

目錄

上古天真篇

四氣調神大論

生氣通天論

金匱真言論

陰陽應象大論

陰陽離合篇

陰陽別論

1

4

6

7

8

13

14

靈蘭秘典論

六節藏象論

五藏生成篇

五藏別論

移精變氣論

湯液醪醴論

診要經終論

15

15

20

20

21

22

23

脉空转微篇

25

平人氣象篇

26

玉机真藏篇

28

三部九候篇

29

经脉别论篇

31

藏气法时篇

33

宣明五气篇

34

宝命金形篇

36

难合真邪篇

37

通评虚实篇

38

太阴阳明篇

39

阳明脉解篇

40

逆调篇

41

举痛篇

42

腹中篇

43

痺论

43

馮氏錦囊秘錄

浙江馮北張楚瞻纂

內經纂要上

上古天真篇曰。上古之人。其知道者。法於陰陽。和於術數。

知道謂知修養之道也。夫陰陽者。天地之常。術數者。保生之大倫。故修養者。必謹先之。食飲有節。起

居有常。不妄作勞。食飲者。充虛之滋。味起居者。動止之綱。紀飲食者。自倍。腸胃乃傷。生氣通天論曰。

起居如驚。神氣乃浮。是惡妄動也。廣成子曰。必靜必清。無勞汝形。無搖汝精。乃可以長生。故聖人先之也。故能

形與神俱。而盡終其天年。度百歲乃去。形與神俱。同臻壽。分謹於修養。以奉

天真。故盡得終其天年。去謂去離於形骸也。霸樞經曰。人百歲五藏皆虛。神氣皆去。形骸獨居而終矣。今時

之人不然也。離於酒為漿。飲也。以妄為常。寡於醉以入。信也。

馬天帛卷上。內經。上古天真篇。

通鑑纂要卷之九

房

色過也以欲竭其精以耗散其真樂色不節則欲輕用日耗樂

止則真散是以聖人不知持滿不時御神言輕用而縱欲

愛精重施髓滿骨堅不知持滿不時御神愛精保神如

持盈滿之器不慎而動則傾竭務快其心逆於生樂快於

天真吾形有神不時御之離於道則壽不能

之用則逆養越居無節故半百而衰也終盡於天年矣

生之樂矣

上古聖人之教下也虛邪賊風避之有時恬澹虛無真氣

從之精精內守病安從來謂之賊風謂虛邪入是謂虛邪謂虛邪竊害中和

傷人人虛乃邪勝之也恬澹虛無謂虛邪道是以志閒而少欲

清靜精氣內持故其虛邪不能為害

心安而不懼形勞而不倦內機息故少欲外紛靜故氣從

以順各從其欲皆得所願志不貪故所欲皆順心易足故

老子曰知足不辱知止不殆可以長久是以嗜欲不能勞其目淫邪不能惑

其心老子曰不見可欲使心不亂又曰聖人為腹不為目所以能年皆度百歲而動

作不衰者以其德全不危也莊子曰執道者德全德全者形全形全者

女子七歲腎氣盛齒更髮長老陽之數極於九少陽之數次於七女子為少陰之氣故

以少陽數偶之明陰陽氣盛齒更髮長成其形體故七歲腎氣盛齒更髮長二七而天癸至任脈

通太衝脈盛月事以時下故有子癸謂壬癸北方水干名也任脈衝脈皆奇經脈

也腎氣全盛衝任流通經血漸盈應時而下與之從事故云天癸也然衝為血海任主胞胎二者相資

故能有子謂之月事者平三七腎氣平均故真牙生而長和之氣以三旬而一見也

極真牙謂牙之最後生者腎氣平而四七筋骨堅髮長極真牙生者表牙齒為骨之餘也

身體盛壯

女子天癸之數

七七而終

年居四七

五七陽明

五七陽明

脈衰面始焦髮始墮

故其明之脈氣榮於面

焦六三陽脈衰

六三陽脈衰

於上面始焦髮始白

焦髮白所以衰者

婦人有餘於氣不

三陽衰則面

足於血以其經月數泄脫之故

七七任脈虛

太衝脈衰少

天癸竭地道不

