



長沙馬王堆漢墓簡帛集成

陸

中華書局



中華書局

裘錫圭 主編

湖南省博物館 復旦大學出土文獻與古文字研究中心 編纂

長沙馬王堆漢墓簡帛集成

陸

本冊目錄

釋文注釋

去穀食氣	一
陰陽十一脈灸經乙本	九
導引圖	一五
養生方	三五
房內記	七三
療射工毒方	八七
胎產書	九三
太一祝圖	一〇三
卦象圖	一〇七
地形圖	一〇九
箭道封域圖	一一五
府宅圖	一二三
居葬圖	一二七
宅位草圖	一三五
十問	一三九
合陰陽	一五三
雜禁方	一五九
天下至道談	一六三
一號墓竹簡遺冊	一七三
一號墓竹牌	二二一
一號墓簽牌	二二三
二號墓竹簡	二二五

三號墓竹簡遺冊·····

二二七

三號墓簽牌·····

二六五

去穀食氣

說明

帛書《去穀食氣》與《陰陽十一脈灸經》乙本、《導引圖》合抄在高約五十釐米的整幅帛上。該篇原無篇名，原整理者據其內容定名為《却穀食氣》。原整理者所謂「却穀」，帛書原文作「去穀」。我們認為「去穀」之「去」當如字讀。「去」可訓為避、除，「去穀」即「避穀」、「辟穀」。「去穀」這一說法見《雲笈七籤》卷四十四《存思部三》、《醫方類聚》卷二百零四《養性門六》等。故此次整理將原篇題《却穀食氣》改為《去穀食氣》。

《去穀食氣》包括去穀和食氣兩方面的內容。整理者指出，此篇是關於行氣或氣功方面的文獻，所述「朝霞」等名與《楚辭》及《陵陽子明經》相合。饒宗頤、李零認為此篇的食六氣之說，即出自《陵陽子明經》（參見饒宗頤：《馬王堆醫書所見「陵陽子明經」佚說》，《文史》第二十輯，二五一—二五三頁，中華書局，一九七八年；李零：《中國方術正考》，二七六—二七八頁，中華書局，二〇〇六年）。

此次整理，糾正了原釋文所存在的部分問題，在個別簡文注釋方面也提出了新的認識。

· 去穀者食石韋，^{〔一〕}朔日食質，^{〔二〕}日駕（加）一節，^{〔三〕}旬五而^{〔四〕}止，^{〔五〕}旬^{〔六〕}六始銚（匡），^{〔七〕}日^{〔八〕}□^{〔九〕}一^{〔一〇〕}節，^{〔一一〕}至晦而復質，與月進復（退）。^{〔一二〕}為首重足輕體（體）軫，^{〔一三〕}則响（响）炊（吹）之，^{〔一四〕}視利止。^{〔一五〕}

〔一〕原注：却穀，即辟穀。石韋，藥名，見《神農本草經》。一說，《山海經·大荒西經》：「有人名曰石夷，來風曰韋。」此處石韋有可能仍指一種氣。唐蘭（1975：15）：「却穀」，帛書寫作「去穀」。也叫做辟穀，是不吃糧食的意思。《史記·留侯列傳》說張良「性多疾，即導引不食穀」，又說「乃學辟穀導引輕身」。也作「絕穀」、「斷穀」，見《晉書·郗愔傳》和《袁帝紀》。……本篇一開頭提到的「石韋」，就是一種利小便的藥，見《本草》。曹丕《典論》說：「潁川郗儉，能辟穀，餌茯苓。」（嚴可均輯本）茯苓也是一種利小便的藥。吳志超、沈壽（1981：50）：「却穀，帛書原文為「去穀」，帛書整理者釋「去」為「却」，去穀、却穀是一個意思，就是不吃穀物。《史記·留侯世家》中所說的「辟穀」，《抱朴子·雜應》中提到的「斷穀」、「絕穀」都是這個意思。魏啟鵬、胡翔驊（1992：3）：「石韋，《神農本草經》稱其「主勞熱邪氣，五癰閉不通，利小便水道」。《名醫別錄》稱其「主止煩，下氣，通膀胱滿，補五勞，安五藏，去惡風，益精氣」。古代辟穀食氣者，都須先服藥，去舊疾，通泄腸胃，去其積滯。在斷穀不食的初期，據《雲笈七籤》卷五十七載，「凡服氣斷穀者，一句之時，精氣微弱，顏色萎黃，二句之時，動作瞑眩，肢節脹恨，大便苦難，小便赤黃，或時下痢，前剛後溏。」同書卷六十三亦載：「凡初服氣，小便赤黃，亦勿怪。」因此，服食石韋正可以除小便赤黃，安利五臟，便於益精氣。古方中服氣者「可飲一椀薜荔飲，洗滌腸中，常令潔淨，其氣即易流行」，亦取其通利腑臟之意。一說，《山海經·大荒西經》：「有人名曰石夷，來風曰韋。」此處石韋有可能仍指一種氣。今按：原整理者讀「去」為「却」。我們認為「去穀」之「去」當如字讀。「去」可訓為避、除，「去穀」即「避穀」、「辟穀」。「去穀」這一說法見《雲笈七籤》卷四十四《存思部三》、《醫方類聚》卷二百零四《養性門六》等。又從下文「日加一節」、「日□^{〔一〕}節」來看，此處「石韋」當是藥名。

〔二〕原注：質，《易·繫辭下》注：「體也。」食質，吃有形體的東西。吳志超、沈壽（1981：50）：按文意，「朔日食質，日加一節」，「至晦而復質」，「食穀者食質而□」，這裏的「質」字當

