

中华古典文学丛书

黄帝内经(一)

责任编辑：陈国勇

(35)



广州出版社

中华古典文学丛书

黄帝内经

(一)

(35)

广州出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华古典文学/丛书. 陈国勇 主编. 广州出版社. 2003. 2

ISBN 7-5363-3732-9/Z·419

I. 中华... II. 古... III. 文学

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 082275 号

中华古典文学丛书

主 编:陈国勇

广州出版社

广州凯旋印刷厂

开本:787×1092 1/32 印张:416.5

版次:2003 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1-3000 套

书号 ISBN 7-5363-3732-9/Z·419

定价:(全套 98 本)868.80 元

目 录

黄帝内经

黄帝内经	(1)
------------	-------

灵枢经

《灵枢经》原序	(6)
《灵枢经》卷一	(7)
《灵枢经》卷二	(19)
《灵枢经》卷三	(30)
《灵枢经》卷四	(40)
《灵枢经》卷五	(50)
《灵枢经》卷六	(61)
《灵枢经》卷七	(72)
《灵枢经》卷八	(82)
《灵枢经》卷九	(92)
《灵枢经》卷十	(102)
《灵枢经》卷十一	(113)

难经本义

难经本义序	(134)
难经本义序	(135)
难经本义凡例	(136)
难经本义汇考	(137)
难经本义卷上	(145)
难经本义卷下	(182)

华氏中藏经

重校华氏中藏经序	(223)
华氏中藏经序	(224)
华氏中藏经跋	(225)
华氏中藏经卷上	(226)
华氏中藏经卷中	(246)
华氏中藏经卷下	(267)

颅囟经

颅囟经原序	(282)
颅囟经卷上	(283)
颅囟经卷下	(290)

子午经

子午经	(296)
-----------	-------

析骨分经

析骨分经	(301)
------------	-------

玉函经

玉函经序	(307)
------------	-------

黄帝内经

黄帝内经

一、论人体的生长发育和生殖机能

帝曰：人年老而无子者，〔无子：谓不能生育，下文“有子”即为有生育能力之义。〕材力尽耶？〔材力：精力也。依张介宾注。〕将天数然也？〔将：两个疑问句中的选择连问，句式为“是……呢？还是……呢？”〕天数，自然所赋寿数。张介宾注：“天赋之寿数也。”〕

岐伯曰：女子七岁，肾气盛，齿更发长，〔齿更发长：更换乳齿，长出头发，张介宾注：肾主骨，齿为骨之余，故齿更。肾为精血之藏，发者，血之余，故发长。〕二七，而天癸至，〔二七为十四岁。天癸，张介宾注：天癸者，天之水，干名也。干者发之阳，阳所以言气；癸者，壬之偶，偶所以言阴，故天癸者，言天之阴气耳。气化为水故名天癸。〕至，到，达也。天癸至，标志着人体发育进入成熟阶段。〕任脉通，太冲脉盛，〔任脉通，太冲脉盛：任脉与太冲脉均属奇经八脉，同起于胞中，与女子月经及生殖有密切关系，故有“壬主胞胎”，“冲为血海”之说。〕月事以时下，〔谓月经按时而行。〕故有子。……七七，经脉虚，太冲脉衰少，天癸竭地道不通……而无子也。丈夫八岁，〔丈夫：男子的通称。王充《论

衡》云：“人形一丈，正形也。名男子为丈夫，周制八寸为一尺，十尺为一丈，人长八尺，故称丈夫。〕肾气实，长齿更；二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。……八八，天癸竭，精少……而无子矣。

