



世界范围内都具有影响力的医学经典
一本被很多老中医联名推荐的传世作品

本草綱目

李时珍◎著
楼智勇◎注译

云南出版集团公司
云南人民出版社

R 281.3
L 269/8



本草綱目

李时珍◎著

楼智勇◎注译

云南出版集团公司
云南人民出版社

图书在版编目（CIP）数据

本草纲目 /（明）李时珍著；楼智勇编译. —昆明：
云南人民出版社，2011.9
ISBN 978-7-222-08283-0

I. ①本… II. ①李… ②楼… III. ①本草纲目
IV. ①R281.3

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第185759号

责任编辑：钱 勇 唐 俊
装帧设计：艺和天下
责任印制：段金华

书名	本草纲目
作者	李时珍
注译	楼智勇
出版	云南出版集团公司 云南人民出版社
发行	云南人民出版社
地址	昆明市环城西路609号
邮编	650034
网址	www.ynpph.com.cn
邮箱	rmszbs@public.km.yn.cn
开本	787×1092 1/16
印张	24.75
字数	570千
版次	2011年9月第1版第1次印刷
印刷	北京中达兴雅印刷有限公司
书号	ISBN 978-7-222-08283-0
定价	39.00元



前言

《本草纲目》是一部集中国本草学之大成的著作，书中所收集的资料渊源广博，“上至坟典，下至传奇，凡有相关，靡不收集”，可谓无所不有。

本书通过对《本草纲目》进行全面的整理，将全书分为 18 卷，16 部，分别包括：序例神农本草经名例、主治、水部、火部、土部、金石部、草部、谷部、菜部、果部、木部、服器部、虫部、鳞部、介部、禽部、兽部、人部。每种药物分列释名、集解、修治、性味、主治、发明、附方等项。通过对药物的解析，展现的是一种自然演化的过程，同时这种科学的分类，比瑞典分类学家林奈的分类方法还要早二百年。

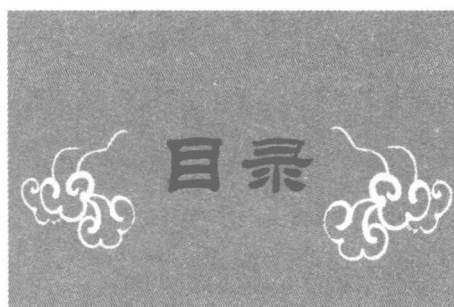
《本草纲目》一改中国传统的药物分类方法，变换了药物的加载方式，叙述更加科学缜密。比如对动物种类的扩充，对昆虫的详细分类等，对生物学发展具有极大的意义和作用。另外，它将动物药类按虫部、鳞部、介部、禽部、兽部、人部的顺序依次进行描述，反映了物种的思想。同时还纠正了前人的一些错误思想，如南星与虎掌，本来是同一药种，却被前人误认为是两种；之前人们把葳蕤和女萎看做是同一种药，经过李时珍的鉴别被确认是两种；前人误以为“马精入地变为锁阳”、“草子可以变鱼”，在本书中皆予以纠正。本书不仅是一部药物学著作，还是一部享誉世界的经典专著。书中涉及的内容极为广泛，在生物、化学、天文、地理、地



质、采矿乃至历史方面都有一定的贡献。

本书自 17 世纪末传播开来之后，先后被译成多种文字，行销海内外。对世界自然科学的发展作出了卓越的贡献。其中的一些相关资料曾被达尔文所引用。

这本药典，无论是从它严密的科学分类，还是从它包含药物的数目之多以及流畅生动的文笔来看，都远胜于古代任何一部本草著作。被誉为“东方药物巨典”。



第一卷	序例神农本草经名例	1
第二卷	主治	18
第三卷	水部	35
第四卷	火部	42
第五卷	土部	46
第六卷	金石部	52
第七卷	草部	71
第八卷	谷部	180
第九卷	菜部	207
第十卷	果部	232
第十一卷	木部	253
第十二卷	服器部	289
第十三卷	虫部	292
第十四卷	鳞部	308
第十五卷	介部	326
第十六卷	禽部	342
第十七卷	兽部	360
第十八卷	人部	386



