



南怀瑾 指导
郭姮晏 主编

儿童中国文化导读 17

A 医学三字经（医学源流、脏腑经络） 古文观止（九）

B 医学三字经（六经标本、病因病机） 药性赋（寒性、热性）
古文观止（十）

儿童中国文化导读(十七)

指导 南怀瑾

主编 郭姮晏 (Sami Kuo)



復旦大學出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童中国文化导读. 17/郭姮旻主编. —上海:复旦大学出版社,2013.3(2013.11重印)
(太湖大学堂丛书)
ISBN 978-7-309-09530-2

I. 儿… II. 郭… III. 中华文化-少儿读物 IV. K203-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第033554号

儿童中国文化导读. 17

郭姮旻 主编

责任编辑/孙晶 杜怡顺

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路579号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

山东鸿杰印务集团

开本 787×1092 1/16 印张 6 字数 28 千

2013年11月第1版第4次印刷

ISBN 978-7-309-09530-2/K·416

定价:15.00元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

凡 例

● 一字多音,是汉语的普遍现象。读音的不同往往反映了字义的不同。在古书中,许多文字的读音跟现在习惯的读音不同,这表明该字在文中的意思也跟现在通常的字义不同。

● 某些字在阅读时的发音会跟它固有的音不一样,这种现象叫做音变。声调的音变现象尤其突出。例如“一”的本调为阴平(一^{yī}),但只有单用或处在句末时念本调,当它处在去声字前面时变为念阳平(如“一月^{yí yuè}”),在非去声字之前都念去声(如“一家^{yí jiā}”、“一国^{yí guó}”);又如“不”的本调为去声(不^{bù}),当它处在去声字前面时变为念阳平(如“不过^{bù guò}”);又如上声字连续出现时,前面的上声变为阳平声。这类现象叫做变调。按照拼音正词法基本规则,标音时声调一律标原调,不标变调,但在阅读时须按变调来读。

● 为了培养儿童对原始文献的阅读能力,我们在每页下方以上下两栏相对照的方式标注古籍用字状况,包括繁简字、异体字、假借字和新旧字形等几个方面。凡该页前面曾经出现过的用字现象,除假借字外一般不再重复标注。

● 繁简字指简化字和跟它相应的繁体字的对应关系。繁体字是简化字颁布之前通行的汉字,至今仍在港台地区使用。简化字与繁体字的关系并不总是一一相应的,如繁体字中的“鐘”和“鍾”都简化为“钟”。如遇到这种情况,用字栏中只标注同该页简化字相应的繁体字的写法。

● 异体字是同一个字的不同写法。我们把现在规定的写法称为“今正体”,古书底本中所使用而现在不再使用的写法称为“古异体”。在古书中,异体字的使用非常普遍,我们只对底本中已形成习惯写法的异体字酌情加以标注。另外,对于印刷体新旧字形的明显差异,也酌情加以标注。

● 假借字是古书中常见的同音替代字,如感叹词“呜呼”在古书中有时也写作“於戏”。假借字的读音应该按照该词原来的读音来读。为了帮助认识读音和理解词义,我们用“假借字”表明它在原文中的写法,用“通行字”表示该词的一般写法。

编写理念

定位与目标

本系列丛书是专为十三岁以前少年儿童精心编定的国学启蒙读本。

大量的科学研究证明,少年时代是人格发展的关键时期,十三岁以前是人的一生中记忆力最好的年龄段。在此期间加强脑的记忆开发和知识训练,对人的一生都十分重要。

著名国学大师南怀瑾先生在长期传播国学的过程中,形成了一系列成熟的儿童启蒙理论和方法,本套读本就是根据先生的教育理念,并通过其精心选目而成,旨在从熟读到熟记,一部一部的学习古典诗文。并首先从《大学》、《中庸》、《论语》等国学基本典籍开始。因为有了这些基本经典的根底,会对孩子一生的语文根底以及培养读书兴趣颇有助益。在这一基础上,本系列还涵盖各门类的国学典籍,从而进一步增加儿童对于我国传统历史、地理、天文、数学、常识、文学、艺术等各方面知识的吸收。

结构及学习设置

本系列分为蓝色、黄色和橙色三大系列。使用时可大致分为三个阶段进行学习。

蓝色系列为基础编,包括《大学》、《中庸》、《论语》、《孝经》、《老子》、《庄子》等儒、道这两个中国古代影响最大的本土思想的核心典籍,以及《唐诗三百首》、《笠翁对韵》、《千字文》、《弟子规》、《朱子治家格言》、《增广贤文》等古时家弦户诵的童蒙读物,通过本编张弛有度的节奏设置,初学儿童可以初步了解传统国学的核心内容和入学门径。

