

邹运国 · 著

推开神秘脉学三重门

# 推敲脉学之门

—传承百代永续的  
脉学心法

推敲千古尘封的脉学法门  
寻找流传万世的临证司南  
传承百代永续的脉诀真髓  
再现窖藏千年的至圣心法

中国医药科技出版社

R241.1  
92

南京中医药大学图书馆

内容提要

邹运国·著

推开神秘脉学三重门

# 推敲脉学之门

## —传承百代永续的脉学心法



中医学院 0666362

中国医药科技出版社



## 内 容 提 要

脉学自古都是医者临证必备的技能之一，作为初入岐黄之室的入室弟子或欲自学成才者，脉诀为必读专书之一。本书分为6章，主要从脉学的基本理论、基本知识、基本技能入手，以岐黄之书、仲景之学、叔和之作为经，以《濒湖脉学》《诊家正眼》《脉诀汇辨》为纬，以历代脉学名著为纲，以祖传、师承脉法精髓为目，厘清脉学脉络，综合古典脉学精华，结合个人对脉学的参悟和体验，用歌诀提纲挈领，以白话深入浅出，将脉学中的科学性高、操作性强的内容逐条归纳并剖析，旨在为广大初学中医者指点迷津。本书适用于中医药院校师生、中医医院临床工作者、民间医疗工作者、西医学习中医者、自学中医者以及更广大的中医爱好者阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

推敲脉学之门 / 邹运国著. —北京: 中国医药科技出版社, 2014.2  
(推敲神秘脉学三重门)

ISBN 978-7-5067-6402-5

I. 推… II. ①邹… III. ①脉学 IV. ①R241.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第220456号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710×1020mm $\frac{1}{16}$

印张 15 $\frac{1}{4}$

字数 214千字

版次 2014年2月第1版

印次 2014年2月第1次印刷

印刷 北京金信诺印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-6402-5

定价 35.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

脉诊之学是中医领域的一道神奇之门。历代中医人士对脉学的研究可谓是寻幽入微，且认为“切脉、辨证、立方，为医家三要”；历代医家对脉学的实践可谓是屡试不爽，如此便有“三指有隔垣之照，二竖无膏肓之循”的境界锤炼；历代医家对脉学的重视可谓是十二万分，就连大唐药王孙思邈也发出“夫脉者，医之大业也”的感慨。

脉学源自于古老的《黄帝内经》，成熟于晋代的《脉经》，昌明于明代的《濒湖脉学》，大成于清代的《脉诀汇辨》。如此奠定了中医脉学的万世宏基，为中医脉学的百代传承提供了厚实的理论支撑，为中医脉法的永续发展勾勒了广阔的蓝图愿景。

当代社会，虽是科学昌明，但作为中医必须传承的必备技能，仍不容忽视，尤其是备受人们关注的脉诊，更是需要大力发掘。古中医脉学虽是经典，却因年移代革而被束之高阁，只有从中厘清脉络，才可发掘历代中医大师的脉学秘法。

众所周知，以脉诊病是历代中医的看家本领。然而以有限之脉象，辨万变之疾病，并非易事。晋吴太医王叔和认为“胸中了了，指下难明”，是针对脉象体状难辨的现象而言的；隋唐大医许胤宗认为“吾意所解，口莫能宣”，是针对脉学悟道开窍的难关而言的。事实上，平脉辨证与现代科学控制论的黑箱理论有着异曲同工之妙。正是如此，才给脉学倍增了不少魅力，但也给初学者增添了不少难度。

世人皆谓脉学玄而难解，实则是有迹可循。在掌握秘传心法之后，逐渐在实践中加以体悟，必能直窥渊海，如入龙君之宫，宝藏悉陈；若再将临证

与理论反复推敲，必能触类旁通，如对冰壶玉鉴，毛发可指数也。

《推敲脉学之门——传承百代永续的脉学心法》一书，将中医脉学的入门法宝如数家珍地和盘托出，对于突破杏林数仞之墙，游刃有余；将中医永续的秘传心法毫无保留地倾囊相授，引导步入金匱石室之门，轻车熟路。如能尽得书中奥旨，必有奇观矣！