第一卷 序例神农本草经名例

上等药一百二十种为君，主养命以应天，无毒，多服久服不伤人。欲轻身益气、不老延年者，以上经为本。

中等药一百二十种为臣，主养性以应人，无毒有毒，斟酌其宜。欲遏病、补羸者，以中经为本。

下等药一百二十五种为佐使，主治病以应地，多毒，不可久服。欲除寒热邪气、攻积破聚，治愈病患者，以下经为本。

上称三品药共三百六十五种，取法三百六十五度，一度应一日，以成一岁。其数翻倍，成七百三十种。

药中有君、臣、佐、使，以便相互配合、制约。配合成方剂宜用一君、二臣、三佐、五使，又可一君、三臣、九佐使。

药有阴阳的配合，子母兄弟，根茎花实，苗皮骨肉。

不同药物之间，药性不同，有单行者，有相须者，有相使者，有相畏者，有相恶者，有相反者，有相杀者。此七种情况，须结合起来看。应当用相须相使者，勿用相恶相反者。若需制约药物毒性，方可采用相畏相杀者。不如此，不宜采用。

李时珍说，药有七种情况：独行者，单方不用辅药。相须者，指同类药，不可分开使用，如人参、甘草、黄檗、知母之类。相使者，指可辅助主药的辅药。相恶者，指药物互相夺取药能。相畏者，药性受到彼此制约。相反者，两药性不相合。相杀者，制约彼此的毒性。古方多有用相恶相反者，盖相须、相使同用者，为用药中的帝道。相畏、相杀同用者，为用药中的王道。相恶、相反同用者，为用药中的霸道。

药有酸、咸、甘、苦、辛五味，又有寒、热、温、凉四气。药物有毒、无毒，阴干、曝干，采造时月，生熟，出产土地，真伪及新旧，都有各自的制作及服用方法。药性有宜于制丸者，宜于入散药者，宜用水煮者，宜用酒渍者，宜膏煎者，亦有宜于以此各种制剂方法者，亦有不可入汤酒者，皆须顺随药性，不得违反逾越。

欲疗病先察病源，等候病变机转。如五脏未虚、六腑未竭、血脉未乱、精神未散，则服药必活。若病已成势，可得一半治愈机会。病势已过，则性命难保全。

疗寒用热药，疗热用寒药，饮食不消化用吐、下药，鬼疟、蛊毒用毒药，痈肿疮瘤用疮药，风湿用风湿药，各随其所宜。

病在胸膈以上者，应饭后服药。病在心腹以下者，应饭前服药。病在四肢血脉者，宜空腹早晨服药。病在骨髓者，宜饱食后夜晚服药。

夫人病之主，有中风、伤寒、寒热、温疟、中恶、霍乱，大腹水肿、肠澼下痢、大小便不通、奔豚上气，咳逆、呕吐、黄疸、消渴、留饮癖食、坚积、癥瘕、惊悸、癫痫、鬼疟、喉痹、齿痛、耳聋、目盲、痈肿恶疮、痔瘻瘰癧。男子五劳、七伤，虚乏羸瘦。女子带下崩中，血闭阴蚀。虫蛇蛊毒所伤。此为病症的大略，其间的细微变化，各宜依端绪以采用。



七方

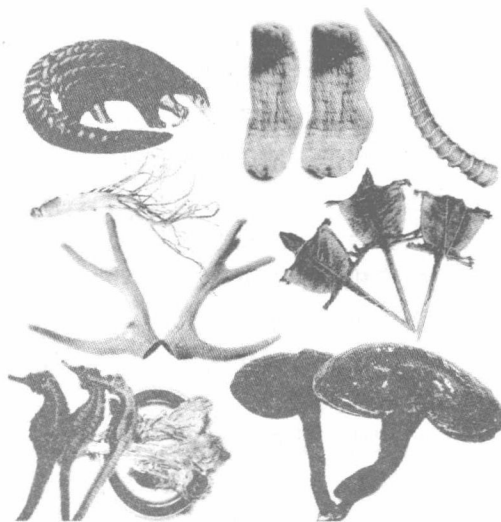
岐伯说：气有多少，形有盛衰，治有缓急，方有大小。又说：病变部位有远近，证候有中外，治疗有轻重。近者用奇方，远者用偶方。发汗不用奇方，攻下不用偶方。奇方不能去病则用偶方，谓之重方。偶之不去则反佐以取之，所谓寒、热、温、凉，也可能是和病相反的症候。

王冰说：脏位有高下，腑气有远近，病证有表里，药用有轻重。单方为奇，复方为偶。心肺为近，肝肾为远，脾胃居中。肠膈胞胆，亦有远近。识见高远者，能够权衡利弊对症下药。药方与其重不如轻，与其毒不如善，与其大不如小。

李时珍说：逆者正治，从者反治。反佐，即从治之法。比如热在下而上有寒邪，则在寒药中加入热药为佐，药物下膈之后，热气既散，寒性也随着散发出来。寒在下而上有浮火，则热药中入寒药为佐，下膈之后，寒气既消，热性随发也。