黄色系列为提高编,其中《孟子》、《易经》、《诗经》是在上编基础上对儒家文化的进一步深发,《易经》、《诗经》更是集中反映中国初民思想文化的重要文献。同时,本编中的《菜根谭》、《幼学琼林》都是享有盛誉的展现我国传统社会文化的读物,前者以清新洗练的语言综合反映儒释道三家思想,后者以百科的形式囊括了传统社会各门类的知识体系。儿童在熟读了上编之后,接以此编,当能对中国传统文化有进一步的了解。

橙色部分为学科编,其中《礼记》是了解上古礼仪制度的必读文献;《古文观止》

是中国古代流传最广的古文选本,勾勒出了近二千年中国传统思想的变化和文风的演进。《鉴略》以五字韵文的形式,概括了中国历朝历代的兴亡轨迹。《内经述》等书,从经脉、病理、药物等方面展现了传统中医的博大精深。通过阅读本编,儿童可以初步进入中国传统政治、民俗、文学、历史、医学等学科的学习。

使用方法

每日诵读二十至三十分钟。如在学校学习,可由老师利用课间、早自习或分组活动的时间,分几个时段背诵(因儿童集中力有限,所以以时间短、多次为佳)。回家后,再由家长带动诵读,既能培养亲子关系,又能把诵读经典的乐趣与好处,和家人分享。儿童的学习速度,将在三个星期后明显加快,因此可采取渐进的方式,原则上:

第一个月:每天熟读或背诵半页。

第二个月:每天熟读或背诵一页。

第三个月:每天熟读或背诵一页半。

诵读的先后顺序由老师根据小朋友的兴趣决定;能够按照图书设计的次序则效果更好。如果是在学校集体诵读,以一个班级的二分之一小朋友能背诵,就可以进行下一单元。落后的小朋友,只要多少背一点,也有相当的功效。如果是在家中诵读,则建议家长共同背诵,以利于检查小朋友的背诵进度。

使用情况和效果

目前,本系列丛书成为台湾上百万儿童诵读的经典;香港也有众多小朋友在学习受益;大陆地区,郭姮晏校长主持的太湖国际实验小学已将“儿童中国文化导读”作为重要的教学内容,并得到许多同行与家长的认同。同时,本系列也已被一些中小学选为教学参考书,收到了良好的反响。

目 录

A

- 3 医学三字经(医学源流、脏腑经络)
13 古文观止(九)

B

- 45 医学三字经(六经标本、病因病机)
52 药性赋(寒性、热性)
63 古文观止(十)



儿童中国文化导读(十七)

A

医学三字经(医学源流、
脏腑经络)

古文观止(九)

