

古典医著

全国盲人按摩专业统编教材

古典医著

——内经类编

席蛮侨 席蔚菁 编写

孙呈祥 审阅

华夏出版社

全国盲人按摩专业统编教材

古 典 医 著

——内经类编

席蛮侨 席蔚菁 编写
孙呈祥 审阅

华 夏 出 版 社

1993年·北京

(京)新登字045号

编审委员会名单

滕伟民	王永炎	陆和坤	孙呈祥	耿恩广
成为品	曹传瑞	刘冠玮	杨永谦	郁国民
樊远文	伏天云	贾乃荣	杨晓沛	秦 玺
王欲峰	郑天德	李瑞英	席蛮侨	黄辅民
杨忠诚	李伟洪	金贵全		

全国盲人按摩专业统编教材

古典医著

——内经类编

席蛮侨 席蔚菁 编写

•

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号)

新华书店经销

北京市人民文学印刷厂印刷

787×1092毫米16开本 5.26印张113千字

1993年1月北京第1版 1993年1月北京第1次印刷

印数1—4000册

ISBN7—80053—406—5/R·103

定价：3.15元

前 言

为了促进我国按摩事业的发展,提高盲人中等按摩教学的质量,国家民政部人事教育局和中华盲人按摩中心,于1987年决定组织全国各地盲人按摩教学专家和北京中医学院的一些著名教授,编写一套盲人按摩专业的统编教材,并于当年7月在大连召开了第一次编审会议。1988年中国残疾人联合会成立后,加强了盲人按摩工作,在国务院转发的《中国残疾人事业五年工作纲要》中,要求大力发展盲人按摩事业,使本教材的编写工作进一步提到议事日程上来,为此先后在黄山、徐州召开了第二三次编审会议。

在本套教材的编写过程中,各位承担编写任务的专家遵照教材编审委员会的要求,认真参照了全国中等卫生学校统编教材的最新版本,突出盲人按摩的特点,结合临床按摩和教学经验,综合各地盲人按摩人员的意见,力求本套教材在理论上具有科学性、系统性和完整性;尤其在按摩学部分,能坚持理论联系实际的原则,正确处理好继承和发扬的关系,在教材内容的深度、广度方面,从课程性质、任务的实际出发,对本学科的基础理论和基本技能进行了较全面的阐述,同时又尽量减少了各学科间教材内容的不必要重复和某些脱节。

本套教材包括人体解剖学、生理学与生物化学、病理学、医用微生物学与人体寄生虫学、诊断学基础、内科学、外科学、妇科学、儿科学、中医基础理论、中医诊断学、中药与方剂、经络腧穴学、医古文、古典医著、按摩学基础、内科按摩学、伤科按摩学、妇科按摩学、儿科按摩学、按摩各家学说以及语文、政治、体育、音乐等25门。其中基础课程主要以全国中等卫生学校统编教材为蓝本,根据盲人的特点加以充实、修改而成。所以这套教材不仅适合盲人按摩人员教学使用,也可供其他人员学习或参考。

教材是培养专门人才和传授知识的重要工具,教材质量的高低直接影响到人才的培养,要想提高教材的质量,必须不断地予以锤炼和修改。本套教材是初次编写,不可避免地存在不足之处,衷心希望各地按摩教学人员和广大读者在使用中进行检验,并提出宝贵意见,为进一步修订做好准备,逐步使之成为科学性更强,教学效果更好的盲人按摩专业的教学用书,以期更好地适应我国盲人按摩事业发展的需要。

全国盲人按摩专业统编教材编审委员会

1990年8月

编写说明

本书是根据三年制教学计划及全国盲人按摩专业统编教材编审委员会的要求编写而成。供中医按摩、针灸专业使用。

根据中医按摩医士专业特点，本书比较系统地介绍了《内经》中的基础理论和临床知识，按阴阳五行、脏象、经络、病机、诊法和防治分为六章编写。每章立〔原文〕、〔注释〕、〔译文〕、〔按语〕四部分，对《内经》中重点与难点作了通俗的译注。

本书在编写过程中，曾得到芜湖中医学校袁银根教授的大力支持，本套盲人按摩教材编审委员会的编委们对本书讨论稿提出了宝贵的修改意见，在此谨表示深切谢意。由于编者水平有限，本教材缺点和错误在所难免，欢迎各校师生批评指正，以便不断总结经验，进一步修订提高。