张完素说：邪气流变在于发病，治病在于药方，制方在于人对药物的反应。方有七类：大、小、缓、急、奇、偶、复。制方的体用在于气味。寒、热、温、凉，四气生于天。酸、苦、辛、咸、甘、淡，六味成于地。所以有形为味，无形为气。气为阳，味为阴。辛甘发散为阳，酸苦涌泻为阴。咸味涌泄为阴，淡味渗泄为阳。或收或散、或缓或急、或燥或润、或软或坚，各随脏腑病证的不同而施药品味，因此，有七分方制的规定。奇方、偶方、复方，为三分制。大、小、缓、急者，为四分制之方。所以说：治病有缓急，制方有大小。

大方



张完素说：病在身表为远，里为近。大小者，是指方制的奇偶组成法。如小承气汤、调胃承气汤，为奇之小方也。大承气汤、抵当汤，奇之大方也，之所以这么叫，是因其攻里而用之也。

张从正说：病有兼证而邪不一，不可以一二味治者宜之。肝肾及下部之病道远



者宜之。王太仆以心肺为近，肾肝为远，脾胃为中。刘河间以身表为远，身里为近。以子观之，身半以上其气三，天之分也。身半以下其气三，地之分也。中脘，人之分也。

小方

张从正说：小方有二：一种主药两种辅药的小方，病无兼证，邪气专一，可一、二味治者宜之。量少要多次服用的小方，心肺及在上病者宜之，徐徐细呷是也。

张完素说：肝肾位远，数多则其气缓，不能速达于下。必大剂而数少，取其迅速下走也。心肺位近，必小剂而数多，取其易散，而上行也。所谓肺服九、心服七、脾服五、肝服三、肾服一，乃五脏生成之数也。

缓方

王冰说：假如病在肾而心气不足，服药宜急过之，不以气味饲心，以免肾药凌心，心复益衰矣。上下远近之病与之相同。

张完素说：圣人治上不犯下，治下不犯上，治中上下俱无犯。

张好古说：治上必妨下，治表必连里。用黄芩以治肺必妨脾，用茯苓以治肾必妨心，服干姜以治中必僭上，服附予以补火必涸水。

张从正说：缓方有五：有以甘甜为缓剂之方，甘草、糖、蜜之属是也，病在胸膈，取其留恋也。有丸剂缓之之方，比之汤散，其行迟慢也。有品味众多之缓方，药众则递相拘制，不得各骋其性也。有无毒治病之缓方，无毒则性纯功缓也。有气味俱薄之缓方，气味薄则长于补上治上，比至其下，药力已衰矣。

急方

张完素说：味厚者为阴，味薄者为阴中之阳，故味厚则下泄，味薄则通气。气厚者为阳，气薄为阳中之阴，故气厚则发热，气薄则发汗是也。

张好古说：治主宜缓，缓则治其本也。治客宜急，急则治其标也。表里汗下，皆有所当缓、所当急。

张从正说：急方有四：有急病急攻之急方，如中风之类的疾病。有汤散荡涤之急方，下咽易散而行速也。有毒药之急方，毒性能上涌下泄以夺病势也。有气味俱厚之急方，气味俱厚，直趋于下而力不衰也。

奇方

王冰说：单方也。

张从正说：奇方有二：有独用一物之奇方，病在上而近者宜之。有药合阳数一、三、五、七、九之奇方，宜下泄不宜发汗。



偶方

张从正说：偶方有三：有两味相配之偶方，有古之二方相合之偶方，有药合阴数二、四、六、八、十之偶方，宜发汗不宜下泄。

复方

张好古说：复者，再也，重也。所谓十补一泄，数泄一补也。又伤寒见风脉，伤风得寒脉，为脉证不相应，宜以复方主之。

张从正说：复方有三：有二方、三方及数方相合之复方，如桂枝二越婢一汤、五积散之类。有本方之外再加别药，如调胃承气加连翘、薄荷、黄芩、栀子为凉膈散之属是也。有分均等之复方，如胃风汤各等分之类。

十剂

徐之才说：药有宣、通、补、泄、轻、重、涩、滑、燥、湿十种，是药之大体，但是《神农本草经》没有记录，后来的人们也没有叙述。

宣剂



李时珍说：壅，堵塞的意思；宣，发散的意思。郁塞导致的疾病，不升不降，转化失常。或郁久而生病，或病久而生郁，必须用药物去宣布发散，就好像承流宣化一样，不单单是涌越为宣。所以，气郁有余，就用香附、抚芎之类的药物去开解，不足则补中益气，以使气运行。火郁轻微的用山栀、青黛发散，严重的则升阳解肌发汗。湿郁轻微的用苍术、白芷这类药物燥解，严重的则用风药偏胜。痰郁轻微的用南星、橘皮这类药物化痰，严重的则用瓜蒂、藜芦这类药物涌吐痰涎。血郁



