

简捷的线条图示
精练的文字分析
演绎中医古籍名著

图

解
黄帝内经素问

刘越 图解

图解古代中医名著六种



图解

黄帝内经素问

刘越 图解

刘山雁 整理
刘泉

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解黄帝内经素问/刘越图解. —北京: 人民卫生出版社, 2003

ISBN 7-117-05686-X

I. 图… II. 刘… III. 素问-图解
IV. R221.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 072137 号

图解黄帝内经素问

图 解: 刘 越

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 67616688)

地 址: (100078) 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: [http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

E - mail: [pmph @ pmph. com](mailto:pmph@pmph.com)

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 28.5

字 数: 542 千字

版 次: 2003 年 9 月第 1 版 2004 年 4 月第 1 版第 2 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-05686-X/R·5687

定 价: 45.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

神州
神女

馬毅



前 言

《黄帝内经素问》与《黄帝内经灵枢经》合称《黄帝内经》，是中国医学现存最早最完整的医书，两书互为补充，各有阐发，是中国医学的理论基础。

《黄帝内经素问》全书 81 篇，基本篇章的内容，成编于战国时代，博大精深，后世奉为医籍“经典”。书成后，注家辈出，如唐·王冰以阴阳五行论，明·马蒔以脏腑论，清·张志聪以十二经论等，各有卓见。

《黄帝内经素问》以“天地气交”，“人在气交中”，“天人相应”的理论，论述人体生理、病理，从局部及整体，又及人体外部环境。上及天，下及地，中及人。人在宇宙环转运动中平衡，在平衡环转中运动的一体，视人为一“小天地”，并及天体运行，气候变迁，地理差异，历史条件，人体禀赋，情志个性，人事交往等，而对这种生命活动特性，及疾病发生的概括，即：阴阳消长，五行生克，一套完整的与生命活动相对应的“理、法、方、药”体系，在世界文化之林，独放异彩，人们对它的理论和实践的认识，也在不断发展。《黄帝内经》，综之，可概为六个字，即：“运动，环转，平衡”，以此视人体，察病疾。

《图解黄帝内经素问》，乃编著者历数十年临证实



践,对《黄帝内经素问》研究、探索,以现代逻辑思维方法和节奏,用“图解法”,对《黄帝内经素问》原文进行演绎、释解。

“图解法”,以简练的文字,与简捷明快的线条,联接与组合,对原文进行分析、归纳,并以图示,表明脏腑传变、顺逆、次序的生理、病理变化,及理、法、方、药的承制因果,使原文古奥精深,言简意赅的文句内涵,由繁而简,由奥而显,深入浅出,阐发原文内在联系之深义,经图示展现,条理分明,一目了然。

释解中,有会意处,又必直抒己见,或可为一家言,如“虚邪”、“阳常有余”、“阴常不足”及“附记”等。

“图解法”,是一种形象的语言,以图解法释解古籍医经,能更清晰的表明思维认知的思路循序和过程,既是逻辑推理的,又是形象直观的,所以能启迪思路,易于深入理解,易于记忆,而适应现代中医学之发展,有利于中医学之世界交流。

《黄帝内经素问》原文底本,依人民卫生出版社 1963 年版《古今图书集成·医部全录》。

刘 越

2003 年

目 录

- 上古天真论篇第一 (1)
- 四气调神大论篇第二 (10)
- 生气通天论篇第三 (16)
- 金匱真言论篇第四 (26)
- 阴阳应象大论篇第五 (35)
- 阴阳离合论篇第六 (54)
- 阴阳别论篇第七 (58)
- 灵兰秘典论篇第八 (66)
- 六节藏象论篇第九 (69)
- 五脏生成篇第十 (80)
- 五脏别论篇第十一 (88)
- 异法方宜论篇第十二 (91)
- 移精变气论篇第十三 (94)
- 汤液醪醴论篇第十四 (98)
- 玉版论要篇第十五 (102)
- 诊要经终论篇第十六 (105)
- 脉要精微论篇第十七 (113)
- 平人气象论篇第十八 (126)
- 玉机真脏论篇第十九 (136)
- 三部九候论篇第二十 (152)
- 经脉别论篇第二十一 (160)



	脏气法时论篇第二十二	(166)
	宣明五气篇第二十三	(178)
	血气形志篇第二十四	(184)
	宝命全形论篇第二十五	(188)
	八正神明论篇第二十六	(193)
	离合真邪论篇第二十七	(200)
	通评虚实论篇第二十八	(206)
	太阴阳明论篇第二十九	(216)
	阳明脉解篇第三十	(220)
	热论篇第三十一	(222)
	刺热篇第三十二	(227)
目	评热病论篇第三十三	(236)
	逆调论篇第三十四	(242)
	疟论篇第三十五	(246)
录	刺疟篇第三十六	(257)
	气厥论篇第三十七	(265)
	咳论篇第三十八	(269)
	举痛论篇第三十九	(273)
	腹中论篇第四十	(279)
	刺腰痛篇第四十一	(285)
	风论篇第四十二	(293)
	痹论篇第四十三	(300)
	痿论篇第四十四	(307)
	厥论篇第四十五	(313)
	病能论篇第四十六	(322)
	奇病论篇第四十七	(328)
	大奇论篇第四十八	(334)

