

素問注釋匯粹

上冊

程士德

主編

王洪圖

魯兆麟

編

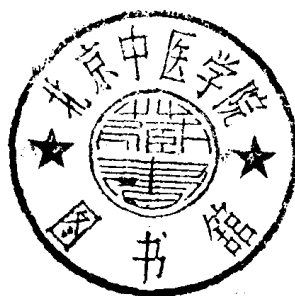
样 本 库

素问注释汇粹

上 册

程 士 德 主 编

王 洪 图 鲁 兆 麟 编



人 民 卫 生 出 版 社

1073590

2K03/16

素问注释汇粹

上册

程士德 主编

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

四川新华印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本22 $\frac{1}{2}$ 印张 4插页 499千字

1982年1月第1版第1次印刷

印数：1—25,600

统一书号：14048·3994 定价：2.30元

前 言

《黄帝内经》是现存最早的一部中医书籍，是祖国医学理论体系的渊源，为从事中医工作及祖国医学研究、从事中西医结合的医务工作者必读的经典著作之一。全书包括《素问》、《灵枢》两部分，各八十一篇，分别从脏腑、经络、病机、诊法、治则、针灸、方药等方面，对人体生理活动、病理变化，以及诊断、治疗等方面作了较为系统全面的叙述，奠定了祖国医学理论体系的基础。因此，为历代医家所推崇。

《内经》注家颇多，各抒己见，各有所长，对于同一经文，常从不同角度加以理解而注释不一，虽然为研究祖国医学提供了大量的宝贵资料，但也由于这些资料散在诸家著作之中，给查阅带来一定困难，尤其是对于初学者，即使查寻出诸家之言，也往往产生莫衷一是之感。有鉴于此，我们编写这部《素问注释汇粹》，俾使对学习和研究《内经》的同志有所帮助。全书分为上、下两册，文中对每篇的篇名一一作了题解，并根据每篇内容分成适当段落；对于原文中难懂字词加了拼音并注释；对文中错简明显之处，参考历代注本加以必要的校勘；原文注释则采用引录注家注解为主的方法，若认识一致的选一家之言，意见分歧的各择录其代表之说，略加评议，并阐明我们的看法；在一些段落之后，适当加了按语。由于五运六气一般较难理解，书后附《五运六气》一文，专题介绍运气知识，以便帮助理解。虽然素问遗篇系后人补入，考虑到文章的完整性，故将《刺法论》与《本

病论》两篇，根据各家注本补入，列于书末。

由于我们的水平有限，错误难免，再加上《内经》一书中争议之处较多，这里提出一管之见亦未必恰当，敬希批评指正。

编 者

1981年10月

目 录

卷第一.....	1
上古天真论篇第一	1
四气调神大论篇第二	20
生气通天论篇第三	32
金匱真言论篇第四	54
卷第二.....	68
阴阳应象大论篇第五	68
阴阳离合论篇第六	109
阴阳别论篇第七	116
卷第三.....	131
灵兰秘典论篇第八	131
六节藏象论篇第九	138
五藏生成篇第十	158
五藏别论篇第十一	174
卷第四.....	181
异法方宜论篇第十二	181
移精变气论篇第十三	187
汤液醪醴论篇第十四	198
玉版论要篇第十五	207
诊要经终论篇第十六	215
卷第五.....	228
脉要精微论篇第十七	228
平人气象论篇第十八	259
卷第六.....	282
玉机真藏论篇第十九	282

三部九候论篇第二十	310
卷第七	329
经脉别论篇第二十一	329
藏气法时论篇第二十二	340
宣明五气篇第二十三	361
血气形志篇第二十四	376
卷第八	383
宝命全形论篇第二十五	383
八正神明论篇第二十六	391
离合真邪论篇第二十七	400
通评虚实论篇第二十八	407
太阴阳明论篇第二十九	427
阳明脉解篇第三十	434
卷第九	438
热论篇第三十一	438
刺热篇第三十二	454
评热病论篇第三十三	469
逆调论篇第三十四	485
卷第十	496
疟论篇第三十五	496
刺疟篇第三十六	517
气厥论篇第三十七	531
咳论篇第三十八	539
卷第十一	549
举痛论篇第三十九	549
腹中论篇第四十	562
刺腰痛篇第四十一	578
卷第十二	598
风论篇第四十二	598

