

中医十大经典系列

素问 灵枢 难经 神农本草经

伤寒论 金匱要略 华氏中藏经

针灸甲乙经 脉经 黄帝内经太素

黄帝内经太素

大字诵读版

隋·杨上善

撰

中国医药科技出版社

岐伯曰：人生十岁，五脏始定，血气已通，其气在下，故好走。二十岁，血气始盛，肌肉方长，故好趋。三十岁，五脏大定，肌肉坚固，血脉盛满，故好步。四十岁，五脏六腑十二经脉，皆大盛以平定，腠理始疏，荣华颓落，发鬓斑白，平盛不摇，故好坐。五十岁，肝气始衰，肝叶始薄，胆汁始减，目始不明。六十岁，心气始衰，喜忧悲，血气懈惰，故好卧。七十岁，脾气虚，皮肤枯。八十岁，肺气衰，魄离，故言善误。九十岁，肾气焦，膀胱虚，经脉空虚。百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。

中医十大经典系列

黄帝内经太素

一大一字一诵一读一版一

隋·杨上善撰

中国医药科技出版社

内 容 提 要

《黄帝内经太素》为隋·杨上善撰，共 30 卷，是首部分类编纂整理、研究注解《黄帝内经》的著作。全书按摄生、阴阳、人合、脏腑、经脉、腧穴、营卫气、身度、诊候、证候、设方、九针、补泄、伤寒、寒热、邪论、风论、气论、杂病等 19 类重新编次注释。适合中医工作者、中医爱好者参考阅读。

图书在版编目 (CIP) 数据

黄帝内经太素：大字诵读版 / (隋) 杨上善撰. — 北京：中国医药科技出版社，2018.2

(中医十大经典系列)

ISBN 978-7-5067-9854-9

I. ①黄… II. ①杨… III. ①《黄帝内经太素》 IV. ①R221.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 311408 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1000mm $\frac{1}{16}$

印张 29 $\frac{3}{4}$

字数 322 千字

版次 2018 年 2 月第 1 版

印次 2018 年 2 月第 1 次印刷

印刷 三河市荣展印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9854-9

定价 48.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话：010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

中医十大经典

整理委员会

总 主 编 吴少祯

副总主编 王应泉 许 军 刘建青 范志霞

编 委 (按姓氏笔画排序)

于 雷 李禾薇 李超霞 张芳芳

金芬芳 贾清华 党志政 徐慧慧

郭新宇 谢静文

出版者的话 |

现代著名中医学家任应秋教授认为中医经典是研习中医学学术的必读古籍，经典一部，胜杂书万本。从名老中医成才之路可以发现一个规律：中医的学习，若想有所成，不可跳过中医十大经典书籍学习的环节，而任应秋教授认为，中医十大经典包括：《黄帝内经·素问》（以下简称《素问》）《黄帝内经·灵枢》（以下简称《灵枢》）《难经》《神农本草经》《伤寒论》《金匱要略》《华氏中藏经》《针灸甲乙经》《脉经》《黄帝内经太素》（以下简称《太素》）。

《素问》与《灵枢》合称《黄帝内经》，是我国现存最早的医学经典，确立了中医理论体系的基本内容，奠定了中医学发展的理论基础和学术体系；《难经》也是我国现存较早的医学经典之一，其采用问答的方式探讨和论述了中医学脉诊、经络、脏腑、病因、腧穴、针刺等理论问题，丰富和充实了《黄帝内经》；《神农本草经》构建了一个完整而严密的药物学体系，奠定了我国古代药物学的基础；《伤寒论》与《金匱要略》提出了辨证论治和方药配伍的基本原则，成为我国最早系统论述外感与杂病的专著；《华氏中藏经》发展丰富了脏腑学说；《针灸甲乙经》为我国现存最早的针灸学专著；《脉经》对诊脉方法、脉学理论及脉诊临床意义作