是食石韋的劑量。《左傳》疏「四寸曰質」，這裏可能是把石韋切成四寸一節的長度作為劑量。魏啟鵬、胡翔驊（1992：4）：「質，物類的本體，這裏指石韋的莖葉。」李零（2006：274）：原文「食質」，整理者認為是指吃有形體的東西，看來是把「質」當作與「氣」相反的東西。但在古代訓詁中，「質」還有精要之義，這裏也可能是指作為代用食品的精華之物。另外《韓詩外傳》卷八「食有質，飲有儀」，「質」與「儀」相對，這裏的「質」也有可能是指服食的程序規定。今按：說「質」為劑量單位（本指四寸的箭靶），物類的本體，食品的精華之物，均可供參考。說「質」也有可能是指服食的程序規定，恐證據不足。

〔三〕原注：日加一節，每日增加一個單位。

〔四〕原注：旬五，十五日。

〔五〕原注：旬六，十六日。銑，讀為匡。《國語·越語》：「月盈而匡。」注：「虧也。」今按：原整理者說可從，釋文據之括注「匡」字。

〔六〕原注：此句當為日捐一節，意為每日減少一個單位。整理小組（1975：1）將「日」後一缺字補作「去」。魏啟鵬、胡翔驊（1992：3）：缺字可補為「減」或「損」。李零（2006：274）：《養生方·治力》最後一方提到「日益一坑（丸），至十日；日後日捐一坑（丸），至十日」，可參看。今按：「六始銑（匡），日□」五字所在帛片新圖版無，原圖版作A，釋文據原圖版。又「日」後一字補作「減」、「損」、「捐」似皆有可能。

〔七〕馬繼興（1992：825）：進退，義為增減。《周禮·秋官·小司寇》：「以圖國用而進退之。」鄭注：「進退，猶損益也。」今按：馬王堆帛書《養生方》153行有「益損□，□之多日」，可供參考。

〔八〕此處原釋文作「為首重足輕體（體）軫（軫）」。原注：軫，軫，痛也。《素問·奇病論》注：「謂久病。」整理小組（1975：1）將此句斷讀作「為首重、足輕、體軫」。吳志超、沈壽（1981：50）：《楚辭·哀郢》王逸注：「軫，痛也。」古醫書也常把軫作「疹」字用，如巢元方《諸病源候論》等古籍。魏啟鵬、胡翔驊（1992：3）：軫，腫。慧琳《一切經音義》卷二十七引《三倉》：「軫，腫也。」一說，軫通疹，癰疹搔癢。服氣者常有此症狀。參看《雲笈七籤》卷五十七引《姑婆服氣訣問答》。今按：「軫」讀為「軫」，訓為腫，或讀為「疹」，指癰疹，均可供參考。又此句斷讀作「為首重、足輕、體（體）軫」或「為首重足輕、體（體）軫」皆有可能，此處句讀從原釋文。

〔九〕原注：响吹，《老子》：「或响或吹。」《莊子·刻意》：「吹响呼吸，吐故納新，熊經鳥申，為壽而已矣。此道引之士，養形之人，彭祖壽考者之所好也。」《說文》：「欬（响），吹也。」戴侗《六書故》認為「欬（响），溫吹也。凡欬、欬、呬、欬，皆內氣也；欬、欬、欬（响）、呼、呵，皆出氣也」。據此，响是呼出暖氣，吹是吹出冷氣。

〔一〇〕原注：視利止，直到痊愈為止。

食穀者食質而【□】，食氣者為响（响）^{〔一〕}炊（吹），^{〔二〕}則以始臥與始興。^{〔三〕}凡响（响）中息而炊（吹）。^{〔四〕}年廿【者朝廿暮廿，二日之】莫（暮）二百，○年卅者朝卅莫（暮）卅，三日之莫（暮）三百，以此數推（誰一推）之。^{〔四〕}

〔一〕原注：「食質而□」句而字據唐蘭同志釋文。「食□者」缺字疑應為氣字。馬繼興（1992：829）：而字後原缺一字，疑為已字。其義為截止。李零（2006：274）：「食（却）穀者食質而（已）」，「食」是「却」字之誤。今按：「而」後一字，馬繼興、李零補作「已」，可供參考。李零說「食」是「却」（引者按：「却」當作「去」）字之誤，可能是對的。「食」或涉下句「食氣者」而誤。「質」下一字原圖版、新圖版皆不存，此從原整理者說。原整理者補「食□者」缺字為「氣」，可信，釋文從之。

〔二〕原注：興，起床。

〔三〕「凡响中息而吹」，馬繼興（1992：829）：每次响氣到一半的時候吹氣。李零（2006：275）：即吐氣吐到一半再呼氣。

〔四〕原注：誰，《釋名·釋言語》：「推也。」今按：釋文「誰」下括注「推」字。

春食一去濁陽，^{〔一〕}和以【銑】光，^{〔二〕}朝暝（霞），^{〔三〕}【昏（昏）清】²可。^{〔四〕}夏食一去湯風，和以朝暝（霞）、行（沆）暨（濯），^{〔五〕}昏（昏）【清可。秋食一去□□】、霜：霰（霧），和以輪陽、銑，^{〔六〕}昏（昏）清可。冬食一去凌陰，^{〔七〕}【和以端】陽、銑光、輪陽、輪陰，^{〔八〕}【昏（昏）清可】。

〔一〕原注：「一，皆，參看楊樹達《詞詮》卷七。」

〔二〕魏啟鵬、胡翔驊（1992：4、8）：「銑讀爲黃，銑光即日西至黃昏時之氣，爲陽中之陰。……銑光當即《陵陽子明經》和李頤所說的地黃之氣。馬繼興（1992：833、840）：「銑假爲匡。……『匡光』即缺光，虧光。根據本書後面所記的『云如蓋，蔽（日）……者也』，匡（銑）光是在中午前後應有烈日之時，反而被天空中面積很大，狀如蓋形的雲層將日光遮掩起的天氣。……天玄之氣，玄爲黑色。天玄即天色黑暗，其所指恰好即本書中的匡光。李零（2006：277）認爲銑光是日出氣（與天相配），相當於《陵陽子明經》等之『天氣』、『玄氣』、『列缺』。今按：馬繼興認爲『銑』假爲『匡』，『匡光』即缺光，虧光，可供參考。」

