

圖解中醫

「經絡篇」

羅大倫
寶金劍
于春華



編繪



香港中和出版有限公司
www.hkopenpage.com

只為中醫太美

我之所以摯愛中醫文化，只因為它真的很美。

幾千年的中華傳統文化浸潤濡養著中醫這棵寶樹奇葩，無論是基礎理論，還是用藥治則，無不閃爍著哲學的思辨之美。作為中醫理論核心的整體觀，不僅將人看作一個整體來考量，還將人置身於浩瀚宇宙，看成是自然界中的一部分，追求人與自然的和諧。這正是道家「天人合一」思想的體現。熱者寒之、寒者熱之、虛者補之等治則，以藥性偏頗來糾正人體偏頗的原則，則展現了儒家智慧的光芒。五行的相生、相剋、相乘、相侮、對立、制約與依存，看似玄而又玄，但又無處不反映著樸素的真理。七情配伍，相使、相須、相惡、相殺，一方之中竟是排兵佈陣般的謹慎嚴密，大氣渾然，每一方不知包蘊了多少哲理。

大道至簡，至簡則美。中醫所蘊含的道理是深刻的，但表現形式卻極為簡單，其診斷、用藥都體現了至簡之美。老中醫看病，無須拍 X 光片，不用做 CT、磁共振及各種程序複雜的檢查，藉助醫者的感官和手指的感覺，通過望、聞、問、切就能查明病因，判斷病情。中醫用藥，雖然有很多繁複的藥方，但也有許多簡便有效的單方、偏方和代藥的食方，將藥物對人體的損害降到了最低。中醫將疾病和自然界緊密地結合在一起，很多藥物都是就地取材，隨手可得，一塊生薑、一縷香菜、一頭大蒜、一把食鹽，在中醫師的手中都可能是最有效的治病良藥。中醫已經將「簡」的妙處運用到了極致。

一藥一法盡得自然之美。傳統中醫取法自然，以事半功倍、至簡、至效和對人體傷害最小為最終的追求。同樣治病，中醫也許是一帖膏藥、幾次火罐、簡單的針灸就可以治癒，且不傷及人的根本。同樣用藥，中藥多

來源於自然界的動植物，煎煎煮煮，很少化學合成，對人體的不良反應也大大降低。

中醫太美。這樣的瑰寶、國粹，應該推廣之，宣傳之，發揚之，讓更多的人了解中醫，喜歡中醫，應該是每一個中醫人的責任和使命。

看到羅兄贈我的「《圖解中醫》系列叢書」，我的耳目為之一新，彷彿看到了宣傳普及中醫的一片新天地。這套書的作者和策劃者們以普及中醫理念為己任，以弘揚中醫文化為目標，將傳統的中醫內容用最為輕鬆活潑的漫畫形式表現了出來，構思巧妙，匠心獨運。每一幅畫圖、每一段文字，都力求最簡省、最通俗地表達深奧繁複的中醫理論，讓讀者不必再咀嚼拗口的詞句，無須再琢磨難懂的話語，在興味和樂趣中感受中醫的真諦，獲得快樂的閱讀體驗。

我相信這套書能如其「後記」所言，讓您在閱讀之後，「一定會為中醫國粹的精湛神奇而感慨，一定會為古人的聰慧睿智而動容，為燦爛的中華文明而心生一分自豪之情」，從而「生發出對中醫的研究之心、探索之意」，甚至「能由此積極宣傳推廣中醫，讓更多的人來了解它，學習它，發掘它」。

梁冬

用圖解解讀中醫

五千年歲月流轉，積累了中醫的博大內涵。

五千年千錘百鍊，鑄就了中醫的完備體系。

五千年大浪淘沙，沉澱出中醫的精粹風華。

五千年風雨滄桑，古老的中醫曾經擔負著中華民族繁衍昌盛的大任，推動著華夏文明的車輪，轉動不息。

如今，隨著人們對健康的熱切追求，隨著中國文化影響力的不斷增強，古老的中醫，歷久彌新，正煥發出更加迷人的風采和勃勃生機。

然而，正因其古老，會有許多生澀的語言詞彙讓人難以理解；正因其古老，會有許多深刻的思想理論無法被人領悟。怎樣打破形式的束縛，突破理解的障礙，讓中醫為更多國人所接受，讓中醫國粹真正走出國門，走向世界，是中醫文化傳播者的當務之急。

