、开日、天医、要安等历法日神，均视为宜于施行针灸的吉利时日。

针灸忌日 丁丑日及白虎日（凶神所值之日）、血忌、血支等与血气相冲之日，以及月厌、月杀、月刑等历法凶日，不宜施针灸（原文部分句子有缺误，文义不通）。另有：男性忌在除日、女性忌在破日接受针灸。

十干日不治病 以十天干（甲乙丙丁戊己庚辛壬癸）对应人体部位，规定该天干日不宜治疗对应部位的病症：甲日不治头部，乙日不治喉部，丙日不治肩部，丁日不治心脏，戊己日不治腹部，庚日不治腰部，辛日不治膝部，壬日不治小腿，癸日不治足部。

十干日不针灸 同以十天干对应身体部位，规定该日禁止在对应部位针灸：甲日禁针头，乙日禁针耳，丙日禁针肩，丁日禁针背，戊己日禁针腹及脾，庚日禁针肺与腰，辛日禁针膝，壬日禁针肾经所过之处，癸日禁针手足。

此法据称为神农所制：人一岁起，其年运对应坤位（八卦之一，代表西南方位）；二岁对应震位（代表东方），逐年顺序游走，九宫（九个方位格局）周而复始。行年所到之处，即为该年气血偏弱、易受损之部位，切忌在此针灸，若误犯则必危及性命，或诱发痈疽（体表化脓性感染），须迅速治疗。

另有一说：一岁对应心，二岁对应喉，逐岁依次顺行一部，终而复始，行年所值之处，切忌针灸。

又一说（录自明堂经）：一岁对应脐，二岁对应心，逐岁顺行，周而复始，行年所值之处，忌施针灸。

推四时太乙所在 太乙（古代天文学中的星神，亦作方位神）所在之处，涉及六腑（胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦）、横膈以下三脏，与四季节气相应；遇戊己日为大禁。太乙所值之处，忌施针灸。具体对应如下：左足（对应立春，戊子、己丑日）、左胸（对应春分，乙卯日）、左手（对应立夏，戊辰、己巳日）、头部（对应夏至，丙午日）、右手（对应立秋，戊申、己未日）、右胸（对应秋分，辛日）、右足（对应立冬，戊戌、己亥日）、腰尻及各孔窍（对应冬至，丙午日）。

推四时人神所在 人神（中医择时理论中，随时日游走于人体各部位的气神，针灸时须回避之处）在四季的分布：春季在左肋，夏季在脐，秋季在右肋，冬季在腰部。

推三旬人神 每月三十日，人神逐日流注于不同部位，误行针灸将各致相应病症，摘要如下：

- 初一：足大趾，厥阴（经脉名，循行于肢体内侧）分——误针则足背肿胀 - 初二：外踝，少阳分——误针则经筋弛缓 - 初三：股部，少阴分——误针则小腹疼痛 - 初四：腰部，太阳分——误针则腰部弯曲无力 - 初五：口，太阴分——误针则舌体强硬不灵 - 初六：咽部（原文有缺误），阳明分——误针则咽门不开 - 初七：内踝，少阴分——误针则阴经经筋拘急 - 初八：手腕，太阳分——误针则腕部不能收摄 - 初九：尻部（臀尾骨处），厥阴分——误针则病气郁结 - 初十：背腰，太阳分——误针则腰背弯曲 - 十一：鼻柱，阳明分——误针则齿面肿胀 - 十二：发际，少阳分——误针则听力下降 - 十三：牙齿，少阴分——误针则寒气内生 - 十四：胃脘，阳明分——误针则气机壅胀 - 十五：遍布全身——大忌针灸，禁用补泻手法 - 十六：胸