全国第四批名老中医  
河南省中医药研究院主任中医师  
中医世家万修堂第六代传人



脉学入门

## 前言

P r e f a c e

脉学入门

脉学是每一个中医人必须掌握的一门学问和技能，无论是在古代，还是在现代，无论是在民间，还是在学堂，无论是在医院，还是在诊所，都概莫能外。早在几千年前，中华民族的祖先以超人的智慧、广博的学识和卓异的见解写就了惊世骇俗的《黄帝内经》，并把古中医学推到一个无以复加的历史高度。而在《内经》中旗帜鲜明地指明脉学的重大的学术价值和临床意义，所以，无论时代怎么千变万化，也无论临床证候如何千奇百怪，中医脉诊是一定要传承下去的。

岐黄之书是脉学的渊渊，仲景之学是脉学的宝藏，叔和之作是脉学的嚆矢，此三书是后世研习诊病技巧的必读专书。余每览脉学古籍，未尝不废书三叹。然《濒湖脉学》《诊家正眼》《脉诀汇辨》三书继承《内经》《伤寒》《脉经》余绪，仍嫌不足之处也为数不少。更有甚者，一些现代人士对脉学大肆批判，这明显是对中医脉学的“傲慢与偏见”，余深切体会到这一点，遂笔耕不辍，发灵兰之秘、启玉册之机、揭玉版之谜、释杏林之疑，把今古脉学之精华进行举一反三地梳理，并对脉学中的一些未解之谜进行破译。是书以“理论指导实践，实践检验真理”为切入点，多层次、多角度、多视野地深入研究和探索，反复考证与推敲，拾遗圣手金针，发掘脉学宝藏，实乃脉学入门的启蒙读物。

本书分为6章，主要从脉学的基本理论、基本知识、基本技能入手，以岐黄之书、仲景之学、叔和之作为经，以《濒湖脉学》《诊家正眼》《脉诀汇辨》为纬，以历代脉学名著为纲，以祖传、师承脉法精髓为目，厘清脉学脉络，综合古典脉学精华，结合个人对脉学的参悟和体验，用歌诀提纲挈领，以白话深入浅出，将脉学中的科学性高、操作性强的内容逐条归纳总结并阐歧发微，旨在为广大初学中医者指点迷津。第1章主要讲述脉法基础、部位

诊法、五脏平脉和时令变脉等相关内容；第2章主要讲述脉法快速入门的捷径和脉证从舍的相关内容；第3章主要讲述二十七种脉象的基本特征和相似脉象的鉴别方法，以及脉象的归类方法；第4章主要讲述二十七种脉象的临床意义以及左右寸关尺六部脉的特殊临床意义；第5章主要讲述女性与小儿脉法的特色、奇经八脉的特色、至数脉的特色以及真脏绝脉等内容；第6章主要阐述病因脉学、江湖脉学、汤头脉学、运气脉学、太素脉学等内容。

本书虽不敢言是点睛之笔，但可以说是引玉之砖；虽不敢言是卓异之见，但可以说是创新之举。愿与中医界共勉之，愿与各位方家共勉之！诚如俄国哲学家赫尔岑所说：“真理是灿烂的，只要一个罅隙，就能照亮整个田野。”也如印度著名诗人、哲学家泰戈尔所说：“错误经不起失败，但是真理却不怕失败。”尽管作者力求使本书更加完善，然医道永无止境，不当之处，在所难免，恳请各位读者及方家提出宝贵的意见，以便再版时修订、提高！