轻微的用桃仁、红花这类药物行血活血，严重的则用吐、利的方法祛除血瘀。食郁轻微的用山楂、神曲消食，严重的则用上涌下利的办法消除食积。这些都是宣剂。

通剂

李时珍说：滞，留滞的意思。湿热之邪留于气分，从而形成痛痹癰闭的，宜用淡味药物上助肺气下降，通其小便，以泄气中之滞，如木通、猪苓之类。湿热之邪留于血分，从而形成痹痛肿注、二便不通的，宜用苦寒药物下引，通其前后，以泄血中之滞，如防己之类。《神农本草经》上说：味薄者通，所以淡味药物被称为通剂。

补剂

李时珍说：虚则补其母。生姜之辛补肝，炒盐之咸补心，甘草之甘补脾，五味子之酸补肺，黄檗之苦补肾。又如，茯神之补心气、生地黄之补心血、人参之补脾气、白芍药之补脾血、黄芪之补肺气、阿胶之补肺血、杜仲之补肾气、熟地黄之补肾血、芎穹之补肝气、当归之补肝血之类，都是补剂，不单人参、羊肉为补药。

泄剂

李时珍说：去闭也就是去实。《神农本草经》上说实者泻之，实际上应当是泻其子。五脏五味皆有泻，不单是葶苈、大黄。肝实泻以芍药之酸，心实泻以甘草之甘，脾实泻以黄连之苦，肺实泻以石膏之辛，肾实泻以泽泻之咸。

轻剂

李时珍说：轻剂可解除闭塞，有表闭里闭、上闭下闭之分。表闭者，风寒伤营，腠理闭塞，阳气郁积，不能外出，出现发热、恶寒、头痛、脊强等症状，适宜用轻扬之剂发汗，而表自解。里闭者，火热郁抑，津液不行，皮肤干闭，出现肌热、烦热、头痛、目肿、昏瞀、疮疡等症状，适宜用轻扬之剂解其肌，而火自散。上闭有两种：一是外寒内热，上焦气闭，出现咽喉闭痛的症状，适宜用清凉之剂扬散，则闭自开；另一则是饮食寒冷抑遏阳气在下，出现胸膈痞满闭塞的病症，适宜扬其清而抑其浊，则痞自泰。下闭也有两种：一是阳气陷下，表现为里急后重，数至厕而不行之症，只需升其阳而大便自顺，也就是所说的“下者举之”；另一则是燥热伤肺，金气郁积，窍闭于上，而膀胱闭于下，出现小便不利的症状，适宜用升麻之类的药物探吐，上窍通而小便自利，也就是所说的“病在下而取之上”。

重剂

李时珍说：重剂有四：有惊则气乱，而魂气飞扬，如丧神守的，有怒则气逆，而肝火激烈，病狂善怒的，这两种都可以用铁粉、雄黄之类的药物平其肝。有神不



守舍，而多惊健忘，迷惑不宁的，适宜用朱砂、紫石英之类的药物镇其心。有恐则气下，精志失守而畏惧，仿佛有人要逮他的，适宜用磁石、沉香之类的药物安其肾。大多数的重剂压浮火而坠痰涎，不单是治疗胆怯之。所以诸风掉眩及惊痫痰喘，吐逆不止及反胃之类的病，都是由浮火痰涎所导致的，都适宜用重剂坠之。

滑剂

李时珍说：着者，也就是有形之邪留着于经络脏腑之间，表现为小便浊滞、痰涎、胞胎、痈肿之类的疾病，都适宜用滑药以引去留着之物。这与木通、猪苓通以去滞相类似，但是并不一样。木通、猪苓，为淡泄的药物，去湿热无形之邪，葵子、榆皮，为甘滑的药物，去湿热有形之邪。所以前者为滞，后者为着。大便涩的，用菠、牵牛之类；小便涩的，用车前、榆皮之类；精窍涩的，用黄檗、葵花之类；胞胎涩的，用黄葵子、王不留行之类；引痰涎自小便去的，用半夏、茯苓之类；引疮毒自小便去的，则用五叶藤、萱草根之类。以上所列都为滑剂。

涩剂

张从正说：寝汗不禁，涩以麻黄根、防风。滑泄不止，涩以豆蔻、枯矾、木贼、罂粟壳。喘咳上奔，涩以乌梅、诃子。凡酸味近于涩者，收敛的意思。然而都宜先攻其本，而后才能够收敛。