深思熟慮之下，我們選擇了用鮮活生動的圖解來傳達中醫的精湛深邃，化深奧晦澀為淺顯易懂，變生硬解釋為生動演繹。同時，圖解的幽默元素，還會使讀者在感受中醫、學習中醫的餘韻之中，品味生活的歡愉和閱讀的樂趣。

這，就是我們奉獻給您的用圖解完美解讀中醫的圖書——《圖解中醫》系列叢書。

我們希望，這套叢書能為您敲開中醫的大門，能讓您有更大的熱情學習這門古老的文化。我們也希望，這套書能突破國家的界限，超越語言的阻障，跨越古今時空，飛越千山萬水，將古老而深邃的中醫文化撒播到每個人的心田。

目錄

中醫經絡的悉知之旅



人體之中有條河	20
經絡腧穴	22
經絡腧穴與針灸	23
針灸學發展史	24
春秋戰國前後期	26
秦漢——《黃帝內經》	27
漢代——《難經》	28
魏晉時期——《針灸甲乙經》	29
隋唐時期	30
宋代——《銅人腧穴針灸圖經》 與銅人	31
明代——《針灸大成》	32

帶你了解經絡



甚麼是經絡	34
經絡系統	35
經絡系統的組成	35
十二經脈	36
十二經脈——命名規律	38
十二經脈——分佈特點	40
十二經脈——表裡屬絡	42
十二經脈——流注	43
奇經八脈	44
奇經八脈——作用	45
十二經別	46
十五絡脈	47
十五絡脈——絡脈與經別的異同	48
十二經筋	49
十二皮部	50
經絡的作用	51
經脈理論	52

根結理論	53
標本理論	54
氣街理論	55
四海理論	56

帶你了解膻穴



甚麼是膻穴	58
膻穴的分類	59
膻穴的命名	60
膻穴的作用	61
特定穴	62
五輸穴 —— 命名	63
五輸穴 —— 分佈	64
五輸穴 —— 作用	66
原穴 —— 命名與作用	67
原穴 —— 分佈	68
絡穴 —— 命名與作用	69
絡穴 —— 分佈	70
郄穴 —— 命名與作用	71
郄穴 —— 分佈	72

背俞穴	73
募穴	74
八會穴	75
八脈交會穴	76
下合穴	77
交會穴	78
膻穴定位法	79
體表標誌	80
骨度分寸法	81
手指比量法	82

十二經脈與膻穴



手太陰肺經與膻穴	84
經絡循行	84
病證表現	85
膻穴	86
膻穴 —— 太淵	87
膻穴 —— 列缺	88
膻穴 —— 尺澤	89
手陽明大腸經與膻穴	90

經絡循行	90
病證表現	91
腧穴	92
腧穴 —— 合谷	93
腧穴 —— 曲池	94
腧穴 —— 偏歷	95
腧穴 —— 迎香	96
足陽明胃經與腧穴	97
經絡循行	97
病證表現	98
腧穴	99
腧穴 —— 頰車	100
腧穴 —— 天樞	101
腧穴 —— 足三里	102
腧穴 —— 豐隆	103
足太陰脾經與腧穴	104
經絡循行	104
病證表現	105
腧穴	106
腧穴 —— 公孫	107
腧穴 —— 三陰交	108
腧穴 —— 陰陵泉	109
腧穴 —— 血海	110

手少陰心經與腧穴	111
經絡循行	111
病證表現	112
腧穴	113
腧穴 —— 少海	114
腧穴 —— 通里	115
腧穴 —— 神門	116
手太陽小腸經與腧穴	117
經絡循行	117
病證表現	118
腧穴	119
腧穴 —— 後溪	120
腧穴 —— 聽宮	121
腧穴 —— 肩貞	122
腧穴 —— 臑俞	123
足太陽膀胱經與腧穴	124
經絡循行	124
病證表現	125
腧穴	126
腧穴 —— 睛明	128
腧穴 —— 攢竹	129
腧穴 —— 委中	130
腧穴 —— 承山	131