痹论篇第四十三	613
痿论篇第四十四	627
厥论篇第四十五	638
卷第十三	652
病能论篇第四十六	652
奇病论篇第四十七	662
大奇论篇第四十八	676
脉解篇第四十九	691

卷 第 一

上古天真论篇第一

上古，指远古时代。真，真气，亦称元气。李东垣说：“真气又名元气，乃先身生之精气也。”元气本源于先天，所以叫“天真”，亦即先天真元之气。古人还认为先天真元之气，与天地精气有密切关系，故张志聪说：“天真，天乙始生之真元也。”

古人认为远古时代的人，通过养生的方法，保养天真，就能预防疾病，延年益寿，所以篇名“上古天真论”。正如吴崑说：“此篇言保合天真，则能长有天命，乃上医治未病焉。”

本篇阐发了先天真气的生理功能以及保养先天真气的重要意义。

本篇分三段。

一、论养生之道与健康长寿

【原文】

昔在黄帝^{〔1〕}，生而神灵^{〔2〕}，弱而能言^{〔3〕}，幼而徇齐^{〔4〕}，长而敦敏^{〔5〕}，成而登天^{〔6〕}，适问于天师^{〔7〕}曰：余闻上古之人，春秋^{〔8〕}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^{〔9〕}失之耶？

岐伯对曰：上古之人，其知道^{〔10〕}者，法于阴阳，和于术数^{〔11〕}，饮食有节，起居有常^{〔12〕}，不妄作劳^{〔13〕}，故能形

与神俱^[14]，而尽终其天年^[15]，度百岁乃去。今时之人不然也，以酒为浆^[16]，以妄为常，醉以入房^[17]，以欲竭^[18]其精，以耗^[19]散其真，不知持满^[20]，不时御神^[21]。务快其心，逆于生乐^[22]，起居无节，故半百而衰也。

【注 释】

〔1〕据《史记》所载，黄帝姓公孙，为有熊国君少典之子，建都于轩辕之丘，所以又称轩辕黄帝。

〔2〕神灵，这里是指聪明的意思。张介宾注：“神灵，聪明之至也。”

〔3〕弱而能言，是说黄帝禀性之异，能言之早。《史记索隐》云：“弱，谓幼弱时也。盖未合能言之时，而黄帝即言。”

〔4〕《曲礼》曰：“十年曰幼。”张介宾云：“徇，顺也。齐，中正也。方其幼也，能顺而正。”张志聪注同。徇(xùn)，周徧的意思。齐，迅速的意思。徇齐，宜从方以智《通雅》解“言圣徧知而神迅也。”

〔5〕敦，忠厚诚实也。敏，聪明通达也。高世拭注：“敦，诚信也。敏，通达也。”

〔6〕王冰谓登天即升天，注云：“铸鼎于鼎湖山，鼎成而白日升天。”马蒔、吴崑、张介宾等均本王冰注。然白日升天，事涉荒诞，俞樾《内经辨言》云：“成而登天，谓登天位也。《易》明夷传曰：‘初登于天，照四国也’。可说此经（指内经）登天之义。故下文即云：‘迺问于天师’。迺者承上之词，见黄帝既登为帝，乃发此问也。”据此，成即成年，成人之意；登天，即登天子位。

〔7〕迺，古“乃”字。天师，这里是对岐伯的尊称。高世拭云：“岐伯为帝师，故史臣称为天师。”

〔8〕春秋，指年龄。《国策》：“君之春秋高而封地未动”。

〔9〕将，抑也，还是的意思。失，过失。这里指违背养生之道。人将，《千金》养性序作“将人”。胡澍云：“当作‘将人失之耶’，与下文‘将天数然也’同一文法。”可从。

〔10〕道，有释为养生之道的，如王冰注：“知道谓知修养之道。”亦有释为天地变化规律的，如马蒔注：“道，大道也，天地万物之所同具也。”但马蒔又注：“以此道而修之于身，则谓之修养之道。”若此，则与王注并不矛盾。所以《素问指归》说：“言非时世之异，乃人自失其道也。”自失其道，即失养生之道而违逆天地规律。

