

刺灸心法要訣

灸法蚤晚次序歌

原文

灸法溫煖宜於午。上下陰陽先後分。脈數新愈不宜灸。
欲灸三里過三旬。

註釋

凡灸百病，原為溫煖經絡，宜在午時陽盛之時，火氣易行。必分上下先後。上下經皆灸者，先灸上，後灸下。陰陽經皆灸者，先灸陽，後灸陰。若脈數有熱，新愈氣虛，俱不宜灸，恐傷氣血。但人有病，欲灸足三里者，須年三十以上，方許灸之，恐年少火盛傷目，故凡灸頭，必灸足三里者，以足三里能下火氣也。