

崔真人脉诀

人身之脉，本乎荣卫；
荣者阴血，卫者阳气。
荣行脉中，卫行脉外。
脉不自行，随气而至；
气动脉应，阴阳之义。
气如橐钥^①，血如波澜；
血脉气息，上下循环。
十二经中，皆有动脉；
手太阴经，可得而息。
此经属肺，上系吭嗌^②；
脉之大会，息之出入。
初持脉时，令仰其掌；
掌后高骨，是谓关上。
关前为阳，关后为阴；
阳寸阴尺，先后推寻。
寸关与尺，两手各有；
揣得高骨，上下左右。
男女脉同，惟尺则异；

① 橐钥（tuóyuè）：古代鼓风吹火用的器具，此喻肺主气，司呼吸，调节气机的功能。

② 吭嗌（hángyì）：咽喉。

阳弱阴盛，反此病至。
调停自气，呼吸定息；
四至五至，平和之脉。
三至名迟，迟则为冷；
六至为数，数即热证。
转迟转冷，转数转热；
在人消息，在人差别。
迟数既得，即辨浮沉；
浮表沉里，深浅酌斟。
浮数表热，沉数里热；
浮迟表虚，沉迟^①冷结。
察其六部，的在何处；
一部两经，一脏一腑。
左寸属心，合于小肠；
关为肝胆，尺肾膀胱。
右寸主肺，大肠同条；
关则脾胃，尺命三焦。
不特脏腑，身亦主之；
上下中央，三部分齐。
寸候胸上，关候膈下；
尺候于脐，直至跟踝。

① 迟：原作“浮”，据尊古堂本改。

左脉候左，右脉候右；
病随所在，不病者否。
浮沉迟数，有内外因；
外因于天，内缘于人。
天则阴阳，风雨晦明；
人喜怒忧，思悲恐惊。
外因之浮，则为表证；
沉里迟寒，数则热盛。
内因浮脉，虚风所为；
沉气迟冷，数燥何疑。
表里寒热，风气冷燥；
辨内外因，脉证参考。
浮沉之脉，亦有当然；
浮为心肺，沉属肾肝。
脾者中州，浮沉之间；
肺重三菽，皮毛相得。
六菽为心，得之血脉；
脾九菽重，得于肌肉。
肝与筋平，重十二菽；
惟有肾脉，独沉之极；
按之至骨，举指来疾。
脉理浩繁，总括于四；
六难七难，专衍其义。

析而言之，七表八里；
又有九道，其名乃备。
浮而无力，是名芤脉；
有力为洪，形状可识。
沉而有力，其脉为实；
无力微弱，伏则沉极。
脉迟有力，滑而流利；
无力缓涩，漫同一例。
数而有力，脉名为紧；
小紧为弦，疑似宜审。
合则为四，离为七八；
天机之秘，神授之诀。
举之有余，按之不足；
泛泛浮浮，如水漂木。
芤脉何似，绝类葱葱；
指下成窟，有边无中。
滑脉如珠，往来转旋；
举按皆盛，实脉则然。
弦如张弦，紧如细线；
洪较之浮，大而力健。
隐隐约约，微渺^①难寻；

① 渺：原作“脉”，据尊古堂本改。

举无按有，便指为沉。
似迟不迟，是谓之缓；
如雨沾沙，涩难而短。
迟则极缓，伏按至骨；
濡则软软，弱则忽忽。
既知七表，又知八里；
九道之形，不可不记。
诸家九道，互有去取；
不可相无，可以相有。
过于本位，相引曰长；
短则不及，来去乖张。
形大力薄，其虚可知；
促结俱止，促数结迟。
代止不然，止难回之；
三脉皆止，当审毫厘。
牢比弦紧，转坚转劲；
动则动摇，厥厥不定。
细如一线，小而有力；
弦大虚芤，脉曰改革。
涣漫不收，其脉为散；
急疾曰数，脉最易见。
即脉求病，病无不明；
病参之脉，可决死生。

然有应病，有不相应；
此最宜详，不可执定。
人安脉病，是曰行尸；
人病脉和，可保无危。
中风浮脉，滑兼痰气；
其或沉滑，勿以风治。
或浮或沉，而微而虚；
扶危降痰，风未可疏。
寒中太阳，浮紧而涩；
及传而变，名状难悉。
阳明则长，少阳则弦；
太阴入里，迟浮必兼。
及入少阴，其脉遂紧；
厥阴热深，脉伏厥冷。
在阳当汗，次利小便；
表解里病，其脉实坚。
此其大略，治法之正；
至于大法，自有仲景。
伤寒有五，脉非一端；
阴阳俱盛，紧涩者寒。
阳浮而滑，阴濡而弱；
此名中风，勿用寒药。
阳濡而弱，阴小而急；

