

内难经选释



内经选释

阎洪臣

高光振

吉林人民出版社

内 难 经 选 释

阎洪臣 高光振

*

吉林人民出版社出版 吉林省新华书店发行
长春新华印刷厂印刷

*

850×1168毫米32开本 印张：8 $\frac{3}{4}$ 插页1 192,000字

1979年1月第1版 1979年1月第1次印刷

印数：1—229,000册

书号：14091·59 定价：精装1.25元
平装0.80元

前 言

《内经》一书,是我国现存中医文献中最早的一部理论性著作,包括《素问》和《灵枢》两部分,共十八卷,一百六十二篇。这部书是战国至秦汉时期许多医家总结前人的医学理论和实践经验,托名黄帝而写成的,故称之为《黄帝内经》。《汉书·艺文志》所载:“黄帝内经十八卷”,即指此而言。全书以脏腑、经络为核心,用问答的形式,讨论了人与自然、阴阳五行、病因病机、诊法治则及针灸术等内容,形成了一套完整的中医理论体系,为后世医学的发展奠定了基础。

《难经》原名《黄帝八十一难经》,相传为战国时期的名医扁鹊所著。该书以问答释疑的方式,从诊法、脏腑经络和针刺的补泻手法等方面,阐发了《内经》的旨意,对后世医家亦有很大的影响。

《内经》和《难经》是中国医药学伟大宝库中,最为珍贵的部分。它包含着极其丰富的理论知识和实践经验,两千多年来一直成为中医各科的指南,对世界医学的发展,特别是对东方医学的发展,亦做出了有益的贡献。时代在前进,中医要发展。中医的发展方向

就是中西医结合，创建中国统一的新医学、新药学。这是历史赋予我们的伟大使命。在中西医结合的过程中，全国各地的医务部门，已经做了很大的努力，取得了很大的成绩。事实证明，这些新成就都是在研究《内经》和《难经》所阐述的中医基本理论的基础上，结合现代医学的优点而取得的。所以，学习和研究内经，继承和发扬中医宝贵遗产，对创建中国新医药学派，有着重大的现实意义和深远的历史意义。但由于《内经》和《难经》成书年代久远，篇幅繁多，文辞古奥，给初学者带来一定的困难；尤其是该书受当时历史条件的限制，难免掺杂一些糟粕，更有进一步分清之必要，吸取其精华，剔除其糟粕，方能使它发挥更大的指导作用。鉴于目前关于《内经》和《难经》浅易的注释较为缺少的情况，为了加强中医基本理论的学习，为了适应中医教学、科研和医疗工作的需要，我们不揣冒昧，编写了这本《内难经选释》，以供学习者参考。

本书分人与自然、阴阳学说、脏腑经络、病因病理、诊法、治则六个部分，共选入原文二百余条。在每条原文之下，加了“注”、“释”、“按”。对有争议性的问题，除在“注”里说明外，还在按语中谈了我们的体会。部分条文结合临床，提出了基本的治疗原则和常用方药，以供参考。尽管我们做了一些努力，但是由于水平所限，加之时间仓卒，谬误之处，在所难

免，恳望读者批评、指正。

本书在编写中，学院领导给予了大力的支持，成稿以后，又蒙吉林医大二院内科李学中主任、我院中医基础教研室程绍恩主任和内科陈玉峰老医师等审阅，值此一并致谢！

长春中医学院 阎洪臣
高光震

一九七八年五月十五日

目 录

人与自然	1
阴阳学说	12
脏腑经络	27
病因病理	102
诊 法	202
治 则	243
附：本书引用的各家书目	273

人与自然

古代医者在长期的生活和医疗实践中逐步认识到，人类生存在自然界中，与自然环境有着密切的关系。自然界存在着人类赖以生存的必要条件。这些条件的异常改变，如果超过人体的适应能力，就会导致疾病的发生。中医就是根据这样一个机体与外在自然环境的对立统一关系，来研究人体的生理、病理，并用这种观点预防、诊断和治疗某些疾病。

人的机体与外在环境的对立统一，是祖国医学整体观念的重要组成部分。关于这方面内容，《内经》一书在很多篇章中有过较为详尽的论述，形成了一个完整的学说体系。本章选录其中主要原文，注释如下。

天复地载^①，万物悉备，莫贵于人；人以天地之气^②生，四时之法^③成。（《素问·宝命金形论》）

〔注〕① 天复地载：复，遮盖；载，运载。

② 天地之气：天气，指风寒暑湿燥五气；地气，指酸苦甘辛咸五味。

③ 四时之法：四时，指四季；法，法度，引申为规律。

唐·王冰云：“温凉寒暑，生长收藏，四时运行，而方成立。”