出了统一规范和明确阐释;《太素》为首部分类编纂整理、研究注解《黄帝内经》的著作。以上10部经典,构成了中医药学的基石,对后世中医药学的发展产生了巨大的影响。

《素问》以明顾从德翻刻宋本的影印本为底本,以清四库全书本(简称四库本)、1963年人民卫生出版社铅印本为校本进行互校。《灵枢》以明赵府居敬堂刻本为底本,2005年商务印书馆影印本(简称四库本)为校本进行互校。《难经》以1956年商务印书馆出版的《难经本义》作为底本,以明本《难经》及《古本难经阐注》《难经疏证》等注本为校本进行互校。《神农本草经》以日本森立之本为底本,以尚志钧辑校的《神农本草经校点》、马继兴辑校的《神农本草经辑注》为校本进行互校。《伤寒论》以明赵开美刻本为底本,以中国中医科学院所藏宋本《伤寒论》、1991年人民卫生出版社出版的《伤寒论校注》为校本进行互校。《金匱要略》以邓珍本仿宋刻本为底本,并参考明万历赵开美本及涵芬楼藏明刊本进行整理校对。《华氏中藏经》以宛委别藏清抄本为底本,以中国中医科学院图书馆馆藏日本宽保二年壬戌(1742)浪华书林刻本为校本进行互校。《针灸甲乙经》以1956年人民卫生出版社出版的明《医统正脉》影印本为底本,以四库全书影印本等校本进行互校。《脉经》以日本东洋医学善本丛书“影宋版《脉经》”为底本,以元天历广勤书堂刻本及明成化苏州毕玉刻本为校本进行互校。《太素》以1981年日本东洋医学会影印仁和寺原抄二十五卷本为底本,以中国中医研究院日本盛文堂刻本节选影印本及1965年刘衡如点校本为校本进行互校。

