

中医歌诀白话解丛书

濒湖脉学

白话解

第4版



北京中医药大学

刘文龙 刘兴仁 张保春 编著

中医歌诀白话解丛书

北京中医药大学

刘文龙 刘兴仁

张保春 编著

濒湖脉学

白话解

第4版

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

濒湖脉学白话解/刘文龙等编著. —4版. —北京:
人民卫生出版社, 2006.12

(中医歌诀白话解丛书)

ISBN 7-117-08061-2

I. 濒… II. 刘… III. ①脉学②濒湖脉学-译文
IV. R241.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 114926 号

中医歌诀白话解丛书

濒湖脉学白话解

第 4 版

编 著: 刘文龙等

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 三河市宏达印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 4.5

字 数: 110 千字

版 次: 1961 年 9 月第 1 版 2006 年 12 月第 4 版第 36 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-08061-2/R·8062

定 价: 10.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

内容提要

《濒湖脉学》是中医脉学专著中的一部名著，为明代著名医家李时珍所撰。由27脉和四言举要两部分组成。用歌诀形式，依照体状诗、相类诗、主病诗的次序，具体表述27种病脉的形状、部位、频率、节律特征变化及其与病证的关系，指出了相似脉的鉴别方法，说理明白，分析透彻，集明以前脉学研究之大成。全书以韵语文体编成歌诀，朗朗上口，易于诵记，自问世以来，一直受到历代医家的重视与推崇，成为后世学习中医脉学的必读之书。

由于韵文歌诀所限，文词简约，与现代语言文字相比仍有古奥之憾。为方便读者学习，人民卫生出版社于20世纪60年代出版了《濒湖脉学白话解》一书，备受欢迎，先后再版3次。为适应时代发展及读者需求，北京中医药大学基础医学院对本书进行第4版修订，即在保持原貌的前提下，进行了更为详尽的注释、语译，对原版的部分内容采取了分述方式，以方便读者研习。全书内容全面，通俗易懂，是现代研究脉学不可多得的一本好书，可供广大中、西医工作者及中医爱好者学习参考。

「 濒湖脉学 白话解 」

责任编辑 马莉萍

封面设计 尹 岩

版式设计 盖 伟

责任校对 李 华

前言

中医切脉诊病，自《内经》有论以来，至少也有两千多年的历史了。由于脉诊确有其独到之处，故为历代医家所推崇和运用。脉诊，对初学者来说，的确是一种难于掌握的诊法。诚如晋·王叔和《脉经·序》说：“脉理精微，其体难辨，在心易了，指下难明。”其实，诊脉“指下分明”的境界也是完全可以达到的。想要达到“指下分明”，必先做到“在心易了”，或说“心中了了”。即在理论上理解，熟悉各种脉象和主病等知识，然后在临床诊病的实践中，多切脉、细体认，逐渐就会感到“指下分明”了。明·李时珍所著《濒湖脉学》，就是帮助初习诊脉者做到“在心易了”的良师益友，不妨一读。李时珍虽重脉诊，但更强调望、闻、问、切“四诊合参”。他说：“上士欲会其全，非备四诊不可。”读者尤应留意此语，有深意存焉。

李时珍（1518～1593年）字东璧，号濒湖，蕲州（今湖北蕲春）人。李时珍为明代杰出的中医药学家和科学家，与其巨著《本草纲目》共驰名古今中外。

《濒湖脉学》亦其力作之一，撰于1564年（明嘉靖43年）。全书由两部分组成，前者无总标题，直接分论浮、沉、迟、数等27脉之脉象、主病及相似脉的鉴别等；后者有标题，

为“四言举要”，系其父李言闻（字子郁，号月池），据宋代崔嘉彦《脉诀》删补而成。全书以歌诀体裁编写，语言简明，比喻生动，论脉简要，易于诵记，便于应用，较全面地叙述了脉诊的有关内容，是一部较好的启蒙性、普及性脉学专著。