部，太阴分——误针则呼吸迫促 - 十七：气冲（穴位名），阳明分——误针则呼吸困难 - 十八：股内，少阴分——误针则引发阴经气痛 - 十九：足阳明分——误针则发肿 - 二十：内踝，少阴分——误针则经脉异常（原文有缺误） - 二十一：手小指，太阳分——误针则手部麻木不仁 - 二十二：外踝，少阳分——误针则经筋弛缓 - 二十三（原文误作“三十三”）：肝及足厥阴分——误针则发转筋（肌肉痉挛） - 二十四：手阳明分——误针则咽中不利 - 二十五：足阳明分——误针则胃气胀满 - 二十六：胸太阳分——误针则令人喘咳 - 二十七：膝阳明分——误针则足部气血厥逆（气血上下运行逆乱） - 二十八：阴部，少阴分——误针则小腹急痛 - 二十九：膝胫，厥阴分——误针则筋痿少力 - 三十：足背，阳明分——逢日空亡（历法中的凶日）时忌针（原文有缺误）

推十二支日人神所在 以十二地支（子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，古代纪日符号）对应人神部位，该日忌在对应处针灸：

子日在目；丑日在脾（一说在耳）；寅日在胸；卯日在脾（一说在胸）；辰日（部位缺）；巳日在手；午日在心；未日在手（一说在头）；申日在头（一说在背）；酉日在背；戌日在面（一说在颈）；亥日（部位缺，原文有误）。

推十二时辰人神所在 以十二时辰对应人神部位：子时在踝，丑时在腰，寅时在目，卯时在面，辰时在手，巳时在手，午时在胸，未时在腹，申时在心，酉时在背，戌时在项，亥时在股。

量穴法 凡量取穴位，当以患者本人手中指第二节两横纹之间的距离作为一寸（即“同身寸”，以患者自身为标准的个体化测量单位）。量穴时，须令身体平正，不可弯曲，务必谨慎。

灸艾杂说 凡施行艾灸（以艾草制成的艾绒点燃后温灼穴位的疗法），应在正午之后方可点火，因此时阴气（相对于阳气的收敛、凉降之气）尚未盛起，灸效最佳。午前及清晨，谷气（水谷所化之精微之气，即饮食消化后供养人体的能量）尚虚，灸之令人头晕目眩，不宜卧位施灸，须严加警惕。此为通则，若情况紧急则不必拘泥。若遇阴雾大起、风雪骤降、暴雨、暑热雷电、虹霓之时，应暂停施灸，待天晴后方可点火。施灸时禁忌：过饱、过饥、饮酒、食生冷硬物，亦不可思虑过重、忧愁悲叹、呼骂喧嚣，凡一切不祥之事均须戒忌。

关键词

人神： 中医时间医学概念，指随年、月、日、时流注于人体各部位的气神，所在处忌针灸。

同身寸： 以患者自身中指第二节两横纹间距为一寸，是针灸取穴的个体化度量标准。

太乙： 古代星神兼方位神，随节气移位于人体不同部位，所在处为绝对针灸禁区。

十干禁忌： 以十天干纪日，每日各对应人体一个部位，该日禁止针治或针灸对应部位。

谷气： 水谷（饮食）所化生的精微之气，是人体正气（维持生命活动的功能之气）的重要来源，清晨谷气未充时不宜施灸。

现代启示

卷七的核心逻辑是"时间—空间—人体"三者的动态对应：不同时日，人体气血的强弱分布并不均匀，择时而治是为了顺应而非对抗这种节律。这与现代时间医学（Chronobiology）中"不同时段人体生理指标存在节律性波动"的发现存在结构上的相似。量穴法中以患者自身手指为度量单位，亦是个体化医学思路的早期实践——每个人的骨骼比例不同，穴位自然不能"一刀切"。灸艾杂说对施灸时机、天气、饮食和情绪的全面规范，则提示治疗效果不仅取决于手法，更取决于人体当时的整体状态。本文仅供文化学习，不构成医疗建议。

思考：当我们今天谈论"个体化治疗"和"时间医学"时，古人已在做什么？