

几年前在北京认识了一个道人，针灸术很厉害，取穴少，穴位亦奇。所用穴位与现代医家通用的迥然不同，但疗效很好。但就是他一般不出手给病人针灸。经过了解，他针灸用的是《黄帝内经》中的“络”穴。《黄帝内经》最晚成书于春秋战国时期，是上古医术的精华。《内经》记载人身经脉有四套体系，即“经、络、溪、谷”，这四个系统的经脉经纬人身阴阳，使荣卫气血上下浇灌，共同护卫人体健康。经过二千多年的流传，现在得以传承下来的仅存“经”的一个系统，即通常所称的“经络”三百六十穴。其他三套系统“络、溪、谷”的720个穴位及其应用理论在传承流变中湮没无迹了。而现代医书上人各自秘的某些“奇穴”，其实就是化源于“络、溪、谷”系统中的某些穴位，只是人不知其端。有幸的是，上古经络学的薪火得以在民间保存着她的余脉，这位道士从他师门那里继承了上古针灸术，就包含“络、溪、谷”三套经脉体系。为了不使上古秘术再次失传，道人现在已将“络、溪、谷”三套体系公之于众，使这套秘传千年的上古针法得以再现人间。

经曰：络三百六十五穴，亦以应一岁，以溢奇邪。以通荣卫，荣卫稽留，卫散荣溢，气竭血着。肉之大会为谷，肉小为溪，肉分之间，溪谷之会，以行荣卫，以会大气。邪溢气壅，脉热肉败。荣卫不行，必将为脓。内销骨髓，外破大腠，留于节腠，必将为败。积寒留舍，荣卫不居，肉卷筋缩，肋肘不得伸，内为骨痹，外为不仁，命曰不足。大寒留于溪谷也。

溪谷三百六十五穴会，亦应一岁，其小痹淫溢，循脉往来，微针所及，与瀉相同。经曰：孙络之脉别经者，其血气(气火)盛而当泻者，亦三百六十有五脉，并住于络，传注十二经络脉，非独十六络脉也，内解泻于中者十脉。

经穴三百六十有五，络俞三百六十五穴，及溪谷三百六十有五，计之一千零九十有五穴。故经穴之与孙络穴别矣，然其溪谷之谷穴，从乎肌理也。

经之穴三百六十有五，之所以主其运也。络之穴三百六十有五，之所以主其传也。溪之位一百二十有五，营其筋肌也。谷之窍二百四十有奇，之所以泽其筋骨也。

针道维生之衷矣。故经病者调之以络，络病者调之以溪。血病者调之以经，气病者调之以谷。气血之病也，调之于溪谷。

经曰：经者，动气之径也。络者经脉之偶也。溪者经络节持之驿也。谷者筋骨气脉经之汇也。故经有其穴，络有其窍，溪有其脉，谷有其空是也。经，输也。络，注也。溪，交也。谷，合也。故经有十三，奇之有八，络有十六，溪有十四，谷之有七。十四溪者，肌肉筋经之隙也，尺胫，肱股，腰渺(月少)，脊颈肌分肉腠及经络诸穴。谷者，气节之会也，部有七。踝，腕，肘尺，肘肱，膝胫，膝股，少腹之下极。

督之络者，起于骶闾之角而终于椎上，自中傍开半目。左右各一十有八穴，主阳神志久疾。其穴在脊节，名曰百劳刺。

骨之络者，起于骶闾之翼而终于髑，两傍各开一目，左右二十有三穴，主劳异怪。其穴在脊翼节中，名曰侠脊刺。

膀胱足太阳之络，起于脑中，出瘕门而终于承扶，自中傍开一叩，左右各二十有三穴，主背肋脏腑。其穴在背脊外肋横结处，名曰铍风刺。

胆足少阳之络，起于风池循胛环而下缈(月少)至股际；上自中傍开一握。其一支自五枢京门而上，循肋至鸠尾。左右各二十有五穴，主损伤劳苦。其穴在胛肋缈(月少)髻中，名曰铍肱刺。

