

增新版

黃帝內經今義

原作者：陳九如・編修作者：林伯欣

金

水

增新版

黃帝內經今義

原作者：陳九如・編修作者：林伯欣



黃帝內經今義 / 陳九如作. -- 臺初版. --
新北市：正中，2013.07
面；公分

ISBN 978-957-09-1927-1 (平裝)
1. 內經 2. 注釋 3. 中醫典籍

413.11

102013408

黃帝內經今義 - 增新版

原 作 者◎陳九如
編修作者◎林伯欣
總 編 輯◎顧秀梅
企劃編輯◎楊心怡
封面設計◎湯惟淵
版型設計◎林詩婷
排 版◎林詩婷

發 行 人◎蔡繼興

出版發行◎正中書局股份有限公司

地 址◎新北市(231)新店區復興路43號4樓

電 話◎(02) 86676565

傳 真◎(02) 22185172

郵政劃撥◎0009914-5

網 址◎<http://www.ccbc.com.tw>

E-mail: service@ccbc.com.tw

門 市 部◎新北市(231)新店區復興路43號4樓

電 話◎(02) 86676565

傳 真◎(02) 22185172

香港分公司◎集成圖書有限公司—香港皇后大道中283號聯威商業中心8字樓C室

TEL: (852) 23886172-3 • FAX: (852) 23886174

美國辦事處◎中華書局—135-29 Roosevelt Ave. Flushing, NY 11354, U.S.A.

TEL: (718) 3533580 • FAX: (718) 3533489

日本總經銷◎光儒堂—東京都千代田區神田神保町一丁目五六番地

TEL: (03) 32914344 • FAX: (03) 32914345

總 經 銷◎楨德圖書事業有限公司 TEL: (02) 22192839 • FAX: (02) 86672510

行政院新聞局局版臺業字第0199號(10736)

分類號碼◎413.00.022

出版日期◎西元2013年7月臺初版一刷

ISBN 978-957-09-1927-1

定價/420元

版權所有 • 翻印必究 Printed in Taiwan

目次

第一章	陰陽五行	5
第二章	攝生	51
第三章	藏象	74
第四章	經絡	125
	一、十二經脈	128
	二、奇經八脈	176
	三、十五別絡	190
第五章	病能	209
第六章	診法	274
第七章	論治	330
第八章	五運六氣	376





增新版

黃帝內經今義

原作者：陳九如・編修作者：林伯欣

編修語

(代序)

《黃帝內經》為現存內容最豐富完整、涉及面向最廣之中醫學經典文本，是先秦以來臨床醫學實證紀錄與理論體系集大成之著作。內容包括生理、病理、診斷、治療、養生、飲食、醫療文化、環境、時間、地理、氣候；等面向，不僅建立了高標準的醫道圭臬與原則，更廣泛涵蓋了為醫須知，並揭示出人欲和諧安處天地間的法門。其文辭之優美、意涵之深邃，深深影響了後世中醫學理論之奠定，也對醫者臨床操作的規範與歷朝醫家專業文本的撰寫提供了最精要的基礎。

《黃帝內經今義》(以下簡稱本書)是由陳九如中醫師在西元1986年編著出版的佳作，適宜研習中醫學之初、中階讀者閱讀。本書將《黃帝內經》原來篇章順序打散，並依類似《類經》、《內經知要》等書的編排方式分為「陰陽五行」、「攝生」、「藏象」、「經絡」、「病能」、「診法」、「論治」、「五運六氣」等八個章節，參考歷代諸多文本與先賢觀點而將選錄條文分別以「詞解」、「語譯」及「按語」分別闡述，務求使讀者能跨越《黃帝內經》內容初階門檻，一窺廟堂之概貌。

本次重新編修，筆者在「經典為常、因時權宜」原則的考量下，保留了本書原有之架構與大部分內容，對於書中不合時宜的口語論述和異於原條文之脫誤文字，重新參閱歷朝及當代海峽兩岸諸家著作後予以修改勘正。對於書中引用的人物與註釋，也重新做了確認、並補強相關引文。特別在「經絡」一章，重新繪入較清楚的經脈循行圖，並增補中英文穴

位名稱，以求與當代標準接軌，同時也整理了經脈病候製成表格以利閱讀。在「詞解」、「語譯」及「按語」部分，筆者重新整理原有內容，盡可能確保正確性與流暢性，並適度補入個人臨床經驗與看法，期許新編修之版本能為讀者提供更清楚完備的參考依據。由於本書原條文與涉及之參考資料內容較多，編修時間亦相對倉促，若有舛誤疏漏，實為筆者個人不足所致，尚乞方家不吝指正。