燥剂

李时珍说：湿有外感、内伤。外感之湿，为雨露、岚雾、地气、水湿，袭于人体皮肉筋骨经络之间，内伤之湿，为水饮、酒食及脾弱肾强所致，所以不能一概而论。故风药可以胜湿，燥药可以除湿，淡药可以渗湿，泄小便可以引湿，利大便可以逐湿，吐痰涎可以祛湿。湿而有热，用苦寒之剂燥之。湿而有寒，用辛热之剂燥之，不单桑皮、小豆是燥剂。湿去则燥，所以称之为燥剂。

湿剂

李时珍说：湿剂当做润剂。枯者燥也，阳明燥金之化，秋令也，风热忿郁，血液枯涸而为燥病。上燥则渴，下燥则结，筋燥则强，皮燥则揭，肉燥则裂，骨燥则枯，肺燥则痿，肾燥则消。凡麻仁、阿胶、膏润之类的药物，都为润剂。养血用当归、地黄之类的药物，生津用麦门冬、栝蒌根之类的药物，益精则用肉苁蓉、枸杞之类的药物。

气味阴阳

《阴阳应象大论》说：对于宇宙来说，阳气积聚在上为天，阴气积聚在下为地。



对于万物来说，静止不动的属于阴，躁动不息的属于阳。对于自然界来说，阳主孕育，阴主成长；阳主肃杀，阴主收藏。对于人来说，阳主化生功能，阴主构成形体。用阴阳说明人与饮食五味的关系是：人体功能属于阳，饮食五味属于阴。饮食五味进入形体，经过脏腑吸收转化为营养物质以滋养身体，营养物质使人不断发育生长，并维持生命。营养物质还可转化为各种功能，但饮食不节反而能损伤身体；机能活动太过，亦可使精气耗伤。精气可以产生功能，但功能也可以因饮食不节，五味偏嗜而受损伤。味属于阴主降，所以从前后二阴而出；气属于阳主升，所以由眼、耳、鼻、口七窍而出。清阳之气循行于肌肤、皮表、纹理之间。浊阴之物内注五脏。清阳之气充实四肢肌肉，浊阴之物内走六腑。

五味中，味厚腻的属于阴，味淡薄的为阴中之阳；气味浓郁的属于阳，气味淡薄的属阳中之阴。味厚腻就会下泻，味淡薄则能通利小便，气淡薄的有发泄宣散作用，气浓郁的有助阳发热之功。

五味中，辛、甘味能发散属于阳，淡味利渗也属于阳；酸、苦、咸三味能宣泄属于阴。

五味中，有的主收涩、有的主发散、有的主润湿、有的主软坚、有的主散阴，所以，应根据其具体功能而选择使用，来调和肌体与功能，使其平衡。

张元素说：人体中清气中之清的循行于肌表皮肤纹理之间，清气中之浊充实人体四肢肌肉。人体中浊气中之浊归于六腑，浊气中之清内注五脏。附子气厚，为阳中之阳。大黄味厚，为阴中之阴。茯苓气薄，为阳中之阴，所以能通利小便，入手太阳经，不离阳经之体。麻黄味薄，为阴中之阳，所以能发汗，入手太阴经，不离阴经之体。凡同气的药物必然有多种相同的味，同味药物必然有多种相同的气。气味各有厚薄，所以功用也不尽相同。

李杲说：味薄的能通利，酸、苦、咸、平有这种功能。味厚的能下泻，咸、苦、酸、寒具备这种功能。气厚的能发热，味辛、甘，性温、热的有这种功能。气薄的能渗泄，味甘、淡，性平、凉的具备这种功能。渗就是指出小汗，泄就是指通利小便。

寇宗奭说：天地界限已经分明，化生万物的是五气。五气位定，五味则生。所以说化生万物是气，滋养身体的是味。寒邪使物坚硬，所以要用具有软坚功能的药物治疗；热邪使物软化，所以要用具有使物坚硬功能的药物治疗；风邪性散，所以要用具有收敛功能的药物治疗；燥邪使物干收，所以要用具有宣散功能的药物治疗，气逆上冲所生疾病，要用具有缓和功能的药物治疗。气坚实则体质健壮，苦能使之软，所以苦味可以养气。经脉软则柔和，咸能使之软，所以咸味可以养脉。骨坚缩则能强健，酸能使之收缩，所以酸味可以养骨。筋舒展则不拘急收缩，辛能使之舒展，所以辛味可以养肉。坚硬的病症用药后可以使之软，收束的病症用药后可以使之散。欲使缓和则用甘味，不想使其缓和就不用，用之不可太过，太过也要发病。古代养生和治疗疾病的人，必须首先精通五味理论，否则即使治好疾病也是很偶然的。

李杲说：药物有温、凉、寒、热之气，辛、甘、淡、酸、苦、咸之味，升、降、浮、沉之性及厚、薄、阴、阳之不同。一种药物之内，气味兼有，理性具存。有些药物是气相同而味不同，有些药物是味相同而气不同。在自然界，气温热的属