20 世纪 60 年代，北京中医学院中医基础理论教研室，曾编写并出版了《濒湖脉学白话解》一书。90 年代末，对该书进行第三版修订时，选取《四库全书》所收《濒湖脉学》为底本，恢复了原著原貌。据此本，由本人主持，三人分工（刘兴仁承担由浮至缓 14 脉；张保春承担由芤至代 13 脉；刘文龙承担“四言举要”）执笔，共同编写了“白话解”部分。在这一部分中，分设了〔原文〕、〔提要〕、〔注释〕、〔语译〕、〔参考〕五个栏目。原文，即原文照录，其中加（ ）者，为原著正文之注。提要栏，扼要指出本段原文要点，以便读者掌握原文精神。注释栏，将正文中的疑难字、词、句，予以解释，力求准确、易懂，余或注音，或释义，或进行必要的校勘。正文中作者原注，则不予注解，由学者自识。语译栏，用通俗、易懂、简明的白话文，忠实地译释原文。参考栏，将语译里未能包括的与脉学有关的内容予以阐述，或引申文义；或对有异议的问题予以评议析疑；或发煌古义；或介绍新知；或陈述编者学习心得；或言临证体验等，意在深挖拓宽脉学的内容，利于读者深入学习。

时代在前进，学术在发展，《濒湖脉学白话解》亦应与时俱进。2006 年春季，我们又对此书开始了第 4 版修订。本版修订工作，仍应人民卫生出版社之邀，又经 3 版编者公推，由本人承担对全书进行全面修订。本着对中医学术负责，对出版社负责，对读者负责的态度，尽己所知，尽己所能，开展新版修订。在全书结构和编写体例要求方面，仍按 3 版所定执行，

不再变动。首先，对照《濒湖脉学》原著，再次核对了原文，以确保原文无误。其次，仔细通读“白话解”部分的全部内容，以找出该修之处。第三，修正了所能发现的知识性或技术性错误及不妥之处。第四，分化、细化、充实了部分内容，力求尽善尽美。

本书修订后将在3版的基础上有所前进，能对专业或非专业的多方面、多层次读者研习脉学有所裨益。然而，限于个人的中医学术水平和临床经验，在此新修订本中，不足、错误之处也必不可免，其责理当自负，更恳望广大读者予以直言批评指正，以利再版修订提高。

刘文龙谨识

2006年12月

前

言

《濒湖脉学》自序

李时珍曰：宋有俗子，杜撰《脉诀》，鄙陋纰缪，医学习诵，以为权舆，逮臻颁白，脉理竟昧。戴同父常刊其误。先考月池翁，著《四诊发明》八卷，皆精诣奥室，浅学未能窥造。珍，因撮粹撷华，僭撰此书，以便习读，为脉指南。世之医、病两家，咸以脉为首务，不知脉乃四诊之末，谓之巧者尔。上士欲会其全，非备四诊不可。

明·嘉靖甲子上元日，谨书于濒湖迈所。

目录

《濒湖脉学》歌诀辑录	1
一、七言脉诀	1
二、四言举要	18
濒湖脉学白话解	23
一、七言脉诀白话解	23
(一) 浮 (阳)	23
(二) 沉 (阴)	26
(三) 迟 (阴)	29
(四) 数 (阳)	31
(五) 滑 (阳中阴)	34
(六) 涩 (阴)	37
(七) 虚 (阴)	40
(八) 实 (阳)	43
(九) 长 (阳)	45
(十) 短 (阴)	47
(十一) 洪 (阳)	49
(十二) 微 (阴)	53
(十三) 紧 (阳)	55
(十四) 缓 (阴)	57
(十五) 芤 (阳中阴)	60

(十六) 弦 (阳中阴)	62
(十七) 革 (阴)	64
(十八) 牢 (阴中阳)	65
(十九) 濡 (阴)	66
(二十) 弱 (阴)	67
(二十一) 散 (阴)	69
(二十二) 细 (阴)	70
(二十三) 伏 (阴)	72
(二十四) 动 (阳)	73
(二十五) 促 (阳)	75
(二十六) 结 (阴)	76
(二十七) 代 (阴)	77
二、四言举要白话解	79
(一) 脉的生理	79
(二) 脉气行血	80
(三) 重视寸口脉诊及呼吸和血行的关系	82
(四) 寸口脉的分部及持脉要点	86
(五) 三部的脏腑分属及男女脉象之异	87
(六) 诊脉方法及诊断意义	89
(七) 五脏平脉	93
(八) 四时平脉	94
(九) 脉贵有神	94
(十) 辨表里寒热的四纲脉	96
(十一) 辨四纲脉的相类脉及长短脉	97
(十二) 诸脉主病	101
(十三) 脉症阴阳顺逆	106
(十四) 外感风寒暑湿的脉象	107
(十五) 脉象变化与病情预后	108
(十六) 饮食劳倦内伤诸疾的脉象及预后	108

