

周春才 画说中医丛书



# 画说黄帝内经

◆ 周春才 编著



(灵枢篇)

智者之养生也  
必适四时  
而适寒暑



中国中医药出版社



周春才画说中医丛书

至道之尊 奉生之始

# 画说黄帝内经

(灵枢篇)

周春才 编著

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

画说黄帝内经(灵枢篇)/周春才编著. —北京:中国中医药出版社,2009.2  
(周春才画说中医丛书)

ISBN 978-7-80231-557-0

I. 画… II. 周… III. ①内经-图解 ②灵枢经-图解 IV. R221-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 184682 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京鑫正大印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

\*

开本 787×1092 1/16 印张 15.5 字数 228 千字

2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-80231-557-0

\*

定价 29.90 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

如有质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 84042153

书店网址 [csln.net/qksd/](http://csln.net/qksd/)



## 前言

《黄帝内经》是中医学的渊薮，人类智慧的奇葩。它归纳出的从远古以来先民同疾病作斗争而得到的认识、所形成的人体科学理论，是与发端于黄帝时期的传统哲学思想相一致的。我国传统文化有其独特的体系，它认为人与天地相参，人与天地相应；同时，人体本身又自成为一个小天地，其循环吐纳与自然运动周期基本上是同应的，中医学的自然观与方法论，生动地体现了这一模式。基于这一前提，有识者认为：依学科而言，中医工作者，养生疗疾者固然是应该研读《黄帝内经》的，就是研习古代科学、乃至探索一般科学技术史者，也有必要一读此书，甚至是有志于寻求中国传统文化奥秘、藉以提高个人修养、增强民族自觉性者，研读此书也是一条得以登堂入室的津梁。

古籍读来不易，《黄帝内经》尤难。这是由于书中有大量的专用术语和艰深的理义，加之言辞古奥，每每使人望而生畏。但是，由于《黄帝内经养生图典》所做出的贡献，将可以把这些难点与隔阂一一化解，从而使之成为大众易懂的常识。

大家知道，在现代社会中，人们自幼有长，所接受的教育基本上是以形式逻辑和还原论为基础的实证科学，这就给我们了解以辩证逻辑和整体论为基础的本民族固有文化形成了不小的屏障。

天下之事，只有做到了知其然，才能够真正了解其所以然，进而得其精髓和要领；水源疏通才会长流不断。为此，本书作者周春才先生一如既往，首先由产生《黄帝内经》的背景入手，一直追溯到与我们民族的人文始祖黄帝相对应的新石器时代晚期，从我国特有的文化选择机制谈起，如数家珍，娓娓道来，在与西方实证科学比较的前提下，对中国辩证科学的世界观与方法论做出了翔实的考证和系统的归纳，充分提示了其理性基础、科学特征，以及其固有的思维取向、人文精神，其间每有创见。尤为难得的是，所有这一切都是以漫画这种大众喜闻乐见的通俗形式来表现的，这就为广大读者提供了一把打开中医学之门的钥匙。





《黄帝内经养生图典》于十年前即由中国文联出版社出版，并被译为多种文字，在各国和地区付梓，屡屡再版。与作者的其他作品一样，亦受到国内外广大读者欢迎和相关专家肯定。此次作者在多年研读基础上，从哲学、文化和实用养生的角度，对《黄帝内经》做了更为准确的把握，从方法论的高度，赋予了其在中国辩证科学中所具有的元典意义，从而使其在内容上更加充实，在形式上更臻完善。书中所述诸多观点可能不一定都为大家所认同，但可以作为重要参照。相信此书一定会使传统文化与科学的瑰宝得到更为广泛的弘扬，使《黄帝内经》以其本来的价值造福于现代社会和人类。是以为序。

