


# 黄帝内经

和平的使者

杨真海  
刘力红  
传讲  
整理



全国百佳图书出版单位  
中国中医药出版社

和平的使者  
黄帝内针



杨真海  
刘力红  
整传

中国中医药出版社  
·北京·

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

黄帝内针：和平的使者 / 杨真海传讲；刘力红整理. —北京：中国中医药出版社，2016.11（2017.1 重印）

ISBN 978 - 7 - 5132 - 3614 - 0

I. ①黄… II. ①杨… ②刘… III. ①针灸疗法 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 214954 号

## 中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 10.25 字数 89 千字

2016 年 11 月第 1 版 2017 年 1 月第 2 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 3614 - 0

定价 68.00 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 [csln.net/qksd/](http://csln.net/qksd/)

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

# 序 和平的使者



刘力红

怀着喜悦与欣慰，总算于端午前同步完成了《黄帝内针》传讲的文字整理。我很庆幸蒙师父的信任，能够恩准我这样一位入门不久的弟子来做这件在我看来一生都难以值遇的大事；更满怀感恩于此前世出世间诸师的培育，使我能不辱于这部稀有著述的文字整理！当然，于我三十余年有药无针的医学历程中，竟能于年将六旬之际逢此甚深针道，更是不能忘怀于我的诸位接引菩萨！可以想像，此刻的内心，已经很难用我擅长的文字来表达了，但我依然希望此意能够流淌于每一个字里行间。

在动笔做文字整理之初，本是想将自己学习内针的过程写一篇有趣的文字，以“我也学针了”为题作序，及至整理完毕，觉得当初的想法未免太过轻慢了。就《黄帝内针》而言，从历史的角度来看，师父已言尽其所能言。历代先师、师祖作何观之？当世或后代方家、读者从中获益几何？仁家智者以何见之？此所谓一言既出，驷马难追，皆是由不得

書不盡言言不盡意  
易  
系辭上

是故刺法有全神養真  
之旨亦法有修真之道  
非治疾也故要修養和  
神也  
素問 刺法論

师父了。而作为一名弟子，欲于此中更添色彩，亦感无能为力。故而唯有于整理中仍存余意者，略作几处说明：

其一，真海师父所承法脉，流传久远，属道家一系，代代皆为单传。自余习针以来，深感恩师欲广传此针以济大众，宏深之愿，切切之心，不时流露。然广传之路径唯文字一途，《易·系辞上》曰：“书不尽言，言不尽意。”初者，师亦担心此途难尽其意，意若不尽，学人便难于此途明其操作，得其传承。所幸文字出来，大抵能如师意。如此则学人、读者倘若有心，能依书中法理、规范，尤能发大慈恻忍及普救含灵之愿，于此途中虽不尽得，亦能获其大概。斯盖师之本意也。

其二，针道单传，便可不究其名，然若广传，则方家必责其名之由来。师听其名于父，父听其名于其师，家禹老人以上更无从考之。余虽于文中尽其所能，述其何以名黄帝、何以言内针，然依考据，究有遗憾也。黄帝内针之名，余初闻之虽疑有托大之嫌，浸之略久，乃觉名实无异。故祈学人、读者及海内外方家能于书中寻其实要，或可实至名归！

其三，《素问·刺法论》有言：“是故刺法有全神养真之旨，亦法有修真之道，非治疾也，故要修养和神也。”虽然针道刺法不能说“非治疾也”，毕竟我们今

天用针的主要目的还是治疾！但是却不可因此而忘记了它还有“全神养真之旨”。针道何以全神？何以养真？《黄帝内针》似乎为我们提供了足资参考的路径。内针的法要乃用中，借用孔子的说法，可谓：执其两端，用中于刺，其斯以为内针乎？全神也好，养真也罢，皆是不离于中。学人、读者苟能于中上体其法理、用其规范，更能于中上全其神、养其真，则于内针之道思过半矣。

其四，在我的眼里，黄帝内针既至简至深，亦至秘，师将此至简至深至秘之法公之于众，本愿乃为天下更多的人知医，天下更广的众少病。若能于此有所体察，并循此深入，必能与本愿相合，与传承相应，假以时日，针道当能渐趋佳境。若其不然，但挟技敛财，不恤疾苦，自当堕入含灵巨贼一流。

其五，在《黄帝内针》文字的整理过程中，总觉《内针》之名过于专业，若欲实现师之上述本愿，还当有一个更普适的名作为接引。正应了心想事成这句名言，一日，“和平的使者”突然涌现心头，是了，就是它了！

内针之法要虽在于中，然其作用则在和平（或曰平和）。恰如《素问·平人氣象论》所言：平人者，不病也。”亦如《伤寒论》第58条云：“阴阳自和者必自愈。”