肺手太阴之络，起于中府，出俞环胛而循，支者横贯中府自经而下，络于大肠者左右各六穴，循经前而下者九穴。主风寒时疫，癰痲劳嗽。

肝足厥阴之络，起于本脏，自期门循季肋端，环肋内陷上膻中，寻膈入背俞会于杼，直上者贯鬲会人迎，其支自大敦循经前而上，至期门而终。上者左右各二十有六穴，下者左右各十有一穴。主气血男女。

心手少阴之络，起于心中，下络小肠。循肋而上，自极泉横贯胛内过俞，自天宗循颈上入脑。循经前而下会于劳宫。上者九穴，下者十有七穴，主动静血脉。

脾足太阴之络，起于脾中，循肋环绕经而下，回曲骨贯箕门，循膝会阴陵上，下鱼至邱，环踝而散。上者十有八穴，下者十七穴，主抑郁积滞妇肠。

肾足少阴之络，起于肾中，下络膀胱，脐上侠少阴，侠脐而界阳明，下坤谷侠太阴。三环相交，叩叩于腹。左右各二十有四穴，至横循经前而下跟。左右各七穴，主虚损劳弱，腰股肿胀。

九阳之络，起于强间，循纹至颅厌，过耳前空关至牖、井、外髻垣，环七椎间。自间至牖各十有一穴，下者各十有七穴，主诸风神志。

任之络，起于承浆；下突翼中，终于下极，自中傍开一目。左右各二十有五穴，主阴血积滞。

冲之络，起于阴骹中，绕阴器，循气冲、腹结气海、天枢外直上至血俞脾枢，会鸠尾、自傍半目上行、挟突喉、会承浆环唇交水沟、迎香过目散脑中。左右各十有九穴，主脏腑郁滞。其穴不内，名曰倚刺。

阳明手大膈之络，起与大膈；自本腑上络肺至突端。出阳关至俞、循六阴环骨至横端上肋。其支者自俞侧直下循髻；本络穴左右各一十有七穴，主二阴腹腰。

胞之络，起于肾脏，出关元中极间；上络神阙，其支者自气海循太乙入肝，自肝循带外下行五枢，至生气横行生门天锡入胞系。左右各六穴，主男女生成。其穴循经肌间，其针深浅以知度，故曰渊刺。

胃之络起于中脘，上行膻中，旋鸠端内循而环，历章门，至太乙入胃系。左右各十穴，主反胃噎噤食不下。

六阴之络起于气俞，循髻侧至会阳，历四俞至关俞，循髻脊内缘至二冲上，下循会阴，贯气水穴间。左右各十有八穴，本经有八。主癰闭，痲疔，痿痹，血气(气火)诸疾。其穴去经皆五分臀肌中，名曰颡臑刺。

络者，网也。络于十二经，合其经脉筋肌者也。经之为干，络之为枝，溪之为茎，谷之为叶。本为一元之体也，运用岂有二般？故经之所以通滞者也，络之所以消积者也；溪之所以祛瘀者也，谷之所以化气(气火)者也。

络脉者，一十有六。膻中手厥阴伏其络，倚于心与九阳也。小膈手太阳伏其络，倚于肾与胞也。何谓也？其为玄牝之府故耳，始生气之从来也。

故督之络于脊椎隙间者，气阖骨也。其自骶间而始，直行而上者，终于椎上合风府。其合脏腑，其主神志气力，为骨舆阳道之督导矣。故络其俞十有八穴，骶间至脊中六穴，名曰六合，肋腕诸气，脊以上十一穴，名曰十一关，主脏诸气痛也。

故骨之络脊翼上突者，骨之生导气机也。是以起骶间之翼，而终于椎上，上合强间。其支者，合于风池。其合气于脏腑，其主机动，其为阖，为诸劳诸伤诸气之汇也。故络其俞二十有六穴，主百劳诸损伤，故其名曰百劳刺。上治上，下治下。刺五分，灸以年为壮。

故膀胱足太阳之络，始于脑中，自症门上出而下至肩中俞。其支络天髻，自肩井而散。其络自肩中俞直下。经急风，气输，热俞，心机，智关，督关，膈门，

气屈，肝俞，阳俞，垣宫，荣门，无邪，水宫，元门，后仓，子强，阳光，水储，自宴，五马，环止，络泉，横络会阳，上络秩边，下走承扶而终也。其穴二十有三，所过八穴，主头项背，脏腑热，胁弩痛。阳宫垣俞二穴不可刺，夏刺则即日死，春刺失精，冬刺水枯。下治上，上治下。刺五分，灸七疔。

