

品读古中医学之精髓



领略中医之博大精深

何平叔解读《黄帝内经》

——古中医学的人体疾病观

何平叔/编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

何平叔解读《黄帝内经》

HEPINGSHU JIEDU《HUANGDI NEIJING》

——古中医学的人体疾病观

何平叔 编 著



 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

何平叔解读《黄帝内经》:古中医学的人体疾病观/何平叔编著. —北京:人民军医出版社,2008. 11

ISBN 978-7-5091-2165-8

I. 何… II. 何… III. 内经—研究 IV. R221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 156056 号

策划编辑:王显刚 **文字编辑:**贾春伶 **责任审读:**张之生

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8707

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:北京国马印刷厂 **装订:**京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:24.5 **字数:**447千字

版、印次:2008年11月第1版第1次印刷

印数:0001~3500

定价:48.50元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

《黄帝内经》作为古中医学的经典之作,是中医学基础理论及临床实践的源泉,是中医学习者的必读之书。但因此书古奥艰深,缺乏必要的系统性,且随着时代的发展,其人体疾病观存在着与现代医学不同的观点,对于读者来说谜团重重,令读者理解此书十分困难。作者根据自己对《内经》几十年的研究心得,较好地解决了上述问题,对《黄帝内经》按人体生理、病理、诊断、治疗、养生预防等方面进行了系统分类解读,力图阐释《黄帝内经》种种谜团,还原古中医学之真面目,使初学者可以继承有源,少走弯路,更好地学习、发展中医。全书内容翔实,析理透彻,可读性强,适合中医学者,中医临床医师,以及广大中医初学者、中医爱好者及对中国传统文化感兴趣的读者阅读参考。

前 言

《内经》是中医学的理论基础，是每一位从事中医者必须学习的书籍。但是由于此书是两千多年的古书，一是古文奥秘，难于读懂；二是历经两千多年流传，尤其上古近千年手抄流传，颇有讹误；三是涵盖面广，涉及生理、病理、病原、诊断、治疗、预防等诸多方面，内容非常丰富，又散见于 160 篇各自独立的文章之中，缺乏必要的系统性；四是后世医家对于《内经》的研究主要局限在训诂方面和《内经》的一些论述和结论的应用上。而没有研究或者没有认真研究诸如血液循环、营卫，脉气、脉学等等《内经》中的重要而基本的问题。凡此种种使得《内经》一书阅读和理解都非常困难。

本书的特色：第一，将《内经》系统化，按生理、病理、病原、诊断、治疗、养生康复等方面将内容彻底系统化。对《内经》涉及到的诸多内容，以及讲解的逻辑思路和所达到的深度，都作了深刻的发掘，务期没有遗漏。使读者一览无余。第二，对《内经》的种种谜团结合现代医学做了自己的阐释，如三焦、十二经脉、血液循环、营卫气、脉气等。力求使《内经》真实内容从神秘的面纱中走出来，清晰地展现在读者面前。第三，为了学以致用，将《内经》内容和今天中医理论比较，使其异同清晰可见，同时也尽可能和临床联系，以便学者临床运用。第四，由于时代的局限性及当时科技发展水平的限制，《内经》中有些内容是落后于当今时代，为了彻底解读《内经》，彻底揭开《内经》的神秘性，本书也尽可能加以解读。希望通过我们的系统整理，使《内经》中有用的医学部分非常清楚，使之大多可以直接应用于临床，或作为临床研究的依据。因此本书对于中医学者和临床中医都是大有助益的。

由于本书对于《内经》做了庖丁解牛式的剖析，使艰深的《内经》变得清晰易读，因此本书也是中医初学者和中医爱好者学习《内经》的最佳读本。同时本书又保证了《内经》所研究内容的深度和广度以及学术的完整性，对于想比较深刻了解中医基本理论的西医朋友，本书也是一本极为合适的读物。