yī xué sān zì jīng
医学三字经

yī xué yuán liú
医学源流

○ yī zhī shǐ běn qí huáng líng shū zuò sù wèn xiáng
 医之始 本岐黄 《灵枢》作 《素问》详

nàn jīng chū gèng yáng yáng
 《难经》出 更洋洋

○ yuè hàn jì yǒu nán yáng liù jīng biàn shèng dào zhāng
 越汉季 有南阳 六经辨 圣道彰

shāng hán zhù jīn kuì cáng chuí fāng fǎ lì jīn liáng
 《伤寒》著 《金匱》藏 垂方法 立津梁

lǐ táng hòu yǒu qiān jīn wài tái jì zhòng yī lín
 李唐后 有《千金》 《外台》继 重医林

hòu zuò zhě jiàn jìn yín hóng zǐ sè zhèng wèi yīn
 后作者 渐浸淫 红紫色 郑卫音

○ dài dōng yuán zhòng pí wèi wēn zào xíng shēng qīng qì
 迨东垣 重脾胃 温燥行 升清气

suī wèi chún yì zú guì
虽未醇 亦足贵

○ ruò hé jiān zhuān zhǔ huǒ zūn zhī jīng duàn zì wǒ
若河间 专主火 遵之经 断自我

yī èr fāng qí ér tuǒ
一二方 奇而妥

○ dān xī chū hǎn yǔ chóu yīn yí bǔ yáng wù fú
丹溪出 罕与侔 阴宜补 阳勿浮

zá bìng fǎ sì zì qiú
杂病法 四字求

○ ruò zǐ hé zhǔ gōng pò zhòng bìng liáng wù tài guò
若子和 主攻破 中病良 勿太过

sì dà jiā shēng míng zào bì dú shū cuò míng hào
四大家 声名噪 必读书 错名号

○ míng yǐ hòu xū zhuó liàng xiáng ér bèi wáng kěn táng
明以后 须酌量 详而备 王肯堂

xuē shì àn shuō qí qiáng shì cái shuō shǒu qí cháng
薛氏按 说骑墙 士材说 守其常

zhāng jǐng yuè zhù xīn fāng shí wán xù wēn bǔ xiāng
张景岳 著新方 石顽续 温补乡

简化字:侔

繁体字:儔

xiàn kě lùn hé èr zhāng zhěn mài fǎ bīn hú áng
 献可论合二张诊脉法濒湖昂

○ shù zǐ zhě gè yī cháng kuí zhū gǔ yì huāng táng
 数子者各一长揆诸古亦荒唐

cháng shā shì shàng páng huáng
 长沙室尚徬徨

○ wéi yùn bó néng xiàn zhāng xú yóu zhù běn yù chāng
 惟韵伯能宪章徐尤著本喻昌

dà zuò zhě tuī qián táng qǔ fǎ shàng dé cí háng
 大作者推钱唐取法上得慈航

zàng fǔ jīng luò

脏腑经络

○ yī zhī chū zàng fǔ xiáng wèi rù shì xiān shēng táng
 医之初脏腑详未入室先升堂

yuē gān xīn pí fèi shèn cǐ wǔ zàng wǔ xíng yùn
 曰肝心脾肺肾此五脏五行蕴

wèi páng guāng dà xiǎo cháng sān jiāo dǎn liù fǔ náng
 胃膀胱大小肠三焦胆六腑囊

简化字:脏

繁体字:臟



xiǎo cháng xīn dà cháng fèi dǎn lián gān pí lián wèi
小 肠 心 大 肠 肺 胆 联 肝 脾 联 胃

shèn páng guāng biǎo lǐ pèi bāo yǔ jiāo shí èr wèi
肾 膀 胱 表 里 配 胞 与 焦 十 二 位

○ xīn wéi zhǔ chū cōng míng fèi wéi fǔ zhì jié xíng
心 为 主 出 聪 明 肺 为 辅 治 节 行

gān jiāng jūn zhǔ móu lǜ pí cāng lǐn chū wǔ wèi
肝 将 军 主 谋 虑 脾 仓 廩 出 五 味

shèn zuò qiáng chū jì qiǎo jiāo jué dú zhǔ shuǐ dào
肾 作 强 出 伎 巧 焦 决 渎 主 水 道

dàn zhōng chén chū xǐ lè páng zhōu dū jīn yè xù
膻 中 臣 出 喜 乐 膀 州 都 津 液 蓄

dà chuán dǎo biàn huà chū xiǎo shòu shèng zhǔ huà wù
大 传 导 变 化 出 小 受 盛 主 化 物

dǎn jué duàn shí èr guān xīn míng àn dìng ān wēi
胆 决 断 十 二 官 心 明 暗 定 安 危

○ zàng yǔ fǔ wài shǔ jīng shǒu yǔ zú èr liù jūn
脏 与 腑 外 属 经 手 与 足 二 六 均

zú tài yáng shǔ páng guāng zú yáng míng wèi fǔ dāng
足 太 阳 属 膀 胱 足 阳 明 胃 腑 当

zú shào yáng shǔ dǎn fǔ zú tài yīn pí suǒ zhǔ
足 少 阳 属 胆 腑 足 太 阴 脾 所 主

zú shào yīn nèi shǔ shèn zú jué yīn gān zhī běn
足 少 阴 内 属 肾 足 厥 阴 肝 之 本

shǒu tài yáng wéi xiǎo cháng shǒu yáng míng shì dà cháng
手太阳 为小肠 手阳明 是大肠

shǒu shào yáng sān jiāo qiáng shǒu tài yīn jí fèi jīn
手少阳 三焦强 手太阴 即肺金

shǒu shào yīn nèi shǔ xīn shǒu jué yīn bāo luò jīng
手少阴 内属心 手厥阴 胞络经