膻穴——申脈	132
足少陰腎經與膻穴	133
經絡循行	133
病證表現	134
膻穴	135
膻穴——湧泉	136
膻穴——復溜	137
手厥陰心包經與膻穴	138
經絡循行	138
病證表現	139
膻穴	140
膻穴——內關	141
膻穴——勞宮	142
膻穴——中衝	143
手少陽三焦經與膻穴	144
經絡循行	144
病證表現	145
膻穴	146
膻穴——關衝	147
膻穴——外關	148
膻穴——翳風	149
足少陽膽經與膻穴	150
經絡循行	150

病證表現	151
膻穴	152
膻穴——瞳子髎	153
膻穴——風池	154
膻穴——陽陵泉	155
膻穴——足臨泣	156
足厥陰肝經與膻穴	157
經絡循行	157
病證表現	158
膻穴	159
膻穴——大敦	160
膻穴——章門	161
膻穴——期門	162

奇經八脈與膻穴



奇經八脈的作用	164
督脈與膻穴	166
經絡循行	166
功能	167
病證表現	168

膻穴	169
膻穴——長強	170
膻穴——大椎	171
膻穴——百會	172
膻穴——水溝	173
任脈與膻穴	174
經絡循行	174
功能	175
病證表現	176
膻穴	177
膻穴——會陰	178
膻穴——關元	179
膻穴——臍中	180
膻穴——承漿	181
衝脈	182
經絡循行	182
功能	183
病證表現	184
帶脈	185
經絡循行	185
功能與病候	186
陽蹻、陰蹻脈	187
經絡循行	187

功能與病候	188
陽維、陰維脈	189
經絡循行	189
功能與病候	190

奇穴



奇穴的分佈	192
奇穴舉例	193
太陽·夾脊	193
腰眼·四縫	194

後記	196
-----------	-----

中醫經絡的悉知之旅

兩千五百年前，中國誕生了一部醫學巨著——《黃帝內經》，在這部典籍中，一個重要的概念貫穿於全書，那就是經絡。

經絡之學，源於遠古，服務而今，已成為中醫理論不可或缺的核心之一，它以其龐雜大氣而意會勝於言傳的神秘為世人所嚮往，但卻不可知。

經脈者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起。一針一灸間，便能決生死、處百病、調虛實。微針一點，何以通經絡，安能調氣血？古老的醫學經歷千年洗禮，一脈而承的精粹如何與今朝瞬息萬變的時代相融相合，相輔相成？因為只有當古能為今用，白雲蒼狗的流逝才能藉智慧為載體，成為萬古相傳的瑰寶。益於此時，利於後世。存以謙恭謹慎之心，秉以授業解惑之願。在這裡，我們盡己之所能，化龐雜為有序，以言傳曉意會，唯望能與讀者一道，揭開古典經絡的神秘面紗，還原其本初之美，學而樂之。