蓉城老人 何平叔

2008 年 2 月 1 日

目 录

第一篇 生理学

第 1 章 人体的构造与生理	(3)
第一节 脏腑	(5)
一、五脏	(5)
二、六腑	(8)
三、奇恒之腑	(11)
四、脏腑整体观	(14)
第二节 其他组织器官与生理	(16)
一、筋	(16)
二、腠理、分腠	(18)
三、人的发育和禀赋	(20)
四、德、气、精、神、形	(24)
五、心、意、志、思、虑、智	(29)
六、欠、瞑(眠)、寤、唏、噫、嚏、泣涕、太息、涎、唾	(30)
七、膏、育、募原	(34)
八、清浊	(35)
九、津液、宗气	(36)
十、皮肤	(37)
十一、五官	(38)
十二、寿夭	(39)
第三节 天人感应	(40)
第 2 章 血、脉、卫气、营气	(42)
第一节 血	(48)
第二节 脉	(49)
一、血液循环的认识	(49)
二、血液的第一个子循环	(50)
三、血液的第二个子循环	(51)
四、血液循环的进一步研究	(51)

五、十四经脉分类的价值	(52)
六、奇经(任脉、督脉、冲脉、带脉等)	(53)
第三节 营气、卫气	(55)
第3章 阴阳	(60)
第一节 人体的阴阳	(62)
第二节 天地自然界之阴阳	(64)
一、阴阳与干支	(65)
二、阴阳与六气	(69)
三、阴阳与上下左右	(70)
第三节 阴阳的天人合一理论	(71)
一、六气(时间六气)	(71)
二、胜复	(74)
三、阴阳所至	(75)
四、阴阳主客	(76)
五、阴阳与月份	(77)
第4章 五行	(78)
第一节 五行与五脏	(81)
第二节 五行与天干年岁	(82)
第三节 君火与相火	(84)
第四节 阴阳五行与干支纪年	(84)
第五节 太过与不及	(85)
第六节 五郁之发	(87)
第七节 内经历法	(89)
一、阳历、阴阳历	(89)
二、步、六气、甲	(90)
三、候、气、时	(90)
四、纪、刻	(91)

第二篇 病原病理学

第5章 病原学	(95)
第一节 六气(风、寒、暑、湿、燥、火)	(95)
一、邪气伤人的道路	(96)
二、火	(98)
三、风	(99)

四、寒	(104)
五、暑	(107)
六、湿	(108)
七、燥	(111)
第二节 饮食劳倦(内伤疾病)	(111)
第三节 脏腑、六经疾病	(113)
一、肺手太阴	(118)
二、心手少阴	(119)
三、肝足厥阴	(120)
四、脾足太阴	(122)
五、肾足少阴	(124)
六、手厥阴心包络	(126)
七、大肠手阳明	(126)
八、胃足阳明	(127)
九、小肠手太阳	(130)
十、膀胱足太阳	(131)
十一、三焦手少阳	(132)
十二、胆足少阳	(133)
十三、并病	(134)
第四节 奇经疾病	(135)
一、任脉	(135)
二、督脉	(136)
三、冲脉	(136)
四、跷脉	(136)
第 6 章 病理学	(137)
第一节 概说	(139)
第二节 寒热虚实	(142)
一、寒热	(142)
二、虚实	(143)
第三节 痛、不仁、不用、四肢懈怠	(147)
一、痛	(147)
二、不仁、不用	(149)
三、四肢懈怠	(150)
第四节 痹、痿、厥、疰	(151)

一、痹(附:疝、瘰、瘰、脾风)	(151)
二、痿	(154)
三、厥、厥逆	(155)
四、疟疾	(160)
第五节 咳、喘、吐血、衄血、不得卧、隔(膈)、多卧	(163)
一、咳	(163)
二、喘(附:吼)	(163)
三、吐血、衄血、泄血	(165)
四、不得卧(目不瞑)	(165)
五、隔(膈)	(166)
六、多卧	(167)
第六节 消渴、胀、水	(167)
一、消渴	(168)
二、胀	(168)
三、水	(170)
第七节 中风	(171)
第八节 癫、狂、迷惑、善忘	(175)
一、癫疾	(175)
二、狂	(176)
三、迷惑	(178)
四、善忘	(178)
第九节 哕、谵语、痞、霍乱、积、瘤(骨疼肉枯、骨蚀、骨疽、肉疽)	(178)
一、哕	(178)
二、谵语	(179)
三、痞	(179)
四、霍乱	(181)
五、积、瘤(骨疼肉枯、骨蚀、骨疽、肉疽)	(181)
第十节 痈疽、瘰癧	(183)
一、痈疽	(183)
二、瘰癧	(185)
第十一节 饮食、劳倦、七情(内因病)	(185)
一、饮食	(186)
二、劳倦	(187)
三、七情	(187)

