

任督二脈圖說

任脈起中極之下以上毛際循腹裏上關元至咽喉貫中升上從空入腦而住脈至下齒齦而止卽下齒縫中屬陰脈之海也督脈起下極之膪從脊裏上生風府入腦上巔循額至鼻柱炁至此貫中從空入喉而降脈至齦交而止卽上齒縫中屬陽脈之海也

故齒牙相合舌柱上腭交其督任二脈也任脈者女子得以妊養者也督脈者督理經脈之海也

古仙云鹿運尾間通其督脈故得千年不死龜納鼻息通其任脈故得延年久壽人能通此二脈則百脈皆通

道藏輯要

至道心傳

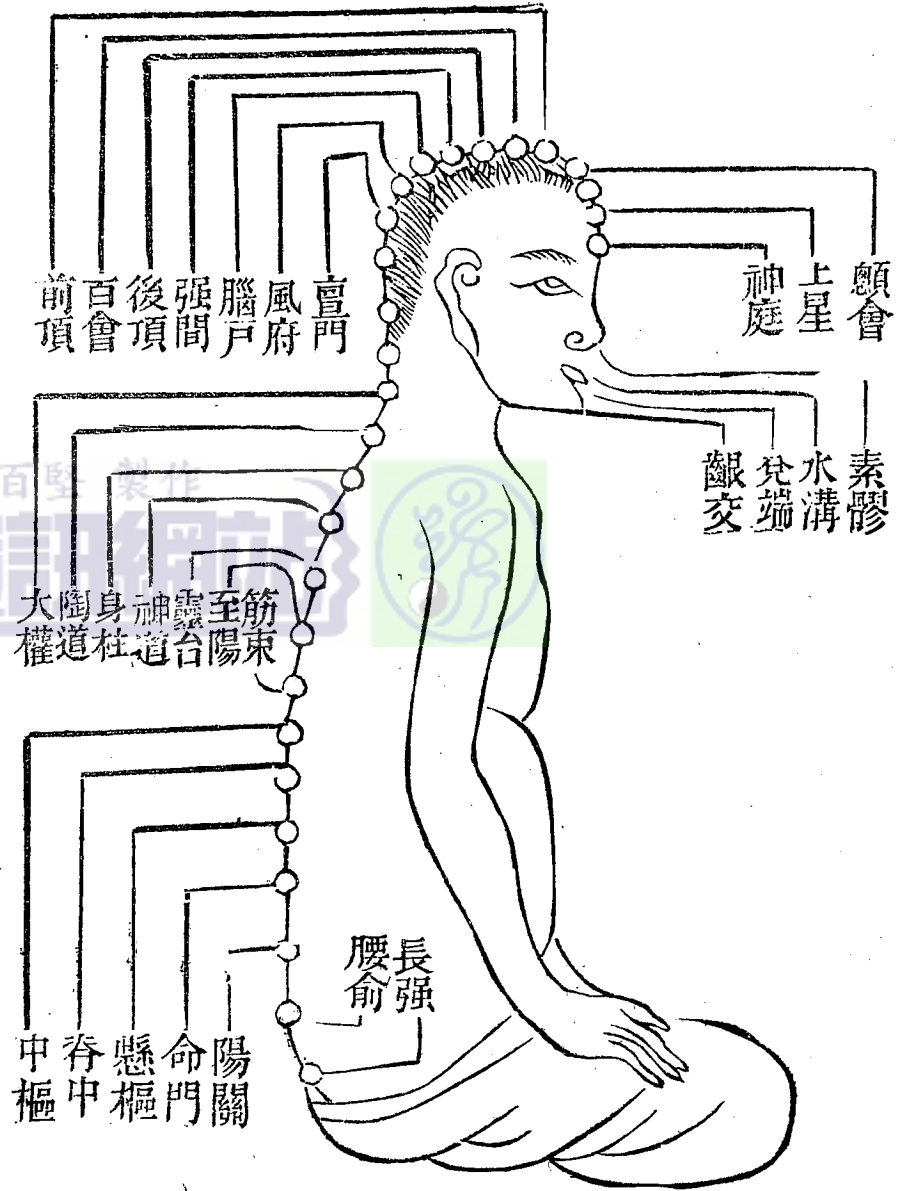
三

危集六

黃庭經曰

皆由心內運天經晝夜存之自長生天經乃吾身之黃道呼吸往來於此卽所謂任督二脈也

督脈二十八穴之圖



道藏輯要

至道心傳

三

危集六

任脈二十四穴之圖