刘云阁

癸巳年竹醉日于北京

(五) 滑脉之状，在动高微	56
(六) 濡脉之状，轻刀刮竹	56
(七) 紧脉之状，如转绳索	57
(八) 实脉之状，三候皆长	57

# 目录

## Contents

### 第一章 脉学法窍，诊宗必备

脉学真的有那么难吗？只要根基扎牢，一切就会变得如探囊取物。本章带您从零起点开始学习脉学。首先要知道脉气脉位、诊脉的手法和指法、诊脉的最佳时间以及脉率的正常范围等基本知识，明白脉学的“六字真言”、七诊九候以及六部脉位的重大意义，掌握五脏平脉和时令变脉的基本要领。如此，您就推开脉学之门了。

一、脉学基础，一点灵光	1
(一) 脉学梗概，正本探源	1
(二) 脉气终始，血脉气息	8
(三) 以息定率，以常达变	10
二、脉法捷要，存乎一心	11
(一) 诊脉部位，持脉手法	11
(二) 平旦诊脉，六字真言	15
(三) 七诊九候，指法真谛	17
(四) 年龄风土，脉随相移	23
三、脉中六部，脉位真经	25
四、五脏平脉，成竹在胸	32
五、时令变脉，随俗为变	35



## 第二章 脉法思辨，一通百通

脉学的开山祖师王叔和说了句“脉理渊微，其体难辨”让后世学医之人望而却步；再说一句“胸中了了，指下难明”让后世学脉之人难以入门。于是，世人皆以为脉学之难犹如蜀道之难。事实上，只要抓住辨脉提纲，就犹如老马识途。本章便是辨脉的法窍，需要触类旁通。正所谓：法窍一通，一通百通。

- 一、辨脉提纲，引申触类 ..... 38
- 二、脉证从舍，四诊合参 ..... 43
- 三、辨脉十要，脉法真谛 ..... 46

## 第三章 脉象统类，类脉鉴别

为什么学脉很难？是因为脉的形象不容易掌握。本章先从二十七脉的独立脉象进行抽丝剥茧般的向读者一一挑明，然后又从容易导致混淆的相似脉入手，层层拨开脉象不易掌握的迷雾，辨别真伪，找到每种脉象的真相。然后简明扼要地将脉象的归类方法进行阐述，以达到吹糠见谷的效果。

- 一、脉象统类，取象比类 ..... 53
  - (一) 浮脉之体，枯木浮水 ..... 53
  - (二) 沉脉之体，如绵裹砂 ..... 54
  - (三) 迟脉之象，一息三至 ..... 55
  - (四) 数脉之象，一息六至 ..... 55

45	(五) 滑脉之状, 盘珠荷露 .....	56
45	(六) 涩脉之状, 轻刀刮竹 .....	56
25	(七) 虚脉之体, 浮大迟软 .....	57
25	(八) 实脉之状, 三候坚长 .....	57
65	(九) 洪脉之形, 来盛去衰 .....	58
65	(十) 微脉之态, 按之欲绝 .....	59
77	(十一) 弦脉之体, 绷紧挺直 .....	59
77	(十二) 缓脉之态, 从容和缓 .....	60
85	(十三) 长脉之形, 过于本位 .....	60
85	(十四) 短脉之体, 半指之间 .....	61
95	(十五) 紧脉之形, 绷急绞转 .....	62
95	(十六) 芤脉之状, 类似葱葱 .....	62
	(十七) 革脉之象, 芤弦相合 .....	63
	(十八) 牢脉之态, 弦长实大 .....	63
	(十九) 濡脉之体, 水上浮沤 .....	64
	(二十) 弱脉之体, 软而沉细 .....	65
	(二十一) 散脉之象, 去来无定 .....	65
	(二十二) 细脉之象, 细直而软 .....	66
	(二十三) 伏脉之形, 推筋着骨 .....	67
	(二十四) 动脉之态, 滑数紧短 .....	68
	(二十五) 促脉之体, 数而一止 .....	68
	(二十六) 结脉之象, 缓止复来 .....	69
	(二十七) 代脉之状, 动止复动 .....	70
二、	类脉鉴别, 脉神辨真 .....	70
68	(一) 浮芤革散, 洪虚濡微 .....	70
48	(二) 沉伏弱牢, 皆应沉取 .....	71
28	(三) 迟缓涩虚, 总兼迟字 .....	72
68	(四) 数紧促动, 共性躁疾 .....	72
68	(五) 涩兼五象, 微合四形 .....	73
78	(六) 虚芤二脉, 都兼浮大 .....	74

