

湖南梁季良诊脉秘传

诊脉之法古传；甚少无法练习之，脉诀皆言脉状而无识状之方。

今兹所言练习识脉状之法得之章湘屏老人（为行严君乃翁），老受之于易止松甫名医（为湘名医麓泉君乃翁）此法通于佛门之禅功，习之日久，指可通神，恐其失传，故笔之于次。

一、取李士材之诊家正眼一书内有脉诀论二十八篇，总论一篇，脉诀总论全须熟读，脉论可将所引高阳生及其它反证不重要之处加以删节，余亦须熟读，必使二十八脉皆能了彻其状，约须下一月功夫可以竣事。

二、湘人周梦觉道人着有三指禅一书，内有缓脉一篇，亦须熟玩，以知平脉之状。

三、士材书内引有内经五脏平脉之状亦须熟玩。

四、凡古人所著脉诀均可参考浏览。

五、脉状既明了于心，不能应之于指，欲得心应手最简便之法无如指捻笔管心想脉状也。其法如下：

取笔杆表面均平洁净中空者，约截一寸五六分长，以尺长之线穿入笔杆中两端相系成环平时可将线缠于小指上，使笔杆不至离手以免抛失，如不欲缠于小指，不用时置衣袋中亦可但易失也。

笔杆制成捻杆之法处手用手之中三指按杆上，大指屈首节，以首节背面平抵于杆后而捻只最宜注意之，然要使中三指之罗纹顶横成一直线（中指缩二指略缩无名指不缩则罗纹顶自成直线）并使成一水平。

三指按于笔杆上入手之法，先须调息静心默想五脏平脉往来指下，习者右手捻笔管，心想如有肺脾命之平脉往来，惟初捻杆时心中想象指下症，然耐心捻想半月以后笔杆上自然现脉行如心想之状。

练习可常假亲近人之手按其脉以为练习按脉之法，受诊者之腕须使侧置，大指在下，小指在上，指令略屈以己中指按于腕骨下高骨顶尖，缓推指下，使罗纹按于脉上则得关部，次下二指并于中指前，使罗纹按脉上则得寸部，次下无名指并于中指后，使罗纹按于脉上则得尺部，无名指并于中指后，长人并稍松，矮人并稍紧，不高不矮人则不松不紧置之大指屈首节，以首节背面抵于臂后。

捻杆半月之后，杆上当觉脉行即可将二十八脉随意取一心想其状往来指下而脉状自显，但须次第练习必使二十八脉随意想一脉，其脉即现指下，久之又久假亲近人脉按之既能断其脉行之状也。

捻杆时，一时只能练一手，两手须次第练之每日必订一定时间，一手至少须照法捻杆一个时辰之久以为定课，闲时即当捻杆默想不必拘时，然注于脉上无一息之间断，则指之罗纹灵可通神故曰通于禅也。

按人脉时，诊者当正坐凝神，将吸气送于丹田，轻轻呼出，数息后方按脉，则气平心静易得脉状。

诊人之脉，初取其浮部五十至起手，次取其中部五十至，起手再取共沉五十至然后断其脉状，此为至少之诊察时间也，习久自熟，融会贯通亦不必拘泥也。

练此法者费时约百日即成若能加练更臻妙境矣。

此法为不传之秘，愿医者尊重而勤习之则了了，于心者自得分明显于罗纹顶上而脉状无形矣，得者其宝之。