此非风寒，乃湿温病。
阴阳俱盛，病热之极；
浮之而滑，沉之散涩。
惟有温病，脉散诸经；
各随所在，不可指名。
暑伤于气，所以脉虚；
弦细芤迟，体状无余。
或涩或细，或濡或缓；
是皆中湿，可得而断。
疟脉自弦，弦迟多寒；
弦数多热，随时变迁。
风寒湿气，合而为痹；
浮涩而紧，三脉乃备。
脚气之脉，其状有四：
浮弦为风，濡弱湿气；
迟涩因寒，洪数热郁。
风汗湿温，热下寒熨。
腰痛之脉，皆沉而弦；
兼浮者风，兼紧者寒；
濡细则湿，实者闪肭^①；

① 闪肭：扭伤筋络或肌肉。肭，当作𢇛（nǔ 𧈧），扭伤，折伤。《康熙字典》：“𢇛，《说文》作𢇛，非。当从肉。《谢庄·月赋》𢇛眇警阂。《李善注》引《说文》，亦作𢇛。”

指下既明，治斯不忒。
尺脉虚弱，缓涩而紧；
病为足痛，或是痿病。
涩则无血，厥寒为甚；
尺微无阴，下痢逆冷。
热厥脉伏，时或而数；
便秘必难，治不可错。
疝脉弦急，积聚在里；
牢急者生，弱急者死。
沉迟浮涩，疝瘕寒痛；
痛甚则伏，或细或动。
风寒暑湿，气郁生涎；
下虚上实，皆晕而眩。
风浮寒紧，湿细暑虚；
涎弦而滑，虚脉则无。
治眩晕法，尤当审谛；
先理痰气，次随证治。
滑数为呕，代者霍乱；
微滑者生，涩数凶断。
偏弦为饮，或沉弦滑；
或结或伏，痰饮中节。
咳嗽所因，浮风紧寒；
数热细湿，房劳涩难。

右关濡者，饮食伤脾；
 左关弦短，疲极肝衰。
 浮短肺伤，法当咳嗽；
 五脏之嗽，各视本部。
 浮紧虚寒，沉数实热；
 洪滑多痰，弦涩少血。
 形盛脉细，不足以息；
 沉少伏匿，皆是死脉。
 惟有浮大，而嗽者生；
 外证内脉，参考秤停。
 下手脉沉，便知是气；
 沉极则伏，涩弱难治。
 其或沉滑，气兼痰饮；
 沉弦细动，皆气痛证。
 心痛在寸，腹痛在关；
 下部在尺，脉像显然。
 心中惊悸，脉必代结；
 饮食之悸，沉伏动滑。
 癫痫之脉，浮洪大长；
 滑大坚疾，痰蓄心狂。
 乍大乍小，乍长乍短；
 此皆邪脉，神志昏乱。
 汗脉浮虚，或涩或濡；

软散洪大，渴饮无余。
遗精白浊，当验于尺；
结扎动紧，二证之的。
鼻头色黄，小便必难；
脉浮弦涩，为不小^①便。
便血则扎，数则赤黄；
实脉癰闭，热在膀胱。
诸证失血，皆见扎脉；
随其上下，以验所出。
大凡失血，脉贵沉细；
设见浮大，后必难治。
水肿之证，有阴有阳；
察脉观色，问证须详。
阴脉沉迟，其色青白；
不渴而泻，小便清涩。
脉或沉数，色赤而黄；
燥屎赤溺，兼渴为阳。
胀满脉弦，脾制于肝；
洪数热胀，迟弱阴寒。
浮为虚满，紧则中实；
浮则可治，虚则危急。

① 小：原作“名”，据尊古堂本改。

胸痞脉滑，为有痰结；
弦伏亦痞，涩则气劣。
肝积肥气，弦细青色；
心为伏梁，沉扎色赤。
脾积痞气，浮大而长；
其色脾土，中央之黄。
肺积息贲，浮毛色白；
奔豚属肾，沉急面黑。
五脏为积，六腑为聚；
积在本位，聚无定处。
驶紧浮牢，小而沉实；
或结或伏，为聚为积。
实强者生，沉小者死；
生死之别，病同脉异。
气口紧盛，为伤于食；
食不消化，浮滑而疾。
滑而不匀，必是吐泻；
霍乱之候，脉代勿讶。
夏日泄泻，脉应暑湿；
洪而数洩，脉必虚极。
治暑湿泻，分其小便；
虚脱固肠，罔或不痊。
无积不痢，脉宜滑大；

浮弦急死，沉细无害。
五疸实热，脉必洪数；
如或微涩，证其虚弱。
骨蒸劳热，脉数而虚；
热而涩小，必殒其躯。
加汗加咳，非药可除。
头痛阳弦，浮风紧寒；
风热洪数，湿细而坚。
气虚头痛，虽弦必涩；
痰厥则滑，肾厥坚实。
痈疽浮数，恶寒发热；
若有痛处，痈疽所发。
脉数发热，而疼者阳；
不数不热，不疼阴疮。
发痈之脉，弦洪相搏；
细沉而直^①，肺肝俱数。
寸数而实，肺痈已成；
寸数虚涩，肺痿之形。
肺痈色白，脉宜短涩；
死者浮大，不白而赤。
肠痈难知，滑数可推；