本次整理,若底本与校本有文字互异处,则择善而从。具体原则如下。

1. 全书加用标点符号，采用简体横排。底本中繁体字、异体字径改为简化字，古字以今字律齐，方位词左、右改为下、上。

2. 凡底本、校本中明显的错字、讹字、避讳字，或笔画略有舛误，经核实无误后予以径改，不再出注。

3. 凡底本、校本不一致的情况，据文义酌情理校。

4. 凡底本中阙佚之文，均以“□”标示，每个“□”表示一个汉字，遇佚文字数不详者，以“……”表示。

5. 书中中医专用名词规范为目前通用名称。如“藏府”改为“脏腑”，“白茛”改为“白及”，“旋复花”改为“旋覆花”等。

6. 凡入药成分涉及国家禁猎和保护动物的（如犀角、虎骨等），为保持古籍原貌，原则上不改。但在临床运用时，应使用相关的代用品。

恐书中难免有疏漏之处，敬祈同仁惠予教正，是为至盼。

中国医药科技出版社

2017年11月

目录

卷第一 [佚]	001
---------------	-----

卷第二 摄生之二	001
----------------	-----

顺养	001
----------	-----

六气	007
----------	-----

九气	008
----------	-----

调食	010
----------	-----

寿限	015
----------	-----

卷第三 阴阳	018
--------------	-----

阴阳大论	018
------------	-----

调阴阳	027
-----------	-----

阴阳杂说	032
------------	-----

卷第四 [佚]	041
---------------	-----

卷第五 人合	041
--------------	-----

[篇名佚]	041
-------------	-----

阴阳合	042
-----------	-----

四海合	047
-----------	-----

十二水	048
-----------	-----

卷第六 脏腑之一	054
----------------	-----

[篇名佚]	054
-------------	-----

五脏命分	058
------------	-----

脏腑应候	063
------------	-----

脏腑气液	064
------------	-----

卷第七 [佚]	071
---------------	-----

卷第八 经脉之一	071
----------------	-----

经脉连环	071
------------	-----

经脉病解	084
------------	-----

阳明脉病	089
------------	-----

卷第九 经脉之二	090
----------------	-----

经脉正别	090
------------	-----

脉行同异	093
------------	-----

经络别异	097
------------	-----

十五络脉	099
------------	-----

经脉皮部	102
------------	-----

卷第十 经脉之三 106

督脉	106
带脉	108
阴阳跷脉	108
任脉	110
冲脉	112
阴阳维脉	114
经脉标本	115
经脉根结	118

卷第十一 输穴 122

本输	122
变输	129
腑病合输	132
气穴	134
气府	140
骨空	143

卷第十二 营卫气 147

营卫气别	147
营卫气行	152
营五十周	156
卫五十周	157

卷第十三 身度 162

经筋	162
骨度	169
肠度	171
脉度	174

卷第十四 诊候之一 ... 176

[篇名佚]	176
四时脉形	183
真脏脉形	186
四时脉诊	188
人迎脉口诊	192

卷第十五 诊候之二 ... 205

色脉诊	205
色脉尺诊	210
尺诊	212
尺寸诊	214
五脏脉诊	219

卷第十六 诊候之三 ... 232

虚实脉诊	232
杂诊	236
脉论	242

卷第十七 证候之一 … 254

卷第十八 [佚] … 256

卷第十九 设方 … 256

知古今 … 256

知要道 … 257

知方地 … 259

知形志所宜 … 261

知祝由 … 262

知针石 … 263

知汤药 … 270

知官能 … 271

卷第二十 [佚] … 277

卷第二十一 九针之一 … 277

九针要道 … 277

九针要解 … 280

诸原所生 … 284

九针所象 … 285

卷第二十二 九针之二 … 289

刺法 … 289

九针所主 … 293

三刺 … 294

三变刺 … 298

五刺 … 299

五脏刺 … 299

五节刺 … 300

五邪刺 … 303

九刺 … 307

十二刺 … 307

卷第二十三 九针之三 … 310

量缪刺 … 310

量气刺 … 316

量顺刺 … 317

疽痛逆顺刺 … 318

量络刺 … 320

杂刺 … 321

卷第二十四 补泻 … 327

天忌 … 327

本神论 … 328

真邪补泻 … 331

虚实补泻 … 334

虚实所生 … 338

卷第二十五 伤寒 … 344

热病决 … 344

热病说 347

五脏热病 353

五脏痿 356

疰解 358

三疰 361

十二疰 364

卷第二十六 寒热 368

寒热厥 368

经脉厥 370

寒热相移 372

厥头痛 374

厥心痛 376

寒热杂说 378

痛疽 384

虫痛 388

寒热瘰癧 389

灸寒热法 390

卷第二十七 邪论 391

七邪 391

十二邪 394

邪客 398

邪中 401

邪传 403

卷第二十八 风论 409

诸风数类 409

诸风状论 411

诸风杂论 412

九宫八风 414

三虚三实 415

八正风候 417

痹论 418

卷第二十九 气论 424

三气 424

津液 425

水论 427

胀论 429

风水论 434

咳论 435

卷第三十 杂病 438

重身病 438

温暑病 438

四时之变 439

息积病 439

伏梁病 440

热痛 440

脾痺消渴 441

胆痒	441	癫疾	452
头齿痛	442	惊狂	453
颌痛	442	厥逆	454
项痛	442	厥死	455
喉痹咽干	442	阳厥	455
目痛	443	风逆	456
耳聋	443	风痉	456
衄血	444	酒风	456
喜怒	444	经解	457
疹筋	444	身度	457
血枯	445	经络虚实	457
热烦	445	禁极虚	458
身寒	445	顺时	458
肉烁	446	刺疰节度	459
卧息喘逆	446	刺腹满数	460
少气	447	刺霍乱数	460
气逆满	447	刺痫惊数	460
疗啗	448	刺腋痛数	461
腰痛	448	病解	461
髀疾	450	久逆生病	462
膝痛	451	六腑生病	462
痿厥	451	肠胃生病	462
癰泄	451	经输所疗	462
如蛊如疸病	451		

卷第一 [佚]

卷第二 摄生之二

通直郎守太子文学臣杨上善奉敕撰注

顺 养

黄帝曰：余闻先师有所心藏，弗著于方。余愿闻而藏之，则而行之，先师心藏，比斲轮之巧，不可言传，遂不著于方也。又上古未有文著方策，传暮代也，非文不传，故请方传之，藏而则之。上以治民，下以治身，先人后己，大圣之情也。使百姓无病，上下和亲，德泽下流，理国之意。子孙无忧，理家之意。传于后世，无有终时，可得闻乎？言其益远。岐伯曰：远乎哉问！夫治民与治自，治彼与治此，治小与治大，治国与治家，未有逆而能治者也，夫唯顺而已矣。人之与己、彼此、小大、家国八者，守之取全，循之取美，须顺道德阴阳物理，故顺之者吉，逆之者凶，斯乃天之道。顺者，非独阴阳脉气之逆顺也，百姓人民，皆欲顺其志也。非独阴阳之道，十二经脉营卫之气有逆有顺，百姓之情皆不可逆，是以顺之有吉也，故曰圣人无常心，以百姓为心也。志，愿也。黄帝曰：顺之奈

何？岐伯曰：入国问俗，入家问讳，上堂问礼，临病人问所便。夫为国、为家、为身之道，各有其理，不循其理而欲正之身者，未之有也。所以并须问者，欲各知其理而顺之也。俗、讳、礼、便，人之理也；阴阳、四时，天地之理也。存生之道，阙一不可，故当问之也。便，宜也。谓问病人寒热等病，量其所宜，随顺调之，故问所便者也。