〔释〕天地之间，万物俱备，其中没有什么东西比人再宝贵的了。人要依赖天地之气而生存，还要顺应四季的变化规律而成长。

〔按〕自然界中的物质是一切生物生长、发展的基础，而生物的生长化收藏的不同变化，也是受四时气候变迁制约的。人亦如此，比如春夏季，气候温热，人体的阳气行于体表；秋冬季，气候寒凉，人体的阳气内敛闭藏。由于人的这种适应性变化，在生理上方能进行正常的新陈代谢活动，从而促进了机体的成长和发育。祖国医学认为，人体五脏的生理功能，和自然界的生长化收藏的发展规律也是相联系的。如明代张景岳说：“春应肝而养生，夏应心而养长，长夏应脾而养化，秋应肺而养收，冬应肾而养藏”，就是人应自然的较好说明。

天食人以五气^①，地食人以五味，五气入鼻，藏于心肺，上使五色修明^②，音声能彰^③；五味入口，藏于肠胃，味有所藏，以养五气^④，气和而生，津液相成，神乃自生。（《素问·六节藏象论》）

〔注〕① 天食人以五气：即天以五气使人食。五气，指前注之“天气”，也有解作“腥焦香臊腐”五者。

② 五色修明：五色，指青黄赤白黑；修，美丽；明，润泽明亮。

③ 彰：zhāng音章，显著，引申为洪亮。

④ 五气：此处指五脏之气（依王冰注）。

〔释〕天以五气供人呼吸，地以五味给人食用。五气由鼻吸入，藏在心肺两脏，其气上于头面，能使颜面美丽、明润，也能使声音洪亮。五味经口纳入，藏在肠胃之中。五味在所藏的地方被分解，其精微的部分可以滋养五脏。五藏之气调和，则产生津液。津液润泽五脏、六腑，从而使脏腑的生理功能正常，人的精神也就从中产生了。

〔按〕本条主要阐述了自然界中的五气和五味在人体中发生作用的过程。

风寒暑湿燥五气，就是大自然中的空气随季节的变化，而呈五种不同性状。春天阳气转，故多风；夏天气候炎热，故多暑；秋天空气干燥，故多燥；冬天气候寒冷，故多寒。原文中“五气入鼻，藏于心肺”，清楚地表明古代医家已经认识到，自然界的空气由鼻吸入后，不只藏在肺脏，而且还藏在心。这种认识是非常难能可贵的，它与现代医学所说的氧气在肺脏进行气体交换以后，随血液进入心脏的观点基本一致。祖国医学认为：肺主气、主音，所以肺气充则声音洪亮；心主血、其华在面，故心血足则颜面美丽明润。

《灵枢·五味篇》说：“谷气有五味，其入五脏”。五味即是酸苦甘辛咸，它是营养机体的重要物质。五味的精微与五气相结合，称为“宗气”，它积于胸中，由肺所主宰、调节和施布。此气上出喉咙而行呼吸、发音，下贯心脉以行血气，并能温养皮肤肌肉，化生津液和营血，是维持生命活动的基本物质。

天暑衣厚则腠理^①开，故汗出，……天寒则

腠理闭，气湿不行^②，水下留于膀胱，则为溺与气^③。（《灵枢·五癃津液别篇》）

〔注〕① 腠理：腠，còu音凑，皮肤（见史记扁鹊传之注）；理，纹理。腠理，指皮肤的纹理而言。

② 气湿不行：水湿之气不能外泄。这是正常的生理现象，非病态。

③ 溺与气：溺，niào同尿；气，指排尿的气化功能。

〔释〕天气炎热，衣服穿的过厚，就会使腠理开发，所以汗液外泄。天气寒凉，则腠理密闭，体内的水湿之气不能外泄，多余的水液就要下注而留于膀胱之中，经气化的作用，排出体外而为尿。

〔按〕本节主要论述了寒暑气温的变化对人体水液代谢的影响。

人体内的水液排泄，主要有二条渠道：一条是化为汗，从皮肤排出；另一条是变为尿，从前阴排出。其排出量的多少，与气温有着密切的关系，如夏季气候炎热，人体的腠理疏松，汗孔开张，汗液容易外泄，所以汗多尿少；冬季气候寒凉，人体的腠理密固，汗孔闭合，液体不易外泄而内注于膀胱，故表现为汗少尿多。这种生理上的变化，是人的机体适应自然的具体表现，在辨证和论治中，都有重要的意义。如中医常说的“冬不用石膏，夏不用麻黄”，就是因为夏天汗液较多，若再过用辛温发散的麻黄，可耗伤阴液；冬天寒冷，人的阳气内敛，若用过用大寒的石膏，可抑阳而伤正。