〔三〕原注：「朝霞，見《楚辭·遠遊》：『飡六氣而飲沆瀣兮，漱正陽而含朝霞。』王逸注引《陵陽子明經》云：『春食朝霞，朝霞者，日始欲出赤黃氣也。』」

〔四〕吳志超、沈壽（1981：51）：「昏，黃昏，可泛指晚間，清，清晨，可泛指白天。如《五經要義》說：『日入後漏三刻爲昏，日出前漏三刻爲明。』明，即清也。本句意爲早晚均可。魏啟鵬、胡翔驊（1992：4）：「昏即銑光，地黃之氣，地氣。清爲天氣。……」說，「昏清可」指服氣在黃昏清晨都可以。今按：此當從吳志超、沈壽說。

〔五〕原注：「行暨，即沆瀣。《史記·司馬相如列傳》：『澎湃沆瀣。』《索隱》云：『溉，亦作瀣。』《陵陽子明經》：『冬食沆瀣，沆瀣者，北方夜半氣也。』今按：釋文「行」、「暨」下分別括注「沆」、「瀣」。又原注引《陵陽子明經》「冬食沆瀣」，「食」當作「飲」。

〔六〕此處原釋文作「昏【清可。秋食一去】□□、霜霰（霧），霜霰（霧）和以輪陽、銑」。原注：「本句霜霧應係衍文，是誤加了重文號。整理小組（1975：1）釋文作「昏【清可。秋食一去】□□、霜霧，和以輪陽銑」。吳志超、沈壽（1981：51）釋文作「昏清可。秋食一去□□、霜霧，和以輪陽、銑」。馬繼興（1992：837）：「此二字與後面『××（者）』（黃）四塞，清風折首者也」中的『××』二字均爲本書六氣中完全相同的一種氣候名稱。彭浩（2005：94）：「從圖版看，『霜』字下有重文號，『霧』字下並無重文號。整理小組因帛書缺損在『霜』字前補有『□□』，與其他三句在『去』後皆祇有一種氣名不同，可疑。推測帛書原來的文字是：『「秋食一去」霜：霧。』今按：彭浩指出，圖版僅「霜」字下有符號，當是。不過他將相關部分文字補作「「秋食一去」霜：霧」，從圖版來看，是有問題的。我們認爲，考慮到此行書寫字距較疏闊，所缺部分可能爲七字，可補作「昏（昏）【清可。秋食一去□□】霜：（霜、霜）霰（霧）」。此處釋文暫從整理者補字意見。馬繼興說「者」前之名應與第3行「霜霰（霧）」前之名同，可從。說其爲帛書六氣之一，則不可信。此當爲食氣必去五咎之一（馬王堆竹簡《十問》黃帝問容成條稱爲四咎）。魏啟鵬、胡翔驊（1992：4）、馬繼興（1992：838）指出，據文例「銑」後當脫「光」字，可能是對的。」

〔七〕「凌」，原釋文作「凌」。

〔八〕原注：「□陽，疑應補爲「端陽」，見下注二十。輪陰，即淪陰，《陵陽子明經》：「秋食淪陰，淪陰者，日沒以後赤黃氣也。」輪、淪形近而譌。以上四季避五種氣，參看同墓竹簡《十問》黃帝問容成條，後者說食氣必去四咎，與此略有不同。魏啟鵬、胡翔驊（1992：4—5）：「輪陽，猶言聚陽、合陽，爲冬日入藏的陽氣，其位北方，其色玄，即天玄之氣。……輪陰，猶言瀉陰，與淪陰同。……」說，輪陰即淪陰，輪、淪形近而譌。馬繼興（1992：838—840）：「輪字義爲改變，更改。陽字義爲太陽。『輪陽』指由陰（夜）向陽（晝）轉變之時，『輪陰』指由陽（晝）向陰（夜）轉變之時。……《楚辭·遠遊》王注引《陵陽子明經》云：『秋食淪陰。淪陰者日沒以後赤黃氣也。』是指夕陽降落後天空呈紅黃色的天氣。……地黃之氣，則是指太陽剛從地面升起後不久陽光尚微弱呈現黃色之時，也就是本書中所說的輪陽。李零（2006：277）認爲輪陽是黃昏氣（與地相配），輪陰是西方日入氣。今按：「【和以端】陽」，原釋文作「【和以】□陽」。又「輪陽」之「輪」所在帛片新圖版無，原圖版作B，釋文據原圖版。《靈樞·營衛生會》：「日中而陽隴爲重陽，夜半而陰隴爲重陰。故太陰主內，太陽主外，各行二十五度，分爲晝夜。夜半爲陰隴，夜半後而爲陰衰，平旦陰盡而陽受氣矣。日中爲陽隴，日西而陽衰，日入

陽盡而陰受氣矣。夜半而大會，萬民皆卧，命曰合陰，平旦陰盡而陽受氣，如是無已，與天地同紀。」「輪陰」、「輪陽」可分別與「日入陽盡而陰受氣矣」、「平旦陰盡而陽受氣」相對照，則「輪陰」、「輪陽」之「陽」、「陰」似應指陽氣、陰氣，「輪」或即輪注之義。氣名「淪陰」，明刻本《廣雅》作「淪淪陰」，文淵閣藏《四庫全書》本同。王念孫《廣雅疏證》校定為「淪陰」，以「淪」為曹憲注音並看作「倫」字之誤。從帛書來看，「輪陰」即《廣雅》「淪陰」，王念孫改「淪陰」為「淪陰」恐不確。又王念孫指出「淪」下之「淪」為曹憲注音，可從，認為「淪」為「倫」之誤，似無據。「淪」古書多用為「踰」，與「淪」同聲，以「淪」為「淪」之注音，並不奇怪。