帝曰：有其年已老而有子者，何也？

歧伯曰：此其天寿过度，气脉常通，〔谓气脉尚通。〕而肾气有余也。此虽有子，男不过八八，女不过七七，而天地之精气皆竭矣。〔天地：这里指男女。精气，指天癸。〕

帝曰：夫道者，年皆百岁，能有子乎？

歧伯曰：夫道者，能却老全形，身年虽寿，能生子也。（《黄帝内经》上古天真论）

此段文字，科学地论述了男女生长发育问题，精辟地论述了人体肾气不但对生长，发育与生殖机能有关，而且与人之衰老亦直接相关。

文中还指出，人之生育能力与性机能虽“男不过八八”，“女不过七七”，但有道之人（懂得养生之道的人），“能却老全形，身年益寿，能生子也。”这确是精辟而又科学的论述。

二、论性生活的损益和节欲

上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，〔术数：张介宾注：“修生养性之法也。”法于阴阳，和于术数，即取法于自然变化的规律，调和于修身养性的法术之中。〕须食有节，起居有常，〔谓饮食有节度，生活起居有规律。饮食有节，则不伤其肠胃；起居有常，则不殃其精神。〕不妄作劳，〔杨上善曰：“以经取声色芳味，不妄视听也。循理而动，不为分外之事。”即不胡作非为之义。用力谓之作，过作谓之劳不妄作劳则和其气血。〕故能形与神俱，〔嵇康《养生

论》曰：形恃神而立，神须形而存。”即形神相依，而不分离之义。〕而尽终其天年，〔天年：天赋之寿命，亦即自然的寿命。古人认为天年为百十二岁，《尚书·洪范》曰：“一曰寿，百二十也。”即人如不遭疾病或其他意外之灾，均能活到百二十岁的天年数。〕度百岁乃去。今时之人不能也。以酒为浆，〔浆：汤水。吴昆注：“古人每食，必喝汤饮，谓之水浆。〕以妄为常，醉以入房，〔入房，即性交，张志聪注：“醉以入房，伤精矣。”〕以欲竭其精，〔以性欲无度而耗尽其肾精。〕以耗散其真，〔耗，《甲乙经》注为好。即以嗜好散其真。与纵欲竭其精义同。〕不知持满，〔谓不知使精气保持充盈盛满。玉冰注：“言受精保神如持盈满之器，不慎而动，则倾歇天真。”〕不时御神，〔谓不善御神。时，善也。御，治理。〕务快其心，逆于生乐，〔逆于生乐：违背养生之乐。〕故半百而衰也。〔谓到五十岁身体就衰败了。〕

本段重点论养生。教育人们要懂得法于阴阳，和于术数，饮食，起居要节度，不可胡乱作劳，这样才能“形与神俱”，享尽天年之数，反之则以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，只图一时快乐，以致未老先衰，这对今人确有教育意义。

岐伯曰：忧思伤心，重寒伤肺，仇怒伤肝。醉以入房，汗出当风伤脾〔汗出当风伤脾。张介宾注：“醉后入房汗出当风者，因于酒食，故所伤皆在脾。”〕用力过度者，入房汗出，浴则伤肾。〔浴则伤肾：张介宾注：“肾主精与骨，用力举重则伤骨，入房过度则伤精，汗出浴水，则水邪犯其本脏，故所伤在肾。”〕（《灵枢，邪气脏腑病形篇》）

本段着重指出了房事汗出后不可当风、浴水，否则可伤脾、伤

肾。

《汉书·艺文志·方技略·房中》

汉书：为我国第一部纪传体断代史。作者班固（公元32—92年，字孟坚，扶风（今陕西咸阳）人，东汉著名历史家。

房中者，情性之极，至道之际，〔谓男女情爱性欲达到极点，运用最高深的房中养生道理进行交合，前“之”，到也。后“之”，从也。介词。际，际会、交会。〕是以圣王制外乐以禁内情，〔谓制作室外之音乐以节制房中之情欲。〕而为之节文。〔节文：有节制情欲的文字。〕传曰：〔传：古代解释儒家经典的著作叫传。〕“先王之作乐，所以节百事也。”乐而有节，则和平寿考。〔谓即享受男女交合之乐，又有所节制，那么就气血平和，寿命长久。〕及迷者勿顾〔指不懂养生之道、纵情性欲的人，不重视房中之道，弗顾，即不顾不重视。〕以生疾而损性命。