芜湖市盲人按摩学校

1992年1月

目 录

绪 论	(1)
第一章 阴阳五行学说	(3)
第二章 脏象学说	(13)
第三章 经络学说	(28)
第四章 病机	(42)
第五章 诊法	(55)
第六章 防治	(67)

绪 论

《内经》又名《黄帝内经》，是我国现存医学文献中最早的一部典籍，是中医学基础理论的古典原著，是学习中医必读之书。

关于《内经》的作者和著作年代，历代医史学者有不同见解。多数学者认为，《内经》绝非一人一时的著作，而是古代劳动人民长期与疾病作斗争的经验总结，是一部包容了汉代以前许多医学著作的汇编。尽管《内经》理论渊源甚古，但从其内容、文字、所用历法及现代考古资料来看，撰成大约是在西汉时期。冠以“黄帝”，仅为托辞。

《内经》分为《素问》与《灵枢》两个部分，共十八卷，一百六十二篇。《素问》以“黄帝”与“岐伯”平素讨论问答的形式来阐述医学问题，故名《素问》，它是论述祖国医学理论的主要著作；《灵枢》谓“神灵之枢要”，意即医学的内容非常广泛，《灵枢》是医学中的奥妙枢机，故名《灵枢》。又因《灵枢》讨论经络、针灸的内容较多，故有人称之为《针经》。

《内经》的内容非常丰富，它比较系统全面地阐述了中医学的学术理论体系，分别从阴阳五行、脏腑、经络、病因、病机、预防、治则等方面来论述人体的生理活动和病理变化规律，同时为预防、诊断、治疗等确立了基本原则。《内经》中医学理论体系的形成，受着当时朴素的唯物论和自发的辩证法的哲学思想影响，运用了阴阳五行学说来说明人体内外相互联系、相互制约的整体观念和朴素的对立统一观。根据当时人们对有关人体的解剖、生理、病理的认识，总结了以脏腑经络为主的生理病理概念。其中以五脏为主，配以六腑，通过经络联系体表各组织器官，并运行气血津液。同时，又外应天地四时气候变化，说明人体是一个内外统一的有机整体。这样，就形成了以五脏为中心的五个生理、病理活动系统，成为中医学的独特的理论体系。在对人与自然息息相关的认识指导下，提出了六淫、七情、饮食劳倦等病因学说。在对发病机理的认识中，《内经》以正邪相搏的观点来阐述疾病的发生和变化，强调正气的重要作用。

《内经》不仅阐述了阴阳五行、脏腑、经络、病因、病机等方面的医学理论，而且在预防、诊法和治疗等方面也介绍了基本原则和方法，为祖国医学的辨证施治，奠定了基础。后世医家遵循《内经》的基本原则，并在实践中不断充实提高，借以指导临床施治。

由于《内经》年代久远，文字古奥，义理深邃，且辗转传抄，以致简脱文断，有所阙漏；又因其书是出自多人之手，所以，无论从篇章结构，文字词语，还是认识方法，均难于系统一致。这就必然给初学者带来一定的困难。所以，要学好《内经》，掌握以下学习方法是十分必要的。

1. 医文相参，读通原文

学习《内经》，首先必须读通原文，但由于《内经》成书年代久远，古文词语的演变，仅用现代语文知识就不易研读。所以学习《内经》，必须掌握一定的古汉语知识，

并借助于工具书。弄通文理，才能进一步理解其医理，将文理和医理结合起来阅读，才能了解原文的意义。弄通文理是理解医理的基础，利用医理又可检验文理是否正确。这样，就可能避免错解原意。

2. 掌握古代哲学思想，参考历代医家注释

《内经》的理论体系，是建立在朴素唯物论和自发辩证法思想基础之上的。所以，学习《内经》必须用辩证唯物主义的观点和一分为二的方法去分析研读，既要看到其唯物、辩证的一面，又要看到其朴素的、自发的一面。

自《内经》成书以来，历代医家有不少的注释和校正。有些医家与《内经》的成书年代较为接近，文字语法变革亦较少，故其注释在某些方面颇能反映作者的原意，有些医家则在订正前人的讹误上做了许多工作，所以参考历代医家注释，是学习《内经》一个必不可少的方面。

3. 联系各篇有关内容，理解《内经》理论体系的系统性

《内经》的理论体系，是从各篇中分别体现出来的。所以要理解《内经》理论体系的系统性，就必须把各篇的有关内容加以综合概括，如此才能系统地掌握其学术思想。比如脏象学说就分散在《素问》的灵兰秘典论、金匱真言论、阴阳应象大论、六节藏象论、五脏生成篇和《灵枢》的天年、海论、本输、本藏等篇。如果不把这些篇章中的有关内容综合起来，就难以得出一个比较完整的概念。