黄帝曰：便病人奈何？言何方而知其所便也。**岐伯曰：夫人中热消瘴则便寒，寒中之属则便热。**中，肠胃中也。肠胃中热，多消饮食，即消瘴病也。瘴，热也，音丹。热中宜以寒调，寒中宜以热调，解其便也。胃中热则消谷，令人悬心善饥，脐以上皮热；自此以下，广言热中、寒中之状。胃中热以消谷，虚以喜饥，胃在脐上，胃中食气上熏，故皮热也。肠中热则出黄如糜，脐以下皮寒。阳上阴下，胃热肠冷，自是常理。今胃中虽热，不可过热，过热乖常。肠中虽冷，不可不和，不和则多热出黄。肠冷多热不通，故脐下皮寒也。**胃中寒则腹胀，肠中寒则肠鸣飧泄。**膜，叱邻反，张起也。飧，音孙，谓食不消，下泄如水和饭也。冷气不下，故多胀。肠中冷而气转，故肠鸣也。**胃中寒，肠中热，则胀且泄；**以上肠胃俱热俱寒，此乃胃寒肠热，俱下时也。胀是胃寒，泄是肠热，肠中不可热，今热则肠中不和，故胀且泄也。**胃中热，肠中寒，则疾饥，少腹痛。**此胃热肠寒俱时。胃热故疾饥，肠寒故腹痛也。**黄帝曰：胃欲寒饮，肠欲热饮，两者相逆，便之奈何？**且夫王公大人，血食之君，骄恣从欲轻人，而无能禁之，禁之则逆其志，顺之则加其病，便之奈何？治之何先？胃中常热，故欲沧沧而饮；肠中恒冷，故欲灼灼而食。寒热乖和，则损于性命。若从欲则加病，逆志则生怒，二者不兼，故以先为问也。**岐伯曰：人之情，莫不恶死而乐生，告之以其馫，语之以其道，示以其所便，开之以其所苦，虽有无道之人，恶有不听**

令者乎？止可逆志以取其所乐，不可顺欲而致其所苦。故以道语之，无理不听也。黄帝曰：治之奈何？岐伯曰：春夏先治其标，后治其本；秋冬先治其本，后治其标。本，谓根与本也。标，末也，方昭反，谓枝与叶也。春夏之时，万物之气上升，在标；秋冬之时，万物之气下流，在本。候病所在，以行疗法，故春夏取标，秋冬取本也。黄帝曰：便其相逆者奈何？谓适于口则害于身，违其心而利于体者，奈何？岐伯曰：便此者，食饮衣服亦欲适寒温，寒无凄凄，暑无出汗。食饮者热毋灼灼，寒毋沧沧。沧沧，寒也，音仓。寒无凄等，谓调衣服也；热无灼等，谓调食饮也，皆逆其所便也。寒温中适，故气将持，乃不致邪僻。五脏之中和适，则其真气内守，外邪不入，病无由生。久视伤血，夫为劳者，必内有所损，然后血等有伤。役心注目于色，久则伤心，心主于血，故久视伤血。久卧伤气，人卧则肺气出难，故久卧伤肺，肺伤则气伤也。久坐伤肉，人久静坐，脾则不动，不动不使，故久坐伤脾，脾伤则肉伤也。久立伤骨，人之久立，则腰肾劳损，肾以主骨，故骨髓伤也。久行伤筋，此久所病也。人之久行，则肝胆劳损，肝伤则筋伤也。春三月，此谓发陈，陈，旧也。言春三月草木旧根、旧子皆发生也。天地俱生，万物以荣，天之父也，降之以德；地之母也，资之以气。德之与气，俱能生也。物因德气，英华开发也。夜卧蚤起，春之三月主胆，肝之府足少阳用事。阴消阳息，故养阳者至夜即卧，顺阴消也。“蚤”，古“早”字。旦而起，顺阳息也。广步于庭，被发缓形，以使志生，广步于庭，劳以使志也。被发缓形，逸以使志也。劳逸处中，和而生也。故其和者，是以内摄生者也。生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚，此春气之应也，养生之道也。生、予、赏者，顺少阳也；杀、夺、罚者，逆少阳也。故顺、成、和，则外摄生也。内外和顺，春之应也。斯之顺者，