通

通故形壞而無子也

經水絕止是為地道不通

丈夫八歲

八歲

腎氣實髮耵齒更

老陰之數極於十少陰之數次於八

易繫

易繫

辭曰天九地二

八腎氣盛

天癸至精氣溢瀉

陰陽和故能

有子

有子

男女有陰陽之質不同

天癸則精血之形亦異

陰靜

易繫

易繫

易繫辭曰男女媾精萬物化生

三八腎氣平均

筋骨勁強故真牙生而長

故真牙生而長

故真牙生而長

極四八筋骨隆盛肌肉滿壯丈夫天癸八八而終年五八

腎氣衰髮墮齒槁腎主骨齒為骨餘腎氣既六八陽氣衰

竭於上面焦髮鬢頰白陽氣陽明之氣也足陽明脈起於鼻俠口環唇交承漿上耳前至額

顙故衰於上則七八肝氣衰筋不能動天癸竭精少腎藏

衰形體皆極肝氣養筋肝衰筋不能動腎氣養骨八八則

齒髮去陽氣竭精氣衰故齒腎者主水受五藏六府之精

而藏之故五藏盛乃能瀉五藏六府精氣滯溢而滲灌於

獨有精故日五今五藏皆衰筋骨解墮天癸盡矣髮鬢白

身體重行步不正而無子耳物壯則老謂有其年已老而

有子者。此其天壽過度。氣脈常通。而腎氣有餘也。稟天真之氣有

也。此雖有子。男不過盡八八。女不過盡七七。而天地之精

氣皆竭矣。雖老而生子。千壽亦不能過天癸之數。

四氣調神大論曰。春三月。此謂發陳。春陽上升。氣潛發育。庶物陳其姿容。故曰

發陳。天地俱生。萬物以榮。天氣溫。地氣發。溫夜卧早起。廣步

於庭。溫氣生。寒氣散。夜披髮緩形。以使志生。春氣發生。於

披髮緩形。使志生。而勿殺。予而勿奪。賞而勿罰。此春氣之應

養生之道也。春陽布發生之令。養逆之則傷肝。夏為寒變。

奉長者少。逆謂五行秋令。肝象木。旺於春。行秋令則肝氣傷。夏火旺而木廢。故病於夏。春生夏長。逆春傷。

肝故少氣以奉夏三月此謂蕃秀陽自春生至夏洪盛物

於夏長之令也盛也秀天地氣交萬物華實夏至四十五日陰氣微上陽

華美也施化陰氣結成成化夜卧早起無厭於日使志無怒使華

相合故萬物華實也英成秀使氣得泄若所愛在外緩陽氣則物化寬志意則

泄則膚腠宣通時令發陽故所愛亦順陽而在外也此夏氣之應養長之道也逆之

則傷心秋為痠癘奉收者少冬至重病逆謂五行冬令痠

旺於夏行冬令則心氣傷秋金旺而火廢故病於秋秋收

冬藏逆夏傷心故少氣以奉於秋收之令冬水勝火故重

病於冬至秋三月此謂容平萬物夏長華實已成天氣以

急地氣以明天氣已急風聲切也早卧早起與雞俱興中

馬氏帛書必系內經

四

寒露故早卧欲使老安寧以緩秋形老躁不順其動則助

使安寧故早起秋形急順殺伐生使

老安寧緩收斂神氣使秋氣平神驚則欲燭欲燭則傷和

秋形也氣和氣既傷則秋氣不平

調也故收斂神無外其志使肺氣清此順秋氣也此秋氣之

氣使秋氣平之收斂也

應養收之道也逆之則傷肺冬為飧泄奉藏者少逆謂反

則肺氣傷冬水旺而金廢故病發於冬冬三月此謂閉藏

逆秋傷肺故少氣以奉於冬藏之令也

草木凋蟄蟲去地水冰地坼無擾乎陽陽氣下沉水冰地

戶閉塞陽氣伏藏水冰地坼無擾乎陽坼故宜周密不欲

煩擾早卧早起必待日先寒也使老若伏若匿若有私意

也若已有得謂不欲妄出於去寒就溫無泄皮膚使氣亟奪

去寒就溫言另居深室也冬日在骨蟄蟲周密君子居此

室無泄皮膚謂勿汗也汗則陽氣發泄為寒氣所奪也此

室無泄皮膚謂勿汗也汗則陽氣發泄為寒氣所奪也此

冬氣之應養藏之道也。逆之則傷腎。春為痿厥。奉生者必

逆。謂五行夏令腎象水旺於冬。行夏令則腎氣傷。春木旺

而水廢。故病發於春。逆令傷腎。故少氣。以奉於春。生之令