4. 结合临床实践，掌握《内经》理论原则的运用

理论来源于实践又指导实践。学习《内经》，一方面要理解其原意，一方面要和临床实践加以对照，检验其理解是否正确。文意是如此，临床实践亦是如此，就可予以肯定；若文意如此，而临床实践并非如此，则需进一步研究，不可轻易对原文加以否定。同时还应当和后世中医学术的发展联系起来，与《内经》理论原则的运用加以对照，检验自己的理解是否正确。这样既可使某些理论原则进一步深刻化、具体化，而且还可加深理解《内经》理论体系在祖国医学发展史上所起的作用。

第一章 阴阳五行学说

阴阳五行学说，是我国古代的一种哲学观念，具有朴素的唯物论和自发的辩证法思想。阴阳学说认为，任何事物的内部，无不存在着相互对立的两个方面，这两个方面的对立统一运动，是事物发展变化的动力，阴阳学说就是这两个方面相互关系的概括。五行学说主要是对宇宙中一切事物按五类属性综合归纳，并用生克制化的理论，来说明事物在运动变化中相互之间的联系，以及它们在变化发展中相对稳定的状态。

古代医家把阴阳五行学说运用于医学领域，借以说明人体的生理功能和病理变化，并指导着临床诊断和治疗，成为中医学理论体系的重要组成部分，对祖国医学的形成和发展，有着深刻的影响。

【原文】

阴阳者，天地之道也^①，万物之纲纪^②，变化之父母^③，生杀之本始^④，神明之府也^⑤。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①【天地之道】 天地，泛指自然界。道，本意是道路，引申为道理、规律、法则。

②【万物之纲纪】 万物，指自然界的一切事物。纲纪，提网的绳为纲，网眼的细绳为纪，这里作纲领法度解。

③【变化之父母】 父母，这里是本源、根本的意思。事物之所以能发展变化，就在于阴阳二者的对立统一运动。所以说阴阳是各种事物发展变化的父母。

④【生杀之本始】 生，发生、生长；杀，死亡、消灭；本始，根本、由来。

⑤【神明之府】 变化多端叫作神。有现象可见叫作明。府，藏物的处所。全句的意思是万物运动变化动力之所在。

【译文】

阴阳是自然界万物存在的普遍规律，可以作为分析和归纳一切事物的纲领，事物的一切变化都是由阴阳相互作用而发生的，它是事物生长、消亡的由来，是事物发生发展的动力所在。

【按语】

本段简要论述了阴阳的基本概念。从“天地”、“万物”、“变化”、“生杀”、“神明”等几个方面，说明了阴阳对立统一运动的普遍性，它不仅存在于各个事物之中，同时还存在于每个事物的全部发展过程之中。事物之所以能存在和发展变化，其本源就在于事物本身无不存在着阴阳对立统一运动。所以阴阳可以概括自然界一切事物运动变化的规律。

【原文】

天地者，万物之上下也；阴阳者，血气之男女也①；左右者②，阴阳之道路也；水火者，阴阳之兆徵也③。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①〔血气之男女〕之，与或和的意思。全句是以血气分阴阳，则气为阳，血为阴；以男女分阴阳，则男为阳，女为阴。

②〔左右〕代指东西。人面南而立，太阳和月亮总是左东右西的升降。从“天人相应”的观点来说，人体气机也是不断地左升右降，因上升为阳，下降为阴，所以说左右是阴阳的道路。

③〔兆徵〕即征象。阴阳不可察，水火则可见，水为阴，火为阳，故以水火为阴阳的征象。

【译文】

万物居于天地之间，禀受自然界阴阳的变化而生存。就人而言，则男为阳，女为阴；就人体内的气血而言，则气为阳，血为阴。左右为阴阳升降运行的道路，水火是阴阳表现的征象。

【按语】

本段着重从男女、气血、左右和水火等方面指出阴阳之间既相互对立，又相互联系，并反映出阴阳的普遍性。

【原文】

阴阳者，数之可十①，推之可百②，数之可千，推之可万。万之大，不可胜数③，然其要一也④……阴阳之变，其在人者，亦数之可数。（《素问·阴阳离合论》）

【注释】

①〔数〕音暑。这里作动词用，为统计、计算的意思。

②〔推〕推演、扩充的意思。

③〔胜〕音升，尽的意思。“不可胜数”，即数之不尽。

④〔然其要一也〕要，指要领。一，指阴阳对立统一的根本规律。

【译文】

阴阳可以概括一切事物运动变化的规律，它可以由十推演到百，由千推演到万，甚至达到数之不尽的程度，但是归纳其要领，仍然是这个阴阳对立统一的根本规律……阴阳的变化，在人体方面，也同样可以用这种推演方法来计算的。