【□□□□3□□□□□】四塞，^{〔一〕}清風折首者也。·霜霰（霧）者，【□□□□□□□□也】。^{〔二〕}·濁陽者，^{〔三〕}黑四塞，天之乳（亂）氣也，及日出而霏（霧）也。【湯風者】，□風也，熱而中人者也。日【□淪陰】者，^{〔四〕}人骨⁴【□□也】。此五者不可食也。^{〔五〕}

〔一〕此處原釋文作「□□□□□者」，「四塞」。首字位置或即標識符號「·」。據下文「日出」、「日□」，疑二、三兩字亦為時段名。則此處釋文或當作「·□□□□者」，「四塞」。

〔二〕此處原釋文作「·霜霰（霧）者，□□□□□□□」。標識符號「·」新圖版無，原圖版作C，此據原圖版。

〔三〕此處原釋文作「【湯風者】，□風也，熱而中人者也，日□。【淪陰】者」。彭浩（2005：92）：「【湯風者】，□風也，熱而中人者也」已是一個完整的句子，「日□」與此句沒有文意上的聯繫，似應歸入下句。……「者」前之字很可能是氣名，……「日」、「者」之間祇能有一字之空。應補入何字，待研究。今按：彭浩將「日□」歸入下句，可從，將原釋文改作「日□者」，並以「日□」為氣名，則是有問題的。據圖版，此處補字當從原整理者說。「日□」，疑即「日入」，時段名。「日入」作為時段名多見於秦漢簡。

〔五〕原注：此句疑應補為「此五者不可食也」。今按：此處原釋文作「人骨□□也」，□□者不可食也」。此從原注在「者」前補「此五」二字。

·朝暇（霞）者，□【□□□□□□□□□□也】。□□者，^{〔一〕}日出二千，春為濁【□□□□□□□□□□】□雲如蓋，蔽【□□□□□□】者【也】。□□者，^{〔二〕}苑⁵【□□□□□□□□□□】夏昏（昏）清風也。^{〔三〕}

〔一〕此處原釋文作「朝暇（霞）者，□□□□□□□□□□□□□□者」。馬繼興（1992：844）斷讀作「朝暇（霞）者，×××××。××者，×××××也。輪陽者」。李零（2006：276）：帛書此部分殘缺較甚，疑是解釋「六氣」中的「朝霞」、「銑光」、「輪陽」、「輪陰」四氣。即：（1）朝霞。「朝暇（霞）者，……」（2）銑光。（缺）（3）輪陰。「〔輪陰〕者，日出二千（引者按：當作干），春為濁〔陽，不可食，□〕云如蓋，蔽□□□□□者〔也〕」。（4）輪陽。「〔輪陽〕者，苑□□□□□□□□夏昏清風也。」今按：馬繼興（1992：844）、李零認為「朝暇（霞）」之後，「者」字之前有二氣，可供參考。也可能僅有一氣。「者」前氣名，李零認為是「西方日入氣」的輪陰。此與此氣所說的「日出二千」不符，恐不可信。

〔二〕原釋文此處作「日出二千，春為濁□□□□□□□□雲如蓋，蔽□□□□□者【也】。□□者」。馬繼興（1992：844、845）斷讀作「日出二竿，春為濁××。匡光者，雲如蓋，蔽×××××者也。××者」，又指出「日出二竿」指太陽剛升起後不久。敦煌懸泉遺址出土有一塊記載32個時段的本牘，其中第二、三種分別是「日出」、「二千」。張德芳（2004：192—193）指出：「二千」即「日出二千」，「日出二千」又見居延漢簡、馬王堆帛書《却穀食氣》，是一種俗稱，同民間所謂「日出三千」一樣，是對太陽升起高低的一種形容。今按：「日出二千」，時段名。據敦煌懸泉遺址所出本牘，「日出二千」當在「日出」之後、「蚤食」之前。

〔三〕馬繼興（1992：835）：今復細繹本條原文中的「沆瀣（行暨）」（即「夏食……和以……沆瀣」），既非春、秋、冬三季所宜食之氣，而獨屬夏季所宜食者。同時，沆瀣又係作為

夏季夜半之時來自北方之氣。也即面臨酷暑之際由北方吹來的清涼微風。這種氣候的特徵也正好和本書下面所說的「××者，夏昏清風也」之文義相符。足徵本帛書在此處所缺的「××」，正是「沆瀣（行暨）」二字。今按：此說可供參考。據王逸注所引《陵陽子明經》，「沆瀣」為夜半氣，冬所宜食。

凡食【】方，食氣者食員_二（圓，圓）者天也，方_一【】者北鄉（嚮）₆【】多食。

〔一〕原釋文此處作「凡食」。原注：「以上疑應補為「食穀者食方，食氣者食圓，圓者天也，方者地也」。李零（2006：276）：「帛書此部分殘缺較甚，疑是解釋「六氣」中的「沆瀣」、「端陽」二氣。前者是「地氣」，後者是「天氣」。可補為「凡食「端陽、沆瀣，多食。」今按：今據原注在「方」下補「者地也」三字。又「氣」前「方」、「食」二字原釋文缺釋，據圖版補。圖版「方」字尚存下部筆劃，此部分帛片不見於原圖版，可能是整理者處理圖版時將之誤剪掉了。