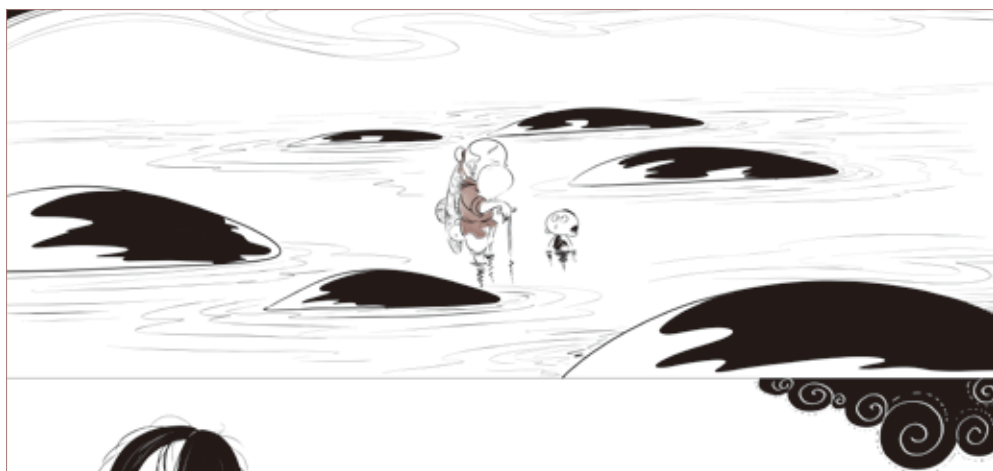
本書是作者對中醫表現形式的探索，不當之處敬請指正。

人體之中有條河

無源之水是不可能長久的，河水之所以能夠千年萬年川流不息，就是因為有源頭，而人體經絡的源頭就是存在於人體腎臟的先天元氣。元氣可保護人體不受病邪侵害，溫煦人體臟腑、肢節，推動經絡中的氣血運行；沒有了元氣，那麼人體的氣血就會停止活動，生命就因此而終結。河道就是河水的通



路，而人體的經絡則是運行氣血至臟腑、肢節的主要通道。河水在流經的地域滋潤萬物，養護生命。而人體經絡中的氣血同樣會滋養所流經的人體肢節與臟腑。



河流上的小水庫——人體經絡上的穴位

河流上的小水庫可以調控河流的水量，在乾旱枯水期可以補充河道中的流水。

人體經絡上的穴位也同樣扮演著這樣的角色。人體經絡中的氣血衰微時，臟腑功能會受到影響而生百病。

如果增補元氣，加強脾胃功能，雖然可以收到很好的效果，但是費時較長，不能立竿見影，但是如果啟動經絡上的穴位，補充並推動經絡中的氣血運行，則可以使這一難題迎刃而解。



經絡腧穴

經絡如一個聯絡網，縱橫交錯，上下溝通，擔負人體內外各部分的聯絡作用。穴位便是經絡上的各個有治療作用的點。針灸和按摩便是通過穴位和經絡對人體的病症進行治療。



經絡腧穴與針灸

經絡腧穴的起源與針灸密不可分。針灸是針法和灸法的總稱，針法源於古代的砭石^{*}，灸法源於古代的用火。由於針灸的應用，人們產生了對經絡腧穴的認識，並逐漸形成了一套獨立的理論體系。

針法，是用特製的金屬針，刺入患者的某些穴位以達到治病目的的治療手段。

針法源自遠古的砭石，砭石是針具的雛形和前身。

早在石器時代，先民們無意中發現，把石塊磨成各種形狀，用來刺激身體的某些部位，居然可以解除病痛，這就是「針」的最早雛形。

後來，出現了骨針、竹針，再後來又出現了銅針、鐵針、金針、銀針等。

灸法，是將燃燒著的艾絨溫灼穴位的皮膚表面，利用熱刺激來治病的方法。

發明了火之後，人們發現利用燒灼的樹枝或石塊來熏烤肌膚，可以治療某些寒性病痛或緩解病痛。這就是「灸」的前身。

後來人們發現艾絨易於引火並燃燒緩慢，更適合用於灸，於是艾灸得以世代相傳。

* 砭石：古代用石針扎皮肉治病。

針灸學發展史

經絡腧穴源自於針灸療法，對於經絡腧穴的研究也是伴隨著針灸學的起源、形成和發展而逐步深化和系統化的。要探尋經絡腧穴學的發展須了解針灸學的發展歷程。



* 明堂，原指國君議政的場所。《黃帝內經》中假設黃帝坐明堂上與岐伯等臣子討論醫道，後來人們便稱經穴之學為「明堂」，經絡學方面的著作被稱為「明堂經」，圖被稱為「明堂圖」。

明清

針灸逢源

醫宗金鑑·刺灸心法要訣

奇經八脈考

針灸大成

十四經發揮

針經指南

子午流注針經

銅人腧穴針灸圖經

聖濟總錄

宋金元

太平聖惠方

黃帝內經明堂類成

隋唐

備急千金要方



春秋戰國前後期

根據已出土的考古文物來推測，我國在春秋戰國或更早的時期，就已經初步形成了經絡腧穴的概念。例如，《足臂十一脈灸經》《陰陽十一脈灸經》記載有人體十一條經脈的循行、主要的病症和灸法，而《脈法》《五十二病方》則提到如何借助砭石治療疾病和灸法。