于阳，气凉寒的属于阴。自然界有阴、阳、风、寒、暑、湿、燥、火，它们都遵循三阴、三阳的变化规律。

味由地所生，辛、甘、淡味为地之阳，酸、苦、咸味为地之阴。地有阴、阳、金、木、水、火、土，万物的生长、变化、收藏皆由地来承担。气味薄的，轻清上升而形成天象，因为本来属于天空的喜好向上。气味厚的，重浊下沉而形成地貌，因为本来属于大地的喜好向下。

王好古说：本草的味有五种，气有四种。但一味之中可能有四种气，如辛味则有石膏性寒、桂附性热、半夏性温、薄荷性凉之不同。气属于天，温热二气为天之阳，寒凉二气为天之阴。阳主升，阴主降。味属于地，辛、甘、淡味为地之阳，酸、苦、咸味为地之阴。阳主浮，阴主沉。用药者，有用气的，有用味的，有气、味一同使用的，有先用气后用味的，有先用味后用气的。有的药物是一种味，有的药物有三种味。有的药物只一种气，有的药物是二种气。有的药物是因生熟不同而气味有异，有的药物是因根苗不同而气味有异，有的药物温多而成热，有的药物凉多而成寒，有的药物寒热各半而成温，有的药物热多寒少，寒不能发挥作用。有的药物寒多热少，热不能发挥作用。所以用药不能从一个方面考虑而选用它。有的寒热各半，白天服用则从热性而升，夜晚服用则从寒性而降。有的晴天服用从热性，阴雨天服用则从寒性。变化不仅仅是这些，而是由多方面原因引起的。何况四时六位不同，五运六气各异，难道能随便使用药物吗？

《六节脏象论》说：自然界为人类提供有臊、焦、香、腥、腐五气及酸、苦、甘、辛、咸五味。五气，由鼻吸入体内，贮藏于心肺二脏。心主荣润面部色泽，肺主发出声音，因而能使面部的五色明润光泽，声音洪亮。五味从口腔进入体内，贮藏于肠胃之腑，经消化，吸收其精微物质，以维持五脏生理功能。脏腑功能正常，消化五谷，就产生津液，滋润五脏，补益精髓，因而人的神气也随之健旺。又说：形体瘦弱的用气厚的药食温养，精血亏损的用味厚的药食补益。

王冰说：臊气入肝，焦气入心，香气入脾，腥气入肺，腐气入肾。心荣面色，肺发声音，所以气贮藏心肺二脏，能使面部色泽荣润光泽，肺发出的声音清脆洪亮。气是水之母，所以味贮藏于肠胃之腑而奉养五脏之气。

孙思邈说：精血靠气化生而充盈，因此，气化生精血用来荣润色泽。形体是靠五味滋养的，所以，五味充养形体用来生产力气。精血顺应五气的变化而有活力，形体靠五味滋养而长成。如果所食气相反则损伤精血，所食味不调则损伤形体。所以聪明的人首先讲究饮食禁忌用来保存生命，而后制造药物用来防止疾病发生，气味温补用来保存精血形体。

五味宜忌

岐伯说：木气生酸味，火气生苦味，土气生甘味，金气生辛味，水气生咸味。辛味主散，酸味主收，甘味缓和，苦味坚硬，咸味软化。药物的偏胜（毒）可以祛邪。五谷的充盈可以养正。五果可以助养正气，五畜可以补益正气，五菜可以充实正气。气、味相合而服用，就能补精益气。五味对于身体的五脏各个器官各有其有利的作用，一年四季中。五味各有不同的变化，五脏因病用药。五味随病证相配



合，才与身体相适宜。又说：五脏所蓄藏的精气。发生于五味，也损伤于五味。只有谨和五味，得其平正，则肾主之骨盈正气。肝主之筋平以柔，肺主之气、心主之血贯而流，脾主之腠理得以密。有形之胃、无形之气达到精粹，就会长有自然赋予的寿命了。又说：圣人善于在春夏之际涵养体内的阳气，在秋冬之际涵养体内的阴气。以顺应四季阴阳变化的规律，常使体内保持在阳平阴密的状态。阴阳互为根本，这样阴阳二气就可常存。

春季食凉，夏季食寒，用以抑止阳亢；秋季食温，冬季食热，以养其真阴。

五欲：肝欲酸，心欲苦，脾欲甘，肺欲辛，肾欲咸，这是五味合五脏之气，也是五脏对五味的各有所欲。

五宜：青色宜酸，肝病宜食麻、犬、李、韭。赤色宜苦，心病宜食麦、羊、杏、薤。黄色宜甘，脾病宜食粳、牛、枣、葵。白色宜辛，肺病宜食黄黍、鸡、桃、葱。黑色宜咸，肾病宜食大豆黄卷、豕、栗、藿。这是与五脏之病相适宜的五味及五味之色。

