



濒湖脉学译注

中医古籍出版社



濒湖脉学译注

明·李时珍 著

程宝书 王其芳 译注

中医古籍出版社

责任编辑 徐岩春

封面设计 陆大奎

濒 湖 脉 学 译 注

明·李时珍 著

程宝书 王其芳 译注

中医古籍出版社出版

(北京东直门内北新仓18号)

保定第二印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米 32开本 3.25印张 67千字

1988年6月第1版 1988年6月第1次印刷

印数: 00001~15500

ISBN 7-80013-095-9/R·095

定价: 1.10元

序 言

脉诊，是中医独特的诊断方法之一，每个从事中医临床的医生都应该熟练地掌握它、运用它。但是“脉理精微，其体难辨”，“在心易了，指下难明”，致使初学者望而却步。明代著名医学家李时珍怀嘉惠后人之心，采撷历代各家脉论之精华加以取舍归纳，提要钩玄，编成《濒湖脉学》一书。该书扼要地介绍了二十七种不同脉象的形态、所主病证以及相类脉象的鉴别，均括为歌诀，便于颂记，尤利初学，是我国古代脉学著作中的佳作。

为了给初学中医的同志提供学习脉诊的参考资料，我们对《濒湖脉学》一书进行了翻译和注释。译文用浅近的现代汉语，并注意押韵，以利于朗读和背诵。书中难懂的古汉语词汇和医学名词术语，均作了详细的解释，以期对读者理解原文有所裨助。

译注工作中，我们参考了北京中医学院中医系中医基础理论教研室编的《濒湖脉学白话解》，特此致谢！由于我们学识浅陋，书中舛讹之处在所难免，敬希读者斧正。

编者

1986年2月18日

目 录

四言诀

- 一、经脉与脉气..... (1)
- 二、部位、诊法..... (3)
- 三、五脏平脉..... (5)
- 四、辨脉提纲..... (7)
- 五、诸脉形态..... (9)
- 六、诸脉主病..... (13)
- 七、杂病脉象..... (22)
- 八、妇儿脉法..... (39)
- 九、奇经八脉诊法..... (41)
- 十、真脏脉绝..... (44)

七言诀

- 一、浮..... (47)
- 二、沉..... (49)
- 三、迟..... (51)
- 四、数..... (54)
- 五、滑..... (56)
- 六、涩..... (58)
- 七、虚..... (61)
- 八、实..... (63)
- 九、长..... (65)
- 十、短..... (66)
- 十一、洪..... (67)
- 十二、微..... (69)

十三、紧	(71)
十四、缓	(73)
十五、扎	(75)
十六、弦	(77)
十七、革	(79)
十八、牢	(80)
十九、濡	(81)
二十、弱	(83)
二十一、散	(85)
二十二、细	(86)
二十三、伏	(88)
二十四、动	(90)
二十五、促	(91)
二十六、结	(93)
二十七、代	(94)

四 言 诀

一、经脉与脉气

原 文

脉乃血脉，
气血之先。
血之隧道^①，
气息应焉。
其象法^②地，
血之府^③也。
心之合也，
皮之部^④也。

资^⑤始于肾，
资生于胃。
阳中之阴，
本乎营卫^⑥。
营者阴血，
卫者阳气。
营行脉中，
卫行脉外。

脉不自行，
随气而至。

译 文

经脉又叫血脉名，
气血循环它先行。
血液流通的隧道，
气息和它相呼应。
脉与大地河网同，
血液蕴藏在其中。
在内与心相配合，
外布皮肉成一统。

脉气先天生于肾，
后天凭借胃气存。
属于阳中之阴气，
营卫循环生脉息。
营气阴血一部分，
卫气阳气之一种。
营气循行经脉中，
卫气循行经脉外。

经脉不能自运行，
随着胃宗二气动。

气动脉应，
阴阳之义。
气如橐龠^①，
血如波澜。
血脉气息，
上下循环。

胃宗气动血脉应，
阴血阳气互作用。
阳气如同风箱吹，
掀起阴血波澜涌。
血脉随着气息流，
上下循环永不停。

十二经中，
皆有动脉。
惟手太阴，
寸口取诀，
此经属肺。
上系吭嗌^②。
脉之大会，
息之出入。
一呼一吸，
四至为则^③。
日夜一万，
三千五百。
一呼一吸，
脉行六寸。
日夜八百，
十丈为准。