·【】則和以端陽。_{〔一〕}夏氣_{〔二〕}【】失氣_{〔三〕}為青_{〔四〕}附_{〔五〕}（青附，_{〔三〕}青附）即多朝暇（霞）。朝日失氣為白_{〔六〕}附_{〔七〕}（白附，白附）即多銑光。_{〔四〕}昏（昏）失氣為黑_{〔八〕}附_{〔九〕}（黑附，黑附）即多輪_{〔八〕}【】食毋_{〔九〕}【】_{〔五〕}

〔一〕原注：「端陽，即正陽，《陵陽子明經》：「夏食正陽，正陽者，南方日中氣也。」正改為端，係避秦始皇諱的遺迹。以上銑光、朝霞、沆瀣、輪陽、輪陰、正陽，當即《莊子》、《楚辭》所云六氣，與《陵陽子明經》對六氣的解釋略有不同。今按：《莊子·逍遙遊》：「若夫乘天地之正，而御六氣之辯，以遊无窮者，彼且惡乎待哉！」疏：「李頤云：平旦朝霞，日午正陽，日入飛泉，夜半沆瀣，並天地二氣為六氣也。」

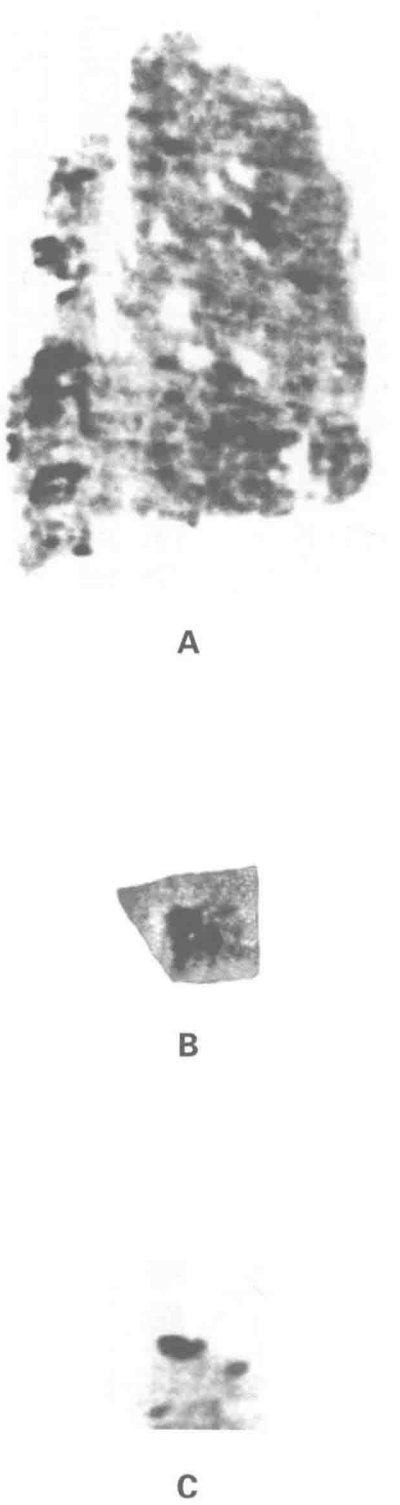
〔二〕「氣」下一字原釋文作「暇（霞）」，此暫存疑。

〔三〕周一謀、蕭佐桃（1988：232）：「白附，當指白晝之氣，與上文青附相對，青附當指黎明之氣，故言「青附即多朝暇（霞）」。全句謂朝氣逸散而成為白晝之氣。黑附，即天黑以後所附之氣，當指夜暮之氣。魏啟鵬、胡翔驊（1992：9）補此句為「【沆瀣失氣】為青附」，並讀「附」為天符之「符」。馬繼興（1992：846、848）補為「……為青附」，並指出按照五行配伍的理論，除了青、白、黑三附外，似乎尚缺赤附、黃附二附。彭浩（2005：93）補為「【失氣】為「三字。彭浩說「失氣」前應為時段名，當可信。馬繼興說此段疑缺赤附、黃附二附，可供參考。《楚辭·遠遊》：「飡六氣而飲沆瀣兮，漱正陽而含朝霞。」王逸注：「遠棄五穀，吸道滋也。餐吞日精，食元符也。……」云「食元符」，亦可供參考。

賢(2004: 173、181)於「朝日日軍(量)」下注云:「朝日,是時段名稱。下文有『朝日,甲乙發,食時,丙丁發』句(第二四行),以『朝日』和『食時』併占,可證『朝日』確為時段之名。按古書有『旦日』,指天明之時,疑『朝日』與『旦日』含義略同。」又「朝日,甲乙發」一段下《疏證》云:「占文中一共出現了五個時段,以五時段占吉凶的文字亦見於睡虎地秦簡《日書》和放馬灘秦簡《日書》,……『朝日』當與『朝』或『旦』相當,……」陳劍(2013: 378)也指出,《日月風雨雲氣占》的「朝日」即「朝」,《周禮·地官·司市》稱「朝時」:「大市日昃而市,百族為主。朝市朝時而市,商賈為主。夕市夕時而市,販夫販婦為主。」據此,「朝日」即「朝」,或稱作「朝時」、「旦」、「旦日」等。

〔五〕原釋文此處作「昏失氣為黑附,黑附即多輪□。□□□□□□□□食毋□」。原注:「食字上一字不清,毋字下一字从食旁。整理小組(1975: 1)補「輪」後一字為「陽」,末四字釋為「得食毋食」。饒宗頤(1983: 251—252)亦補「輪」後一字為「陽」,並指出輪陽即淪陽,陽淪則陰昏,故為黑附。馬繼興(1992: 847)、李零(2006: 276)補「輪」後一字為「陰」。今按:末四字整理小組釋為「得食毋食」,從殘存筆劃來看,很可能是對的。