脉解篇第四十九	(342)
刺要论篇第五十	(351)
刺齐论篇第五十一	(353)
刺禁论篇第五十二	(355)
刺志论篇第五十三	(361)
针解篇第五十四	(363)
长刺节论篇第五十五	(369)
皮部论篇第五十六	(373)
经络论篇第五十七	(379)
气穴论篇第五十八	(381)
气府论篇第五十九	(389)
骨空论篇第六十	(397)
水热穴论篇第六十一	(407)
调经论篇第六十二	(414)
缪刺论篇第六十三	(432)
四时刺逆从论篇第六十四	(445)
标本病传论篇第六十五	(451)
天元纪大论篇第六十六	(460)
五运行大论篇第六十七	(471)
六微旨大论篇第六十八	(497)
气交变大论篇第六十九	(522)
五常政大论篇第七十	(550)
六元正纪大论篇第七十一	(606)
至真要大论篇第七十四	(740)
著至教论篇第七十五	(816)
示从容论篇第七十六	(819)
疏五过论篇第七十七	(824)

目

录

图解

黄帝内经素问



微四失论篇第七十八	(829)
阴阳类论篇第七十九	(832)
方盛衰论篇第八十	(839)
解精微论篇第八十一	(845)
刺法论篇第七十二(补遗)	(850)
本病论篇第七十三(补遗)	(875)
后记	(900)

目

录

上古天真论篇第一

【提要】

1. 延年益寿,养生之道。

外避虚邪贼风。

内养精育神:调情志,宜食服,适劳逸。

2. 人体发育生长阶段。

肾气所主。

天癸为阴精,真元之一。

3. 真人、至人、圣人、贤人的养生之道。

把握阴阳,守神,调顺四时,去世离俗,积精,适嗜欲,无恨怒,无忧患,恬愉。

昔在黄帝,生而神灵,弱而能言,幼而循齐,长而敦敏,成而登天。

【解】

黄帝—按《史记》,黄帝姓公孙,名轩辕,有熊国君少典之子,母附宝,祁野见大电绕北斗枢星,感而怀孕二十四月生帝于轩辕之丘,因名轩辕,继神农而有天下,后铸鼎于鼎湖山,鼎成而白日升天。

循齐—疾速,喻其机灵;或:肃正。



敦敏一仁厚聪明敏捷。

1. 黄帝生为神灵之童，长而成英，其垂拱致治，教化大行，为后世所崇。《素问》成书之时，遂托名黄帝与臣下医家问对、探讨之言而成文。《素问》不是成于一人之手，也不是成于一个时代，早期部分是战国时代的作品，晚期的则为西汉、东汉，约在公元前四世纪至公元一世纪。书中汇集了当时多位医家的著述。

2. 在黄帝时代，是否有过黄帝与臣下医家们探讨、问对医经之事？现在已无从所考。以黄帝生而神灵、徇齐、敦敏，他和臣下医家们曾在一起有过关于《经》文的问对，也许是可能的，以利天下，教后世。当时的人类社会既已有医道，作为天下之君的黄帝，就有更有利的条件，接触到这些方面，关心这些方面，而有了《经》文的一些问对之事，并被当时有过亲历的医家们记录下来，或者口述流传，成了后来《素问》成书的基础。

乃问于天师曰：余闻上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰。今时之人，年半百而动作皆衰者，时世异耶？人将失之耶？

【解】

天师一对岐伯尊称。天师：能修其天真，先知先觉，传道设教者。

度一过。

春秋—春生秋收为一年之期，此指年纪。

岐伯对曰：上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽

终其天年，度百岁乃去。

【解】

知道—知修养之道；一阴一阳之谓道，亦法也。

上古—远古，有谓伏羲为上古。

阴阳—天地之常道，万物终始之本。

术数—修养之法。

延年益寿的要领—

调整机体阴阳的平衡，并合于天地时运

谨行养生之术

适宜的节制饮食

生活有规律

勿过劳

形神无伤

这是岐伯提出的上古之人皆度百岁而终天年的生活法则。

今时之人不然也，以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。

【解】

真—元真之气。

御—调护，或统、主。

1. 岐伯在这里着重指出了饮酒无节制，以嗜酒为常，并在酒醉后行房之害。酒后行房，因酒之行散作用而致精竭，伤人最害，虽有心神之快，而真元已大伤，这样的生乐，实大逆于养生之道，故半百而衰。