【按语】

本段主要指出了阴阳的无限可分性。一切事物从大到小，从自然界到人体，都可以用阴阳来概括和分解，都存在着对立统一的关系，明确了这一点就掌握了事物对立统一的运动规律。

【原文】

阴中有阴，阳中有阳。平旦至日中①，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏②，天之阳，阳中之阴也；合夜至鸡鸣③，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。故人亦应之。（《素问·金匱真言论》）

【注释】

- ①〔平旦〕 平，指自然界昼夜的平分。旦，日刚出的时候。平旦，即天明日出之时。
②〔黄昏〕 即日落的时候。因为日落时自然界呈现一派黄色而昏然不清，故曰“黄昏”。
③〔合夜至鸡鸣〕 合夜，即黄昏时。鸡鸣，指夜半。

【译文】

阴中有阴，阳中有阳。如在一昼夜中，白天为阳，夜晚为阴。日出至日中午，为阳中之阳；中午至黄昏，为阳中之阴。黄昏至夜半，为阴中之阴；夜半至日出，为阴中之阳。自然界的阴阳之气是这样，人体的阴阳之气也是这样与之相应。

【原文】

夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴①；言人身之阴阳，则背为阳，腹为阴②；言人身之藏府中阴阳，则藏者为阴，府者为阳③；肝、心、脾、肺、肾五藏皆为阴，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六府皆为阳……故背为阳，阳中之阳心也④；背为阳，阳中之阴肺也⑤；腹为阴，阴中之阴肾也⑥；腹为阴，阴中之阳肝也⑦；腹为阴，阴中之至阴脾也⑧。此皆阴阳表里内外雌雄相输应也⑨，故以应天之阴阳也。（《素问·金匱真言论》）

【注释】

- ①〔外为阳，内为阴〕 外，指体表；内，指脏腑。体表居外属阳，脏腑居内属阴。
②〔背为阳，腹为阴〕 此指背与腹相对而言，背在上属阳，腹在下属阴。另一种解释是，督脉循行于背，总督一身之阳，故“背为阳”；任脉循行于腹，统任一身之阴，故“腹为阴”。
③〔藏者为阴，府者为阳〕 五脏属里，主藏精气而不泻，故为阴；六腑属表，主传化物而不藏，故为阳。
④〔阳中之阳心也〕 心系于背，位居上焦，外应于夏，故为“阳中之阳”。
⑤〔阳中之阴肺也〕 肺系于背，位居上焦，外应于秋，故为“阳中之阴”。
⑥〔阴中之阴肾也〕 肾系于腹，位居下焦，外应于冬，故为“阴中之阴”。
⑦〔阴中之阳肝也〕 肝系于腹，位居膈下，外应于春，故为“阴中之阳”。
⑧〔阴中之至阴脾也〕 脾系于腹，外应于长夏，居春夏与秋冬之间，由阳入阴，故脾为“阴中之至阴”。
⑨〔阴阳表里内外雌雄相输应〕 雄性属阳，雌性属阴，这里是指上述的脏腑阴阳而言，脏在内属阴为雌，腑在外属阳为雄。相输应，言脏腑阴阳交相接受的意思。

【译文】

就整个人体来说，外部为阳，内部为阴。若单就躯干来说，则背为阳，腹为阴；若以脏腑而言，则肝、心、脾、肺、肾五脏为阴；胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六腑为阳……所以背为阳，阳中之阳为心，阳中之阴为肺；腹为阴，阴中之阴为肾，阴中之阳为肝，阴中之至阴为脾。以上所说的都是人体的阴阳、表里、内外、雌雄的交相接受关系，它们与自然界四时昼夜的阴阳变化，是相符合的。

【按语】

以上两段，是用阴阳的相对属性来概括各种复杂事物，并指出了人身阴阳相应于自然界阴阳“天人相应”的整体观念。因为阴阳之中还可再分阴阳，所以，无论自然界还是人体，由大到小，由整体到局部，都可以用阴阳进行概括和说明，这就体现了阴阳属性