02	(七) 实紧牢脉, 皆有坚实	74
02	(八) 洪与实脉, 力度之差	74
02	(九) 弦紧牢脉, 弦长之象	75
02	(十) 缓迟数脉, 至数之中	75
02	(十一) 长弦二脉, 往来端直	76
02	(十二) 短涩二脉, 不能足满	76
02	(十三) 芤虚革脉, 需别软字	77
00	(十四) 濡弱微细, 兼有细象	77
00	(十五) 散濡虚芤, 都兼浮虚	78
10	(十六) 动兼四象, 滑数紧短	78
50	(十七) 促结代脉, 动而终止	79
	三、脉象归类, 指下乾坤	79

## 第四章 平脉辨证, 临证指南

把脉到底能不能看病? 这是很多学脉人的疑虑。很显然, 脉与证的对应关系就能达到凭脉断病的境界。本章分别将二十七种脉象的各自脉证对应关系、六部脉位的脉证对应关系、几种脉象同时兼夹出现时的脉证对应关系以及脉证的预后进行详细解析, 使读者阅后恍然大悟、豁然开朗, 犹如长者在侧、指点迷津。

05	一、脉证相应, 凭脉断病	83
05	(一) 浮脉主表, 风热血虚	83
15	(二) 沉脉为阴, 虚气积寒	84
25	(三) 迟司脏病, 沉痾虚寒	85
25	(四) 数脉阳热, 非热即疮	86
35	(五) 滑主痰食, 上逆下瘀	86
45	(六) 涩主血少, 寒湿伤阳	87



111	(七) 虚脉热暑, 养营益气	88
112	(八) 实脉火郁, 阳毒伤食	89
113	(九) 洪脉阳亢, 阴血虚少	89
114	(十) 微脉虚极, 气血两亏	89
115	(十一) 弦主痰饮, 痛症少阳	91
116	(十二) 缓为胃气, 取其兼脉	92
117	(十三) 长脉阳盛, 阳毒热深	93
118	(十四) 短脉气虚, 血涩痞疼	94
119	(十五) 紧主痛寒, 风痲冷痰	95
120	(十六) 芤脉为病, 多为失血	96
121	(十七) 革主表寒, 里虚血亏	96
122	(十八) 牢主里实, 寒痛疝瘕	97
123	(十九) 濡主髓虚, 亡血虚极	98
124	(二十) 弱主惊痿, 阴虚阳衰	98
125	(二十一) 散脉散乱, 胃衰元乱	99
126	(二十二) 细主气衰, 诸虚劳损	100
127	(二十三) 伏主吐泻, 痰食积聚	100
128	(二十四) 动主痛惊, 阴阳相搏	101
129	(二十五) 促主火病, 血瘀寒食	101
130	(二十六) 结气血凝, 积痛疝瘕	102
131	(二十七) 代主脏衰, 元阳不足	103
	二、指下六部, 各有玄机	105
132	(一) 浮脉六部, 多为风邪	105
133	(二) 沉脉六部, 寒积脏病	106
134	(三) 迟脉六部, 寒痛痰虚	107
135	(四) 数脉六部, 疮疡火热	107
136	(五) 滑脉六部, 痰食渴淋	108
137	(六) 涩脉六部, 虚痛胀血	109
138	(七) 虚脉六部, 食滞虚痿	110
139	(八) 实脉六部, 气壅热甚	110