名稱：《五十二病方》

作者：佚名

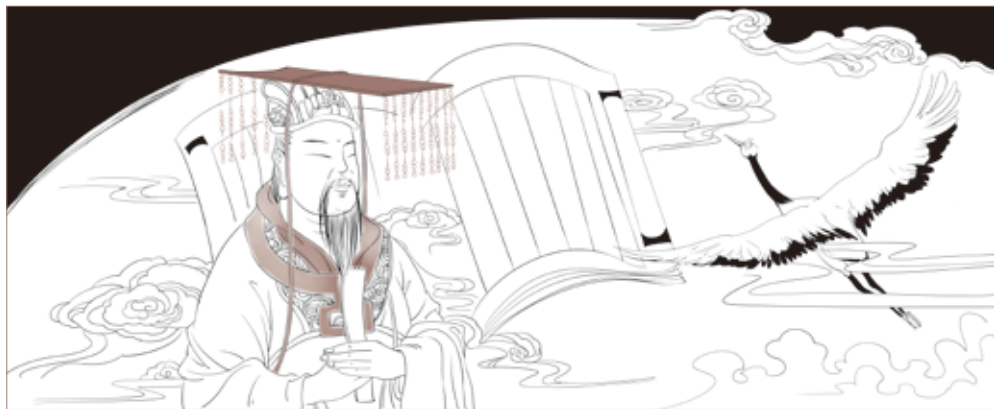
成書時期：西漢之前

地位：中國最古的漢族傳統醫學方書。

《五十二病方》雖然沒有明確記載腧穴的具體名稱和部位，但幾處描述的施灸部位已明顯縮小，從某一條經脈到某一個部位，最後接近腧穴點的範圍，說明當時已經初步形成了腧穴的概念。

秦漢——《黃帝內經》

《黃帝內經》是我國現存最早的醫學典籍。《黃帝內經》以陰陽、五行、經絡、精神、氣血等為主要內容，從整體觀角度闡述了人體生理病理、診斷要領和防治原則，重點論述了經絡、腧穴、針法、灸法等，它的面世標誌著針灸理論體系的基本形成。



名稱：《黃帝內經》

作者：假託黃帝、岐伯所作

成書時期：戰國秦漢時期

地位：我國現存最早的醫學典籍。它的面世標誌著針灸學理論體系的初步形成。《黃帝內經》列舉了人體近四百個穴位、十四經絡的起止、部分穴位的名稱、骨度的尺寸、九針的運用、補瀉的準則以及針刺方法的說明。

《靈樞》* 分《經脈》《經別》《脈度》《根結》等篇，較完整地論述了經絡腧穴理論、刺灸方法和臨床治療等，對針灸醫學做出了較系統的總結，奠定了後世針灸學術的發展基礎。

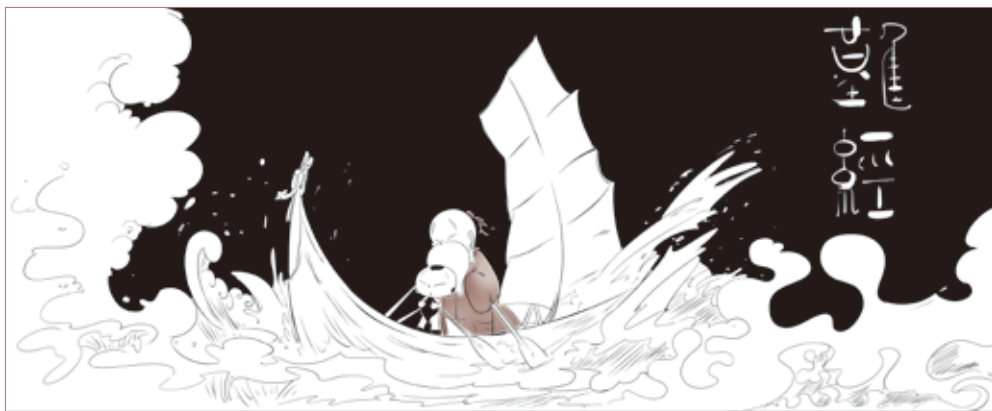
《素問》也有相關內容的闡發和討論，如《脈解》《皮部論》《經絡論》《骨空論》《調經論》《太陰陽明論》《陽明脈解》等。