的相对性和普遍性。中医学术运用这一理论，说明人体组织结构的对立统一关系，进而对解释复杂的生理病理现象和指导临床诊断、治疗，都具有重要的意义。

【原文】

故积阳为天，积阴为地^①。阴静阳躁^②，阳生阴长，阳杀阴藏^③。阳化气，阴成形^④。
(《素问·阴阳应象大论》)

【注释】

①〔积阳为天，积阴为地〕 阳气轻清，轻清者上升，故积阳则为天；阴气重浊，重浊者下降，故阴凝则为地。

②〔阴静阳躁〕 躁，动的意思。静则为阴，动则为阳。

③〔阳生阴长，阳杀阴藏〕 阳生，指万物生发的动力，其性属阳；阴长，指万物成长的物质基础，其性属阴。阳杀，指阳热太过的破坏作用；“阴藏”，指阴寒太过的凝固闭塞。全句的意思是：万物的生发、成长、破坏和凝闭，都与阴阳的变化有内在联系。

④〔阳化气，阴成形〕 气，指机能活动，阳动而化气。形，指形体，阴凝而成形。

【译文】

清阳之气积聚上升而成为天，浊阴之气凝聚下降而成为地。阴表现为静，阳表现为动，阳主生发，阴主成长。阳过亢则主杀而为破坏，阴过盛则主藏而凝闭。阳能化气，阴能成形。

【按语】

本段主要阐述了阴阳的性质，并用天地（上下）、动静、生长、杀藏、化气、成形为例，说明阴阳对立统一的规律。还指出在正常情况下，阴阳可表现为生发、成长等有利于生物活动的一面；在异常状态下，阴阳还可反映出破坏（杀）、凝闭（藏）不利于生物活动的一面，即阳可生也可杀，阴可长也可藏。

【原文】

故清阳出上窍^①，浊阴出下窍^②；清阳发腠理，浊阴走五藏；清阳实四肢^③，浊阴归六府。(《素问·阴阳应象大论》)

【注释】

①〔上窍〕 指口、鼻、眼、耳。

②〔下窍〕 指前后二阴(肛门、尿道)。

③〔四支〕 支通肢。

【译文】

人体的清阳之气上升而出于上窍，浊阴之气下降而出于下窍。轻清之阳气能发泄腠理和充实四肢，而重浊的阴气能走五脏和归于六腑。

【按语】

本段举例说明阴阳在人体生理上的不同现象。文中“清阳”和“浊阴”都是相对而言的，人体的清阳多有向上向外的趋势，而浊阴多是向下向内的情况，而且清阳多指功能，浊阴多为物质，但它们的含义各有不同，“清阳出上窍”的“清阳”是指呼吸之气及发声、视、嗅、味、听等感觉功能。“浊阴出下窍”的“浊阴”是指大小便。“清阳发腠理”的“清

“阳”是指温润皮肤肌肉组织的卫气。“浊阴走五脏”的“浊阴”是指五脏所藏的精血津液。“清阳实四肢”的“清阳”是指充养四肢，产生动力热能等的阳气。“浊阴归六府”的“浊阴”是指消化道的饮食物、糟粕和膀胱的尿液。

【原文】

阴在内，阳之守也^①；阳在外，阴之使也^②。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①〔守〕 守持于内的意思。

②〔使〕 运使于外的意思。

【译文】

阴为阳守持于内，是阳的物质基础，阳为阴运使于外，是阴的功能表现。

【按语】

本段指出了阴阳双方相互依存、相互为用的关系。一般地说，“阴”是内部的物质基础，“阳”是外在的功能表现，物质和功能两者是相互联系、相互依存的。例如人体只有内部的脏腑功能正常，阴精充足，才能化生阳气发挥卫外功能，并使阳气不致急骤外越而脱失；反之只有阳气卫外的功能正常，才能够抗御外邪的侵袭，不致使内部脏器组织受到损害，而使阴精发挥正常的生理作用。

【原文】

凡阴阳之要，阳密乃固^①。两者不和，若春无秋，若冬无夏。因而和之，是为圣度^②。故阳强不能密^③，阴气乃绝；阴平阳秘^④，精神乃治^⑤；阴阳离决^⑥，精气乃绝。（《素问·生气通天论》）