88	(九) 洪脉六部, 气壅火亢 .....	111
98	(十) 微脉六部, 气血大衰 .....	112
98	(十一) 弦脉六部, 痰癥寒挛 .....	112
98	(十二) 缓脉六部, 风虚秘泄 .....	113
119	(十三) 长脉六部, 满逆郁冷 .....	113
129	(十四) 短脉六部, 阳虚火衰 .....	114
129	(十五) 紧脉六部, 寒痛阳虚 .....	114
149	(十六) 芤脉六部, 失血之兆 .....	116
159	(十七) 革脉六部, 血虚感寒 .....	117
169	(十八) 牢脉六部, 阴寒里实 .....	118
169	(十九) 濡脉六部, 气虚寒盛 .....	119
179	(二十) 弱脉六部, 血气虚少 .....	120
189	(二十一) 散脉六部, 元阳不足 .....	120
189	(二十二) 细脉六部, 气衰虚损 .....	121
199	(二十三) 伏脉六部, 气郁寒凝 .....	122
199	(二十四) 动脉六部, 阴阳搏击 .....	122
201	(二十五) 促脉六部, 火亢物停 .....	123
101	(二十六) 结脉六部, 阴寒凝积 .....	123
101	(二十七) 代脉六部, 气血衰微 .....	124
	<b>三、兼脉证治, 先天脉镜 .....</b>	<b>124</b>
201	(一) 浮脉相兼, 滑涩洪微 .....	124
201	(二) 沉脉相兼, 迟数弦滑 .....	126
201	(三) 滑脉相兼, 浮沉大散 .....	127
201	(四) 涩脉相兼, 坚大虚软 .....	127
201	(五) 弦脉相兼, 浮沉迟数 .....	128
201	(六) 缓脉相兼, 浮沉大小 .....	129
201	(七) 紧脉相兼, 浮沉数急 .....	131
	<b>四、杂病脉象, 推断预后 .....</b>	<b>132</b>
011	(一) 脉断病机, 吉凶顺逆 .....	132
011	(二) 外感邪气, 内察脉气 .....	133

041	(三) 肺病肺痿, 肠病实热 .....	134
020	(四) 咳嗽喘急, 脉中玄机 .....	135
121	(五) 内伤杂病, 脉中伏笔 .....	136
122	(六) 疟疾泄痢, 呕吐霍乱 .....	136
122	(七) 火热骨蒸, 劳极伤暑 .....	137
126	(八) 喉痹眩晕, 头痛血虚 .....	138
129	(九) 心腹九痛, 疝气腰痛 .....	139
129	(十) 脚气痿病, 痹病五疸 .....	140
160	(十一) 失血诸证, 瘀血内蓄 .....	142
161	(十二) 疑难杂病, 水肿胀满 .....	142
163	(十三) 遗精白浊, 上下三消 .....	143
166	(十四) 鼻头色黄, 大便燥结 .....	144
170	(十五) 癫狂与痫, 脉法详辨 .....	144
170	(十六) 脏积腑聚, 中恶腹胀 .....	145
173	(十七) 痈疽之脉, 溃与未溃 .....	146
173	(十八) 金疮出血, 祟脉当别 .....	147
172	(十九) 中毒之脉, 临证详查 .....	147
170	(二十) 大医精神, 脉神千金 .....	148

## 第五章 脉学迷宫, 拨云见日

究竟脉象是否对所有人都是一个标准? 究竟古人把脉学作为“决死生吉凶之法”有无道理? 这便是脉学的迷宫, 很多人进得去, 出不来。本章分别从女性与少儿的生理特点与脉证特点的对应关系, 奇经八脉、至数脉在脉学中的独特意义, 以及真脏绝脉与古传怪脉对人体寿元与生死的预测等方面带领读者冲出迷宫, 回归脉学大道。