附圖



參考文獻

- 陳劍(2013):《「羞中日」與「七月流火」——說早期紀時語的特殊語序》,《第四屆古文字與古代史國際學術研討會——紀念董作賓逝世五十周年》會議論文集, (臺)中研院史語所,二〇一三年十一月二十二—二十四日。
- 李零(2006):《馬王堆房中術研究》,《文史》第三十五輯,中華書局,一九九二年,李零《中國方術正考》,中華書局,二〇〇六年。
- 劉樂賢(2005):《馬王堆天文書考釋》,中山大學出版社,二〇〇四年。
- 馬繼興(1992):《馬王堆古醫書考釋》,湖南科學技術出版社,一九九二年。
- 彭浩(2005):《馬王堆漢墓帛書〈却穀食氣〉篇校讀》,中國文物研究所編《出土文獻研究》第七輯,上海古籍出版社,二〇〇五年。
- 饒宗頤(1983):《馬王堆醫書所見「陵陽子明經」佚說》,《文史》第二十輯,中華書局,一九八三年。
- 唐蘭(1975):《馬王堆帛書〈却穀食氣篇〉考》,《文物》一九七五年第六期。
- 魏啟鵬、胡翔驊(1992):《馬王堆漢墓醫書校釋(貳)》,成都出版社,一九九二年。

吳志超、沈壽(1981)：《〈却穀食氣篇〉初探》，長沙馬王堆醫書研究會編《馬王堆醫書研究專刊》第二輯，湖南中醫學院，一九八一年。

原圖版、原釋文、原注：馬王堆漢墓帛書整理小組《馬王堆漢墓帛書（肆）》，文物出版社，一九八五年。

張德芳(2004)：《懸泉漢簡中若干「時稱」問題的考察》，中國文物研究所編《出土文獻研究》第六輯，上海古籍出版社，二〇〇四年。

整理小組(1975)：馬王堆漢墓帛書整理小組《馬王堆漢墓出土醫書釋文（一）》，《文物》一九七五年第六期。

周一謀、蕭佐桃(1988)：《馬王堆醫書考注》，天津科學技術出版社，一九八八年。

陰陽十一脈灸經乙本

說明

本篇原無篇名，因同墓出土有相同內容的兩種寫本，原整理者命名為《陰陽十一脈灸經》乙本，和《去穀食氣》、《導引圖》等合寫在一件帛上，接寫於《去穀食氣》之後。此次整理，沿用原整理本做法，本篇亦單獨編列行號。因內容同於甲本，註釋從簡。

【鉅陽脈：〔一〕・穀（繫）于】潼（踵）外踝（踝）婁中，〔二〕出却中，上穿振（臀），出猷（厭）中，夾（挾）脊，出于項，【上】頭角，〔三〕下顙（顏），夾（挾）謁（謁），穀（繫）目內廉。是僮（動）則病：潼（衝—衝）頭，【1】目以（似）脫，項以（似）伐，胷（胸）痛，〔四〕嬰（要—腰）以（似）折，脾（髀）不可以運，【胎（却）如結，膈如裂，此為踵（踵）】厥，〔五〕是巨（鉅）陽跗（脈）主治。其所產病：〔六〕頭痛，耳聾，項痛，耳彊，〔七〕瘡（瘡），北（背）痛，嬰（要—腰）【痛】，〔八〕尻【痛】，肘（痔），胎（却）痛，膈痛，足小指【痹】，為【十2二病】。

〔一〕原注：本篇接寫於《卻穀食氣》之後。

〔二〕「于」，原釋文補作「於」。今按：本篇「于」字，原釋文均徑釋為「於」。

〔三〕「上」，原釋文缺如。

〔四〕原釋文作「潼（腫），頭【1】痛」，□□□□【脊】痛」。

〔五〕「厥」上殘缺之文，據張家山簡本《脈書》補。原釋文補作「膈如結，是為踝」六字，失之。

〔六〕「其所產病」，張家山簡本《脈書》簡19作「其所出（生）病」。

〔七〕「耳彊」，帛書甲本作「【耳】彊」，張家山簡本《脈書》簡19作「鬻彊」。

〔八〕「痛」字原脫，據帛書甲本、張家山簡本《脈書》補。

【少陽】跗（脈）：・穀（繫）于外踝（踝）之前廉，【上】出【魚股之】外，〔一〕出【脅】上，出耳前。〔二〕是動（動）則病：心牙（與）脅痛，〔三〕不可以反則（側），甚則无（無）膏，足外【反，此】為陽癰（厥），〔四〕是少陽跗（脈）主治。【其【3所產病：口痛，項痛】，〔五〕頭頸痛，脅【痛】，〔六〕虐（瘡），汗出，節盡【痛，髀外廉】痛，股痛，却（膝）外【廉】痛，〔七〕振寒，足中指湍（痹），為十二病。

〔一〕「上」字原脫，據帛書甲本、張家山簡本《脈書》補。

〔二〕「出耳前」，原釋文作「出目前」。今按：原釋文「耳」釋為「目」，誤。張家山簡本《脈書》簡20亦作「出耳前」。

〔三〕「牙」，原釋文作「与」，讀爲「與」。

〔四〕「此」，原殘缺，據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補。原釋文補作「是」，失之。

〔五〕「口痛，項痛」，帛書甲本亦殘缺，今據張家山簡本《脈書》補。原釋文此處補作「□□□□」，不確。

〔六〕原注：「痛字原脫」。

〔七〕原注：「廉字原脫」。

陽明（明）𦵏（脈）：· 𦵏（繫）于𦵏骨外廉（廉），𦵏（循）循（𦵏）（骨）而上，穿實（實—𦵏），出魚【股⁴之廉，上穿】乳，^{〔二〕}穿頰，出目外廉，環顏（顏）。^{〔三〕}【是動則病：洒洒】病寒，喜信（伸），數吹（欠），顏（顏）黑，病腫（腫），病至則亞（惡）人與火，聞木音則易（惕）然驚，欲獨【閉】戶牖而處，^{〔三〕}病甚【則⁵欲乘高】而歌，^{〔四〕}棄衣而走，此爲𦵏癥（厥），是【陽明（明）脈主治】。^{〔五〕}其所產病：顏（顏）𦵏（痛），鼻肌（𦵏），領（領）頸𦵏（痛），^{〔六〕}乳𦵏（痛），心牙（與）𦵏痛，腹外腫（腫），腸𦵏（痛），𦵏（膝）、足管（痿）𦵏（痺），^{〔七〕}【爲十病】。⁶