第十二节 六经病	(188)
一、太阳病	(188)
二、少阳病	(188)
三、阳明病	(189)
四、太阴病	(189)
五、少阴病	(189)
六、厥阴病	(190)
七、六经与月份的对应	(190)
第十三节 其他疾病	(191)
一、妇女疾病	(191)
二、伏梁	(192)
三、疝	(193)
四、瘰	(193)
五、疝气	(194)
第十四节 疾病传变	(194)
一、外邪致病	(195)
二、内伤病	(199)
第十五节 络脉疾病	(200)
第十六节 人体禀赋与疾病	(202)
第十七节 疾病的调养	(204)

第三篇 诊断学

第7章 脉诊学	(209)
第一节 脉学总论	(209)
一、概说	(219)
二、三部九候	(220)
三、寸口、气口、脉口	(222)
四、脉的阴阳	(222)
五、胃气	(225)
第二节 脉象	(225)
一、缓脉	(225)
二、急脉	(226)
三、大脉	(228)
四、小脉	(230)

五、滑脉	(231)
六、涩脉	(233)
七、浮脉	(235)
八、沉脉	(236)
九、细脉	(238)
十、数脉	(238)
十一、迟脉	(239)
十二、虚脉	(240)
十三、实脉	(241)
十四、长脉	(242)
十五、短脉	(242)
十六、紧脉	(243)
十七、弦脉	(243)
十八、钩脉	(244)
十九、毛脉	(245)
二十、石脉	(245)
二十一、代脉	(246)
二十二、坚脉	(246)
二十三、搏脉	(248)
二十四、盛脉	(248)
二十五、喘脉	(250)
二十六、弱脉	(251)
二十七、软脉	(252)
二十八、散脉	(252)
二十九、躁脉	(253)
三十、其他脉象	(254)
第三节 比较脉学、四时脉学	(255)
一、比较脉学(七诊)	(255)
二、四时脉学	(255)
第四节 五脏脉学	(256)
一、五脏正常脉象	(256)
二、五脏病脉	(256)
三、五脏死脉	(259)
四、五脏脉候	(260)

第8章 望诊及其他诊断法	(262)
第一节 色诊	(262)
第二节 面诊	(266)
一、五脏病的面诊	(268)
二、六腑病的面诊	(269)
三、其他组织	(269)
四、目诊	(270)
第三节 其他望诊	(270)
第四节 其他诊断法	(270)
一、问诊	(270)
二、闻诊	(271)
三、触诊	(272)
四、叩诊	(272)
五、梦诊	(272)

第四篇 治疗与养生康复学

第9章 治疗总论	(277)
第一节 治疗通则	(280)
一、病宜早治	(280)
二、得神	(280)
三、治病方式	(281)
四、治病的一般原则	(281)
第二节 汤液治疗	(286)
第10章 针灸学	(288)
第一节 气穴(365穴)	(306)
一、脏俞、腑俞、头、面、背、胸腹、肢体	(306)
二、六经	(307)
三、五脏五腧、十二原	(309)
四、六腑六腧(十二原)	(309)
五、天牖五部穴	(311)
六、四海输穴	(312)
七、某些穴位的位置	(312)
第二节 根结、标本	(312)
一、根结	(312)

二、标本	(313)
第三节 脉气	(314)
第四节 针刺治病的基本病理	(315)
一、调营卫	(315)
二、缪刺	(317)
三、其他	(318)
第五节 针法、针具	(318)
一、补泻	(318)
二、导气	(322)
三、得气	(322)
四、除邪	(324)
五、针刺与脉诊	(325)
六、缪刺	(326)
七、针刺与时令	(326)
八、人体的秉赋与体质	(328)
九、经脉与针刺	(329)
十、九针、九变、十二节、五刺、三刺	(329)
十一、其他针法	(331)
十二、九针针具	(332)
第六节 针刺禁忌	(334)
一、刺前的状态	(335)
二、避开人体重要器官和组织	(336)
三、其他针法要点与禁忌	(336)
四、时令	(337)
五、病忌	(338)
第七节 针刺治疗	(339)
一、寒热	(339)
二、头痛	(345)
三、心痛	(346)
四、腰痛、脊痛	(347)
五、疟疾	(349)
六、脏腑病	(351)
七、水病	(352)
八、痹	(354)