胆足少阳之络，始于风池，循肩俞，经天髎傍五分翼轸穴，背髎，魄门，膏肓俞，倮风，息痛，(病头员)门，结气，臑门，死户，劳俞，厌气，倮宫，(尻兀)户，尻俞，臀关会于环跳。其支者，自五枢，结气，腹荣，历京门，上季肋，循肋外而上，天合，端门，龠阳，木宫，胆舍，胃仓，厌气，会于鸠尾。又支者，自日月循于倮风。其络穴二十有五，所过十穴，主弦胀。气满不得食，腹痛如豁。忌直刺，灸五七壮。

肺手太阴之络，始于中府，从肺系出膈俞，经臆嘻，魄关，气门，少泉。循太阳络之热俞，气输，急风，至厌肩，会云门，上交息肩，祛风，侠天府而下，历嗑满，尺关，气屈，终于列缺。支者自肺系，出俞府，气户直下，逆满，膺俞，太宴，云宫，噫满，併不容，承满，木宫，胆舍，天枢，终于兰门。本络十五穴，所併十四穴，主气满不得息，逆嗑不食，脘满背阃痛。本络勿直，灸三七壮。

肝厥阴之络，始于本脏。系期门，金火木水土，五宫五穴至季端，循肋内陷天焦穴上行，石满，星垣，脾枢，血愈，离气，天燥，厌门，食关，天钺，入膻中。又支者，自章门后五分曲肋而上者一十二穴，天刚，地怒，人怨，志滞，姑妄，意会，育髎，乌蒙，户牖，天怨，赤宫，天渊，经大包傍上极泉。其循经前而上者，始蠡沟前上行，天斗，气承，疝门，交太阴经，掖都，盍舍，温市，会曲泉，血府，幽都，串阴器，上气街，交太阴阳明，至水满，地瘴，叠门，会章门。本络三十七穴，所交六穴，主盍胀痲疔，满不得食，阴阳二痿，目弦头晕呕噎者。

心手少阴之络，始于心中，出乎灵墟内三分之本主，下循九衢，云端，交三经过期门，日月间至神营，下长街，域间，字门，急腹入络小膈。其上者自神营，玉都，天荒，天苍，会极泉。贯内胛络俞，会天宗，乘风，肩井，天髎，入舌系嗑，支者自天宗会于脑。循经前而下者，内肱，扶正，亢阳，上荣，天官，极曲，羸邪，脐满，腕会，膺渊，郟中，咸炅，胃都，通荣，腕中，天阙，精极，会少府络劳宫，与小指次指出其端。本络二十有六穴，所过十有三穴，心胷脘腹。

脾足太阴之络，始于本脏，出上系，当乳根步廊下于鸠尾平处，名曰中髁。自中髁，液井，引纵，天衡，会于大包，入寅溟，肺墟，蒙光而下，倚阳，相使，青菟，厌会，中枢，太葆，谷关，天寐，从星，流光，动风至带脉后一寸，下入承尻，环枢，从承，坤谷，于冲门下一寸冲会过经，循之下。经炅门，爽光，胞会，高桀，荣髁，鹤膝，蛇目，入阴陵泉，上机，五疝，下机，秘关，纵谷，入三阴交环踝而散。本穴三十有五，所过四穴，主情抑志郁，脏腑积滞，妇膈结痲流疔。

肾足少阴之络，起于本脏，下络膀胱，自膜而上，出建里下五分之阳宗穴，阳明，三阴，八会，听门，牙关，于育俞上五分之少挾，交阙会中，左走右，右走左，入育俞，肩门，息肩，于外陵上五分取中肱，五正，肘关，曲云，水道，水道五分屈肋，会气穴，交关元，左走右，右走左。走水道，(尻兀)关，精宫(子户)，归来，大赫，交中极，左走右，右走左。急气，腹直，羸里，绛顶，舍次，冲次，灵交，过阴廉。至溺矢俞循经而下，宫吕，古光，合阴谷，阳邱，鯤阳，髀佑，溺阳，合复溜，走太钟，水泉而散。本络三十一穴，所过十五穴，主诸虚损，劳弱，腰股肿胀，足膝不利。