○ jīng zàng míng nèi wài fēn nèi zàng fǔ wài luò jīng
经脏明 内外分 内脏腑 外络经

wài wéi yáng nèi wéi yīn yíng wèi chàng xuè qì píng
外为阳 内为阴 营卫畅 血气平

wǔ zàng ān liù jīng níng
五脏安 六经宁

○ gān shǔ mù huǒ shǔ xīn pí shǔ tǔ fèi shǔ jīn
肝属木 火属心 脾属土 肺属金

shèn shǔ shuǐ wǔ xíng shēng huǒ shēng tǔ tǔ shēng jīn
肾属水 五行生 火生土 土生金

jīn shēng shuǐ shuǐ hé néng shuǐ shēng mù mù nǎi róng
金生水 水何能 水生木 木乃荣

mù shēng huǒ huǒ kè jīn jīn zhì mù mù bù héng
木生火 火克金 金制木 木不横

mù zhì tǔ tǔ píng dūn tǔ zhì shuǐ shuǐ bù yín
木制土 土平敦 土制水 水不淫

shuǐ zhì huǒ huǒ bù fén zǐ mǔ biàn zhǔ cóng fēn
水制火 火不焚 子母辨 主从分

yí huó yòng biàn zhèng zhēn
宜活用 辨证真

○ gān zhǔ jīn zhǔ yán sè xīn zhǔ xiù zhǔ xuè mài
肝主筋 主颜色 心主臭 主血脉

pí zhǔ wèi zhǔ jī ròu shèn zhǔ yè yì zhǔ gǔ
脾主味 主肌肉 肾主液 亦主骨

fèi zhǔ shēng zhǔ pí máo cǐ wǔ zhǔ gè yǒu tiáo
肺主声 主皮毛 此五主 各有条

○ gān cáng hún yì cáng xuè fèi cáng qì jiān cáng pò
肝藏魂 亦藏血 肺藏气 兼藏魄

pí tǒng xuè cáng yì jīn xīn shēng xuè zhǔ cáng shén
脾统血 藏意津 心生血 主藏神

shèn cáng zhì yì cáng jīng cǐ wǔ cáng yī yí míng
肾藏志 亦藏精 此五藏 医宜明

○ gān qiào mù xīn qiào shé shèn qiào ěr fèi qiào bí
肝窍目 心窍舌 肾窍耳 肺窍鼻

pí zhī qiào shàng xià chún cǐ wǔ qiào gè yǒu mén
脾之窍 上下唇 此五窍 各有门

○ gān sè qīng fèi sè bái pí sè huáng shèn sè hēi
肝色青 肺色白 脾色黄 肾色黑

xīn sè chì cǐ wǔ sè guān bù wèi lùn shēng kè
心色赤 此五色 观部位 论生克

今正体:克

古异体:剋

○ xīn yè hán fèi yè tì pí yè xián gān yè lèi
心液汗 肺液涕 脾液涎 肝液泪

shèn yè tuò cǐ wǔ yè gǔ zhī shēng shèn zhī zé
肾液唾 此五液 谷之生 肾之泽

○ hū shǔ gān xiào shǔ xīn fèi shēng kū shèn shēng shēn
呼属肝 笑属心 肺声哭 肾声呻

pí shēng gē cǐ wǔ shēng sī zhī fèi cān wǔ yīn
脾声歌 此五声 司之肺 参五音

○ fèi xiù xīng gān xiù sāo shèn xiù fǔ xīn xiù jiāo
肺臭腥 肝臭臊 肾臭腐 心臭焦

pí xiù xiāng bí zì zhāo cǐ wǔ xiù xīn suǒ cāo
脾臭香 鼻自招 此五臭 心所操

○ xīn wèi kǔ gān wèi suān shèn wèi xián pí wèi gān
心味苦 肝味酸 肾味咸 脾味甘

fèi wèi xīn jiàn kǒu jiān cǐ wǔ wèi pí suǒ guān
肺味辛 见口间 此五味 脾所关

○ xīn zhì xǐ fèi zhì bēi gān zhì nù pí zhì sī
心志喜 肺志悲 肝志怒 脾志思

shèn zhì kǒng yì zì zhī cǐ wǔ zhì shèn suǒ sī
肾志恐 意自知 此五志 肾所司

○ xīn bù xiōng fèi bèi jǐ shèn bù yāo gān bù xié
心部胸 肺背脊 肾部腰 肝部胁

pí bù fù sì zhī shǔ cǐ wǔ bù gè yǒu bié
脾部腹 四肢属 此五部 各有别

xū shǔ shèn fà shǔ xīn pí máo fèi pí yè yīn
○ 须属肾 发属心 皮毛肺 脾腋阴

méi shǔ gān wǔ zàng shēng cǐ wǔ zhě gè dāng fēn
眉属肝 五脏生 此五者 各当分

gān chén xián xīn dà sǎn fèi fú sè pí huǎn xiàn
○ 肝沉弦 心大散 肺浮涩 脾缓见

shèn chén rú sān zhǐ àn cǐ wǔ mài zhěn yí biàn
肾沉濡 三指按 此五脉 诊宜辨

xīn zuǒ cùn gān zuǒ guān shèn yǔ mìng liǎng chǐ jiān
○ 心左寸 肝左关 肾与命 两尺间

fèi yòu cùn pí yòu guān liù fǔ pèi jìng xīn cān
肺右寸 脾右关 六腑配 静心参

yǒu rén dū bǎi mài wáng qián yǔ hòu fēn liǎng háng
○ 有任督 百脉王 前与后 分两行

qián háng duǎn hòu háng cháng zhì zé bìng tōng zé cháng
前行短 后行长 滞则病 通则常

gān wàng chūn zhí zhǔ shēng fēng chuī wù dòng yǐ jīng
○ 肝王春 职主生 风吹物 动以惊

xīn wàng xià cháng wéi zhǔ rè gǔ wù zhēng yǐ shǔ
心王夏 长为主 热鼓物 蒸以暑

今正体:脉

古异体:脈