针道有全神养真之旨，此针即彼真，彼真亦此针。

君子黃中通理，正位居  
體，美在其中而暢于四  
支，發于事業，美之至  
也。  
易坤卦

師之本願蓋為大善。而中國文化追求美的路線載于《易·坤卦》之文言，其曰：“君子黃中通理，正位居體。美在其中，而暢于四支，發于事業，美之至也。”中作用于內，則為自愈，則為不病；此用及于外，亦未嘗不能于世界之和平有所貢獻。

是為序。

# 目录



第一章 传承概述	6
一、针贵明理	7
二、黄帝内针的传承	11
第二章 法于阴阳 和于术数	26
一、三才	28
二、一阴一阳之谓道	45
三、内针秘义	78
第三章 内针规范	96
一、识证(症)	98
二、总则	100
三、三焦同气	104
四、经络同气	112
五、结夏	137
编辑后记 中医学堂:一灯燃百千灯	154



# 序 和平的使者



刘力红

怀着喜悦与欣慰,总算于端午前同步完成了《黄帝内针》传讲的文字整理。我很庆幸蒙师父的信任,能够恩准我这样一位入门不久的弟子来做这件在我看来一生都难以值遇的大事;更满怀感恩于此前世出世间诸师的培育,使我能不辱于这部稀有著述的文字整理!当然,于我三十余年有药无针的医学历程中,竟能于年将六旬之际逢此甚深针道,更是不能忘怀于我的诸位接引菩萨!可以想像,此刻的内心,已经很难用我擅长的文字来表达了,但我依然希望此意能够流淌于每一个字里行间。

在动笔做文字整理之初,本是想将自己学习内针的过程写一篇有趣的文字,以“我也学针了”为题作序,及至整理完毕,觉得当初的想法未免太过轻慢了。就《黄帝内针》而言,从历史的角度来看,师父已言尽其所能言。历代先师、师祖作何观之?当世或后代方家、读者从中获益几何?仁家智者以何见之?此所谓一言既出,驷马难追,皆是由不得

書不盡言言不盡意  
易  
系辭上

是故刺法有全神養真  
之旨亦法有修真之道  
非治疾也故要修養和  
神也  
素問 刺法論

师父了。而作为一名弟子，欲于此中更添色彩，亦感无能为力。故而唯有于整理中仍存余意者，略作几处说明：

其一，真海师父所承法脉，流传久远，属道家一系，代代皆为单传。自余习针以来，深感恩师欲广传此针以济大众，宏深之愿，切切之心，不时流露。然广传之路径唯文字一途，《易·系辞上》曰：“书不尽言，言不尽意。”初者，师亦担心此途难尽其意，意若不尽，学人便难于此途明其操作，得其传承。所幸文字出来，大抵能如师意。如此则学人、读者倘若有心，能依书中法理、规范，尤能发大慈恻忍及普救含灵之愿，于此途中虽不尽得，亦能获其大概。斯盖师之本意也。

其二，针道单传，便可不究其名，然若广传，则方家必责其名之由来。师听其名于父，父听其名于其师，家禹老人以上更无从考之。余虽于文中尽其所能，述其何以名黄帝、何以言内针，然依考据，究有遗憾也。黄帝内针之名，余初闻之虽疑有托大之嫌，浸之略久，乃觉名实无异。故祈学人、读者及海内外方家能于书中寻其实要，或可实至名归！

其三，《素问·刺法论》有言：“是故刺法有全神养真之旨，亦法有修真之道，非治疾也，故要修养和神也。”虽然针道刺法不能说“非治疾也”，毕竟我们今

平人者不病也  
素问平  
人气象论

天用针的主要目的还是治疾！但是却不可因此而忘记了它还有“全神养真之旨”。针道何以全神？何以养真？《黄帝内针》似乎为我们提供了足资参考的路径。内针的法要乃用中，借用孔子的说法，可谓：执其两端，用中于刺，其斯以为内针乎？全神也好，养真也罢，皆是不离于中。学人、读者苟能于中上体其法理、用其规范，更能于中上全其神、养其真，则于内针之道思过半矣。

其四，在我的眼里，黄帝内针既至简至深，亦至秘，师将此至简至深至秘之法公之于众，本愿乃为天下更多的人知医，天下更广的众少病。若能于此有所体察，并循此深入，必能与本愿相合，与传承相应，假以时日，针道当能渐趋佳境。若其不然，但挟技敛财，不恤疾苦，自当堕入含灵巨贼一流。

其五，在《黄帝内针》文字的整理过程中，总觉《内针》之名过于专业，若欲实现师之上述本愿，还应当有一个更普适的名作为接引。正应了心想事成这句名语，一日，“和平的使者”突然涌现心头，是了，就是它了！

内针之法要虽在于中，然其作用则在和平（或曰平和）。恰如《素问·平人气象论》所言：平人者，不病也。”亦如《伤寒论》第58条云：“阴阳自和者必自愈。”