全身十二经脉中，
都有血脉在流动。
为何只有手太阴，
寸口部位切脉形。
手太阴经本属肺，
它的上部连喉咙。
各种脉气汇合处，
呼吸出入之途径。
一呼一吸叫一息，
脉动四次为标准。
一日一夜总合计，
一万三千五百息。
一呼一吸为一息，
此间脉行六寸整。
一日一夜八百丈，
又加十丈为准则。

〔注解〕

①隧道：在山中或地下凿成的通路。此处比喻脉道。

②法：仿效；效法。

③府：府库。

④部：分布，布列。

⑤资：凭借。

⑥营卫：出《灵枢·营卫生会篇》。营气和卫气的合称。两气同出一源，皆水谷精气之所化。营行脉中，具有营养周身的作⽤；卫行脉外，具有捍卫躯体的功能。

⑦橐龠：音tuó yuè。古代冶炼用的鼓风器具。橐是鼓风器，即鞴囊；龠是送风的管子。

⑧吭噤：音háng yì。咽喉。

⑨则：规范、准则。

二、部位、诊法

原文

初持脉时，
令仰其掌。
掌后高骨，
是谓关上。
关前为阳，
关后为阴。
阳寸阴尺，
先后推寻。
寸口无脉，
求之臂外，
是谓反关^①。
本不足怪。

译文

开始诊脉嘱病人，
掌心向上臂平伸。
掌后隆起高骨处，
就是关部须定准。
关部前边属于阳，
关部后面属于阴。
阳是寸部阴尺部，
先后顺次细推寻。
寸口如果无动脉，
切脉应找手臂外，
这就叫做反关脉，
此属正常不足怪。

心肝居左，

心肝脉象在左手，

肺脾居右。
肾与命门，
居两尺部。
左为人迎，
右为气口。
神门决断，
两在关后。
人无二脉，
病死不救。
左大顺②男，
右大顺女。
男女脉同，
惟尺则异。
阳弱阴盛，
反此病至。

脉有七诊，
曰浮中沉。
上下左右，
消息③求寻。
又有九候，
举按轻重。
三部浮沉，
各候五动。

寸候胸上，
关候膈下。

肺脾脉象在右手。
若诊肾与命门脉，
请在左右尺部寻。
左手寸部叫“人迎”，
右手寸部叫“气口”。
神门诊断肾阴阳，
两侧都在关部后。
人无二侧神门脉，
病危将死难挽救。
男子左脉大为顺，
女子右脉大为顺。
男女脉象大体同，
只是尺部有区分。
女子阳弱阴脉盛，
与此相反病来临。