(十七) 咳喘的脉象及预后	110
(十八) 劳极诸虚、失血、瘀血的脉象及预后	112
(十九) 遗精、白浊、三消的脉象及预后	113
(二十) 二便不畅的脉象	114
(二十一) 癫狂病的脉象及预后	115
(二十二) 喉痹脉象及预后	117
(二十三) 眩晕头痛的脉象	117
(二十四) 心腹痛、腰痛、脚气等脉象及预后	118
(二十五) 痿、痹的成因及脉象	120
(二十六) 五疸的脉象及预后	121
(二十七) 胀满的脉象及预后	122
(二十八) 痛疽的脉象及预后	123
(二十九) 妇人妊娠的脉象及预后	124
(三十) 诊小儿脉	125
(三十一) 奇经八脉病变的脉诊	127
(三十二) 平人无脉	129
(三十三) 真脏脉的脉象及意义	129

《濒湖脉学》歌诀辑录

一、七言脉诀

浮（阳）

浮脉，举之有余，按之不足（《脉经》）。如微风吹鸟背上毛，厌厌聂聂（轻泛貌），如循榆荚（《素问》）。如水漂木（崔氏）。如捻葱叶（黎氏）。

（浮脉法天，有轻清在上之象，在卦为乾，在时为秋，在人为肺，又谓之毛。太过则中坚旁虚，如循鸡羽，病在外也。不及则气来毛微，病在中也。《脉诀》言：寻之如太过，乃浮兼洪紧之象，非浮脉也。）

【体状诗】 浮脉惟从肉上行，如循榆荚似毛轻。三秋得令知无恙，久病逢之却可惊。

【相类诗】 浮如木在水中浮，浮大中空乃是芤。拍拍而浮是洪脉，来时虽盛去悠悠。

浮脉轻平似捻葱，虚来迟大豁然空。浮而柔细方为濡，散似杨花无定踪。

（浮而有力为洪，浮而迟大为虚，虚甚为散，浮而无力为芤，浮而柔细为濡。）

【主病诗】 浮脉为阳表病居，迟风数热紧寒拘。浮而有

力多风热，无力而浮是血虚。

寸浮头痛眩生风，或有风痰聚在胸。关上土衰兼木旺，尺中洩便不流通。

（浮脉主表，有力表实，无力表虚，浮迟中风，浮数风热，浮紧风寒，浮缓风湿，浮虚伤暑，浮芤失血，浮洪虚热，浮散劳极。）

沉（阴）

沉脉，重手按至筋骨乃得（《脉经》）。如绵裹砂，内刚外柔（杨氏）。如石投水，必极其底。

（沉脉法地，有渊泉在下之象，在卦为坎，在时为冬，在人为肾。又谓之石，亦曰营。太过则如弹石，按之益坚，病在外也。不及则气来虚数，去如数者，病在中也。《脉诀》言缓度三关，状如烂绵者，非也。沉有缓数及各部之沉，烂绵乃弱脉，非沉也。）