《黃帝內經》已經開始對腧穴進行分類，如各經的「脈氣所發」，五輸穴、原穴、絡穴、下合穴、背俞穴等，並做了簡要的論述，反映了腧穴理論的早期面貌，對人體腧穴的認識從醫療實踐上升到了理論的高度。

*《靈樞》：又稱《針經》《九針》，共九卷。

漢代——《難經》*

《難經》進一步發揮了《黃帝內經》的精髓，在經絡理論方面，對奇經八脈、經脈病後、十五絡脈等方面做了新的闡發，在腧穴理論方面則對八會穴、原穴及五輸穴的五行配屬和治療作用等方面進行了論述和補充。《難經》對後世中醫學理論的發展產生了深遠的影響。



名稱：《難經》（《黃帝八十一難經》）

作者：原題為秦越人（扁鵲）

成書時期：約為東漢前期

地位：是繼《黃帝內經》之後的又一部中醫經典著作。

《難經》首先提出「奇經八脈」這一名稱，並對其內容做了集中論述，補充了《黃帝內經》的不足。

《難經》首先提出「八會穴」的名稱，並具體記載了人體氣、血、筋、脈、骨、髓、臟、腑八者與八穴的關係。

《難經》敘述了原氣通過三焦通達五臟六腑、十二經脈的分佈特點，提出「原穴」是原氣經過和留止的部位，並在《黃帝內經》的基礎上補充了心經原穴，完善了原穴理論。

《難經》完善了各經五輸穴的五行配屬關係，解釋了其含義並指導其臨床應用，使之成為後世子午流注法的理論基礎。

魏晉時期——《針灸甲乙經》

魏晉時期，皇甫謐編著的《針灸甲乙經》，記載各經穴位 349 個，不但將「穴」與「經」聯繫起來，以經統穴，還通過交會穴的形式表現了各經間的關係。對後世研究經絡與針灸臨床有很大的指導意義。



名稱：《針灸甲乙經》（全稱《黃帝三部針灸甲乙經》，簡稱《甲乙經》）

作者：皇甫謐

成書時間：魏晉時期

地位：中醫史上現存最早的一部針灸專著。

《甲乙經》匯集《素問》《針經》（《靈樞》）《黃帝明堂經》* 三部書並加以分類整理而成，其中 70 篇記載了關於經穴的論述，是現存最早的針灸學專著和經穴專著，是繼《黃帝內經》之後對針灸學的又一次總結。

《甲乙經》全書 12 卷、128 篇，記載各經穴名 349 處，其中有交會關係的穴位 84 處，並說明穴位尺寸、取穴法及針灸分寸壯數。

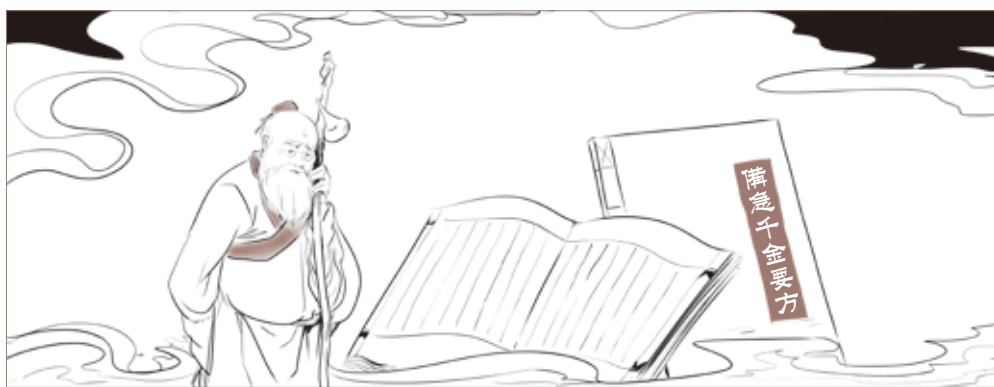
《甲乙經》以「頭身分部，四肢分經」的排列形式，對十四經穴進行整理和歸類，將基礎理論和針灸治療內容集合成古代針灸學專著。