【注释】

①〔阳密乃固〕 阳气致密于外，阴气才能固守于内。

②〔圣度〕 圣，是对所崇拜的事物或人的尊称；度，法度、规则的意思。圣度，指好的法度。

③〔阳强〕 阳气亢盛，是病态的表现。

④〔阴平阳秘〕 秘通密。阴平与阳秘是互文，即阴阳平密，平和协调的意思。

⑤〔治〕 治理，意为正常健康的状态。

⑥〔离决〕 分离决裂的意思。

【译文】

大凡阴阳相互依存的关键和要领，在于阳气能致密于外，阴气能固守于内。如果阴阳两者之间失去协调平衡，就好像一年中有春无秋，有冬无夏一样，不适于生物的生存和生长。因此保持阴阳的相互协调，是人们养生的最好法度。如果阳气过于亢盛，形成病态，不能致密于外，则阴气也不能固守而随之竭绝，只有使阴阳平和协调，精神才能保持正常健康状态。如果阴阳两者分离而不相交，那么精气就会随之衰竭，生命也就结束了。

【按语】

本段主要强调了阴阳在人体内保持相对平衡的重要性。只有阴阳平和协调，机体才能健康无病，如果一方面偏盛偏衰，生理功能就会遭到破坏，一旦阴阳离决，生命也就结束了。所以告诫人们要注意调和阴阳，不使某一方面偏盛偏衰，这才是养生防病的要领。

【原文】

四时之变^①，寒暑之胜^②，重阴必阳，重阳必阴^③。故阴主寒，阳主热。故寒甚则热，热甚则寒。故曰：寒生热，热生寒，此阴阳之变也。（《灵枢·论疾诊尺》）

【注释】

①【四时之变】指春、夏、秋、冬四个季节的变迁。

②【寒暑之胜】寒暑，指气候的寒凉和温热。胜，为更胜，即相互复更替的意思。

③【重阴必阳，重阳必阴】重，音虫。即重叠。重阴、重阳，是说阴或阳的一个方面过于亢盛的意思。此句是指阴或阳发展到极点时，在一定条件下，必然要向相反的方面转化。下文中的“寒甚则热，热甚则寒”，也是这个意思。

【译文】

春夏秋冬四季变化，寒来暑往更相交替，说明阴发展到极点，必然转化为阳；阳发展到极点，必然转化为阴。因为阴主寒，阳主热，所以阴寒过盛就会向阳热的方面转化，阳热过盛就会向阴寒的方面转化。因此说寒能生热，热能生寒，这就是一年中四时阴阳之间相互消长更替转化的规律性改变。

【按语】

本段以四时寒暑的更替为例，说明了阴阳在一定条件下可以相互转化的规律，揭示了“物极必反”的道理。这就是中医学术中的寒证与热证能相互转化，或出现真寒假热，真热假寒的理论根据。

【原文】

阴胜则阳病^①，阳胜则阴病^②。阳胜则热，阴胜则寒。重寒则热，重热则寒。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①【阴胜则阳病】阴，这里指阴寒病邪；胜，偏盛、太过的意思；阳，指人体的阳气。

②【阳胜则阴病】阳，这里指阳热病邪；阴，指人体的阴液。

【译文】

人体内的阴阳，应是相对平衡的。如果阴邪偏胜，阳气必然受到损害；同样，阳邪偏胜，阴液也要受到耗伤。阳邪亢盛，就会出现热证；阴邪过盛，就会出现寒证。寒到极点，会出现热象；热到极点，也会出现寒象。

【按语】

本段着重论述了阴阳偏盛出现的病理变化。就阴阳的性质而言，阳盛会出现热证，阴盛会出现寒证。但阴阳的双方是相互消长制约的，因此阳盛不仅出现热证，而且还耗伤阴液，于是，“阴病”；阴盛不但出现寒证，而且还损伤阳气，于是，“阳病”。同时，阴阳双方又是可以相互转化的，转化的条件是“重”、“极”，所以寒盛至极可以出现热象，热盛至极可以出现寒象，与前面所说“重阴必阳，重阳必阴”的意思相同。

【原文】

东方生风^①，风生木^②，木生酸^③，酸生肝，肝生筋，筋生心^④，肝主目。其在天为

玄^⑥，在人为道^⑦，在地为化^⑧；化生五味，道生智^⑨，玄生神^⑩。神在天为风，在地为木，在体为筋，在藏为肝。在色为苍^⑪，在音为角^⑫，在声为呼^⑬，在变动为握^⑭，在窍为目，在味为酸，在志为怒。怒伤肝，悲胜怒；风伤筋，燥胜风；酸伤筋，辛胜酸。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①【东方生风】 东方在五行中应于木，时令属于春，春季为一年中阳气始生的季节而多风，故曰“东方生风”。