中国科学院院士

中国中西医结合学会会长

国家科学进步奖医学评委

陈可冀于北京



## 何谓中医的“阴阳五行”学说？

就其所蕴含的宇宙观与方法论而言，中医无疑是整个中国辩证科学之中最具典型意义的一个原型了，这个原型的理论基础便是“阴阳五行”学说。事实上，“阴阳五行”不独为中医的基础，也是整个中国文化的基础。因而完全可以这样说，离开了“阴阳五行”学说，中国文化的“博大精深”也就无从谈起，因而在进入中医及其养生学的体系之前，我们有必要对其进行必要的疏理。

为了回答终极诉求问题，人类需要一个解释系统；为了处理具体问题，人类需要一个推理模型，或称可操作与可重复性原则。在中国文化中，阴阳五行学说就起着这样的作用。

所谓的“解释系统与推理模型”，实际上也即一般意义上的世界观与方法论。其中世界观也称“宇宙观”，它是指人们对于整个世界的根本看法，包括人对自然、社会、对自身命运与价值的认识；而方法论则是关于认识世界和处理问题的根本方法的学说，它与世界观，也即对世界的解释系统是一致的。一般说来，对世界的根本看法怎样，观察、研究和处理问题的根本方法就怎样。

所以要在当代多维的文化视野中还原中医的特征和本来面目，只有从其世界观和方法论入手，才不致隔靴搔痒，以讹传讹。

“阴阳五行”学说来源于在中国文化中具有形而上意义的易学理论，易学理论的框架是河图与洛书，其中河图完成了对宇宙间一切事物的对立关系描述，给出了中国文化解释系统，洛书则通过对这种对立关系的统一法则之演绎，为中国科学、哲学和文化提供了一个推理模型，而《易经》六十四卦则是以上这个解释系统与推理系统的逻辑方阵。另需强调的是，阴阳五行学说用以把握、厘定和通约万事万物的支点则是古人在“立竿见影，以正农时”中发现的“勾股定义”。勾股定义以其作为公理与公设的意义，为整个中国文化打下了坚实的物质基础（作者在相关作品中另有介绍，或参阅 <http://blog.sina.com.cn/u/1276843175>）。

就是说，阴阳五行学说是一个逻辑完备的“科学”体系，只不过区别于实证科学，它属于辩证科学。这里所谓“辩证的”，也即整体的。

就世界观来说，《易经》认为宇宙兴衰的功能，完全出于自然，人类作为其中的一分子，只能自觉地效法这一功能，而无出其外。

即：人类的属性决定其行为一定要建立在与自然的普遍联系之中，人类应该尊重自然、师法自然，而不是越俎代庖，替代上帝。

从方法论而言，《易经》则是以勾股定义为支点，用时间和空间为坐标，将万事万物按其功能（而非具象结构）统一起来的逻辑体系。

整体论的原则决定了其逻辑为时空同构，而不是简单的因果关系，着眼点只能是事物的“功能”（古人称之为“象”），而非“结构”。在中国辩证科学中，结构始终是缺省的，因为唯其如此，才能确保事物的自然属性不被破坏，从而使其自发地达到存在和发展的最佳状态。在中国辩证科学中，这一方法被称为“天工开物”。

相对于结构，功能看不见、摸不着，但又确实存在的。举例而言，《易经》中的“乾、坤、巽、震、坎、离、艮、兑”符号是对具象的“天、地、风、雷、水、火、山、泽”的功能归纳；在文化范畴内，戏剧中的虚拟，国画中所传之“神”、所写之“意”，以及“天圆地方”之说，它们都是“功能”的另外一种表达方式；就中医来说，其“心为君主之官，肺为宰相之官，肝为将军之官，脾为仓廪之官，肾为作强之官”之中的“官”则是对五脏的功能描述；中药中的“寒凉温热四气”与“酸甜苦辣咸五味”之说，也无一不是对动植物、矿物等物质所作的功能概括，并赋予了这些功能与时间和空间的属性。

