

《针灸大成》经络歌

1、手太阴肺经

手太阴肺十一穴，中府云门天府诀。侠白尺泽孔最存，列缺经渠太渊涉。鱼际少商如韭叶。

2、手阳明大肠经穴歌

手阳明穴起商阳，二间三间合谷藏。阳溪偏历温溜长，下廉上廉手三里。曲池肘髃五里近，臂臑肩髃巨骨当。天鼎扶突禾髃接，鼻旁五分号迎香。

3、足阳明胃经穴歌

四十五穴足阳明，头维下关颊车停。承泣四白巨髃经，地仓大迎对人迎。水突气舍连缺盆，气户库房屋翳屯。膺窗乳中延乳根，不容承满梁门起。关门太乙滑肉门，天枢外陵大巨存。水道归来气冲次，髀关伏兔走阴市。梁丘犊鼻足三里，上巨虚连条口位。下巨虚跳上丰隆，解溪冲阳陷谷中。内庭厉兑经穴终。

4、足太阴脾经穴歌

二十一穴脾中州，隐白在足大指头。大都太白公孙盛，商丘三阴交可求。漏谷地机阴陵穴，血海箕门冲门开。府舍腹结大横排，腹哀食窦连天溪。胸乡周荣大包随。

5、手少阴心经穴歌

九穴午时手少阴，极泉青灵少海深。灵道通里阴郄遽，神门少府少冲寻。

6、手太阳小肠经穴歌

手太阳穴一十九，少泽前谷后溪藪[sǒu]腕骨阳谷养老绳，支正小海外辅肘。肩贞臑俞接天宗，髃外乘风曲垣首。肩外俞连肩中俞，天窗乃与天容偶。锐骨之端上颧髃，听宫耳前珠上走。

7、足太阳膀胱经穴歌

足太阳经六十七，睛明目内红肉藏。攒竹眉冲与曲差，五处上寸半承光。通天络却玉枕昂，天柱后际大筋外。大杼背部第二行，风门肺俞厥阴四。心俞督俞膈俞强，肝胆脾胃俱挨次。三焦肾气海大肠，关元小肠到膀胱。中膂白环仔细量，自从大杼到白环。各各节外寸半长，上髃次髃中复下。一空二空腰踝当，会阳阴尾骨外取。

附分侠脊第三行，魄户膏肓与神堂。譩嘻膈关魂门九，阳纲意舍仍胃仓。盲门志室胞肓续，二十椎下秩边场。承扶臀横纹中央，殷门浮郄到委阳。委中合阳承筋是，承山飞扬踝跗阳。昆仑仆参连申脉，金门京骨束骨忙。通谷至阴小指旁。

8、足少阴肾经穴歌

足少阴穴二十七，涌泉然谷太溪溢。大钟水泉通照海，复溜交信筑宾实。阴谷膝内跗骨后，以上从足走至膝。横骨大赫联气穴，四满中注盲俞脐。商曲石关阴都密，通谷幽门寸半辟。折量腹上分十一，步廊神封膺灵虚。神藏或中俞府毕。

9 手厥阴心包经穴歌

九穴心包手厥阴，天池天泉曲泽深。郄门间使内关对，大陵劳宫中冲侵。

10、手少阳三焦经穴歌

二十三穴手少阳，关冲液门中渚旁。阳池外关支沟正，会宗三阳四渎长。天井清冷渊消泅，臑会肩髃天髃堂。天牖翳风瘰脉青，颅息角孙丝竹张。和髃耳门听有常。

11、足少阳胆经穴歌

少阳足经童子髃，四十四穴行迢迢。听会上关颌厌集，悬颅悬厘曲鬓翘。率谷天冲浮白次，窍阴完骨本神邀。阳白临泣目窗辟，正营承灵脑空摇。风池肩井渊液部，辄筋日月京门标。带脉五枢维道续，居髃环跳风市招。中渎阳关阳陵穴，阳交外丘光明宵。阳辅悬钟丘墟外，足临泣地五侠溪。第四指端窍阴毕。