诊脉手法有“七诊”，
名字叫做浮中沉。
还有上下和左右，
诊察脉象找病因。
又有“九候”一诊法，
轻取、稍重、重按分。
寸关尺部浮中沉，
各须五动仔细审。

寸部审病在胸上，
关部审病在膈下。

尺候于脐，

下至跟踝。

左脉候左，

右脉候右。

病随所在，

不病者否。

尺部审病在肚脐，

下至脚跟病可察。

左手脉诊左身病，

右手脉诊右身病。

脉象反映病所在，

无病脉象无反映。

〔注解〕

①反关：一种生理特异的脉位。由于生理位置的特异，桡动脉行于腕关节的背侧，故切脉位置也在寸口的对面，这种特异的脉位称为反关脉。

②顺：和谐。

③消息：消：消减；息，增长。谓盛衰。

三、五脏平脉

原文

浮为心肺，

沉为肾肝。

脾胃中州①，

浮沉之间。

心脉之浮，

浮大而散。

肺脉之浮，

浮涩而短。

肝脉之沉，

沉而长弦。

肾脉之沉，

译文

浮脉诊察心和肺，

沉脉诊察肾与肝。

中焦脾胃有病变，

浮沉之间可诊断。

心脉浮部之表现，

浮中显得大而散。

肺脉浮部之表现，

浮中显得涩而短。

肝脉沉部之表现，

沉中显得长而弦。

肾脉沉部之表现，

沉实而软。
脾胃脉来，
总宜和缓。

沉中显得实而软。
脾胃脉来之表现，
总宜平和而又缓。

命门元阳，
两尺同断。
春弦夏洪，
秋毛②冬石③。
四季和缓，
是谓平脉。
太过实强，
病生于外。
不及虚微，
病生于内。
四时百病，
胃气④为本。
脉贵有神⑤，
不可不审。

命门元阳之盛衰，
左右两尺同察看。
春天弦脉夏洪脉，
秋天脉毛冬脉石。
春夏秋冬脉和缓，
此为平脉无病患。
脉气太过或实强，
多为外感邪有余。
脉气虚弱或细微，
多是内伤正气虚。
诊察四季百病脉，
胃气存在是根本。
脉动有神实可贵，
不可大意应细审。

〔注解〕

①中州：旧时指现在河南省一带，因为位居当时的全国中心，所以叫中州。此处借指人体的中部，即中焦脾胃。

②毛：毛脉。《难经·十五难》：“秋脉毛者，肺，西方金也，万物之所终，草木花叶皆秋而落，其枝独在，若毫毛也，故其脉之来轻徐以浮，故曰毛。”毛脉是秋天的正常脉象。

③石：石脉。《难经·十五难》：“冬脉石者，肾，北方水也，万物之所藏也，盛冬之时，水凝如石，故其脉之来沉

濡而滑，故曰石。”石脉是冬天的正常脉象。

④胃气：平人脉象不浮不沉，不急不徐，从容和缓，节律一致，是为有胃气。凡病脉不论浮沉迟数，但有冲和之象，便是有胃气。

⑤有神：就是脉来和缓。如微弱的脉，却节奏不乱仍为有神；弦实的脉，带有柔和之象的也为有神。

四、辨脉提纲

原文

调停①自气，
呼吸定息②。
四至五至，
平和之则。
三至为迟，
迟则为冷。
六至为数③，
数即热证。
转迟转冷，
转数转热。
迟数既明，
浮沉当别。
浮沉迟数，
辨内外因。
外因于天，
内因于人。
天有阴阳，

译文

医者呼吸需调整，
出入均匀气稳定。
一息脉来四五动，
平和脉象标准型。
一息三至为迟脉。
迟脉反映为寒证。
一息六至是数脉，
数脉反映为热证。
脉象愈迟寒愈深，
脉象越数热愈重。
迟数脉象既分明，
浮沉脉象要辨清。
诊察浮沉迟数脉，
辨别内因与外因。
外因在于自然界，
内因在于人本身。
自然界中有阴阳，