《汉书》对房中养生论述其态度是严肃的，文中提出圣王制外乐以禁内情，旨在节制性生活。只有那些“迷者”，才不重视房中之道，因而导致疾病，甚至断送性命。

枚乘《七发》

枚乘（？—前140年），字叔，淮阴（今属江苏）人，西汉辞赋家，《七发》为枚乘所作辞赋，为汉代大赋的前驱，文中假设楚太子有病，吴客探问，以七事启发太子，故名“七发”。

出與入輦，〔意为出入都乘车辆。輿、輦都是车子，此作乘车讲，动词用法。〕命曰蹶痿之机；〔蹶痿：麻痹瘫痪不

能行走的病症。机：征兆。〕洞房清宫，〔幽深而清凉的宫室。〕命曰寒热之媒；皓齿娥眉，〔皓齿娥眉：美女的代称。皓，白。娥眉，同蛾眉。〕命曰伐性之斧；甘腍肥脓，〔甘腍（cuì）：指美味之食。肥脓：厚酒，脓，同浓，厚酒。〕命曰腐肠之药。今太子肤色靡曼〔靡曼：细弱。〕四支委随，〔委随：不能屈伸。随，通惰。〕筋骨挺解，〔挺解：散弛。挺，解也。〕血脉淫濯，〔淫濯：李善注：谓过度而且大也。《尔雅》：“淫，过也；濯，大也。”一说为阻滞不通。吕延济注：“淫濯，不通也。”〕手足堕麻，〔堕麻（yǔ）：懈怠无力。堕通惰。〕越女待前，齐姬奉后，〔越女、齐姬：皆指美女。刘良注：“齐越二国，美人所出。”〕往来游醺，〔游醺：游玩宴乐。醺，通宴。〕纵恣于曲房隐间之中，〔曲房隐间：皆指密室。〕此甘餐毒药，〔把毒药当作美食，甘餐，美食，这里作意动用法。〕戏猛兽之爪牙也。

恣意情欲，沉溺女色，而有丧身殒命之害，历代名士多有论述，就其形象生动而言，枚乘此论不属最早，后世之士广加引用，其中“皓齿娥眉，命曰伐性之斧”、“纵恣于曲房隐间之中，此甘餐毒药，戏猛兽之爪牙也”等语，多被写于大带、几案、座右，以为警策之语，可见历代养生家，皆重戒淫节欲这房中养生思想的。

灵枢经

阙名撰

《灵枢经》原序

昔黄帝作《内经》十八卷，《灵枢》九卷，《素问》九卷，乃其数焉，世所奉行唯《素问》耳。越人得其一二而述《难经》，皇甫谧次而为《甲乙》，诸家之说悉自此始。其间或有得失，未可为后世法。则谓如南阳活人书称：咳逆者，哕也。谨按《灵枢经》曰：新谷气入于胃，与故寒气相争，故曰哕。举而并之，则理可断矣。又如《难经》第六十五篇，是越人标指《灵枢》本输之大略，世或以为流注。谨按《灵枢经》曰：所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。又曰：神气者，正气也。神气之所游行出入者，流注也，并荣输经合者，本输也，举而并之，则知相去不啻天壤之异。但恨《灵枢》不传久矣，世莫能究。夫为医者，在读医书耳，读而不能为医者有矣，未有不读而能为医者也。不读医书，又非世业，杀人尤毒于挺刃。是故古人有言曰：为人子而不读医书，犹为不孝也。仆本庸昧，自髫迄壮，潜心斯道，颇涉其理。辄不自揣，参对诸书，再行校正家藏旧本《灵枢》九卷，共八十一篇，增修音释，附于卷末，勒为二十四卷。庶使好生之人，开卷易明，了无差别。除已具状经所属申明外，准使府指挥依条申转运司选官详定，具书送秘书省国子监。今崧专访请名医，更乞参详，免误将来。利益无穷，功实有自。