五禁：肝病禁辛，宜食甘，如粳、牛、枣、葵。心病禁咸，宜食酸，如麻、犬、李、韭。脾病禁酸，宜食咸，如大豆、豕、栗、藿。肺病禁苦，宜食辛，如麦、羊、杏、薤。肾病禁甘，宜食辛，如黄黍、鸡、桃、葱。这是五脏对五味的禁忌。

孙思邈说：春季所食，宜少酸增甘以养脾，夏季所食宜少苦增辛以养肺，秋季所食宜少辛增酸以养肝，冬季所食宜少咸增苦以养心。四季均应少甘增咸以养肾。

李时珍说：五欲的道理，是指五味入胃之后，各味各归本脏，因本脏之味不足引起的病，应用本脏相对应的味来通治。五禁的道理，是指五脏相对应的五味不足所引发的病，畏惧其摄入太多而引起偏胜，因此适宜食入那些本来不足之味。

五走：酸走筋，筋病不要多食酸味的食物，多食令人小便不畅。酸气涩收，膀胱得酸而缩卷，所以使水道不通。苦走骨，骨病不能多食苦味，多食令人呕吐。苦入下脘，三焦皆闭，所以会发生呕吐。甘走肉，肉病不能多食甘味，多食令人心烦。甘气柔润，胃柔则缓，缓则虫动，所以会使人心中烦闷。辛走气，气病不能多食辛味，多食令人辣心。辛走上焦，与气俱行，久留心下，所以令人辣心。咸走血。血病不能多食咸味，多食令人渴。血与咸相得则凝，凝则胃汁注入，所以咽喉焦而舌底下。《九针论》认为咸走骨，骨病不能多食咸。苦走血，血病不能多食苦。以上所说的是五味所提供的营养在人体内的走向。

五伤：酸伤筋，辛胜酸。苦伤气，咸胜苦。甘伤肉，酸胜甘。辛伤皮毛，苦胜辛。咸伤血，甘胜咸。

五过：味过于酸，肝气过溢，木盛土亏，脾气乃绝，以致皮肉坚厚皱缩，口唇干薄而掀起。味过于苦，脾气不能润泽，胃气便胀满留滞，以至于皮肤枯槁而无光泽，毛发脱落而如刻意拔光一样。味过于甘，令心气喘满，脸色黑，肾气不平，胃痛而头发脱落。味过于辛，筋脉坏散则精神耗伤，导致筋急而手足枯槁。味过于咸，全身大骨之气劳伤，肌肉瘦削萎缩，心气抑郁不舒，脉象凝涩而变色。

李时珍说：五走五伤的道理，是指本脏所应对的五味过盈导致自伤，即五脏的阴精伤在五味。五过的道理，是指本脏所应对的五味伐其所胜，也就是脏气偏胜的意思。



五味偏胜

岐伯说：五味入胃，各归所喜。酸先入肝，苦先入心，甘先入脾，辛先入肺，咸先入肾。时间久了，增脏气，脏气增多了，便成了夭亡的原因。

王冰说：入肝为温，入心为热，入肺为清，入肾为寒，入脾为至阴并兼有四气，都是增其味而益其气。故各从本脏之气，久则从化。所以久服黄连、苦参反而热，热从苦化。其余各味皆与此同。如果气不断增加，则脏气偏胜，必导致偏绝，脏有偏绝，必致突然夭亡。

李杲说：一阴一阳称之为道，偏阴偏阳称之为疾。阳剂性刚，积若燎原，如果消狂痼疽之类的疾病用了它，就会天癸竭而荣涸。阴剂性柔，积若凝水，如果洞泄寒中之类的疾病用了它，就会使真火微弱而卫气散去。所以大寒火热的药物，应当谨慎权衡后使用，气平了则须停止。如有偏助，令人脏气不平，就成为夭亡的缘由。