*《黃帝明堂經》：又稱《明堂孔穴針灸治要》，約成書於東漢的經穴專著，主要論述經脈的循環、孔穴的位置及疾病治療。本書現已散佚，只能從《甲乙經》中間接了解其內容。

針灸學發展史

隋唐時期

隋唐時期的經濟文化得到了極大的繁榮，針灸學也有了很大的發展。在唐代，針灸已經成為一門專科，針灸學得到了全面的發展。這一時期，孫思邈、王燾、崔知保、楊上善等醫家對針灸學和經絡腧穴學做出了較大的貢獻。



名稱：《備急千金要方》

作者：孫思邈

成書時期：公元 652 年

地位：中國最早的臨床百科全書。

隋唐時期，灸法極為盛行，其中王燾的《外台秘要》和崔知保《骨蒸病灸法》久負盛名。

孫思邈在《備急千金要方》中繪製了五色的「明堂三人圖」，還首載阿是穴和指寸法。

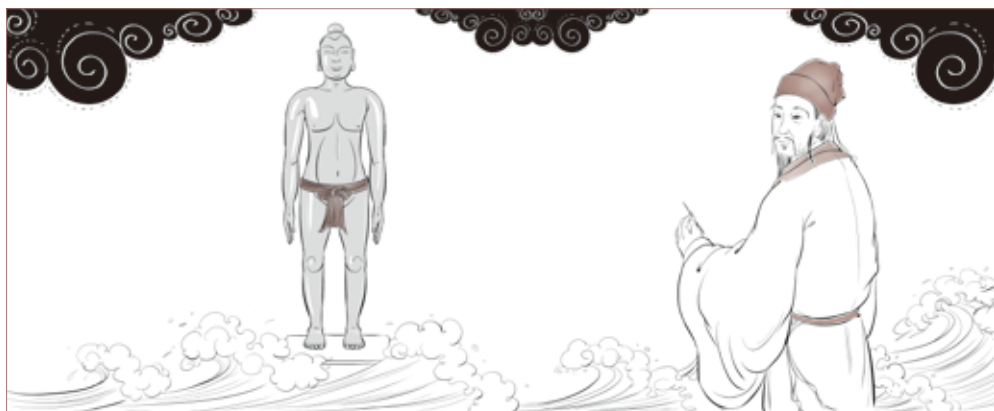
有阿是之法，言人有病痛，即令捏其上，若果當其處，不問孔穴，即得便成痛處即云阿是，灸刺皆驗，故曰阿是穴也。

——《備急千金要方》卷 29

唐代楊上善彙編的《黃帝內經明堂類成》（共 13 卷，僅存 1 卷），對經脈、腧穴已按氣血流注次序排列，並對部分穴名做了釋義，開創了依照經絡確定穴位的先河。

宋代——《銅人腧穴針灸圖經》與銅人

北宋醫官王惟一編撰成《銅人腧穴針灸圖經》三卷，對經脈的循行和病候進行增補，並大多註明經脈循行的穴位，同時對穴位及主治功能進行了重新考證。他還主持鑄造兩座「銅人經穴模型」，統一了十二經脈和任督二脈的循經位置，一改歷代經穴標準的亂象。



名稱：《銅人腧穴針灸圖經》(又名《新鑄銅人腧穴針灸圖經》，簡稱《銅人經》)

