

# 目 录

## 第一章 穴 篇

### 第一节 点穴入门与穴位..... 1

- |          |            |          |
|----------|------------|----------|
| 人体的隐称(2) | 人体六门(4)    | 人体三盘(6)  |
| 人体七坠(6)  | 人体九窍十三窟(6) | 点穴方法(7)  |
| 点穴器械(8)  | 点穴手形释语(8)  | 解穴方法(9)  |
| 三十六门(11) | 古十二时辰穴(12) | 十二大穴(12) |

### 第二节 穴位循行路线与部位..... 13

- |            |            |            |
|------------|------------|------------|
| 手太阴肺经(13)  | 手阳明大肠经(13) | 足阳明胃经(14)  |
| 足太阴脾经(14)  | 手少阴心经(15)  | 手太阳小肠经(15) |
| 足太阳膀胱经(15) | 足少阴肾经(16)  | 手厥阴心包经(16) |
| 手少阳三焦经(16) | 足少阳胆经(17)  | 足厥阴肝经(17)  |
| 任脉(18)     | 督脉(18)     |            |

### 第三节 捕穴术与穴反应..... 20

- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| 太阳穴(20) | 止呕穴(21) | 左听宫(23) |
| 咽喉(24)  | 璇玑(25)  | 鸱尾骨(26) |
| 天突(28)  | 巨阙(29)  | 关元(31)  |

风府(32)	印堂(34)	天关(35)
身柱(36)	育门(38)	大包(左)(39)
渊腋(41)	鹰窗(41)	不容(43)
乳根(44)	气舍(45)	中脘(47)
期门(48)	京门(右)(50)	大包(右)(51)
至阳(52)	玉堂(54)	紫宫(55)
日月穴(56)	神厥(58)	腹结穴(59)
耳孔穴(60)	耳根穴(61)	上廉泉(63)
扶突(64)	梁门(65)	章门(66)
云门(左)(67)	华盖(68)	乳中(69)
哑门(70)	商曲(71)	水分(72)
带脉(73)	气冲(73)	志室(74)
幽门(74)	会阴(75)	气海(76)
曲骨(76)	冲阳(78)	天枢(78)
关门(79)	涌泉(80)	外陵(81)
阴交(82)	下脘(82)	悬厘(83)
悬颅(84)	强间(84)	百会(86)
神庭(87)	五枢(87)	中府(88)
三阴交(89)	上脘(90)	上星(90)
阳纲(91)	命门(92)	神道(92)
神封(93)	育俞(94)	膈关(94)
头维(95)	脑户(96)	目窗(97)
完骨(98)	气户(99)	屋翳(100)
库房(100)	灵墟(102)	中庭(102)
膻中(104)	水突(105)	天鼎(106)
人迎(106)	俞府(107)	天溪(108)
胸膈(109)	食窦(110)	极泉(111)
周荣(111)	承满(112)	腹通谷(113)

石关(114)	建里(115)	中柱(115)
大赫(117)	横骨(117)	归来(118)
水道(119)	长强(120)	魂门(120)
胃仓(122)	意舍(123)	天膈(124)
魄户(124)	谿谿(125)	中樞(126)
筋缩(127)	脊中(129)	腰阳关(130)
灵台(131)	大杼(131)	曲垣(132)
悬枢(134)	肩髃(134)	环跳(134)
井口穴(135)	颊车(136)	听会穴(136)
太阴穴(137)	囟门(137)	前顶(138)
后顶(138)	京门(左)(139)	肩井(139)
肾俞(139)	风池(140)	囊底(140)
承山(141)	肩前骨穴(141)	腿控穴(141)
盖骨穴(142)	廉泉(142)	大骨节穴(142)
下河坎(142)	脱手穴(143)	曲池(143)
箕门(144)	冲门(144)	通天(144)
天容(145)	血海(145)	气膻(146)
臂中跳脉(146)	鸠尾(146)	山根(146)
颧髻(147)	人中(147)	地合穴(148)
缺盆(148)	大横(148)	辄筋(149)
居髻(149)	膏肓(149)	神堂(150)
承筋(151)	髀凹(151)	天池(151)
脚筋(151)	骨内弦(152)	

附:人体部分穴位图 ..... 153

## 第二章 余家拳点穴练功功法

第一节 神力功 ..... 157

铁臂手(157)      铁爪大力功(157)      掌如铁功(158)

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>**