① 直：原作“滑”，据尊古堂本改。

数而不热，肠痛何疑。
 迟紧未脓，下以平之；
 洪数脓成，不下为宜。
 阴搏于下，阳别于上；
 血气和调，有子之象。
 手之少阴，其脉动甚；
 尺按不绝，此为有孕。
 少阴属心，心主血脉；
 肾为胞门，脉应于尺。
 或寸脉微，关滑尺数；
 往来流利，如雀之啄。
 或诊三部，浮沉一止；
 或平而虚，当问月水。
 男女之别，以左右取；
 左疾为男，右疾为女。
 沉实在左，浮大在右；
 右女左男，可以预剖。
 离经六至，沉细而滑；
 阵痛连腰，胎既时脱。
 血瘕弦急，而大者生；
 虚小弱者，即是死形。
 半产漏下，革脉主之；
 弱即血耗，立见倾危。

诊小儿脉，浮沉为先；
浮表沉里，便知其源。
大小滑涩，虚实迟驶；
各依脉形，以审证治。
大凡妇人，及夫婴稚；
病同丈夫，脉即同例。
惟有妇人，胎产血气；
小儿惊疳，变蒸等类；
各有方法，与丈夫异。
要知妇孺，贵识证形；
问始之详，脉难尽凭。
望闻问切，神圣工巧；
愚者昧昧，明者了了；
病脉诊法，大略如斯。
若乃持脉，犹所当知：
谓如春弦，夏名钩脉；
秋则为毛，冬则为石。
实强太^①过，病见于外；
虚微不及，病决在内。
四脉各异，四时各论；
皆以胃气，而为之本。

① 太：原作“大”，据尊古堂本改。

胃气者何？脉之中和；
过与不及，皆是偏颇。
春主肝木，夏主心火；
脾土乘旺，则在长夏；
秋主肺金，冬主肾水。
五脏脉象，与五运配；
肝脉弦长，厌厌耳耳；
指下寻之，如循榆叶；
益坚而滑，如寻长竿；
是谓太过，受病于肝。
急如张弦，又如循刃；
如按琴瑟，肝死之应。
浮大如散，心和且安；
累累如环，如寻琅玕；
病则益数，如鸡举足；
死操带钩，后踞前曲；
浮涩而短，蔼蔼如盖；
此肺之平，按之益大。
病如循羽，不下不上；
死则消索，吹毛扬扬。
沉濡而滑，肾平则若；
上大下锐，滑如雀啄。
肾之病脉，啄啄连属；

连属之中，然而微曲；
来如解索，去如弹石；
已死之肾，在人审识。
脾者中州，平和不见；
然亦可察，中大而缓^①。
来如雀啄，如滴漏水；
脾脏之衰，脉乃见此。
人有肥瘦，修长侏儒；
肥沉瘦浮，短促长疏。
各分诊法，不可一途。
难尽者意，难穷者理。
得之于心，应之于指。
勉励小子，日诵琅琅；
造道之玄，筌蹄^②可忘？

① 中大而缓：原作“中缓而短”，据尊古堂本改。

② 筌蹄：筌，捕鱼竹器；蹄，捕兔网。“筌蹄”喻指达到目的的手段或工具。

校注后记

《崔真人脉诀》又名《崔嘉言脉诀》《崔氏脉诀》《紫虚脉诀》，《东垣十书》将其名为《脉诀》，与六朝人高阳生所撰《脉诀》名同实异，曹炳章先生所著《中国医学大成绩集》将其名为《崔真人脉诀》，故从之。该书简述了脉象的生理、产生脉搏的原理、正常脉象切脉方法、脏腑定位以及常见病脉等有关内容。该书以四言歌诀的形式阐述脉理，内容简明精要，使初学者易于习诵，对后世脉学有相当影响。

1. 作者生平

崔嘉彦（1111—1191），字希范，号紫虚、紫虚道人，被称为“崔真人”，南宋时江西省南康（宋时南康府，辖境包括星子、永修、都昌等地，治所在今星子县）人，盱江名医之一。南宋淳熙（1174—1189）年间，朱熹担任“知南康军”，崔嘉彦在不远的西原山建立道观。朱熹与崔嘉彦时常来往，常向崔叩问养生济世之术，对他的医术高度评价。崔嘉彦的行医事迹除了朱熹之外，少见于其他人的著作，所以对其生平未有太多资料记载，也没有其更多的妙手回春的具体医案。

崔氏通晓医术，尤精研脉学，著有《崔真人脉诀》（亦称《崔氏脉诀》《紫虚脉诀》）。但据张同君考证，本