②【风生木】 木，指五行中的木气。风生木，谓风与五行中木气相应。阴阳五行学说认为，在天为气，在地成形，故在天为风，在地为木。

③【木生酸】 五行化生五味，酸味类归于木。

④【筋生心】 筋，代指肝，即肝生心，相应于五行木生火的意思。

⑤【其在天为玄】 其，指阴阳五行的变化。玄，幽深微妙。此句是说阴阳五行变化的道理，在自然界是幽远微妙的。

⑥【在人为道】 道，指正确的道理而言。是说阴阳五行的变化，也是人体生命活动的道理。

⑦【在地为化】 化，生化。是说阴阳五行的变化，在地能化生万物。

⑧【道生智】 道，指阴阳五行变化的道理。智，即智慧。是说阴阳五行的变化，能产生无穷的智慧和。

⑨【玄生神】 玄，指幽远微妙的变化。神，指阴阳五行的变化。是说自然界幽远微妙的变化归结于阴阳五行的变化。

⑩【苍】 青色，象征木色。

⑪【在音为角】 角，五音（宫、商、角、徵、羽）中的一种，在五行属木，应东方春木之气。用五音分别归属于五行和五脏，主要在于说明不同的音调，对人体不同脏腑器官可发生不同影响。

⑫【在声为呼】 呼，即发怒时的呼叫声。

⑬【在变动为握】 变动，指病变。握，即抽搐痉挛一类的症状。

【译文】

东方在时令属春，春令阳气上升而生风，风能滋养木气，木气能生酸味，酸味能养肝气。肝气能滋养筋，筋属肝，故筋（肝）能养心，肝气上通于目。阴阳五行的变化在自然界是幽远微妙的，也是人体生命活动的根本道理，在自然界能化生地上的万物如五味等，故能产生无穷的智慧和。总之，这些幽远微妙的变化都归结于阴阳五行的变化。这种变化在天表现为风，在地表现为木，在人体为筋，在五脏为肝，在五色中为苍，在五音中为角，在五声中为呼，在病变表现为抽搐拘挛，在七窍中为目，在五味中为酸，在五志中为怒。怒气太过能伤肝，但悲伤能抑制怒气；风气太过能伤筋，但燥能制风；过食酸味能伤筋，但辛味能制酸。

【原文】

南方生热^①，热生火，火生苦，苦生心，心生血^②，血生脾^③，心主舌。其在天为热，在地为火，在体为脉，在脏为心，在色为赤，在音为徵^④，在声为笑，在变动为忧^⑤，在窍为舌，在味为苦，在志为喜。喜伤心，恐胜喜，热伤气^⑥，寒胜热，苦伤气，咸胜苦^⑦。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①〔南方生热〕 南方在五行中应于火，时令属于夏，夏季在一年中是阳气旺盛，气候炎热的季节，故曰“南方生热”。

②〔心生血〕 心主血脉，营气入脉而化为血，故曰“心生血”。

③〔血生脾〕 血，代指心。即，心生脾，相应于五行火生土的意思。

④〔徵〕 音纸。为五音中的一种，在五行属火，应南方夏火之气。

⑤〔在变动为忧〕 张介宾注：“心藏神，神有余则笑，不足故忧。”说明心气不足的人多忧。

⑥〔热伤气〕 热则耗气而致气不足。

⑦〔苦伤气，咸胜苦〕 苦从火化，故伤肺气，即火克金的意思。咸从水化，故能胜苦，即水克火的意思。

【译文】

南方在时令属夏，夏令阳气旺盛而生热，热盛则为火，火化能生苦味，苦味能养心气，营气在心脉内化生为血液，心血能养脾，心气上通于舌。它的变动在天表现为热，在地表现为火，在人体为血脉，在五脏为心，在五色为赤，在五音为徵，在五声为笑，其情志病变为忧，在七窍为舌，在五味为苦，在五志为喜。过喜能伤心气，但恐能制喜；热气太盛能伤气，但寒能制热；苦味太过伤心气，但咸味能制苦。