作者：王惟一

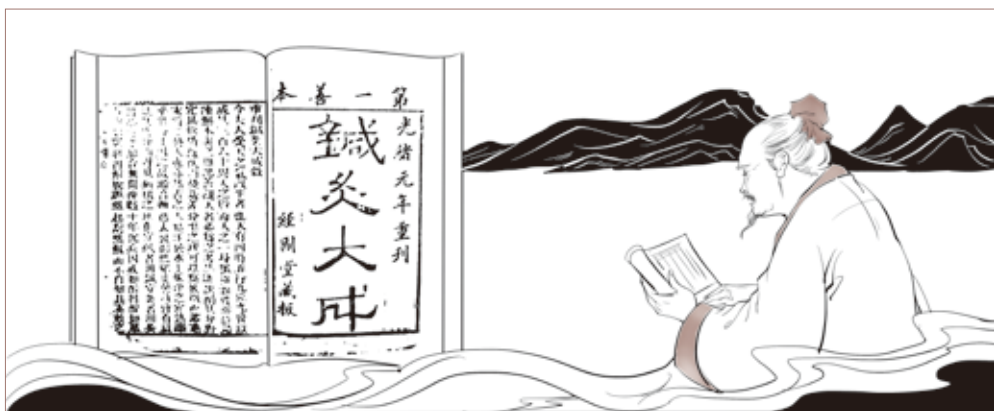
成書時間：北宋時期

地位：該書堪稱世界上第一部國家級經絡腧穴文字標準。針灸銅人是世界上最早的國家級經絡穴位形象化標準。

《銅人腧穴針灸圖經》共3卷，載有腧穴354個，與次年鑄成的針灸銅人模型相互配合。卷首，載正背屈伸人形尺寸圖，十二經脈與任、督二脈經穴圖，按手、足陰陽十二經及任、督二脈順序，逐條經脈記述了經脈循行部位、走向、主病及其所屬經穴的位置。卷中，先列針灸避忌太乙圖，繼按頭、面等身體部位及經穴排列次序，備述每一經穴的部位、主治疾病、針刺深淺、灸療壯數和針灸禁忌。卷下，列十二經氣血多少及井、榮、輸、經、合五輸穴的穴名，又按手、足陰陽十二經次序，詳述各經脈在四肢的經穴部位、主治和針灸法等。下卷末另附「腧穴都數」「修明堂訣式」「避針灸訣」三篇。其中「避針灸訣」是原書卷中「針灸避忌之圖」的文字說明；「修明堂訣式」是卷首正、伏、側三人圖臟腑形的說明，同時也是創製銅人的文獻依據；「腧穴都數」很可能是製銅人時點穴用的文本。

明代——《針灸大成》

明代，是針灸學發展的高潮期，針灸著述頗豐。例如李時珍的《奇經八脈考》、楊繼洲的《針灸大成》、沈子祿等的《經絡全書》、高武的《針灸聚英》、徐鳳的《針灸大全》等。其中《針灸大成》是明代以後流傳最廣的針灸典籍。



名稱：《針灸大成》

作者：楊繼洲

成書時間：明代

地位：是中國針灸學的又一次重要總結，也是明代以後流傳最廣的針灸典籍。

《針灸大成》共 10 卷。首論《黃帝內經》《難經》中有關針灸的論述，其次有針灸歌賦選、經絡腧穴、刺法針法、灸法、針灸證治、楊繼洲醫案和小兒按摩法等內容。

本書主張針、灸、藥、摩並重。作者認為，致病原因不同、疾病的部位和性質不同，治療的方法也應有所選擇。書中既有藥物、方劑歌訣，也有眾多艾灸方法，並且設按摩專卷。

本書豐富了針灸手法：書中總結了十二字口訣，並總括成簡明的「十二歌」；總結「下手八法」；提出補瀉分「大補大瀉」和「平補平瀉」等治法。

本書豐富了選穴、配穴方法。作者發展了前人的透穴針法；重視選用經驗效穴與奇穴，書中專立《經外奇穴》一節，論述了 35 個經外奇穴的名稱和主治。

《針灸大成》總結了前人關於針灸的主要學術經驗，收載了眾多針灸歌賦；重新考定了穴位的名稱、位置，並附以全身圖和局部圖；闡述了歷代針灸的操作手法；記載了各種病證的配穴處方和治療驗案。本書是中國針灸學的又一次重要總結。