九阳之络，起于强间，循风癯，天罗，阳空，一阳，寂天，至束，灵阳，过县颅，下厌毗，外髀会，(风荔)风，颌俞，经天牖，池下寸半之颈俞，刚风，痉癩，痉风，历肩井，承强，至肩中俞，急风，气输，热俞，风关，气会，命营交至阳，于至阳灵台间一口寸寻神府，上灵台，延骨络上行，于神道身柱间寻逆天俞上直，清灵，气纵，天池，意怡，宴椎，行风，上会风府入脑间。本络二十有八穴，所过十有一穴。主诸风癩痉，厥逆不用，神息恍惚息寐弗力。

任脉之络，始于承浆，傍开一目下循，终于下极。从孔厌，侠嗌，喉络，天突翼，以下九膺九穴至鸠尾下翼，翼以下八宫六穴至神阙翼，以下下元六俞至下极俞者，本络俞二十有五，其主阴血腹膈，玄牝寒热血症。所过有九穴，主气满厌食，嗌逆浮虚，诸邪妄行不归。

冲脉之络，起于阴极之会里前导中，侠会，囊邸，走气冲，疝俞，自中傍开二寸半循根柢，精宫，腹五里，精舍，三合，牝枢，肓端，灵醢，祭坛，循脾枢，血愈，会鸠尾，嗌门，自中傍开半目上行，陷突，膻会，明堂，紫宛，重云，宝盖，挟突喉，会承浆环唇，交水沟，迎香，过目散脑中。本络一十有九穴，所过七穴，主脏腑郁滞，犇豚嗌噫。

阳明手大膈之络，起于大膈，络于肺间心突中上天突，自大膈出阳关至本俞，环尻骨端循六阴络之五衢，四窞，平蹊，步常，步恒，鹤翅，络气街，环尻端下寸半走无名六穴至气街，自鹤翅上行，走(皮丸)(月少)，带脉，气弩，腋眇，臂纵，併巨骨，散于天鼎。其支者自本俞外五分之燿筋下行，寅泄，还阳，聚痰，七塞，阏关，至极底入膈中。本络俞一十七穴，所过一十有三穴，主嗌干气痛，二便腰腹。

胞之络起于肾脏，出关元中极间之灵汇，自任脉上行神阙，其支者，自气海，中注，盲俞，天枢，滑肉门，太乙入络于肝，自肝下循五枢五穴，至生气，镐阳，元宫，生门，天锡，络胞中(男子曰元田宫)。本经六穴，所过一十有五穴，主男女生成气血之事。

胃足阳明之络，系于脾，出中脘，沿冲脉任络上行膻中。出鸠突，膨松，腕元，叩门，炅气，龙门，稽水，历章门，络带脉，循脾薄，太乙入胃系，出膜络脾。其支者，自脾薄，沿大横，腹结，府舍，冲门，从阳明之外而下行，巽户，沓泣，伏风，承髀，阳全，临关，承气，膝兑，鹤隘，腕宿，愈膈，胷舍，经丰隆，肺门，达解溪而散。本络俞二十有一穴，所过九穴，主反胃噎噫，食不下。胷中满闷，滞利水泄。

六阴之络者，地气之络也。走关俞，腰俞，会阳，长强，循五衢，四窞，平蹊，步常，步恒，鹤翅，络冲门，气街，下循会阴，络二阴。本俞有八穴，所络十穴。主癰闭痿痹，女子诸病。

再论针灸 心悟

没有理论就不能明理，不能明理就更谈不上什么手法。

十一年前当我第一次拿针给人扎针时手没有抖，老师傅告诉我，你是天生扎针的。然后开始练习各种手法，什么补泻，什么“烧山火、透天凉”，练习了五年终于小有所成。

但是现在快 30 岁的我终于明白了手法其实跟本不重要，重要的是心境。

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/>