标本阴阳

李杲说：治病应当清楚标本。以身体来说，体外为标，体内为本，阳为标，阴为本。所以六腑属阳为标，五脏属阴为本；脏腑在内为本，十二经络在外为标。而脏腑、阴阳、气血、经络义各有标本。以病来说，先受为本，后传为标。因此百病必须先治其本，后治其标。否则邪气滋生更甚，疾病也就更难治愈。即使先得的是轻病，后得重病，也应当先治轻病，后治重病，这样邪气才会被制服。如果有腹满及火小便不利的症状，则不问先后标本，必须先解除腹满及大小便不利，因为那是急症。所以说缓则治其本，急则治其标。又有从前来者为实邪，从后来者为虚邪。实则泻其子，虚则补其母。假如肝受心火为前来实邪，应当针刺肝经上的荣穴以泻心火，这是先治其本，刺心经上的荣穴以泻心火，为后治其标。药物的使用则是入肝经的药物为引，泻心的药物为君。这就是医经上说的标本并见，应当先治其本，后治其标。又如肝受肾水为从后来的虚邪，应当针刺肾经上的井穴以补肝木，这是先治其标，然后刺肝经上的合穴以泻肾水，为后治其本。药物的使用则是入肾的药物为引，补肝的药物为君。这就是医经上所说的标本并见，应当先治其标，后治其本。

升降浮沉

李杲说：药物有升、降、浮、沉、化、生、长、收、藏、成，以与四季配合。春季主升，夏季主浮，秋季主收，冬季主藏，土居中主化。所以味薄的升而生，气薄的降而收，气厚的浮而长，味厚的沉而藏，气平的化而成。如果补之以辛、甘、温、热以及气味薄的，就能助春夏之升浮，那同时也是泻秋冬收藏的药物。在人身上，肝、心二脏就是。如果说补之以酸、苦、咸、寒以及气味厚的，就能助秋冬之降沉，那同时也是泻春夏生长的药物。在人身上，肺、肾二脏就是。淡味的药物，渗也就是升，泄也就是降，为各种药物的佐使；用药的人，遵循这种法则，就能治愈疾病。若反其道而行，非但不能治病，还会导致病人死亡，即使不死，也很



危险。

王好古说：病症上升的使之下降，必须懂得抑，沉降的使之上浮，必须懂得载。辛主散，作用也横行，甘主发，作用也上行，苦主泄，作用也下行，酸主收敛，性质为缩，咸味药主软坚，性质为舒。药物的味、功能不同，大致如此。鼓掌成声，火使水沸，二物相合，象在其间。五味相互制约，四气相互调和，其变化甚多，不可轻易使用。《神农本草经》不谈淡味、凉气，是由于缺文造成的。

味薄者主升：甘平、辛平、辛微温、微苦平的药物。

气薄者主降：甘寒、甘凉、甘淡寒凉、酸温、酸平、咸平的药物。

气厚者主浮：甘热、辛热的药物。

味厚者主沉：苦寒、咸寒的药物。

气味平者，兼有四气、四味：甘平、甘温、甘凉、甘辛平、甘微苦平的药物。

李时珍说：酸、咸二味没有升的作用，甘、辛二味没有降的作用，寒无浮的作用，热无沉的作用，这是由各自的性质所决定的。治疗上升的病症，用气味咸寒的药物引之，就能使其沉而直达下焦，治疗沉的病症，用酒引之，就能使其上浮至头顶。如果不是洞察大自然的奥秘而有造化的人，是不能达到这种境界的。一种药物之中，有根主升而梢主降，生主散而熟主降的，升降虽是药物的固有属性，但也会因人们使用方法的不同而异。

五脏五味补泻

肝苦急，急食甘以缓和（甘草），以酸泻下（赤芍药），实则泻其子心（甘草）。欲散，急食辛以发散（川芎），以辛补之（细辛），虚则补其母肾（地黄、黄檗）。

心苦缓，急食酸以收敛（五味子），以甘泻下（甘草、人参、黄芪），实则泻其子脾（甘草）。欲软，急食咸以软化（芒硝），以咸补之（泽泻），虚则补其母肝（生姜）。

脾苦湿，急食苦以燥热（白术），以苦泻下（黄连），实则泻其子肺（桑白皮）。欲缓，急食甘以缓和（炙甘草），以甘补之（人参），虚则补其母心（炒盐）。

肺苦气上逆，急食苦以泻下（黄芩），以辛泻下（桑白皮），实则泻其子肾（泽泻）。欲收，急食酸以收敛（白芍药），以酸补之（五味子），虚则补其母脾（五味子）。

肾苦燥，急食辛以润和（黄檗、知母），以咸泻下（泽泻），实则泻其子肝（芍药）。欲坚，急食苦以坚硬（知母），以苦补之（黄檗），虚则补其母肺（五味子）。

相须相使相畏相恶诸药

甘草与术、苦参，干漆相使。与远志相恶。忌猪肉。

黄芪与茯苓相使。与白鲜、龟甲相恶。

人参与茯苓、马蔺相使。与卤碱、溲疏相恶。与五灵脂相畏。

沙参与防己相恶。

桔梗与节皮相使。与白及、龙胆、龙眼相畏。忌猪肉、伏砒。