〔11〕法，取法，仿效的意思。阴阳，指自然变化的规律。和，调和，协调的意思。

术数，诸注不一。张介宾注：“术数，修身养性之法。天以阴阳而化生万物，人以阴阳而荣养一身，阴阳之道，顺之则生，逆之则死，故知道者，必法则于天地，和调于术数也。”马蒔注：“术数所该甚广，如呼吸，按蹻及四气调神论养生，养长，养收，养藏之道，生气通天论‘阴平阳秘，’阴阳应象大论‘七损八益，’《灵枢·本神》‘长生久视，’本篇下文饮食起居之类。”《内经翼注》云：“术数者，算气候之法，即调于四时也，如‘虚邪贼风，避之有时’之类，皆术数也。”张、马二注意义相近，而马蒔详述较为具体。《内经翼注》从“数”字注，因而解为测算四时气候的方法，但其目的仍在“调于四时。”因此诸注虽然对“术数”的具体解释不同，然其顺四时而养生的意义则一，所以王冰注：“术数者，保生之大伦，故修养者必谨

先之。”

〔12〕起，活动；居，息止。王冰注：“起居者，动止之纲纪。”吴崑注：“食饮有节，则不伤其肠胃，起居有常，则不殃其精神。”张介宾云：“节饮食以养内，慎起居以养外。”然据《素问·痹论》曰：“饮食自倍，肠胃乃伤”；《素问·生气通天论》曰：“起居如惊，神气乃浮。”则吴注义长。又，新校正云：“按全元起注本云：‘饮食有常节，起居有常度，’《太素》同。”俞樾《内经辨言》云：“经文本作‘食饮有节，起居有度’……上文云‘法于阴阳，和于术数。’此‘度’字本与‘数’字为韵，今作‘有常，’即失其韵矣。”疑全氏注文“常”字误入正文而夺“度”字。

〔13〕吴崑注：“用力谓之作，过作谓之劳……不妄作劳，则能和其气血。”高世栻注：“不妄作劳，以安其神。”张志聪注：“烦劳则张，精绝，不妄作劳，养其精也。”《灵枢·平人绝谷》云：“神者，水谷之精气也”；又说：“血脉通利，精气乃居”；《素问·八正神明论》曰：“血气者，人之神。”据此，则高云安其神，张云养其精，于义皆通。

又，新校正云：“按全元起注本作‘不妄不作。’”《太素》同。“作”字古与“诈”字同。故杨上善注云：“以理而取声色芳味，不妄视听也。循理而动，不为分外之事。”则作“不妄不诈”为是。然今作“不妄作劳，”于义亦通。

〔14〕姚止庵注：“形者神所依，神者形所根，形神相离，行尸而已。故惟知道者，为能形与神俱。俱犹皆也。”

〔15〕天年，天赋的寿命，亦即自然寿命。古人认为人的自然寿命是一百二十岁，如《尚书》洪范说：“一曰寿，百二十岁也。”因此，本文中所谓“度百岁”、“天寿”等，

都是指的自然寿命。人活到百岁以上而死，叫做“尽终其天年。”

〔16〕马蒔注：“凡物之有浆者，味甘而美，如今蔗梨等物，皆各有浆。”吴崑云：“古人每食，必啜汤饮，谓之水浆。”这里作汤水解，故以吴注为是。

〔17〕入房，即指性交，古称房事。马蒔注：“彼则以酒为浆，异于上古之人饮食有节者矣。以妄为常，异于上古之人不妄作劳者矣。醉以入房，以情欲而竭其精，以竭精而耗散其真。”张志聪注：“酒能伤脾，脾气伤则不能宣五谷味，而生气伤矣。以妄为常，伤其神矣。醉以入房，伤其精矣。”马承上下文注，张从精、气、神解，于义皆通。然高世拭注：“酒能乱性，若以酒为浆，则心不由理，而以妄为常矣。以酒为浆，则身不由心，而醉以入房矣。”据于鬯《香草续校》云：“醉以当作‘以醉’。”此处，上下文五个“以”字，皆在句首，文法一律，则高注似勉强。

