

中医学

王志平 邹学熹 编著

四川出版集团 · 四川科学技术出版社

谚语一百条



中医学

■ 王志平

邹学熹

编著

●

四川出版集团·四川科学技术出版社

谚语一百条



图书在版编目(CIP)数据

中医学谚语一百条/王志平,邹学熹编著. -2版
成都:四川科学技术出版社,2007.1(2008.1重印)

ISBN 978-7-5364-6132-1

I. 中... II. ①王... ②邹... III. 中医学-谚语
IV. R2

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第160804号

ZHONGYIXUE YANYU YIBAITIAO 中医学谚语一百条

编著者 王志平 邹学熹
责任编辑 李迎军
封面设计 韩建勇
版面设计 康永光
责任出版 周红君
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都市三洞桥路12号 邮政编码610031
成品尺寸 140mm×203mm
印张7.5 字数120千
印刷 成都市书林印刷厂
版次 2007年1月成都第二版
印次 2008年1月成都第二次印刷
定价 14.00元

ISBN 978-7-5364-6132-1

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路12号 电话/(028)87734081
邮政编码/610031

序

古人常将医理之精粹、临证之心得，以一语概之，其文简，其意深，其风格独具，其文辞不拘，故无以名之，称为医学谚语。

医学谚语，我国自古有之，上至内难金伤，下迄明清著作，句里行间，比比皆见，偶得之，则笔之于札，长言永念，多有启发，用于实际，受益良深。彼此考献征文，潜心搜集，凡五年，札记充囊，集为一册，名为《中医学谚语一百条》，用广流传，惟发所思，并简分为6类：天人合一类2条，脏腑经络类20条，病因病机类38条，诊断类12条，治则类28条。此种划分，仅利博雅之赏，不必印定耳目。

医学谚语之用，计有四端。一裨读者记诵，于临证之际，若熟记胸中，自然得心应手。二裨读者查阅，书中某些条文，虽历代医家相互引证，但大多出处不详，在此一一标出，以省读者翻阅之劳。三裨读者引证，医学谚语多前贤名言警句，可作撰写文章和论文答辩的重要依据。四裨读者撮其要旨，若能自运巧思，可作考试之要诀，破题之锁匙。





中医学谚语一百条

中医典籍，浩如烟海，医学谚语并不限于一百条，兹初选成册，权作开台锣鼓，是将有托于医界群贤，进而搜罗靡遗，予以流布方册，传之异代，使纸贵三都，以为隋珠在掌，是乃笔者所厚望焉！

王志平 邹学熹

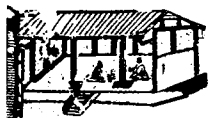
2007年1月

于成都中医药大学

目 录

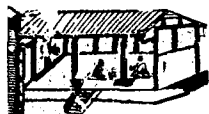
- 一、人身小天地 1
- 二、天食人以五气，地食人以五味 5
- 三、梦失封金柜，形衰守玉关，鼓呵消积滞，兜礼治伤寒 6
- 四、上工治未病 9
- 五、五脏藏而不泻，六腑泻而不藏 11
- 六、肺为五脏之天，脾为百骸之母，肾为一身之根
..... 13
- 七、肺朝百脉 16
- 八、肺为娇脏，心为火脏，脾为土脏，肝为刚脏，肾为水火之脏 20
- 九、肺主治节，心主血脉，脾主运化，肝主疏泄，肾主水液 25
- 十、随神往来者谓之魂，并精出入者谓之魄 29
- 十一、肾者胃之关也 32
- 十二、七节之旁，中有小心 33
- 十三、肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄 35





- 十四、头者精明之府，背者胸中之府，腰者肾之府，膝者筋之府，骨者髓之府 37
- 十五、冲为血海，任主胞胎 40
- 十六、胃为五谷之府，胆为中精之府，小肠为受盛之府，大肠为传导之府，膀胱为津液之府，三焦为中渎之府 43
- 十七、阳明为多气多血之经 47
- 十八、头为诸阳之会，四肢为诸阳之本 49
- 十九、上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎 51
- 二十、气为血帅，血为气母 53
- 二十一、六腑以通为用 55
- 二十二、齿为骨之余，发为血之余，爪为筋之余 ... 57
- 二十三、脾为胃行其津液 60
- 二十四、八脉丽于肝肾，冲脉丽于阳明 61
- 二十五、肾为先天之本，脾为后天之本 63
- 二十六、脾为生痰之源，肺为贮痰之器 66
- 二十七、五脏之伤，穷必及肾 68
- 二十八、实则阳明，虚则太阴 72
- 二十九、邪气盛则实，精气夺则虚 74
- 三十、通则不痛，痛则不通 76
- 三十一、肺为水之上源 82
- 三十二、壮火食气，少火生气 83