为身为国养生道也。逆则伤于肝，夏为寒变，奉生长者少。肝气在春，故晚卧早起，逸体怠形。煞、夺、罚者，皆逆少阳也。故其为身者，逆即伤肝，夏为伤寒热病变也。其为国也，霜雹风寒灾害变也。春时内外伤者，奉夏生长之道不足也。夏三月，此谓蕃秀，蕃，伐元反，茂也。夏三月时，万物蕃滋茂秀，增长者也。天地气交，万物英实，阴阳气和，故物英华而盛实也。晚卧蚤起，夏之三月主少阳，心之府手太阳用事，阴虚阳盈。故养阳者，多起少卧也。晚卧以顺阴虚，早起以顺阳盈实也。无厌于日，使志无怒，日者为阳，故不可厌之；怒者为阴，故使志无怒之。使英成秀，使气得泄，使物华皆得秀长，使身关腠气得通泄也。若所爱在外，此夏气之应也，养生之道也。内者为阴，外者为阳，诸有所爱，皆欲在阳，此之行，应太阳之气，养生之道也。逆之则伤心，秋为痎疟，则奉收者少，冬至重病。早卧晚起，厌日生怒，伤英不秀，壅气在内，皆逆太阳气也。故夏为逆者，则伤乎心，秋为痎疟，奉秋收之道不足，得冬之气，成熟中重病也。秋三月，此谓容平，夏气盛长，至秋也不盛不长，以结其实，故曰容平也。天气以急，地气以明，天气急者，风清气凉也；地气明者，山川景净也。蚤卧蚤起，与鸡俱兴，秋之三月，主肺脏，手太阴用事，阳消阴息。故养阴者与鸡俱卧，顺阴息也；与鸡俱起，顺阳消也。使志安宁，以缓秋形，春之缓者，缓于坚急；秋之缓者，缓于滋盛，故宁志以缓形。收敛神气，使秋气平，夏日之时，神气洪散，故收敛顺秋之气，使之和平也。无外其志，使肺气精。此秋气之应也，养收之道也。摄志存阴，使肺气之无杂，此应秋气，养阴之道也。逆之则伤肺，冬为飧泄，则奉养者少。晚卧早起，志不宁者，秋时以逆太阴气，秋即伤肺，至冬飧泄，奉冬养之道少也。冬三月，此谓气闭藏，阴气外闭，阳气内藏。水冰地坼，敕白反，分也。



毋扰于阳，言居阴分，故毋扰阳。蚤卧晚起，冬之三月，主肾藏，足少阴用事，阳虚阴盈，故养阴者多卧少起。早卧顺阳虚，晚起顺阴盈也。必待日光。使志若伏匿，伏匿，静也。卧尽阴分，使志静也。若有私意，若已有德，去寒就温，言十一月，阴去阳来，故养阴者凡有私意，诸有所得，与阴俱去，顺阳而来，无相扰也。毋泄皮肤，使气不极，此冬气之应也，养藏之道也。闭诸腠理，使气不泄极也。斯之行也，应冬肾气，养阴之道也。逆之则伤肾，春为痿厥，则奉生少也。早起晚卧，不待日光，志气外泄，冬为逆者，伤肾痿厥，奉春养生之道少也。痿厥，不能行也，一日偏枯也，于危反。天气清静，光明者也，天道之气，清虚不可见，安静不可为，故得三光七耀光明者也。玄元皇帝曰：虚静者，天之明也。藏德不上故不下。天设日月，列星辰，张四时，调阴阳，日以曝之，夜以息之，风以干之，雨露濡之。其生物也，莫见其所养而物长；其所煞也，莫见其所丧而物亡。此谓天道藏德不上，故不下者也。圣人象之，其起福也，不见其所以而福起；其除祸也，不见其所由而祸除。则圣人藏德不上，故不下也。玄元皇帝曰：上德不德，是以有德。即其事也。上下则日月不明，君上情在，于己有私，修德遂不为德。玄元皇帝曰：下德不失德，是以无德。君之无德，则令日月薄蚀，三光不明也。邪害空窍，空窍，谓三百六十五穴也。君不修德和阳气者，则疵疠贼风入人空窍，伤害人也。阳气闭塞，地气冒明，阳气失和，故令阴气冒覆三光。云露不精，则上应甘露不下，阴气失和，致令云露无润泽之精，无德应天，遂使甘露不降，阴阳不和也。言“白露”者，恐后代字误也。交通不表万物命，故不施。阴阳不得交通，则一中分命，无由布表生于万物，德泽不露，故曰不施也。不施，则名木多死，恶气发，风雨不节，甘露不下则菀槁不荣，贼风数至，暴雨数起，天