时宋绍兴乙亥仲夏望日。锦官史崧题

《灵枢经》卷一

九针十二原第一（法天）

黄帝问于岐伯曰：余子万民，养百姓，而收其租税。余衰其不给，而属有疾病。余欲勿使被毒药，无用砭石，欲以微针通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会。令可传于后世，必明为之法。令终而不灭，久而不绝，易用难忘，为之经纪；异其章，别其表里，为之终始。令各有形，先立针经。愿闻其情。岐伯答曰：臣请推而次之，令有纲纪，始于一，终于九焉。请言其道。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。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。凡用针者，虚则实之，满则泄之，宛陈则除之，邪胜则虚之。大要曰：徐而疾则实，疾而徐则虚。言实与虚，若有若无，察后与先，若存若亡，为虚与实，若得若失。虚实之要，九针最妙，补泻之时，以针为之。泻曰：必持内之，放而出之，排阳得针，邪气得泄。按而引针，是谓内温，血不得散，气不得出也。补曰：随之，随之意

若忘之，若行若按，如蚊虻止，如留如还，去如弦绝，令左属右，其气故止，外门已闭，中气乃实，必无留血，急取诛之。持针之道，坚者为宝，正指直刺，无针左右，神在秋毫，属意病者，审视血脉者，刺之无殆。方刺之时，必在悬阳，及与两卫，神属勿去，知病存亡。血脉者，在膂横居，视之独澄，切之独坚。

九针之名，各不同形：一曰镵针，长一寸六分；二曰员针，长一寸六分；三曰鍤针，长三寸半；四曰锋针，长一寸六分；五曰铍针，长四寸，广二分半；六曰员利针，长一寸六分；七曰毫针，长三寸六分；八曰长针，长七寸；九曰大针，长四寸。镵针者，头大末锐，去泻阳气。员针者，针如卵形，揩摩分间，不得伤肌肉，以泻分气。鍤针者，锋如黍粟之锐，主按脉勿陷，以致其气。锋针者，刃三隅，以发痼疾。铍针者，末如剑锋，以取大脓。员利针者，大如薙，且员且锐，中身微大，以取暴气。毫针者，尖如蚊虻喙，静以徐往，微以久留之而养，以取痛痹。长针者，锋利身薄，可以取远痹。大针者，尖如挺，其锋微员，以泻机关之水也。九针毕矣。

夫气之在脉也，邪气在上，浊气在中，清气在下。故针陷脉则邪气出，针中脉则浊气出，针太深则邪气反沉，病益。故曰：皮肉筋脉各有所处，病各有所宜，各不同形，各以任其所宜。无实无虚，损不足而益有余，是谓甚病，病益甚。取五脉者死，取三脉者恒；夺阴者死，夺阳者狂，针害毕矣。刺之而气不至，无问其数；刺之而气至，乃去之，勿复针。针各有所宜，各不同形，各任其所为。刺之要，气至而有效，效之信，若风之吹云，明乎若见苍天，刺之道毕矣。

黄帝曰：愿闻五藏六府所出之处。岐伯曰：五藏五腧，五五二十五腧；六府六腧，六六三十六腧。经脉十二，络脉十五，凡二十七气，以上下，所出为井，所溜为荣，所注为腧，所行为经，所以为合，二十七气所行，皆在五腧也。节之交，三百六十五会，知其要

者，一言而终，不知其要，流散无穷。所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。见其色，察其目，知其散复；一其形，听其动静，知其邪正。右主推之，左持而御之，气至而去之。凡将用针，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治也。五藏之气已绝于内，而用针者皮实其外，是谓重竭，重竭必死，其死也静，治之者，辄反其气，取腋与膺；五藏之气已绝于外，而用针者反实其内，是谓逆厥，逆厥则必死，其死也躁，治之者，反取四末。刺之害中而不去，则精泄；害中而去，则致气。精泄，则病益甚而悞；致气，则生为痈疡。五藏有六府，六府有十二原，十二原出于四关，四关主治五藏。五藏有疾，当取之十二原。十二原者，五藏之所以禀三百六十五节气味也。五藏有疾也，应出十二原，十二原各有所出，明知其原，睹其应，而知五藏之害矣。阳中之少阴，肺也，其原出于大渊，大渊二。阳中之太阳，心也，其原出于大陵，大陵二。阴中之少阳，肝也，其原出于太冲，太冲二。阴中之至阴，脾也，其原出于太白，太白二。阴中之太阴，肾也，其原出于太溪，太溪二。膏之原，出于鸠尾，鸠尾一；肓之原，出于腓腧，腓腧一。凡此十二原者，主治五藏六府之有疾者也。胀取三阳，飧泄取三阴。今夫五藏之有疾也，譬犹刺也，犹污也，犹结也，犹闭也。刺虽久，犹可拔也；污虽久，犹可雪也；结虽久，犹可解也；闭虽久，犹可决也。或言久疾之不可取者，非其说也。夫善用针者，取其疾也，犹拔刺也，犹雪污也，犹解结也，犹决闭也。疾虽久，犹可毕也。言不可治者，未得其术也。刺诸热者，如以手探汤；刺寒清者，如人不欲行。阴有阳疾者，取之下陵三里，正往无殆，气下乃止，不下复始也。疾高而内者，取之阴之陵泉；疾高而外者，取之阳之陵泉也。