【原文】

中央生湿①，湿生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺②，脾主口。其在天为湿，在地为土，在体为肉，在脏为脾，在色为黄，在音为宫③，在声为歌，在变动为哕④，在窍为口，在味为甘，在志为思。思伤脾，怒胜思；湿伤肉，风胜湿；甘伤肉，酸胜甘。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①〔中央生湿〕 中央在五行中应于土，时令属长夏，长夏为农历的六月，溽暑土润，气候多湿，故曰“中央生湿”。

②〔肉生肺〕 肉，代指脾，即脾生肺，相应于五行土生金的意思。

③〔宫〕 五音之一，在五行属土，应中央长夏湿土之气。

④〔哕〕 鸟鸣声，引为呃逆。

【译文】

中央在时令属长夏，热蒸水气而生湿，湿能使土气旺而万物生，土能产生甘味，甘能滋养脾气，脾气能滋养肌肉，肉（脾）旺又能生养肺，脾气上通于口。它的变化在天表现为湿，在地表现为土，在人体为肌肉，在五脏为脾，在五色为黄，在五音为宫，在五声为歌，其病变表现为呃逆，在七窍为口，在五味为甘，在五志为思。思虑太过能伤脾，但怒能制思；湿气太盛能伤肌肉，但风能胜湿；过食甘味能伤肌肉，但酸味能制甘。

【原文】

西方生燥①，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生肾②，肺主鼻。其在天为燥，在地为金，在体为皮毛，在脏为肺，在色为白，在音为商③，在声为哭，在变动为欬，在窍为鼻，在味为辛，在志为忧。忧伤肺，喜胜忧；热伤皮毛，寒胜热；辛伤皮

毛，苦胜辛。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①【西方生燥】西方在五行中应于金，时令属于秋，秋季其气肃杀，阳气收敛而化燥，故曰“西方生燥”。

②【皮毛生肾】皮毛，代指肺，即肺生肾，相应于五行金生水的意思。

③【商】五音之一，在五行属金，应西方燥金之气。

【译文】

西方在时令属秋，其气肃杀而生燥，燥合于金气刚劲之性，金能产生辛味，辛味能滋养肺气，肺气能滋养皮毛，皮毛（肺）能生养肾，肺气通于鼻。它的变化在天表现为燥，在地表现为金，在人体为皮毛，在五脏为肺，在五色为白，在五音为商，在五声为哭，其病变表现为咳嗽，在七窍为鼻，在五味为辛，在五志为忧。过度的忧愁能伤肺，但喜能制忧；热气太过能伤皮毛，但寒能制热；过食辛味能伤皮毛，但苦味能制辛。

【原文】

北方生寒①，寒生水，水生咸，咸生肾，肾生骨髓，髓生肝②，肾主耳。其在天为寒，在地为水，在体为骨，在脏为肾，在色为黑，在音为羽③，在声为呻，在变动为慄④，在窍为耳，在味为咸，在志为恐。恐伤肾，思胜恐；寒伤血⑤，燥胜寒⑥；咸伤血⑦，甘胜咸。（《素问·阴阳应象大论》）

【注释】

①【北方生寒】北方在五行中应于水，时令属于冬，冬季气候寒冷，故曰“北方生寒”。

②【髓生肝】髓，代指肾，即肾生肝，相应于五行水生木的意思。

③【羽】五音之一，在五行属水，应北方寒水之气。

④【慄】战慄。

⑤【寒伤血】《新校正》：“按《太素》，血作骨。”

⑥【燥胜寒】《新校正》：“按《太素》，燥作湿。”

⑦【咸伤血】《新校正》：“按《太素》，血作骨。”

【译文】

北方在时令属冬，其气阴凝而生寒，寒合于水气寒凉之性，水能产生咸味，咸味能滋养肾气，肾气能滋养骨髓，骨髓（肾）能生养肝，肾气通于耳。它的变化在天表现为寒，在地表现为水，在人体为骨骼，在五脏为肾，在五色为黑，在五音为羽，在五声为呻吟，其病变表现为寒慄，在七窍为耳，在五味为咸，在五志为恐。如恐太过能伤肾气，但思能制恐；寒气太过能伤血（骨），但燥（湿）能制寒；过食咸味能伤血（骨），但甘味能制咸。

【按语】

以上五段是前人以“人与天地相应”的观点和取类比象的方法，运用当时哲学思想中的五行学说，来归类并说明自然界的万物变化及其和人体的相互关系。其基本内容是以五行为理论、脏腑为中心把五方、五时、五气、五体、五志、五色、五音、五声、五窍等联系起来，并用以说明它们相互之间的生克制化关系。这对于系统地理解人与自然相