《黃帝內經》的內容，在看似玄妙難測的文字紀錄中，其實深具可供實作、能被體驗的特點，並具備身心一體的全人觀與天人合一的時空感。相關紀錄不但是古典中醫的生命觀點與身心意識；在醫學專業的診治內容之外，更呈現出古代中國人嘗試與自我、社會、環境及宇宙間和諧永續、共存共榮的努力。「將登泰岱，舍徑奚從；欲詣扶桑，非舟莫適。」時代雖快速轉變，但對於「道理」的體悟、實踐與進步，仍需從耙梳經典內涵的過程中與時具進、找到出路，這是中醫學的核心精神。筆者重新編修本書乃基於該初衷，同時，也為得以在歷史洪流中跟隨歷朝先聖對經典做出一絲絲斧鑿而深感榮幸。

中國醫藥大學 學士後中醫學系

林伯欣

謹誌於臺灣

癸巳小暑

目次

第一章	陰陽五行	5
第二章	攝生	51
第三章	藏象	74
第四章	經絡	125
	一、十二經脈	128
	二、奇經八脈	176
	三、十五別絡	190
第五章	病能	209
第六章	診法	274
第七章	論治	330
第八章	五運六氣	376





第一章

陰陽五行

「陰陽」是兩個既獨立但又必須同時存在的相對概念，「五行」則描述五種要素的特性，並以生剋來定義彼此間的互動關係，文字只是代號，內涵方為重要。

導讀

陰陽與五行思維皆是中國古代哲學思想體系中的重要部分。據目前現有文獻考證，陰陽首見於《周易》，五行則始出於《尚書·洪範》。兩者的相關內容，早在先秦時期就已出現，但當時「陰陽」代表的是一組矛盾而共生的概念，藉以描述宇宙間萬物生息、諸事變化的規律；而「五行」則作為天地間一切物質的基本組成元素，並演繹成為事物歸納分類的系統。直到戰國後期，齊國陰陽家鄒衍提出「五德終始」說，才將五行生剋的關係「明確」的界定，並與陰陽學說相配，成為「陰陽五行」的思維，並逐漸成為理論。這套理論體系在當時為多種學科所採納，作為解釋事物與現象的共通與言；當然在中醫學上，也成為闡述醫學理論與臨床運用時借用的概念、意象與主要語言。特別是在《黃帝內經》（以下簡稱《內經》）裡，處處可見以陰陽與五行來描述的生理病理現象、解剖藏象架構及診斷治療原則。整個中醫學的領域中，可視陰陽五行為主導性的思想和核心意識；自《內經》而後的歷代醫學典籍中，也多以它為理論基礎。所以要研究中醫學，首先對陰陽五行的基本概念有明確的認識，實屬首要功夫。

一、陰陽

「陰陽」二字的觀念，最早源自於古代中國人對大自然現象觀察後衍生的概念。起初，陰陽指的分別是背日和向日的地理環境與狀態，之後才逐漸演化成兩個既獨立但又必須同時存在的相對概念。從名詞上來看，兩個字似乎是抽象的，但在實際運用上，透過操作型定義的確立，陰與陽「相對而非絕對」的概念便足以用來說明一

切事物的相對性和一致性。例如《素問·陰陽應象大論》提到：「水為陰，火為陽。」《素問·金匱真言論》也指出：「言人身之陰陽，則背為陽，腹為陰。」上面所說的水與火，背與腹，都是相對的，所以均可以用陰陽來代表說明。但對於火與背、水與腹，它們之間沒有相對性含義的存在，因此就不能運用陰陽來作說明。又如《陰陽應象大論》說：「陽生陰長，陽殺陰藏。」此中的生與長、殺與藏，前者是說明宇宙間具有相對的屬性存在，才有生長能力；後者是說明雖有殺藏的存在，但最後仍是一體性的。從以上的例子來看，有關陰陽學說的運用，既要視兩者擁有物質基礎的觀念，又要存有其相對且互生的形而上意象，如此方能善用「陰陽」這一動態且相對變化的分類概念，將事物發展過程中的變化加以明確區分與掌握。而在醫學的領域裡，對陰陽學說如何運用於詮釋生命現象的領會，也必須先具有以上的概念，然後才能夠全面理解。