宛陈(上音郁，又音蕴，又于阮切)。髌(莫高切，又音毫)。在膛(春遇切)。铍(锥銜切)。铍(音低)。铍(音皮)。虻喙(下谢秽切)。取三脉者悞(曲王切)。谨按：

恒，谓不足也）。腠（上蒲设切，下乌朗切，又于桑切）。溜（谨按：《针经》当作流）。荣（音营，绝小水也）。

本输第二（法地）

黄帝问于岐伯曰：凡刺之道，必通十二经络之所终始，络脉之所别处，五输之所留，六府之所与合，四时之所出入，五藏之所溜处，阔数之度，浅深之状，高下所至。愿闻其解。岐伯曰：请言其次也。肺出于少商，少商者，手大指端内侧也，为井木；溜于鱼际，鱼际者，手鱼也，为荣；注于太渊，太渊，鱼后一寸陷者中也，为腧；行于经渠，经渠，寸口中也，动而不居，为经；入于尺泽，尺泽，肘中之动脉也，为合，手太阴经也。心出于中冲，中冲，手中指之端也，为井木；溜于劳宫，劳宫，掌中中指本节之内间也，为荣；注于大陵，大陵，掌后两骨之间方下者也，为腧；行于间使，间使之道，两筋之间，三寸之中也，有过则至，无过则止，为经；入于曲泽，曲泽，肘内廉下陷者之中也，屈而得之，为合，手少阴也。肝出于大敦，大敦者，足大指之端及三毛之中也，为井木；溜于行间，行间，足大指间也，为荣；注于大冲，大冲，行间上二寸陷者之中也，为腧；行于中封；中封，内踝之前一寸半，陷者之中，使逆则宛，使和则通，摇足而得之，为经；入于曲泉，曲泉，辅骨之下，大筋之上也，屈膝而得之，为合，足厥阴也。脾出于隐白，隐白者，足大指之端内侧也，为井木；溜于大都，大都，本节之后，下陷者之中也，为荣；注于太白，太白，腕骨之下也，为腧；行于商丘，商丘，内踝之下，陷者之中也，为经；入于阴之陵泉，阴之陵泉，辅骨之下，陷者之中也，伸而得之，为合，足太阴也。肾出于涌泉，涌泉者，足心也，为井木；溜于然谷，然谷，然骨之下者也，为荣；注于大溪，大溪，内踝之后，