〔18〕竭，这里作动词用，犹“竭泽而鱼”的竭。

〔19〕耗(hào)，即嗜好。新校正云：“耗字《甲乙经》作‘好’。”查今本《甲乙经》仍作耗。胡澍注：“耗，读嗜好之好，好亦欲也。”于鬯《香草续校》云：“好，耗一声之转，王冰本作‘耗’，盖亦当读为好。”其说为是。若作消耗、耗费解释，则与上文酒、妄、醉、欲，文义不一，文法也不一。

〔20〕王冰注：“言爱精保神如持盈满之器，不慎而动，则倾竭天真。”

〔21〕新校正云：“按别本‘时’作‘解’。”胡澍注：“时字是，解字非。时，善也。不时御神，谓不善御神也。”御，统摄，治理的意思。《孔子家语》注云：“御，统也，”

治也。”又张志聪据下篇《素问·四气调神大论》注：“不时御神，不能四时调养其神也，”于义欠切。

〔22〕生乐，王冰作养生之乐解，注云：“快于心欲之用，则逆养生之乐矣”。《吕览》知士篇云：“所以外生乐，趋患难故也。”注云：“外弃生命之乐，解人之患”。保生命是长久之计，嗜欲乃片刻之欢。所以“生乐”解为“生命长久之乐”，于义亦通。张志聪注：“心藏神，务快其心，丧其神矣。乐则气缓，而更逆之，伤其气矣”。据上文义，生乐作喜乐解，义不通。

【按 语】

本节以古今之人的不同寿命作了对比，阐发了养生的重要意义。指出了欲得“尽终其天年”，就必须保持正常的生活规律。所论人寿命的短长，不在时世之异，而在人本身的自失，从而突出了真气对人体却病延年的重要作用。而保养真气，又在于慎起居，因而提出了“起居无节，故半百而衰也”的告诫。

【原 文】

夫上古圣人之教下也，皆谓之〔1〕：虚邪贼风〔2〕，避之有时，恬惔虚无〔3〕，真气从之，精神内守〔4〕，病安从来！是以志闲〔5〕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〔6〕。故美其食，任其服〔7〕，乐其俗，高下不相慕〔8〕，其民故曰朴〔9〕。是以嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心。愚、智、贤、不肖〔10〕，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〔11〕也。

【注 释】

〔1〕新校正云：“按全元起注本云：上古圣人之教也，下皆为之。《太素》、《千金》同。杨上善注：‘上古

圣人使人行者，身先行之，为不言之教。不言之教胜有言之教，故下百姓仿行者众，故曰下皆为之’。”胡澍认为当从“全本、杨本、孙本”改，并说“下皆为之，言下皆化之也。”然丹波元简认为“不必依全元起、《太素》而改易字句。”并引潘之恒之说：“谓之者，语之也。语之云何也，即下八字也。言圣人之教不择人，而皆语之以避虚邪贼风之有时。”上二说，一言身教，一言言教，义皆可从。

〔2〕王冰注：“邪乘虚入，是谓虚邪；窃害中和，谓之贼风。”张介宾据《灵枢·九宫八风》注：“虚邪，谓风从冲后来者，主杀主害。”高世拭注：“凡四时不正之气，皆谓之虚邪贼风。”《灵枢·九宫八风》论述了不同时令，有不同的虚邪贼风，侵犯人体后，发生不同的疾病，所以下文说：“避之有时。”故张、高注言之有据，可从。

〔3〕张介宾注云：“恬、安静也；悵，朴素也。虚，湛然无物也；无，眴然莫测也。恬悵者，泊然不愿乎其外；虚无者，漠然无所动于中也。”