二、五行

五行學說，是以五種物質（金、木、水、火、土）的特質與性能作為代表符號，藉以說明宇宙萬物，都是由這五種基本物質與特性的運行變化所構成。五行的「行」字即是「運動、運作」之意，透過五行各自的活動與彼此間互動運轉的關係來說明事物結構和運動形式，再突顯出整體的現象，是五行學說要表達的基本精神。在中醫學裡，先人透過五行的理論說明身心內外、形神之間的制約和生化關係，從人體生理功能到病理變化，乃至於診斷治療等，都應用了本學說作為理論核心。

五行學說以「相生、相剋」來定義五種要素彼此間互動運轉的關係。在醫學範疇裡，中醫學則引用了該相關規律，來說明五臟在生理功能上相互生長與相互制約的關係（用五行相生說明相互生長，用相剋來說明相互制

約)。在五臟病理變化上，也可用相乘或反侮（即順尅和反尅）來說明疾病的互相傳變關係。而在自然界的氣候變化與人體的關係上，同樣可用五行理論說明氣候變化與五臟發病的關係。

簡而言之，五行學說是五個具有相互關係的代名詞，用以分類、推演事物正常或異常變化的機理，在醫學上則用以說明生理功能、病理變化相互之相的複雜關係。

三、陰陽與五行的關係

前面已經提到，「陰陽」主要用來對事物做出二分的區別，說明事物對立但又互相依存、消長和轉化的關係；「五行」則將事物特質屬性的五行歸類及生剋乘侮規律區分清楚，以應用於事物屬性、相互關係和整體特質的說明。萬事萬物的運動發展，其內涵必然有複雜的變化過程，在這個過程的變化中，充滿運動、聯繫、發展等關係，有關於這些問題的複雜性與特殊性，古人利用陰陽及五行學說來共同詮釋。所以陰陽和五行的理念，不但隨著思維理論化的過程逐漸接軌配合，在面對諸多事物與現象詮釋面擴大化的需求日益增加下，兩者在運用的關係上，逐漸不能割裂，而且必須相互配合、相得益彰。

陰陽者，天地之道^①也。萬物之綱紀^②，變化之父母^③，生殺^④之本始，神明之府^⑤也。治病必求於本。（素問·陰陽應象大論）

詞解

①「天地之道」：道者，陰陽之理，是宇宙天地運作之規律。《繫辭傳》曰：「立天之道，曰陰與陽；立地之道，曰剛與柔。」太極靜而生陰，動而生陽，天生於動，地生於靜，故陰陽為天地之道。「天地」指的是自然界，「道」意味著道理和規律。

②「綱紀」：《類注》云：「大曰綱，小曰紀，總之為綱，周之為紀。」總的說，綱紀二字有頭緒、綱領的意思。

③「變化之父母」：《素問·天元紀大論》說：「物生謂之化，物極謂之變。」「父母」有根本或根源的意思。

④「生殺」：生是生長、產生，殺是消滅、死亡。

⑤「神明之府」：變化莫測稱之為神；事物昭著稱之為明。陰陽的變化雖很難窺測，但從其相關所生的現象可明確看出使事物運動變化的內在力量。故《淮南子·泰族訓》說：「其生物也，莫見其所養而物長；其殺物也，莫見其所喪而物亡，此之謂神明。」「府」者，眾物之所聚調之府。

語譯

陰陽是天地間的一種自然規律，也是一切事物分類的綱領，它是萬事萬物變化的根本，同時也是生長、毀滅的根源，一切事物化生與消滅的本源起點。因此，在醫學領域中，治療疾病時首先也必須先辨別陰陽，才能從根本解決。

按語

本節概括定義「陰陽」之意，並說明陰陽學說的基本觀念。首先說明陰陽與天地萬物變化的關連性，包含自然界的事物發展、變化、運動、生滅，皆與陰陽有關，再聯繫到醫學上診治疾病的規則，同樣必須辨別陰陽。大之則天地萬物，細之則人身皮毛，以至疾病的辨證治療，均可以這一學說來論證。所以本節經文可視為是陰陽學說的總綱。

積陽為天，積陰為地；陰靜陽躁^①；陽生陰長，陽殺陰藏^②；陽化氣，陰成

形^③。（素問·陰陽應象大論）

詞解

①「陰靜陽躁」：張景岳說：「陰性柔，陽性剛。」從事物運動的動態來說，凡比較靜止的屬陰，比較躁動的屬陽，這是以陰陽來區分事物性質的方法。

②「陽生陰長，陽殺陰藏」：張景岳說：「陽之和者為發生，陰之和者為成實，故曰陽生陰長；陽之亢者為焦枯，陰之凝者為固閉，固曰陽殺陰藏。」這可與上文「生殺之本始」句聯繫，意思是說萬物生長和殺藏的變化，都離不開陰陽兩種特質的運作。