〔一〕此處殘缺之文據張家山簡本《脈書》簡23補。原釋文已補「股」、「穿」二字，是，以爲「股」下殘缺四字屬上讀，失之。

〔二〕「環顏」下原釋文補有一缺字「□」。今按：張家山簡本《脈書》簡23作「環顏」，其下無殘缺。

〔三〕「欲」上原有脫文，帛書甲本作「心腸（惕）」，張家山簡本《脈書》簡24作「心惕然」。

〔四〕「乘」，據張家山簡本《脈書》簡24補。原釋文補作「登」。

〔五〕「主治」二字，帛書亦殘缺，原釋文未作殘缺字處理。

〔六〕「領」，原釋文作「領」，誤。

〔七〕《說文》𦵏部：「痿，痺也（引者按：小徐本作「痺疾」）。从疒、委聲。」

肩𦵏（脈）：【· 起于耳後，下肩，出𦵏】外廉，出臂外，出指上廉。【是動則病：領（領）】腫（腫）𦵏（痛），^{〔二〕}不可以顧，肩以（似）脫，𦵏以（似）折，是肩【脈】主治。其所產病：領（領）𦵏（痛），侯（喉）𦵏（痺），臂𦵏（痛），肘𦵏（痛），⁷爲四病。

〔一〕「領」上，原釋文還補有「𦵏痛」二字，失之。張家山簡本《脈書》無「𦵏痛」二字。

耳𦵏（脈）：· 起【于手】北（背），^{〔二〕}出【臂外兩骨】之間（間），^{〔三〕}上骨下兼（廉），出肘中，入耳中。是動（動）則病：· 耳聾^二（輝輝諄諄），𦵏腫（腫），是耳𦵏（脈）主治。其所產病：目外𦵏（眚）𦵏（痛），頰𦵏（痛），耳聾，爲⁸三病。

〔一〕「北」，帛書殘存左半筆劃。

〔二〕「出」，帛書殘存左半筆劃。

齒𦐇(脈)：·起【于次指與大】指上，^{〔一〕}出臂上廉，入肘中，乘臑，穿頰，入齒中，夾(挾)鼻。是動(動)則病：·齒𦐇(痛)，𦐇(頤)腫(腫)，是齒𦐇(脈)主治。其所產病：·齒𦐇(痛)，𦐇(頤)腫(腫)，目黃，口乾，臑𦐇(痛)，爲五病。⁹

〔一〕此句，原釋文作「起【於】□指上」，不確。今據帛書甲本、張家山簡本《脈書》，並參照帛書乙本用字習慣補。

【巨(鉅)陰】𦐇(脈)：是臍(胃)𦐇(脈)也。被胃，【下】^{〔二〕}出魚股陰下廉，臑上廉，出內果(踝)之上廉。是動(動)則病：·上當走心，使腹張(脹)，善意(噫)，食則欲歐(嘔)，得【後】牙(與)氣則逢(避)一怏然衰，^{〔三〕}是巨(鉅)陰¹⁰【𦐇(脈)主治。其所產病：·獨心】煩，^{〔三〕}死；心𦐇(痛)牙(與)腹張(脹)，死；不【能】食，^{〔四〕}不臥，強吹(欠)，三者同則死；唐(溏)泄，死；水牙(與)閉同則死，爲十病。

〔一〕「下」字原脫，據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補。

〔二〕「得」，帛書尙殘存部分筆劃。

〔三〕「獨心煩」，原釋文作「□□，心煩」，據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補。

〔四〕「能」字原脫，據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補。

少陰𦐇(脈)：^{〔二〕}𦐇(繫)于內踝(踝)外廉，穿臑，出¹¹【𦐇(卻)中央，上穿脊之內廉，^{〔三〕}繫于腎，挾舌本。是動(動)則病：·悒(悒悒)如喘】，^{〔三〕}坐而起則目芒然无(無)見，心如絕，病飢，氣不足，善怒，心易(惕)，恐人將捕之，不欲食，面黥若炆(炆)色，欬¹²【則】有血，此爲【骨厥，是少】陰之𦐇(脈)主治。其所【產病：·口熱，^{〔四〕}舌坼，啞乾，上氣】，噎，啞中𦐇(痛)，^{〔五〕}單(痺)，耆(嗜)臥，欬，音(瘖)，爲十病。

少陰之脈，^{〔六〕}久(灸)則強食，產肉，【緩帶】，¹³大杖，被𦐇(髮)，重履而步，久(灸)希息則病已(已)矣。

〔一〕「少陰𦐇(脈)」節，帛書甲本抄在「厥陰脈」節之後。

〔二〕「內」，帛書殘缺，原釋文缺如，據張家山簡本《脈書》補。

〔三〕「悒悒」，帛書殘缺，原釋文補作「喝喝」，今據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補。

〔四〕「口熱」，據張家山簡本《脈書》、《靈樞·經脈》補。原釋文在此處補六缺文，失之。

〔五〕原注：自「其所產病」以下，較甲本多二字，噬上二字並非氣、噎，故試補如上。今按：原釋文作「其所【產病】：□□□□□□□□□□【舌垢，噬乾，上氣，噎】，□□□□噬中甬（痛）」，今據張家山簡本《脈書》補正。