跟骨之下，陷中者也，为腧；行于复溜，复溜，上内踝二寸，动而不休，为经；入于阴谷，阴谷，辅骨之后，大筋之下，小筋之上也，按之应手，屈膝而得之，为合，足少阴经也。膀胱出于至阴，至阴者，足小指之端也，为井金；溜于通谷，通谷，本节之前外侧也，为荥；注于束骨，束骨，本节之后，陷者中也，为腧；过于京骨，京骨，足外侧大骨之下，为原；行于昆仑，昆仑，在外踝之后，跟骨之上，为经；入于委中，委中，腘中央，为合，委而取之，足太阳也。胆出于窍阴，窍阴者，足小指次指之端也，为井金；溜于侠溪，侠溪，足小指次指之间也，为荥；注于临泣，临泣，上行一寸半陷者中也，为腧；过于丘墟，丘墟，外踝之前下，陷者中也，为原；行于阳辅，阳辅，外踝之上，辅骨之前，及绝骨之端也，为经；入于阳之陵泉，阳之陵泉，在膝外陷者中也，为合，伸而得之，足少阳也。胃出于厉兑，厉兑者，足大指内次指之端也，为井金；溜于内庭，内庭，次指外间也，为荥；注于陷谷，陷谷者，上中指内间上行二寸陷者中也，为腧；过于冲阳，冲阳，足跗上五寸陷者中也，为原，摇足而得之；行于解溪，解溪，上冲阳一寸半陷者中也，为经；入于下陵，下陵，膝下三寸，胫骨外三里也，为合；复下三里三寸为巨虚上廉，复下上廉三寸为巨虚下廉也，大肠属上，小肠属下，足阳明胃脉也，大肠小肠，皆属于胃，是足阳明也。三焦者，上合手少阳，出于关冲，关冲者，手小指次指之端也，为井金；溜于液门，液门，小指次指之间也，为荥；注于中渚，中渚，本节之后陷者中也，为腧；过于阳池，阳池，在腕上陷者之中也，为原；行于支沟，支沟，上腕三寸，两骨之间陷者中也，为经；入于天井，天井，在肘外大骨之上陷者中也，为合，屈肘乃得之；三焦下腧，在于足大指之前，少阳之后，出于腘中外廉，名曰委阳，是太阳络也，手少阳经也。三焦者，足少阳太阴（一本作阳）之所将，太阳之别也，上踝五寸，别入贯膈肠，出于委阳，并太阳之正，入络膀胱，约下焦，实则闭癃，虚则遗溺，遗溺则补之，闭

癰则泻之。手太阳小肠者，上合于太阳，出于少泽，少泽，小指之端也，为井金；溜于前谷，前谷，在手外廉本节前陷者中也，为荥；注于后溪，后溪者，在手外侧本节之后也，为腧；过于腕骨，腕骨，在手外侧腕骨之前，为原；行于阳谷，阳谷，在锐骨之下陷者中也，为经；入于小海，小海，在肘内大骨之外，去端半寸陷者中也，伸臂而得之，为合，手太阳经也。大肠上合手阳明，出于商阳，商阳，大指次指之端也，为井金；溜于本节之前二间，为荥；注于本节之后三间，为腧；过于合谷，合谷，在大指歧骨之间，为原；行于阳溪，阳溪，在两筋间陷者中也，为经；入于曲池，在肘外辅骨陷者中，屈臂而得之，为合，手阳明也。是谓五藏六府之腧，五五二十五腧，六六三十六腧也。六府皆出足之三阳，上合于手者也。

缺盆之中，任脉也，名曰天突，一。次任脉侧之动脉，足阳明也，名曰人迎，二。次脉手阳明也，名曰扶突，三。次脉手太阳也，名曰天窗，四。次脉足少阳也，名曰天容，五。次脉手少阳也，名曰天牖，六。次脉足太阳也，名曰天柱，七。次脉颈中央之脉，督脉也，名曰风府。腋内动脉，手太阴也，名曰天府。腋下三寸，手心主也，名曰天池。刺上关者，喑不能欠；刺下关者，欠不能喑。刺犊鼻者，屈不能伸；刺两关者，伸不能屈。足阳明挟喉之动脉也，其腧在膺中。手阳明次在其腧外，不至曲颊一寸。手太阳当典颊。足少阳在耳下曲颊之后。手少阳出耳后，上加完骨之上。足太阳挟项大筋之中发际。阴尺动脉在五里，五腧之禁也。肺合大肠，大肠者，传道之府。心合小肠，小肠者，受盛之府。肝合胆，胆者，中精之府。脾合胃，胃者，五谷之府。肾合膀胱，膀胱者，津液之府也。少阳属肾，肾上连肺，故将两藏。三焦者，中渎之府也，水道出焉，属膀胱，是孤之府也。是六府之所与合者。春取络脉诸荥大经分肉之间，甚者深取之，间者浅取之。夏取诸腧孙络肌肉皮肤之上。秋取诸合，余如春法。冬取诸井诸腧之分，欲深