2. 嗜酒为常之人，放饮之中，或许得其畅快心神之感，但这



样的快乐,是以耗散真元,伤损身体为代价的快乐,是与爱护身体的养生之道相逆而行的。

夫上古圣人之教下也,皆谓之虚邪贼风,避之有时,恬惓虚无,真气从之,精神内守,病安从来。是以志闲而少欲,心安而不惧,形劳而不倦,气从以顺,各从其欲,皆得所愿。故美其食,任其服,乐其俗,高下不相慕,其民故曰朴。是以嗜欲不能劳其目,淫邪不能惑其心,愚智贤不肖不惧于物,故合于道,所以能年皆度百岁,而动作不衰者,以其德全不危也。

【解】

虚邪—尚未能察觉的致病之邪气。

贼风—四时不正之气。

恬惓虚无—安于静素之心,无嗜念,无妄想,无虑得失。

美其食—食则安,不计精粗。

任其服—衣而用,不计华素。

乐其俗—不追求和倾慕华贵,安于平民的生活习俗。

1. 此乃岐伯传上古圣人之道:外避虚邪贼风之侵,内无七情之伤,精神内守,真气无伤,则人无疾病。这里,已指出疾病发生的外、内因素。

2. 虚邪,指当时尚未能察觉的致病邪气,如某些传染性疾病的流传。贼风,则是能为人所察觉的四时不正之气。如气候的反常或剧烈的变化,皆来自身体外界的侵害。无妄念及得失之虑,真气无伤。指出七情内伤的致病内因。

3. 无妄想之念,无得失之忧,劳逸适当,情志畅达,一饭一

汤，一粟一菜，皆当思来之不易，衣着无华贵之求，乐于平静的生活，无过分之追妄，朴素的心，才能不为淫邪所诱惑伤其内。

得养生之术，明德之道，才能不为物欲所伤，形与神全。

帝曰；人年老而无子者，材力尽邪，将天数然也？

岐伯曰：女子七岁肾气盛，齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。三七，肾气平均，故真牙生而长极。四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮。五七，阳明脉衰，面始焦，发始堕。六七，三阳脉衰于上，面皆焦，发始白。七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。

【解】

天癸一阴精，藏于肾。肾属水，癸亦属水，由先天之气，蓄极而生，故谓阴精为天癸。

任脉—主胞胎 } 起于少腹内之胞中，循腹上行，为经血
冲脉—主血海 } 之海，冲任二脉相资，而能有子
真牙—牙之最后生出者。

1. 人体之发育、生长，由肾气所主，肾气，即肾中之气，此肾气乃阴精所化生，并根于先天，但易为后天所伤损，而难为后天所滋生，故人当时时爱惜、护持此先天之本。

2. 三阳之脉，皆上行于头面，三阳脉衰，则面焦、发白。

丈夫八岁肾气实，发长齿更。二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。三八，肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极。四八，筋骨隆盛，肌肉满壮。五八，



肾气衰，发堕齿槁。六八，阳气衰竭于上，面焦，发鬓颁白。七八，肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极。八八，则齿发去。肾者主水，受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛，乃能泻。今五脏皆衰，筋骨解堕，天癸尽矣，故发鬓白，身体重，行步不正，而无子耳。

【解】

颁—同斑

解—同懈

长极—止

天癸—亦阴精，若谓阳精，则指男为阳而言；此谓男体内又阴阳之别。男、女皆各有阴精，皆称天癸。

1. 肝生于肾，肾气衰而渐及肝，肾主骨，肝主筋，肾肝之衰，形体衰惫。

2. 肾藏先天之精，并受五脏六腑后天之精所滋，此后天水谷之精，亦渗输入肾。

帝曰：有其年已老而有子者何也？

岐伯曰：此其天寿过度，气脉常通，而肾气有余也。此虽有子，男不过尽八八，女不过尽七七，而天地之精气皆竭矣。

帝曰：夫道者年皆百数，能有子乎？

岐伯曰：夫道者能却老而全形，身年虽寿，能生子也。

【解】

年老而有子的因由：

1. 脉常通—阴阳调和,气血顺畅。

2. 肾气有余—先天肾气资禀壮盛,后天无伤。此亦长寿的因素。

又道者,修炼养生之人,即法于阴阳,和于术数,食饮有节,起居有常,不妄作劳而形与神俱之人,可以抗老防衰,虽寿皆百数,亦能有子。这样的修炼与养生,能够达到填养先天阴精,即天癸。即:延寿还是有术的,但却非药物可达到;也就更和那些“以妄为常”者无缘了。

黄帝曰:余闻上古有真人者,提挈天地,把握阴阳,呼吸精气,独立守神,肌肉若一,故能寿敝天地,无有终时,此其道生。

【解】

提挈(qiè)—把持,提挈天地即合于天地。

敝(bì)—罢

道生—由道而生,由修炼所得。

真人—成道之人。

真人乃成道者,亦修炼所得。寿同天地,得道者,随天地之发展,在老年期又孕育着新生,循环阴阳,也就寿同天地了。

中古之时,有至人者,淳德全道,和于阴阳,调于四时,去世离俗,积精全神,游行天地之间,视听八达之外,此盖益其寿命而强者也,亦归于真人。