③「陽化氣，陰成形」：此處「氣」指的是功能，「形」指的是物質。意思是指陽的運動可以化生能量；陰的凝聚可以組成有形物質。所以李念哉說：「陽無形，故化氣，陰生質，故成形。」

語譯

清陽之氣升積於上而成天，濁陰之氣凝結於下而成地；在運動狀態方面，比較靜止的屬陰，比較躁動的屬陽；以功能而言，萬物的生長機能為陽，生長的物質本體為陰；收殺的力量屬陽，貯藏的狀態屬陰；陽能化生力量，陰為有形物質。

按語

本節以陰陽代表事物相對的兩方面，說明自然界的實際事例和現象。要特別留意的是，陰陽是一組相對的概念，其描述的對象與內涵可能因操作型定義的不同而有所差異，因此不可拘泥於文字上的使用，而應該了解該討論對象使用的文字符號背後所代表的意義。從這一點，也可體會陰陽學說在運用上的靈活機動性。

天地者，萬物之上下也；陰陽者，血氣之男女^①也；左右^②者，陰陽之道路也；水火者，陰陽之徵兆^③也；陰陽者，萬物之能始^④也。（素問·陰陽應象大論）

詞解

- ①「男女」：此處借用男女二字，來說明相對的意思。實指「陽為氣、為男，陰為血、為女。」
- ②「左右」：即東西，因太陽與月亮，總是升自東方，落於西方，古人取象自然，所以說左右是陰陽之道路。
- ③「陰陽之徵兆」：張景岳說：「徵，證也，兆，見也。」惲鐵樵說：「徵兆，見端也。人體之陰陽不可見，病則見，火為熱，水為寒，陽勝則熱，陰勝則寒，陽虛則寒，陰虛則熱，故曰水火者，陰陽之徵兆也。」
- ④「能始」：王冰曰：「謂能力變化生成之原始。」意義是：萬物之所以有生長、發育、成長的變化，完全是因為具備了陰陽的條件。也就是說有了陰陽，才有萬物的生長、發育等變化的本始。

語譯

天和地，分別居於萬物的上下；陰與陽，是血與氣的相對屬性。左和右，是陰陽升降運行不息的道路；而水跟火是陰陽變化可見的象徵。陰陽的變化，就是萬物的本源開始。

按語

本節以陰陽來說明自然界現象的變化，其中的「水火者，陰陽之徵兆也」一句，是說明陰陽的象徵，也是「陰陽」學說的原始意義。「陰陽」雖不可見，而水火是可以見到的。水為陰，火為陽，水火可以作為陰陽的徵驗，其中更意味著要體驗陰陽的性質和含義，是可以用水火作代表說明的。所以陰陽所代表的一切事物，一定要類如

水火的性質和具備相對的概念。因此，天為陽，地為陰；日為陽，月為陰。這是以陰陽特質為基礎所歸納出來的分類，由於其原始操作型定義很明確，故不會有「天為陰，地為陽；日為陰，月為陽。」的誤解。因此，凡是以陽為代表的這群概念必然有屬熱、屬上、屬外、屬無形、屬氣體、為動、為亢進……等特質，而以陰為代表的這群概念也必然有屬寒、屬下、屬內、屬有形、屬物質，為靜、為衰退……的意象。在陰陽學說的運用上，只要能掌握這個原始意義的鑑別，便能靈活運用陰與陽這兩個字所代表的意義。

天為陽，地為陰，日為陽，月為陰。……陰陽者，數之可十，推^①之可百，數之可千，推之可萬，萬之大，不可勝數，然其要一也^②。……陰陽之變，其在人者，亦數之可數^③。（素問·陰陽離合論）

詞解

①「推」：即推廣演繹的意思。譬如說天為陽，地為陰，天地是相對的，可稱之為陰陽，所以我們可以掌握這一相對的原則，進而推廣運用到其他一切事物中。

②「其要一也」：陰陽的推演雖廣，但在應用時只有一個基本原則，就是事物的相對性。所謂「一」這個要領，就是一陰一陽的相對性。所以吳崐說：「其要則本於一陰一陽也。」