一、妇儿之别，怜香惜玉 .....	149
(一) 女脉总括，怀胎之脉 .....	150
(二) 妊娠已成，微数滑利 .....	151
(三) 十月怀胎，孕妇脉歌 .....	152
(四) 产后之脉，需看变证 .....	155
(五) 月信之脉，问证审因 .....	156
(六) 女子乳病，脉分阴阳 .....	159
(七) 带下之脉，浮弦紧数 .....	159
(八) 崩漏之脉，微弱芤革 .....	160
(九) 妇科杂病，微濡涩结 .....	161
(十) 小儿脉法，指遍三关 .....	163
二、奇经之异，别具匠心 .....	166
三、至数之间，奥妙无穷 .....	170
(一) 疾脉离经，脉流薄疾 .....	170
(二) 脱脉困倦，夺脉夺精 .....	173
(三) 损脉至短，精血亏损 .....	173
(四) 败脉无魂，夺脉夺精 .....	175
四、真脏气泄，寿元探测 .....	176
(一) 真脏之脉，真脏气泄 .....	176
(二) 古传怪脉，指下当别 .....	179
(三) 寿元之脉，类同真脏 .....	180
(四) 脉测生死，医宗玄机 .....	182
(五) 脉测生死，医宗玄机 .....	127
(六) 脉测生死，医宗玄机 .....	127
(七) 脉测生死，医宗玄机 .....	128
(八) 脉测生死，医宗玄机 .....	129
(九) 脉测生死，医宗玄机 .....	131
(十) 脉测生死，医宗玄机 .....	132
(十一) 脉测生死，医宗玄机 .....	132
(十二) 脉测生死，医宗玄机 .....	133

## 第六章 脉中参考，取长补短

脉学之中有哪些参考因素不能忽略呢？脉象与病因是否有着什么关系？脉学与五运六气有着什么联系呢？脉象与方药究竟有没有什么瓜葛呢？江湖郎中为什么把脉那么准呢？本章主要将上述问题删繁就简的为读者逐一呈现，也算是为读者开凿一条攀登脉学高峰的道路，如能将本章与前五章内容融会贯通，那么，恭喜您：成功之路就在您脚下！

一、病因之脉，多加留心 .....	185
(一) 外感邪气，分清病因 .....	185
(二) 内因七情，心理之郁 .....	187
(三) 不内外因，详细辨别 .....	188
二、佛点头脉，江湖秘诀 .....	191
三、汤头之脉，脉方相应 .....	194
(一) 浮脉因风，表证宜通 .....	194
(二) 沉脉为里，调气散郁 .....	196
(三) 迟脉为寒，补虚温散 .....	198
(四) 数脉属热，清火解毒 .....	199
四、运气之脉，窥测天机 .....	201
(一) 运气易览，入门登梯 .....	201
(二) 流年脉法，运气奥旨 .....	214
五、太素之脉，别具风格 .....	216
(一) 五阳之脉，关乎五脏 .....	216
(二) 四阴之脉，关乎精血 .....	218
(三) 四营之脉，轻重清浊 .....	219
参考文献 .....	221
后记 .....	224

## 第一章

# 脉学法窍，诊宗必备

脉学真的有那么难吗？只要根基扎牢，一切就会变得如探囊取物。本章带您从零起点开始学习脉学。首先要知道脉气脉位、诊脉的手法和指法、诊脉的最佳时间以及脉率的正常范围等基本知识，明白脉学的“六字真言”、七诊九候以及六部脉位的重大意义，掌握五脏平脉和时令变脉的基本要领。如此，您就推开脉学之门了。

## 一、脉学基础，一点灵光

### （一）脉学梗概，正本探源

#### 秘传心法

脉为系统暗相连，脉搏本是气血先；  
象法天地有章法，时空周期似螺旋。

#### 点睛解读

在学习脉学之前，我们要弄明白一件事，就是什么是脉（也就是脉的概念）？从字的创造上来看，有“𩇛（𩇛）”“𩇛（脈）”的演变；从《说文解字》的角度看，脉就是“分布邪行贯穿于全身的血脉”；从《黄帝内经》的视角看，认为脉为“血之府”。《现代汉语词典》对“脉”的理解大概为：①分布在人和动物周身内的血管。②动脉的跳动。③像血管那样连贯而自成系统的东西。而本书主要探讨的则是以脉为主的人体健康信息预测的学问——脉学。