12、足厥阴肝经穴歌

一十三穴足厥阴，大敦行间太冲侵。中封蠡沟中都近，膝关曲泉阴包临。五里阴廉羊矢穴，章门常对期门深。

任脉经穴歌

任脉三八起会阴，曲骨中极关元锐。石门气海阴交仍，神阙水分下脘配。建里中上脘相连，巨阙鸠尾蔽骨下。中庭膻中慕玉堂，紫宫华盖璇玑夜。天突结喉是廉泉，唇下宛宛承浆舍。

督脉经穴歌

督脉中行二十七，长强腰俞阳关密。命门悬枢接脊中，筋缩至阳灵台逸。神道身柱陶道长，大椎平肩二十一。哑门风府脑户深，强间后顶百会率。前顶卤会上星圆，神庭素髎水沟窟。兑端开口唇中央，龈交唇内任督毕。

常用穴歌：

《四总穴歌》 肚腹三里留，腰背委中求，头项寻列缺，面口合谷收。

《八脉交会八穴歌》 公孙冲脉胃心胸，内关阴维下总同，临泣胆经连带脉，阳维锐眇外关逢，后溪督脉内眇颈，中脉阳跷络亦通，列缺任脉行肺系，阴跷照海隔喉咙。

《八会穴歌》 血会膈俞气膻中，脉会太渊筋阳陵，骨会大杼髓绝骨，脏会章门中脘腑。

《十六郄穴歌》 肺郄孔最大温溜，脾郄地机胃梁丘，心郄阴郄小养老，胆郄外丘肝中都，心包郄门焦会宗，膀胱金门肾水泉，阳维阳交阴筑宾，阳跷跗阳阴交信。

《十二原穴歌》

甲出丘墟乙太冲，丙居腕骨是原中，丁出神门原内过，戊胃冲阳气可通，己出太白庚合谷，辛原本出太渊同，壬归京骨阳池穴，癸出太溪大陵中。

《十五络穴歌》 列缺偏历肺大肠，通里支正心小乡；心包内关三焦外，公孙丰隆脾胃详；胆络光明肝蠡沟，大钟肾络膀胱扬；脾有大络名大包，任络尾翳督长强。

《十二募穴歌》 肺募中府心巨阙，肝募期门脾章门；肾募京门胃中脘，胆募日月焦石门；小肠关元大天枢，膀胱中极膻中络。

井荣俞原经合穴歌：少商鱼际与太渊，经渠尺泽肺相连，商阳二三间合谷，阳溪曲池大肠牵。隐白大都太白脾，商丘阴陵泉要知，厉兑内庭陷谷胃，冲阳解溪三里随。少冲少府属于心，神门灵道少海寻，少泽前谷后溪腕，阳谷小海小肠经。涌泉然谷与太溪，复溜阴谷肾所宜，至阴通谷束京骨，昆仑委中膀胱知。中冲劳宫心包络，大陵间使传曲泽，关冲液门中渚焦，阳池支沟天井索。大敦行间太冲看，中封曲泉属于肝，窍阴侠溪临泣胆，丘墟阳辅阳陵泉。井主心下满，荣主身热，俞主体重节痛，经主喘咳寒热，合主逆气而泄

《下合穴歌》 大肠下合上巨虚，小肠下合下巨虚，三焦委阳胆阳陵，膀胱委中胃三里。

十二经纳天干歌：甲胆乙肝丙小肠，丁心戊胃己脾乡，庚属大肠辛属肺，壬属膀胱癸肾脏，三焦亦向壬中寄，包络同归入癸方。

十二经纳地支歌：肺寅大卯胃辰宫，脾巳心午小未中，申胱酉肾心包戌，亥焦子胆丑肝通。

马丹阳天星十二诀： 三里内庭穴，曲池合谷接。委中承山配，太冲昆仑穴。环跳与阳陵，通里并列缺。合担用法担，合截用法截。三百六十穴，不出十二诀。

五门十变：

甲 _{胆木} 临泣	乙 _{肝木} 行间	丙 _{小肠火} 阳谷	丁 _{心火} 少府	戊 _{胃土} 足三里
己 _{脾土} 太白	庚 _{大肠金} 二间	辛 _{肺金} 经渠	壬 _{膀胱水} 通谷	癸 _{肾水} 阴谷
土	金	水	木	火

心包经：夏至后劳宫，冬至后曲泽；三焦经：夏至后支沟，冬至后液门

对称穴：

公孙	商丘	鹤顶	申脉	委阳	委中	脚跟	筑宾	解溪	太溪	太冲	环跳	冲门
鱼际	阳溪	天井	阳谷	极泉	手肘	大陵	曲池	阳池	太渊	合谷	肩髃	云门