风雨晦冥④。

人喜怒忧，

思悲恐惊。

外因之浮，

则为表证。

沉里迟阴，

数则阳盛。

内因之浮，

虚风⑥所为。

沉气迟冷，

数热何疑。

浮数表热，

沉数里热。

浮迟表虚，

沉迟冷结。

表里阴阳，

风气冷热。

辨内外因，

脉证参别。

脉理浩繁，

总括于四。

既得提纲，

引申触类。

风雨阴暗可致病。

人有喜怒忧思恐，

再加悲惊共“七情”。

外因致病见浮脉，

多感风寒是表证。

沉脉在里迟阴证，

数脉多是阳邪盛。

内因致病见浮脉，

虚风内动所产生。

沉脉气郁迟冷积，

数因热邪不须疑。

浮数热邪尚在表，

沉数热邪已入里。

浮迟虚寒尚在表，

沉迟寒邪结于里。

表里阴阳能辨别，

风气冷热可分析。

分别内因和外因，

脉证互参可鉴别。

脉学道理多深奥，

总共概括有四种。

既得提纲又挈领，

引申触类能旁通。

〔注解〕

①调停：调，调整；停，定也。调停，就是通过调整，使自己的呼吸有一定的规律。

②定息：一呼一吸为一息。定息，呼吸次数稳定。

③数：音shuò，脉搏快。

④晦冥：音hui míng，昏暗。也作晦暝。

⑤虚风：由阴虚、血虚而内生的风证。多见于大汗、大吐、大泄、失血或久病伤阴者，由津液亏损，液少血枯，血不养筋，肝阴不足，阴不潜阳，而肝风内窜所致；也有因肾阴不足，肝肾亏损，肾水不能涵养肝木，而致阳亢化风，肝风上扰。临床表现为眩晕、震颤或手足蠕动或昏仆等。

五、诸脉形态

原文

浮脉法天，
轻手可得。
泛泛在上，
如水漂木。
有力洪大，
来盛去悠^①。
无力虚大，
迟而且柔。
虚甚则散，
涣漫不收^②。
有边无中，
其名曰芤。
芤而急弦，
革脉使然。
浮小而软，

译文

浮脉形态似天空，
轻手循摸即可得。
浮浮泛泛在上头，
好像水上漂流木。
有力粗大叫洪脉，
搏动充盛又持久。
无力粗大是虚脉，
搏动迟缓又轻柔。
虚脉更甚叫散脉，
搏动涣散不清楚。
脉有两边中间空，
这种脉象名叫“芤”。
若见芤脉兼急弦，
就叫革脉理当然。
浮而细小是软脉，

绵浮水面。
软甚则微，
不任^③寻按。

好像棉絮浮水面。
微脉更比软脉软，
似有若无难寻按。

沉脉法地，
近于筋骨。
深深在下，
沉极为伏。
有力为牢，
实大弦长。
牢甚则实，
幅幅^④而强。
无力为弱，
柔小如绵。
弱甚则细，
如蛛丝然。

沉脉形态似土地，
接近筋骨才可寻。
脉动深沉在骨下，
沉到极点就叫“伏”。
沉而有力是牢脉，
脉体实大又弦长。
牢脉强甚是实脉，
搏动紧急而坚强。
沉而无力是弱脉，
柔和细小软如绵。
弱脉更弱叫细脉，
好像蛛网丝一般。

迟脉属阴，
一息三至。
小快于迟，
缓才及四。
二损^⑤一败^⑥，
病不可治。
两息夺精^⑦，
脉已无气。
迟细为涩，
往来极难。

迟脉反映是阴证，
一呼一吸来三次。
缓脉稍比迟脉快，
一呼一吸则四至。
二至损脉一至败，
病属危殆不可治。
两息一至夺精脉，
脉中已无胃、宗气、
搏动迟细是涩脉，
往来艰涩很困难。

似止非止，
短散两兼。
结则来缓，
止而复来。
代则来缓，
止不能回。

数脉属阳，
六至一息。
七疾^⑧八极^⑨，
九至为脱^⑩。
往来流利，
是谓之滑。
有力为紧，
弹如绳转。
数见寸口，
有止为促。
数见关中，
动脉可候。
厥厥^⑪动摇，
状如小豆。
长则气治，
过于本位。
长而端直，
弦脉应指。
短则气病，
不能满部。

跳动似停而未断，
又短又散两相兼。
结脉搏动也迟缓，
歇止之后又出现。
代脉搏动亦迟缓，
歇止良久方能还。

数脉反映是阳证，
一呼一吸来六动。
七动疾脉八动极，
九动就叫脱脉名。
脉搏跳动很流利，
就是滑脉的脉形。
脉动有力为紧脉，
弹动犹如转索绳。
数脉显现在寸口，
时而歇止叫促脉。
数脉显现于关中，
叫做动脉可诊候。
陇然高起动不休，
动脉形状如小豆。
长脉反映正气足，
超过本位尺寸口。
脉体长而又端直，
就是弦脉可应指。
短脉反映气虚损，
不能盈满尺和寸。