〔六〕原注：此句上空二字，今仍依甲本分段。今按：張家山簡本亦有分段標識「·」，今據以分段。

厥陰𦵏（脈）：𦵏（繫）于足大指𦵏（叢）毛上，乘足胫（跗）上廉，去內踝（踝）一寸，上踝（踝）五寸【而】出于大（太）陰【之】後，上出魚¹⁴股內廉，𦵏（觸）少腹，大資（皆）旁。是動（動）則病，丈夫則𦵏（癰）山（疝），^{〔二〕}婦人則少腹腫（腫），嬰（要）腰（甬）痛（痛）不可以印（仰），甚則噬乾，面疵，是厥陰之𦵏（脈）主治。其所產病：熱中，降（癰），^{〔三〕}𦵏（癰），扁（偏）山（疝），【爲五】¹⁵病^{〔五病〕}。五病有【而】煩心，^{〔三〕}死，勿治也；有陽𦵏（脈）牙（與）【之】俱病，^{〔四〕}可治也。

〔一〕「𦵏」，張家山簡本《脈書》簡37作「𦵏」，均「癰」之借字。

〔二〕張家山簡本《脈書》簡38作「疼」，爲「癰」字異體。

〔三〕「【爲五】¹⁵病^{〔五病〕}」有【而】煩心」，「而」字原脫。原釋文作「□□¹⁵病，病有煩心」，不確。今據張家山簡本《脈書》補正。

〔四〕「之」字原脫，據帛書甲本及張家山簡本《脈書》補正。

臂巨（鉅）陰𦵏（脈）：在于手常（掌）中，出內陰兩骨【之間（間）】，上骨【下廉，^{〔二〕}筋（筋）之上，出臂內陰，入心中。是動（動）則病^{〔心滂〕}（滂滂）【如】¹⁶甬（痛），^{〔一〕}缺汾（盆）甬（痛），^{〔三〕}甚則交兩手而單（戰），此爲臂厥，是臂巨（鉅）陰之𦵏（脈）主治。其所產病^{〔胸甬（痛），癰（肩）甬（痛），^{〔四〕}心甬（痛），四始（肢）甬（痛），^{〔五〕}假（瘕），爲五病〕}。

〔一〕原注：「之間上骨」四字原脫，據甲本補。今按：張家山簡本《脈書》簡44亦有「之間（間）上骨」四字。

〔二〕「甬（痛）」，原釋文作「痛」。裘錫圭（1992：534）：「從圖版看似當釋「甬」而讀爲「痛」。今按：裘說是。本篇「痛」均借「甬」字爲之。

〔三〕「缺」，原釋文作「缺」，讀爲「缺」。裘錫圭（1992：534）：「從圖版看似本是「缺」字。今按：裘說是，今據改釋。

〔四〕「癰」，從「間」字古文省體「勿」得聲，讀爲「肩」。原釋文作「癰」，讀爲「腕」，誤。參看《陰陽十一脈灸經》甲本臂鉅陰脈注〔四〕。

〔五〕原注：四始，甲本作四末。始字是否因脂、佳兩韻逐漸淆混而可讀爲肢，尙待研究。今按：張家山簡本《脈書》簡43作「四末」，同帛書甲本。「始」字諸字書未見，當是从女、旨聲之字。旨聲字古音本在脂部，多與支部字相通，《詩·小雅·南山有臺》「樂只君子」，《左傳·昭公十三年》、《襄公二十四年》引《詩》「只」作「旨」。《詩·小雅·采菽》「樂只君子，殿天子之邦。樂只君子，福祿攸同」，《左傳·襄公十一年》引《詩》「只」均作「旨」。《史記·匈奴列傳》「過焉支山千餘里」，《漢書·匈奴傳》「焉支」作

「焉耆」。《後漢書·西羌傳》「將徙士屯耆」，李賢注：「龍耆，即龍支也。」《說文》肉部：「𦞮，體四𦞮也。从肉、只聲。肢，𦞮或从支。」手部：「扞，開也。从手、只聲。讀若抵掌之抵。」土部从氏聲的「坻」或从水、从耆作「渚」。知「四𦞮」讀爲「四肢」，當確不可易。說參施謝捷（2011：629）。

臂少陰𦞮（脈）：起于臂兩骨¹⁷上之閒（間），下骨上痛（廉），筋（筋）之下，出臍內陰，入心中。^{〔一〕}是動（動）則病：心甬（痛），嗑乾，〔渴〕欲飲（飲），^{〔二〕}此爲臂厥，是臂少陰𦞮（脈）主治。其所產病：脅甬（痛），爲一病。¹⁸

〔一〕原注：入心中，甲本無此三字。今按：張家山簡本《脈書》簡46亦有「入心中」三字。

〔二〕原注：乾欲兩字尙餘殘筆，甲本此句作「嗑渴欲飲」，《靈樞·經脈》則作「嗑乾，心痛，渴而欲飲」。今按：帛書「渴」字原脫，今據補。說參《陰陽十一脈灸經》甲本臂少陰脈注〔五〕。

參考文獻

馬王堆漢墓帛書整理小組：《馬王堆漢墓帛書〔肆〕》，文物出版社，一九八五年。

裘錫圭（1992）：《馬王堆醫書釋讀瑣議》，《古文字論集》，中華書局，一九九二年，五二五—五三六頁。

施謝捷（2011）：《簡帛文字考釋札記（三續）》，張德芳主編《甘肅省第二屆簡牘學國際學術研討會論文集》，上海古籍出版社，二〇一二年，六二七—六三〇頁。

張家山二四七號漢墓竹簡整理小組：《張家山漢墓竹簡（二四七號墓）》，文物出版社，二〇〇一年。簡稱爲張家山簡本《脈書》。