【体状诗】 水行润下脉来沉，筋骨之间软滑匀。女子寸兮男子尺，四时如此号为平。

【相类诗】 沉帮筋骨自调匀，伏则推筋着骨寻。沉细如绵真弱脉，弦长实大是牢形。

（沉行筋间，伏行骨上，牢大有力，弱细无力。）

【主病诗】 沉潜水蓄阴经病，数热迟寒滑有痰。无力而沉虚与气，沉而有力积并寒。

寸沉痰郁水停胸，关主中寒痛不通。尺部浊遗并泄痢，肾虚腰及下元病。

（沉脉主里，有力里实，无力里虚。沉则为气，又主水蓄，沉迟痼冷，沉数内热，沉滑痰食，沉涩气郁，沉弱寒热，沉缓寒湿，沉紧冷痛，沉牢冷积。）

迟（阴）

迟脉，一息三至，去来极慢（《脉经》）。

（迟为阳不胜阴，故脉来不及。《脉诀》言：重手乃得，是有沉无浮。一息三至，甚为易见。而曰隐隐、曰状且难，是涩脉矣，其谬可知。）

【体状诗】 迟来一息至惟三，阳不胜阴气血寒。但把浮沉分表里，消阴须益火之原。

【相类诗】 脉来三至号为迟，小趺于迟作缓持。迟细而难知是涩，浮而迟大以虚推。

（三至为迟，有力为缓，无力为涩，有止为结，迟甚为败，浮大而软为虚。黎氏曰：迟小而实，缓大而慢；迟为阴盛阳衰，缓为卫盛营弱，宜别之。）

【主病诗】 迟司脏病或多痰，沉痼癥瘕仔细看。有力而迟为冷痛，迟而无力定虚寒。

寸迟必是上焦寒，关主中寒痛不堪。尺是肾虚腰脚重，洩便不禁疝牵丸。

（迟脉主脏，有力冷痛，无力虚寒。浮迟表寒，沉迟里寒。）

数（阳）

数脉，一息六至（《脉经》）。脉流而薄疾（《素问》）。

（数为阴不胜阳，故脉来太过。浮、沉、迟、数，脉之纲领。《素问》、《脉经》皆为正脉。《脉诀》立七表、八里，而遗数脉，止调于心脏，其妄甚矣。）

【体状诗】 数脉息间常六至，阴微阳盛必狂烦。浮沉表里分虚实，惟有儿童作吉看。

【相类诗】 数比平人多一至，紧来如索似弹绳。数而时止名为促，数见关中动脉形。

(数而弦急为紧，流利为滑，数而有止为促，数甚为疾，数见关中为动。)

【主病诗】 数脉为阳热可知，只将君相火来医。实宜凉泻虚温补，肺病秋深却畏之。

寸数咽喉口舌疮，吐红咳嗽肺生疡。当关胃火并肝火，尺属滋阴降火汤。

(数脉主腑，有力实火，无力虚火。浮数表热，沉数里热，气口数实肺痈，数虚肺痿。)

滑 (阳中阴)

滑脉，往来前却，流利展转，替替然如珠之应指(《脉经》)。漉漉如欲脱。

(滑为阴气有余，故脉来流利展转。脉者，血之府也。血盛则脉滑，故肾脉宜之；气盛则脉涩，故肺脉宜之。《脉诀》云：按之即伏，三关如珠，不进不退，是不分浮滑、沉滑、尺寸之滑也，今正之。)

【体状相类诗】 滑脉如珠替替然，往来流利却还前。莫将滑数为同类，数脉惟看至数间。

(滑则如珠，数则六至。)

【主病诗】 滑脉为阳元气衰，痰生百病食生灾。上为吐逆下蓄血，女脉调时定有胎。

寸滑膈痰生呕吐，吞酸舌强或咳嗽。当关宿食肝脾热，渴痢癰淋看尺部。

(滑主痰饮，浮滑风痰，沉滑实痰，滑数痰火，滑短宿食。《脉诀》言：关滑胃寒，尺滑脐似水。与《脉经》言关滑胃热，尺滑血蓄，妇人经病之旨相反，其谬如此。)

涩 (阴)

涩脉，细而迟，往来难，短且散，或一止复来(《脉经》)。

参伍不调(《素问》)。如轻刀刮竹(《脉诀》)。如雨沾沙(《通真子》)。如病蚕食叶。

(涩为阳气有余，气盛则血少，故脉来蹇滞，而肺宜之。《脉诀》言：指下寻之似有，举之全无。与《脉经》所云，绝不相干。)

【**体状诗**】 细迟短涩往来难，散止依稀应指间。如雨沾沙容易散，病蚕食叶慢而艰。

【**相类诗**】 参伍不调名曰涩，轻刀刮竹短而难。微似秒芒微软甚，浮沉不别有无间。

(细迟短散，时一止曰涩。极细而软，重按若绝曰微。浮而柔细曰濡，沉而柔细曰弱。)

【**主病诗**】 涩缘血少或伤精，反胃亡阳汗雨淋。寒湿入营为血痹，女人非孕即无经。

寸涩心虚痛对胸，胃虚肋胀察关中。尺为精血俱伤候，肠结洩淋或下红。

(涩主血少精伤之病，女子有孕为胎病，无孕为败血。杜光庭云：涩脉独见尺中，形散同代，为死脉。)

虚 (阴)

虚脉，迟大而软，按之无力，隐指豁豁然空(《脉经》)。

(崔紫虚云：形大力薄，其虚可知。《脉诀》言：寻之不足，举之有余。止言浮脉，不见虚状。杨仁斋言：状似柳絮，散漫而迟。滑氏言：散大而软，皆是散脉，非虚也。)

【**体状相类诗**】 举之迟大按之松，脉状无涯类谷空。莫把芤虚为一例，芤来浮大似葱葱。

(虚脉浮大而迟，按之无力。芤脉浮大，按之中空，芤为脱血。虚为血虚，浮散二脉见浮脉。)

【**主病诗**】 脉虚身热为伤暑，自汗怔忡惊悸多。发热阴虚须早治，养营益气莫蹉跎。