为此，作者特别提出“天工开物”与“人工开物”原则，用以厘定中西文化的不同特质，同时证明我们现在所称的“现代科学”只是“科学”总目下的一个子科学，即“实证科学”。与之相对，还有一个起码能让我们称之为“子科学”的另一种“科学”——即“辩证科学”。并且从方法论的意义来说，作为整个人类的宝贵财富与思想资源，它们是“实证科学”所不能替代的。

假定不是依据辩证科学的方法、从功能的途径，我们就不可能在显微镜下发现经络，也不可能从分子结构中发现寒凉温热。这些伟大

的发现不但已经造福于历史上的中国人，也必将以其本来的价值造福于现代社会和整个人类。

就形式的完美和逻辑的严谨而言，中国文化是一个完成了理论建树的文化，在整体论原则下，它没法“发展”，也不可能“过时”，而只能继承和应用。

河图、洛书、八卦是用数学语言描述的阴阳五行学说，太极图则是其形象化的标志，它们产生于遥远的古代，但是没有人会否认，无论以功能多么强大的计算机，还是集中了造诣多么高深的艺术大师，我们都无法超越它，而它们就是整个中国文化的公理和公式。

就是说，起码在我们可以感知的这个时空中，它们无论从形式、还是到逻辑上都是无可挑剔的，而一个无可挑剔的理论，恰恰是整个人类有史以来就为之魂牵梦绕的。

以上关于阴阳五行理论暨对中医的诠释得到过包括院士在内的相关专家的首肯，作者希望它将有助于恢复中医及其养生学的本来价值，进而恢复和建立起人们对整个中国文化的自觉、自尊和自信。

周春才



# 目

# 录

- |     |              |     |          |
|-----|--------------|-----|----------|
| 1   | 引言           | 109 | 论勇第五十    |
| 2   | 九针十二原第一      | 122 | 天年第五十四   |
| 14  | 邪气脏腑病形第四     | 131 | 逆顺第五十五   |
| 21  | 寿夭刚柔第六       | 136 | 贼风第五十八   |
| 25  | 官针第七         | 142 | 玉版第六十    |
| 27  | 本神第八         | 144 | 五音五味第六十五 |
| 41  | 营卫生会第十八      | 153 | 百病始生第六十六 |
| 56  | 杂病第二十六       | 174 | 行针第六十七   |
| 58  | 口问第二十八       | 183 | 寒热第七十    |
| 75  | 师传第二十九       | 186 | 邪客第七十一   |
| 82  | 决气第三十        | 192 | 通天第七十二   |
| 87  | 淫邪发梦第四十三     | 206 | 论疾诊尺第七十四 |
| 93  | 顺气一日分为四时第四十四 | 208 | 九针论第七十八  |
| 100 | 五变第四十六       | 212 | 岁露论第七十九  |
| 102 | 本脏第四十七       | 227 | 大惑论第八十   |
| 104 | 五色第四十九       |     |          |

# 引言

神灵之枢要，是谓  
「灵枢」，喻其讨  
论所及，乃至圣至  
玄之理。

黄帝

岐伯



## 九针十二原第一

黄帝问于岐伯曰：余子  
万民，养百姓，而收其  
租税。余哀其不给，  
而属有疾病。

余欲勿  
使被毒

药，无用砭石，

欲以微针通其经脉，

调其气血，营其逆顺出

入之会。



黄帝问岐伯：我疼爱万民，亲养百姓，并向他们收取赋税。我同情他们的生活艰辛，还往往发生疾病。



为了治愈这些病人，我想不采用内服药物，外用砭石的方法，而只是以小针疏通经脉，调和气血，通过调整腧穴，使其顺逆出入恢复正常。



岐伯答曰：清言其道。小针之要，易陈而难入。粗守形，上守神，神乎神，客在门。未睹其疾，恶知其原？刺之微，在速迟，粗守关，上守机。机之动，不离其空。空中之机，清静而微。其来不可逢，其往不可追。