原文中的“气湿不行，水下留于膀胱，则为溺与气”一

句，明·马元台注：“天寒则腠理闭，内之气与湿俱不行，其水下留于膀胱，则为前溺与后气耳”。将“气”解为“后气”（屁）。

《素问·灵兰秘典论》云：“膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出焉。”据此可见，本条所论的“溺与气”的“气”，解为膀胱中的“气化”之气，较为妥切。张景岳说：“气为水母，知气化能出之旨，则治水之道，思过半矣。”中医根据气能“化水布津”的道理，在临床上治疗因脾肾阳虚而造成的水湿停留的疾患，采用通阳化气法，选用真武汤之类的方剂，往往可以收到良效。

帝^①曰：其于寿夭^②，何如？岐伯^③曰：阴精所奉^④，其人寿；阳精所降^⑤，其人夭。（《素问·五常政大论》）

〔注〕① 帝：指黄帝，是中国古代传说中的国君（可能是氏族社会时，一个部落的首长），姓公孙，建都于轩辕之丘，故又称“轩辕氏”。《内经》就是用黄帝与岐伯等人问答的形式来阐述医理的。

② 其于寿夭：其，代词，指代前文所述“地势之高下，气温之寒热”而言；夭，夭折，即短寿。

③ 岐伯：古代传说中的名医，首见于班固的《汉书·艺文志》。在《内经》中，大部分医理都由岐伯阐述，能回答黄帝所提的各种问题，因此后世有人称《内经》为“岐黄之书”，称医学为“岐黄之术”。根据史料分析，这些都是假托，不足为信。

④ 阴精所奉：阴精，指阴寒之气；奉，上升之意。前文说：“西北方，阴也；其精奉于上。”

⑤ 阳精所降：阳精，指阳热之气；降，下降之意。前文云：“东南方，阳也，其精降于下。”

〔释〕黄帝问道：地势的高低，气温的寒热，对人体的寿命有何影响？岐伯回答说：阴寒之气上升的西北地区，其气寒冷，这里的人一般都长寿；阳热之气下降的东南地区，其气炎热，这里的人一般多短寿。

〔按〕本条讨论了地势和气温对人的寿命的影响。

祖国医学认为，气候寒冷的地方，人体的阳气不妄泄，正气充盛，因而寿命较长；气候炎热的地方，人体的阳气容易耗泄，因而寿命较短。这是古人经过长期观察得出的正确结论。

宋·李杲从脾胃功能的盛衰来解释本节原文。他说：“阴精所奉，谓脾胃既和，谷气上升，春夏令行，故其人寿；阳精所降，谓脾胃不和，谷气下流，收藏令行，故其人夭”，可以参考。

阳气者，一日而主外，平旦^①人气生，日中而阳气隆^②，日西而阳气已虚，气门^③乃闭。是故暮而收拒^④，无扰筋骨，无见雾露，反此三时，形乃困薄^⑤。（《素问·生气通天论》）

〔注〕① 平旦：日出之时。

② 隆：王冰注：“犹高也，盛也。”

③ 气门：即玄府，又称汗孔。中医认为，汗孔是发泄经脉营卫之气的门户，所以称为气门。

④ 暮而收拒：暮，是日落的时候；收，收藏，指人入室而居；拒，格拒，即指人入室后不与外界接触。

⑤ 困薄：困，为困扰；薄，逼迫的意思，引申为侵害。

〔释〕人体中的阳气，白天主要起着保卫机体外部的作用。早晨，人的阳气由内而生，布行于体表；中午，人的阳气最为隆盛；傍晚，人的阳气入里，体表的阳气逐渐虚少，于是汗孔密闭。因此，到晚间人就应该收拒，不要扰动筋骨，不要外出接触雾露。如果打乱了阳气在平旦、日中和日西这三个时限运行的规律，形体就要被外邪所困扰和侵害。

〔按〕阳气的主要功能是保卫形体、防御外邪，如《素问·生气通天论》说：“阳因而上，卫外者也”。阳气白昼行于体表，夜晚潜于体内。行于体表时，卫外的功能就强；潜入体内时，体表的阳气虚少，卫外的功能就会减弱，所以，人在夜间睡觉时容易感受外邪。

值得说明的是，学习本段原文，目的在于掌握阳气在昼夜中的运行规律及其与发病的关系，但不能从中吸取消极的因素，用“暮而收拒，无扰筋骨，无见雾露”的方法避免邪气。

夫四时阴阳^①者，万物之根本也。所以圣人春夏养阳，秋冬养阴^②，以从其根，故与万物沉浮^③于生长之门。逆其根，则伐其本，坏其真^④矣。故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。逆之则灾害生，从之则苛疾^⑤不起。（《素问·四气调神大论》）