九、厥	(355)
十、无音(瘖)	(357)
十一、痿	(357)
十二、耳病	(358)
十三、风、大风	(358)
十四、狂、癲(附:□)	(359)
十五、络病(缪刺)	(361)
十六、胀	(362)
十七、霍乱、大便不利、衄、膈	(363)
十八、转筋、筋急	(364)
十九、痈疽	(364)
二十、其他	(364)
第八节 针刺的天人感应	(366)
第九节 灸	(367)
第 11 章 养生康复学	(369)
第一节 顺应自然,恬淡虚无	(371)
一、顺应自然	(371)
二、恬淡虚无	(373)
第二节 良好的生活习惯	(374)
一、安居处	(374)
二、控制情绪	(374)
三、寒温适和	(374)
四、及早治疗疾病	(374)
五、注意饮食	(374)

第一篇 生理学

本篇共4章,第1章人体组织生理。第2章血脉营卫也是研究人体的组织生理。第3章阴阳或者指人体的组织,如“腹为阴,背为阳”,“五脏为阴,六腑为阳”,或者指营卫气血,或者指六经的经脉血管,都属于生理范畴。第4章五行理论,在内经是用来研究五脏的生克关系,仍然属于生理学范围。只有后世的五行理论还讨论其对应的风寒暑湿燥火六气疾病,牵涉到病原学。



第1章 人体的构造与生理

内经提要：

《五脏别》“所谓五脏者，藏精气而不泻也，故满而不能实。六腑者，传化物而不藏，故实而不能满也。所以然者，水谷入口，则胃实而肠虚，食下，则肠实而胃虚。故曰实而不满，满而不实也”。

《本藏》“五脏者，所以藏精神血气魂魄者也；六腑者，所以化水谷而行津液者也。”

《灵兰秘典》“心者，君主之官也，神明出焉。肺者，相傅之官，治节出焉。肝者，将军之官，谋虑出焉。胆者，中正之官，决断出焉。膻中者，臣使之官，喜乐出焉。脾胃者，食廩之官，五味出焉。大肠者，传道之官，变化出焉。小肠者，受盛之官，化物出焉。肾者，作强之官，伎巧出焉。三焦者，决渎之官，水道出焉。膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出矣”

《宣明五气》（参见灵枢《九针论》）“五气所病；心为噫，肺为咳，肝为语，脾为吞，肾为欠为嚏，胃为气逆为哕为恐，大肠小肠为泄，下焦溢为水，膀胱不利为癃，不约为遗溺，胆为怒，是为五病。

五精所并：精气并于心则喜，并于肺则悲，并于肝则忧，并于脾则畏，并于肾则恐，是谓五并，虚而相并者也。”

“五脏化液：心为汗，肺为涕，肝为泪，脾为涎，肾为唾，是谓五液。”

“五脏所藏：心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志，是谓五脏所藏。”

“五脏所主：心主脉，肺主皮，肝主筋，脾主肉，肾主骨，是谓五主。”

《营卫生会》“上焦如雾，中焦如沤，下焦如渫。”

“中焦亦并胃中，出上焦之后，此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉，乃化而为血，以奉生身，莫贵于此，故得独行于经隧，命曰营气。”

内经大论：

《宣明五气》“五味所入：酸入肝，辛入肺，苦入心，咸入肾，甘入脾，是谓五入。”

“五脏所恶：心恶热，肺恶寒，肝恶风，脾恶湿，肾恶燥，是谓五恶”。

《五脏生成》“心之合脉也，其荣色也，其主肾也。肺之合皮也，其荣毛也，其主心也。肝之合筋也，其荣爪也，其主肺也。脾之合肉也，其荣唇也，其主肝也。肾之