

# 難經

## 第二十三難-脈度與循行順序

### 原文

手足三陰三陽，脈之度數，可曉以不？然：

手三陽之脈，從手至頭，長五尺，五六合三丈。

手三陰之脈，從手至胸中，長三尺五寸，三六一丈八尺，五六三尺，合二丈一尺。

足三陽之脈，從足至頭，長八尺，六八四丈八尺。

足三陰之脈，從足至胸，長六尺五寸，六六三丈六尺，五六三尺，合三丈九尺。

人兩足躄脈，從足至目，長七尺五寸，二七一丈四尺，二五一尺，合一丈五尺。

督脈、任脈，各長四尺五寸，二四八尺，二五一尺，合九尺。

凡脈長一十六丈二尺，此所謂十二經脈長短之數也。

經脈十二，絡脈十五，何始何窮也？然：經脈者，行血氣，通陰陽，以榮於身者也。其始從中焦，注手太陰，陽明；陽明注足陽明，太陰；太陰注手少陰，太陽；太陽注足太陽，少陰；少陰注手心主，少陽；少陽注足少陽，厥陰。厥陰復

還注手太陰。別絡十五，皆因其原，如環無端，轉相灌溉，朝於寸口人迎，以處百病，而決死生也。

經云：明知終始，陰陽定矣，何謂也？然：終始者，脈之紀也。寸口人迎，陰陽之氣通於朝使，如環無端，故曰始也。終者，三陰三陽之脈絕，絕則死，死各有形，故曰終也。

### 註釋

此靈樞廿七篇全文，三陰三陽，靈樞皆作六陰六陽，義尤明白。

按經脈之流注，則手之三陽，從手走至頭，手之三陰，從腹走至手，足之三陽，從頭下走至足，足之三陰，從足上走入腹，此舉經脈之度數，故皆自手足言。

人兩足蹻脈，指陰蹻也，陰蹻脈，起於跟中，自然谷之後，上內踝之上，直上循陰股入陰，循腹上胸，裏行缺盆，出入迎之前，入顛內廉，屬目內眥，合太陽脈，為足少陰之別絡也。

足三陽之脈，從足至頭，長八尺，考工記亦云，人身長八尺，蓋以同身尺寸言之。

因者，隨也。原者，始也。朝，猶朝會之朝。以，用也。因上文經脈之尺度而推言經絡之行度也。

直行者謂之經，旁出者謂之絡，十二經有十二絡，兼陽絡陰絡，脾之大絡，為十五絡也。

謝氏曰：「始從中焦者，蓋謂飲食入口，藏于胃，其精微之化，注手太陰陽明，以次相傳，至足厥陰，厥陰復還注手太陰也。絡脈十五，皆隨十二經脈之所始，轉相灌溉，如環之無端，朝于寸口人迎，以之處百病而決死生也。寸口人迎，古法以俠喉兩旁動脈為人迎，至晉王叔和，直以左手關前一分為人迎，右手關前一分為氣口，後世宗之。」

愚謂昔人所以取人迎氣口者，蓋人迎為足陽明胃經，受穀氣而養五藏者也，氣口為手太陰肺經，朝百脈而平權衡者也。

謝氏曰：「靈樞經第九篇曰，凡刺之道，畢于終始，五藏為紀，陰陽定矣。」

又曰：「不病者，脈口人迎應四時也，少氣者，脈口人迎俱少，而不稱尺寸也。」

此一節，因上文寸口人迎，處百病，決死生而推言之。謂欲曉知終始，於陰陽為能定之，蓋以陽經取決於人迎，陰經取決於氣口也。

朝使者，朝謂氣血如水潮，應時而灌溉。使謂陰陽相為用也，始如生物之始，終如生物之窮。

欲知生死，脈以候之。陰陽之氣，通於朝使，如環無端，則不病，一或不相朝使則病矣。況三陰三陽之脈絕乎，絕必死矣。其死之形狀，具如下篇，尤宜參看。