- 三十三、阳络伤则血外溢,阴络伤则血内溢 85
- 三十四、气有余便是火 90
- 三十五、形寒饮冷则伤肺,饮食劳倦则伤脾 92
- 三十六、营气虚则不仁,卫气虚则不用 94
- 三十七、胃不和则卧不安 97
- 三十八、夺血者无汗,夺汗者无血 99
- 三十九、阳虚则外寒,阴虚则内热;阳盛则外热,阴盛
则内寒 101
- 四十、聚于胃,关于肺 104
- 四十一、伤于风者,上先受之;伤于湿者,下先受之
..... 105
- 四十二、久痛入络 108
- 四十三、阳气盛则瞋目,阴气盛则瞑目 109
- 四十四、脏寒生满病 111
- 四十五、邪之所凑,其气必虚;正气存内,邪不可干
..... 113
- 四十六、气伤痛,形伤肿 114
- 四十七、怪病多痰 116
- 四十八、治痿独取阳明 118
- 四十九、出入废则神机化灭,升降息则气立孤危
..... 120
- 五十、气之所并为血虚,血之所并为气虚 122



- 五十一、清邪居上，浊邪居下，大邪中表，小邪中里，
 糜饪之邪，从口入者，宿食也 123
- 五十二、气乱于卫，血逆于经 125
- 五十三、脾胃虚则阴火升 126
- 五十四、亢则害，承乃制 128
- 五十五、金实不鸣，金破不鸣 130
- 五十六、二阳之病发心脾 132
- 五十七、肺热叶焦，发为痿躄 134
- 五十八、治湿不利小便，非其治也 136
- 五十九、冬伤于寒，春必病温 138
- 六十、小儿纯阳、稚阴之体，易虚易实，易寒易热... 140
- 六十一、多诊识脉，屡用达药 142
- 六十二、临病人问所便 144
- 六十三、至虚有盛候，大实有羸状 146
- 六十四、有诸内者，必形诸外 148
- 六十五、有胃气则生，无胃气则死 150
- 六十六、得神者昌，失神者亡 153
- 六十七、能合色脉，可以万全 155
- 六十八、肥人多痰，瘦人多火 157
- 六十九、热深厥深，热微厥微 159
- 七十、清气在下，则生飧泄；浊气在上，则生腹胀... 161
- 七十一、尝贵后贱名曰脱营，尝富后贫名曰失精... 163

- 七十二、肝为女子先天 165
- 七十三、少阳太阴从本,少阴太阳从本从标,阳明厥
阴不从标本,从乎中也 166
- 七十四、急则治其标,缓则治其本 170
- 七十五、治上焦如羽非轻不举,治中焦如衡非平不
安,治下焦如权非重不沉 173
- 七十六、木郁达之,火郁发之,土郁夺之,金郁泄之,
水郁折之 177
- 七十七、治病必求于本 182
- 七十八、壮水之主以制阳光,益火之源以消阴翳... 183
- 七十九、虚则补其母,实则泻其子 185
- 八十、观其脉证,知犯何逆,随证治之 187
- 八十一、开鬼门,洁净府,去菟陈莖 188
- 八十二、虚虚实实,补不足,损有余 191
- 八十三、诸病在脏,当随其所得而攻之 193
- 八十四、气化则精生,味和则形长 195
- 八十五、甘温除大热 197
- 八十六、形不足者温之以气,精不足者补之以味... 199
- 八十七、治风先治血,血行风自灭 201
- 八十八、宜行血不宜止血,宜补肝不宜伐肝,宜降气
不宜降火 203
- 八十九、救阴不在血,而在津与汗;通阳不在温,而





- 在利小便 204
- 九十、行血则便脓自愈,调气则后重自除 206
- 九十一、上燥治气,下燥治血 208
- 九十二、补肾不如补脾,补脾不如补肾 210
- 九十三、邪气内陷,当逆流挽舟;津枯便秘,宜增水
行舟 212
- 九十四、病痰饮者,当以温药和之 214
- 九十五、补上治上制以缓,补下治下制以急 216
- 九十六、其高者因而越之,其下者引而竭之 218
- 九十七、桂枝下咽,阳盛则毙;承气入胃,阴盛则亡
..... 220
- 6 九十八、脓成决以刀针 222
- 九十九、喉痛应放脓,喉痹当刺血,喉风倒其痰,喉
蛾烙其核 225
- 一百、疮疡初起宜消,脓成宜托,溃后宜补 226



人身小天地

人身小天地,语出张介宾《类经附翼·医易义》。如说:“天之气,即人之气;人之体,即天之体。……人身小天地,真无一毫之相间矣。”这种把小天地与大天地对举而言,正是《内经》天人合一思想的具体体现。天人合一学说包括两个规律:一是天人相应律,一是天人共通律。现述如下:



(一)天人相应律

古人认为,万物同出一源,所以人身与自然,小天地与大天地之间,存在着密切关系,息息相通,彼此感应。如《素问·保命全形论》说:“……人以天地之气生,



四时之法成。”即言人体必须依赖天地这一大自然的气化而生存,要适合四时气候变化的法度才能成长下去,所以“天食人以五气,地食人以五味。”《素问·生气通天论》又说:“凡人体,九窍,五脏,十二节,皆通乎天气。”在生理上,正如《灵枢·五癯津液别论》所谓“天暑衣厚则腠理开”,故全身上下皆汗出而减轻体内之热;“天寒则腠理闭”,汗液不能从肌肤蒸发,故“水下流于膀胱,则为溺”。在病理上,如风伤肝,热伤气,湿伤肉,燥伤皮毛,寒伤血脉之类,五脏皆然,都是表里、内外、阴阳相应的。

(二)天人共通律

即人与自然之间,尽管现象不同,但存在着相通的规律。如《素问·针解篇》说:“夫一天、二地、三人、四时、五音、六律、七星、八风、九野,身形亦应之。”这从宏观的方面谈了这个规律。《素问·保命全形录》说:“夫人生于天地,悬命于天,天地合气,命之曰人。……天有阴阳;人有十二节;天有寒暑,人有虚实。”《素问·离合真邪论》更具体指出:“天有宿度,地有经水,人有经脉。天地温和则经水安静,天寒地冻则经水凝泣,天

暑地热则经水沸溢，卒风暴起则经水波涌而起。夫邪之入于脉也，寒则血凝泣，暑则气淖泽，虚邪因而入客，亦如经水之得风也。经之动脉，其至也，亦时隆起，其行于脉中，循循然。”这又举出了健康与疾病的例证，来证实天人之间存在着共通规律。《灵枢·顺气一日分为四时篇》还提出：“夫百病者，多以旦慧、昼安、夕加、夜甚，何也？”“曰：四时之气使然也，……春生、夏长、秋收、冬藏，是气之常也，人亦应之。以一日分为四时，朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。朝则人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气长，长则胜邪，故安；夕则人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入脏，邪气独居于身，故甚也。”这指出了自然界年周期与人体日周期的变化存在着共通规律，一年的周期包括了四时，四时之气有升降浮沉的变化，而一天的周期中气的活动也存在着像四时一样的升降浮沉变化，人体也存在着和它相同的共同规律。因为早上像春天一样，阳气开始升发，病气相对衰减，故病人早上多比较清爽；白天像夏天一样，阳气最盛，邪气潜伏，故昼日大多安静；黄昏像秋天一样，阳气开始衰减，邪气渐盛，所以病情加重；晚上像冬天一样，阳气内藏，邪气偏盛，所以，夜间大多病情更甚，往往夜间比白天容易发生死亡。





又生物学家提出：整个生物发展有一条共同规律，就是“从低级到高级，由简单到复杂，螺旋式的上升”的规律，从原始的单细胞绿眼虫，通过长期进化，才形成各式各样多细胞的生物，以至到人。然而人类胚胎发育也重复了这个过程，由单细胞受精卵开始，衍化为三胚层，最后形成各器官、系统，才发育为完整的胎儿。虽然整个生物界发展和人类胚胎发育，在时间上和空间上都大大不同，但二者都是按照“由低级到高级，由简单到复杂，螺旋式的上升”这条共同规律进行的。由此证明，天人之间存在着共同规律，这是一条古今中外，皆莫能外的真理。

天食人以五气，地食人以五味



天食人以五气，地食人以五味，出自《素问·六节藏象论》。食，同饲。五气，不应指臊、焦、香、腥、腐，应指天之风、暑、湿、燥、寒，因《素问·六节脏象论》有“五气入鼻，藏于心肺，上使五色修明，声音能彰。”如果不是与人呼吸息息相通之气，又如何能从鼻窍而入，藏于心肺呢？又如何能使面部的五色明润，声音洪亮呢？可见“天食人以五气”，就是指的与人息息相关的呼吸之气。五味，即饮食物内含的酸、苦、甘、辛、咸之味。饮食物主要来源于地面种植的五谷，故说“地食人以五味。”古人认为：天与人的关系，最明显地表现在呼吸方面，不可一息停止；地与人的关系，表现在饮食方面，是人生活不可缺少的生存条件。





三、

梦失封金柜，形衰守玉关，
鼓呵消积滞，兜礼治伤寒

梦失封金柜，形衰守玉关，鼓呵消积滞，兜礼治伤寒，语出《红炉点雪》。现分述如下：

6

(一)梦失封金柜

金柜，比喻为人身的“丹田”穴。凡因相火炽而心神不安，出现遗精、滑精者，可以采取“封金柜”之法治疗本病。即在每日上床睡卧之时，调匀呼吸，安心静坐，以左右手各搓脐下丹田之处十余遍，再以两手搓脐下、腹部十余遍，左右摇肩2~3次。然后吸气纳入丹田之中3~5分钟，方可屈足而睡，若能长期坚持，便不易发生梦遗之疾了。