〔注〕①四时阴阳：四季按阴阳来划分，则春夏季为阳，秋冬季为阴。

② 春夏养阳，秋冬养阴：王冰注：“春食凉，夏食寒，以养于阳；秋食温，冬食热，以养于阴。”

③ 沉浮：沉为降；浮为升。沉浮，意为随环境的变化而变化。

④ 真：指人体中的真气，即正气。

⑤ 苛疾：苛，kē音科，王冰注：“苛者重也。”苛疾，即重病。

〔释〕春夏秋冬四季的阴阳变化，是万物生长的根本。因此，懂得养生道理的人要春夏养阳，秋冬养阴，以此来调节机体适应自然界阴阳四时的变化，就能和万物的生长一样，做到随环境的变化而变化。假如违背了这种变化规律，就会戕伐生命的根本，败坏机体的正气。所以，阴阳四时的变化是万物生长、死亡的根本。违背它就产生灾害，顺从它就不会生大病。

〔按〕本条主要阐明了人顺从自然规律的重要性。

古人在长期实践中，体验到自然界的严寒或酷热，都会给人类带来疾病。为了避免此类自然灾害的发生，就要采取一些必要的措施，因而提出了“春夏养阳，秋冬养阴”的养生办法。但是保养身体，预防疾病，绝不能单纯“顺天应时”地消极等待，而应该积极参加生产劳动，加强身体锻炼，以增强机体的抗病能力。

“春夏养阳，秋冬养阴”，是中医常用的养生办法，对此有多种解释。一般认为：养，是保养、爱惜的意思。春夏之季，阳气容易外泄，泄之太过则耗伤正气，所以春夏季节要防止过度的活动，以爱惜、保养机体的阳气；秋冬之季，阳气内敛，

阴气转盛，万物闭藏，人也应该保养体内的阴精，勿使外泄太过，要想阴精不伤，应防止房劳伤肾，这就是“养阴”。如《素问·金匱真言论》指出的：“藏于精者，春不病温”，便进一步说明了养阴的重要意义。

春善病鼽衄^①，仲夏^②善病胸胁，长夏善病洞泄寒中^③，秋善病风疟^④，冬善病痹厥。（《素问·金匱真言论》）

〔注〕① 鼽衄：鼽，qiú 音求，因外感风寒而致的鼻塞流涕；衄，指鼻腔出血。

② 仲夏：夏季的第二个月，即农历五月间。

③ 洞泄寒中：洞泄，指因寒而引起的直倾下利；寒中，寒气在中焦。

④ 风疟：为疟疾病的一种。因夏季阴暑内伏，复感秋季的风邪而发，临床表现为先寒后热，寒少热多，头痛，自汗出，脉象弦数等。

〔释〕春天容易患鼻塞流涕和鼻衄之病，夏天容易患胸胁满痛之病，长夏容易患里寒腹泄之病，秋天容易患风疟之病，冬天容易患手足麻木厥冷之病。

〔按〕本条阐述了自然气候的改变与人体发病的关系，并指出了四季易发的常见病，但不能理解为这是发病的普遍规律。

四季之所以常见此种疾病，是因为春主风，为阳气升发之季，内应肝胆二脏，而肝胆之经脉又上于头，所以春季感受风

寒，邪气上阻清窍（鼻），则鼻塞流涕；若肝胆火旺，邪气沿经上扰，伤及络脉，则易发鼻衄，故《素问·金匱真言论》说：“春气者，病在头”。夏季炎热，少阴心火当令，因心居胸中，而心的经脉又循于胸胁，当机体感受热邪时，最易引动心火，而见心烦和胸胁满闷，所以《素问·金匱真言论》说：“夏气者，病在藏”。夏秋之交的长夏多雨多湿，感之则困脾抑阳，内生虚寒，寒湿相结，则见里寒腹泻。夏伤于暑，暑汗不出，邪热内伏，复感秋凉，风寒内侵，引动伏热，寒热交争，故发为风疟。冬季严寒，阳气内敛，若伤于寒邪，寒客经脉，气遇寒则滞，血逢寒则凝，血凝气滞，故见手足麻木厥冷。

黄帝曰：夫百病者，多以旦慧昼安，夕加夜甚，何也？岐伯曰：四时之气使然。黄帝曰：愿闻四时之气。岐伯曰：春生、夏长、秋收、冬藏，是气之常也，人亦应之。以一日分为四时，朝^①则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。朝则人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气^②长，长则胜邪，故安；夕则人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入脏，邪气独居于身，故甚也。（《灵枢·顺气一日分为四时篇》）

〔注〕① 朝：zhāo 音召，早晨。

② 人气：人体中的阳气。

〔释〕黄帝问：患各种疾病的人，大多数早晨神智清爽，