

黃帝外經

奇恒篇第二十二

原文

奢龍問于岐伯曰：奇恒之腑，與五臟並主藏精，皆可名臟乎？岐伯曰：然。奢龍曰：腦髓骨脈膽女子胞，既謂奇恒之腑，不宜又名臟矣。岐伯曰：腑謂臟者，以其能藏陰也。陰者，即腎中之真水也。真水者，腎精也。精中有氣，而腦髓骨脈膽女子胞皆能藏之，故可名腑，亦可名臟也。奢龍曰：修真之士，何必留心於此乎？岐伯曰：人欲長生，必知斯六義，而後可以養精氣，結聖胎者也。奢龍曰：女子有胞以結胎，男子無胞何以結之？岐伯曰：女孕男不妊，故胞屬之女子，而男子未嘗無胞也，男子有胞而後可以養胎息，故修真之士必知。斯六者至要者則胞與腦也，腦為泥丸，即上丹田也；胞為神室，即下丹田也。骨藏髓，脈藏血，髓藏氣，腦藏精，氣血精髓盡升泥丸，下降於舌，由舌下華池，由華池下廉泉玉英，通於膽，下貫神室。世人多欲，故血耗氣散，髓竭精亡也。苟知藏而不瀉，即返還之道也。奢龍曰：六者宜藏，何道而使之藏乎？岐伯曰：廣成子有言，毋搖精，毋勞形，毋思慮營營，非不瀉之謂乎。奢龍曰：命之矣。

註釋

陳士鐸曰：腦、髓、骨、脈、膽、女子胞，非臟也，非臟而以臟名之，以其能藏也，能藏故以臟名之，人可失諸藏乎。