岐伯

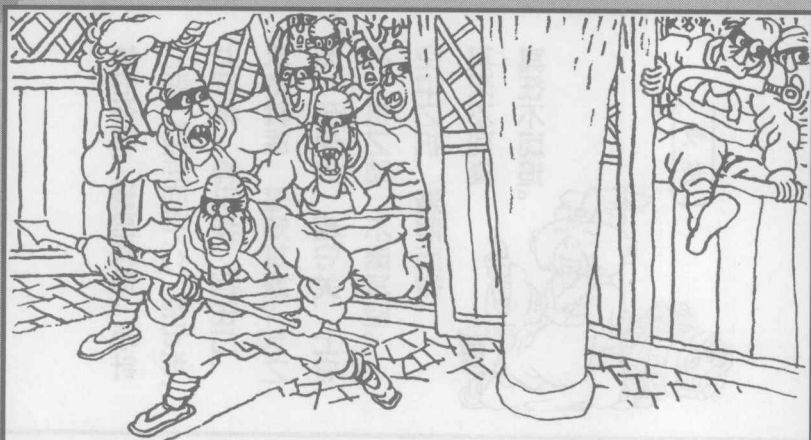


岐伯回答说：请让我说一下其中的道理。小针治病，说起来好像容易，但要达到精妙的地步却很困难。



愚蠢的医生死守形迹，不知变化，高明的医生则依据用针的法则灵活施治。





神奇啊！气血循行于经脉，出入有其一定的门户，病邪就是从这些门户侵入体内的。

针刺的巧妙，在于针刺时快慢的把握。



医生没有看到疾病的情况，怎么能了解病变的原因呢？



技术低的医生仅仅死守四肢附近的穴位治疗疾病，



而高明的医生却能观经气的动静、气机的变化。

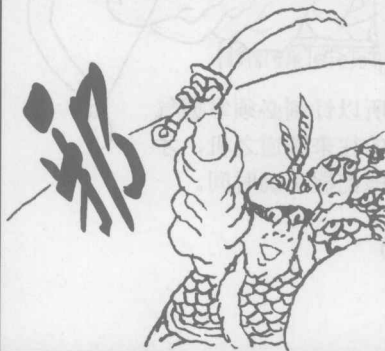
经气的循行不会离开孔穴，



这其中蕴含的规律，是极其精微而玄妙的。



邪气盛时，不可迎而补之，



当邪气衰时，不可追而泻之。



黄帝



知机之道者，不可挂以发。不知机道，叩之不发。知其往来，要与之期。粗之暗乎。妙哉，工独有之。往者为逆，来者为顺。明知逆顺，正行无问。迎而夺之，恶得无虚？追而济之，恶得无实？迎之随之，以意和之，针道毕矣。

懂得气机变化的道理，就不会有毫发的差失，不懂得气机变化的道理，就如箭扣弦上，不能及时施放一样。



所以针刺必须掌握气的往来顺逆之机，才能把握正确时间。

愚笨的医生对此昏昧无知，只有高明的医生才能体察到其中的玄妙。



日门禁灸图

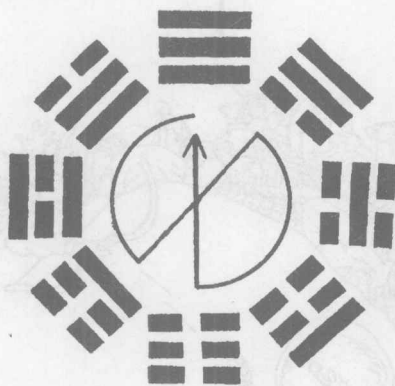
载成书于汉代的《黄帝蝦蟆经》



岐伯

正气去者叫逆，正气来复叫顺，明白了逆顺的道理后，就可以大胆直刺而无疑问了。

正气去者为逆



正气来复为顺

正气已虚，反用泻法，怎么能不更虚呢？



邪气正盛，反用补法，怎么能不更实呢？



必须迎其邪而泻，随其去而补。

用心去体察这些手法，针刺的道理，也就尽在其中了。