〔4〕真气，即元气。从，随也，顺也。诸注对“精神”有两种看法：一种认为指人体的精神活动，李中梓注：“真气从之者，曹真人所谓‘神是性兮气是命，神不外驰气自定’，张虚静曰：‘神一出即便收来，神反身中气自回’。”据此，则“真气从之，”即自我控制精神的结果。另一说认为精和神是指的两种物质，如张琦注：“心藏神，肾藏精，内守者，阴为阳守，阳为阴使，水火交济，则内外之邪不作。”以上二说均通，但如从道家的“内养功”来看，则以李注为是。

〔5〕闲，《说文》：“闲也，从门中有木。”《广韵》：“防也，御也。”这里是限止、控制的意思。张介宾注：

“志闲而无贪，何欲之有。”王冰云：“志不贪故所欲皆顺。”

〔6〕张介宾注：“心安而无虑，何惧之有？形劳而神逸，何倦之有？气得所养，则必从顺。惟其少欲，乃能从欲，故无所往而不遂。”又张志聪承上文注云：“恬淡无为，是以志闲而少欲矣；精神内守，是以心安而不惧，形劳而不倦矣；真气从之，是以气从以顺矣；五方之民，衣食居处，各从其欲，是以皆得所愿也。”于义亦通。

〔7〕任，随便的意思。服是服装。马蒔注：“有所食，则以为美而不求过味；有所服，则任用之而不求其华。”

〔8〕诸注对“高下”有两种不同的解释。一说认为系指社会地位高低而言；高指贵族，统治者；下为奴隶，百姓。如马蒔说：“高者不陵下，下者不援上，而不出位以相慕。”一说认为系指居处有高原平川之别。如张志聪注云：“此五方之民随天地万物之所生，山川地土之高下，衣食居处，各从其欲，彼此不相慕。”前说反映了当时社会的情况，后说从医学观点解释。故后说为是，但未必符合原文的本意。

〔9〕朴，朴素，诚实。马蒔注：“其民诚曰朴。”又“曰”，一作“日”。然如“曰”作语助词讲，则作“日”，义亦通。

〔10〕肖，似也。不肖，即不如人的意思。这里是与贤相对而言。贤人，为有能力的人，不肖，即无能的人。

〔11〕马蒔注：“盖修道者有得于心，则德全矣。危者，即动作之衰也。”王冰引《庄子》注云：“执道者德全，德全者形全，形全者圣人之道也。”德，即是“得”。养生有得于心，称谓“德”。全面符合养生之道，即德全。故以马注为当。

【按语】

本节提出对外界环境要“虚邪贼风，避之有时”，对人体本身要求做到“恬淡虚无”，“精神内守”的养生原则。认为只有这样才能使“真气从之”，而达到“病安从来”的目的。这种从人体本身的内在因素与外界的联系来分析，探求人体的寿夭和疾病发生的原因，是完全正确的。但也应当看到这种养生方法，在一定程度上反映出道家思想的色彩。例如老子《道德经》说：“……常德乃足，复归于朴”，“……我无欲而民自朴”。可见本文中的“其民故曰朴”，很可能是来自道家语。又如文中“故美其食，任其服，乐其俗”几句，与《道德经》中所云：“甘其食，美其服，安其居，乐其俗”等语，不仅意义相同，而语句也极相似。因此，这些养生方法，有其消极的一面。如“恬淡虚无”、“志闲而少欲”、“高下不相慕”等，都与道家的无为思想有联系。

二、阐明肾气的生长发育、生殖功能

【原文】

帝曰：人年老而无子者，材力^{〔1〕}尽耶，将天数^{〔2〕}然也？

岐伯曰：女子七岁，肾气盛，齿更发长^{〔3〕}；二七^{〔4〕}而天癸至^{〔5〕}，任脉通，太冲脉盛^{〔6〕}，月事以时下，故有子^{〔7〕}；三七，肾气平均^{〔8〕}，故真牙^{〔9〕}生而长极^{〔10〕}；四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮；五七，阳明脉衰，面始焦，发始堕^{〔11〕}；六七，三阳脉^{〔12〕}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^{〔13〕}，故形坏^{〔14〕}而无子也。