针道有全神养真之旨，此针即彼真，彼真亦此针。

君子黃中通理正位居  
體美在其中而暢于四  
支發于事業美之至  
也  
易坤卦

师之本愿盖为大善。而中国文化追求美的路线载于《易·坤卦》之文言，其曰：“君子黄中通理，正位居体。美在其中，而畅于四支，发于事业，美之至也。”中作用于内，则为自愈，则为不病；此用及于外，亦未尝不能于世界之和平有所贡献。

是为序。

# 目录



第一章 传承概述	6
一、针贵明理	7
二、黄帝内针的传承	11
第二章 法于阴阳 和于术数	26
一、三才	28
二、一阴一阳之谓道	45
三、内针秘义	78
第三章 内针规范	96
一、识证(症)	98
二、总则	100
三、三焦同气	104
四、经络同气	112
五、结夏	137
编辑后记 中医学堂:一灯燃百千灯	154

第一章  
传承概述





## 一、针贵明理

### 1. 针道何以衰微

针刺在中医的诸多治法里本来位列第一,我们从《内经》的整个篇幅可以看到,除了谈理以外,针刺内容是最为丰富的。药物可以养生、可以疗疾,这个中的道理相对容易理解,因为不同药物具有不同的性味、不同的成分,所以能够医治不同的疾病。那么针呢?以我们今天最常用的针具而言,尽管大小长短尺寸不一,但其“成分”都是不锈钢。同一成分的针却要医治千千万万不同的疾病,这其中的道理何在呢?对于现代人来说,这恐怕是最困难也是最诱人的地方。

刚刚我们从《内经》篇幅的份额谈到针刺是中医诸多治法中最常用的治法,但是,反观今天的中医,看看每一家中医院针灸科的规模,我们很清楚,现在的情况正好颠倒过来。从最常用沦为最不常用,是什么原因导致?问题究竟出在哪里?

回顾《灵枢》的“九针十二原”,这里面谈到针刺

猶拔刺也猶雪污也猶  
解結也猶決閉也  
靈樞  
九鍼十二原

的两个特点:一个是“易用难忘”;一个是“犹拔刺也,犹雪污也,犹解结也,犹决闭也”。前一个特点讲的是针道的简单性,必须容易操作、容易把握,并且一学就会,很难忘记。如果针道复杂了,变成难用易忘的东西,那么就很难成为常用的方法,不常用,自然就难以经久不衰。第二个特点讲的是针的效用,用针来疗疾治病,就像拔刺、雪污、解结、决闭那样快捷,那么干脆利落,用今天的话来说,就是那么爽!如果针道具备了这两个特点,谁会不想学?!谁会不想用?!人人都想学,人人都想用,自然就能“传于后世……终而不灭,久而不绝”了。因此,用上面的特点来对照今天的现实,我们就会发现,针道之所以衰微,之所以沦落为不常用的方法,其根本的原因还在于它缺失了这两个特征。针已经不再是易用难忘的治法,而施之以病患,亦不再有拔刺、雪污、解结、决闭一样的效果,人们自然就远离它了。所以,我们要想重拾针道往日的隆盛,还是得从找回针道的这两个特征出发,除此别无他途!

## 2. 方针何处起

今天谈起中医,大家对板蓝根冲剂、对藿香正气水可能比较熟悉,而对出自汉代张仲景的经方,知道



執藥不如執方  
執方不如執法  
執法不如明理  
鄭欽安

的就很少了。上面这些在中医里,属于方剂方药的范畴。方药治病不是乱来,不是感冒就可以用板蓝根,就可以用藿香正气,它要依据法理。衡量一个医生的水平,实际上就要看他对比法的把握程度。所以,理法方药是中医的四张牌,既有次第也有层次。四张打全了,才称得上合格的医生。我们经常听到中医讲开方治病,方由药组成,为什么这个方由这些药组成?为什么这个方要用来治疗这个病?这里面都包含着法理,有法理就叫治病,没法理这叫试病,或叫乱来!当然,这四张牌里,分量最重的一张是理。我常常听刘力红提到扶阳学派祖师郑钦安的一句话,大意是:执药不如执方;执方不如执法;执法不如明理。若真能明理,信手拈来一二味,皆是妙法良方。闻言知音,就知道这是过来人的话,这话也一样适合于针刺。用针同样要打好这四张牌,不过是将其末尾的药换成针而已。将药换成针,就成了理法方针!这是方针的出处。而我们今天百度方针这个词,出来的却是:引导事业前进的方向和目标。看来针道失传,已经久矣。

在方药里,不同的方由不同的药配伍而成,以对比治不同的病证。在针道里,不同的方并非由不同的针构成,而仅仅是由同一的针扎在人体不同的部位便组