也。天氣清靜。光明者也。言天明不竭。以清靜致之。人壽延

也。人藏德不止。故不下也。四時成序。七曜周行。天不言。是

也。老子曰。上德不德。是以有德。言天至尊。天明則日月不

高德猶見隱也。況全生之道而不順天乎。天明則日月不

明。邪害空竅。天所以藏德者。為其欲隱大明。故大明見則

日月之明隱矣。言人之真氣亦不可泄。當清四時陰陽

淨法道。以保天真。苟離於道。則虛邪入於空竅。四時陰陽

者。萬物之根本也。生有萬物。陰陽變化。天地合氣。聖人春

夏養陽。秋冬養陰。以從其根。陰陽無以生。無陽則陰無

陰。陽氣根於陰。陰氣根於陽。無

陽則陰無

陰。陰無

陽。陽無

陰。陰無

陽。陽無

陰。陰無

金囊秘錄

以化全陰則陽氣不極全陽則陰氣不窮滋苗者必故與

萬物浮沉於生長之門聖人所以身無奇病生逆其根則

伐其本壞其真矣故陰陽四時者萬物之終始也死生之

本也逆之則災害生從之則苛疾不起是謂得道苛者重也聖

人不治已病治未病不治已亂治未亂此之謂也病已成

而後藥之亂已成而後治之譬猶渴而穿井闕而鑄兵不

亦晚乎

生氣通天論曰陽氣者若天與日失其所則折壽而不彰

人之有陽若天之有日天失其所則日故天運當以日光

不明人失其所則陽不固人壽夭折

明是故陽因而上衛外者也。此以明陽氣運行之部陽氣

者精則養神柔則養筋。此又明陽氣之運養也然陽氣者

固其故陽氣者一日而主外。晝則陽氣在外周平旦人氣

生日中而陽氣隆日西而陽氣已虛氣門乃閉。隆高也盛

有者皆自少而之壯積暖以成炎炎極又涼物之理也故

陽氣平曉生日中盛日西而已減虛也氣門謂玄府也發

泄經脈榮衛之是故暮而收拒無擾筋骨無見霧露反此

三時形乃困薄。皆所以順陽氣也陽出則出陽藏則藏暮

筋骨則逆陽精耗見霧露則寒濕陰者藏精而起亟也陽

者衛外而為固也。言在人陰不勝其陽則脉流薄疾并乃

狂。薄疾謂極虛而急數也。并謂盛實也。狂謂狂走也。陽并
高而歌。熱盛於身。故棄衣欲走。陽不勝其陰。則五藏氣爭。
也。如是者。皆為陰不勝其陽也。陽不勝其陰。則五藏氣爭。
九竅不通。官五藏氣爭。則九竅不通。是以聖人陳陰陽。筋
脈和同。骨髓堅固。氣血皆從。如是則內外調和。邪不能害
耳目聰明。氣立如故。邪氣不尅。故真陽強不能密。陰氣乃
絕。陽自強而不能閉密。則陰平陽秘。精神乃治。陰氣和平。
則精神日陰陽離決。精氣乃絕。陰不和。平陽不開。密強為
益治也。因於露風。乃生寒熱。因於露風。乃生寒熱。因於
化乃絕。因於露風。乃生寒熱。因於露風。乃生寒熱。因於
流通也。因於露風。乃生寒熱。因於露風。乃生寒熱。因於
生。是以春傷於風。邪氣留連。乃為洞泄。風氣通肝。春肝木
旺。木勝脾土。故洞

泄生也。夏傷於暑。秋為痎瘧。夏熱已甚。秋陽復收。陽熱相攻。則為痎瘧。痎瘧者。水復旺。水亦日瘦也。

秋傷於濕。上逆而欬。秋濕既勝。冬水復旺。水逆病生。發為痿厥。濕氣

內攻。則欬逆外。散筋脈。則痿弱。冬傷於寒。春必病溫。冬寒且凝。春陽氣發。寒不為釋。陽怫於中。

寒怫相持。四時之氣更傷五藏。寒暑溫涼。遞相勝負。四時之氣。更傷五藏之氣。

金匱真言論曰。春氣者病在頭。肝之應也。夏氣者病在藏。心之應也。

秋氣者病在肩背。肺之應也。冬氣者病在四肢。四肢氣少。寒毒善傷。隨所受邪。

則為夫精者身之本也。故藏於精者。春不病溫。冬則精氣伏藏。陽不

妄升。故春平旦至日中。天之陽。陽中之陽也。日中至黃昏。無溫病也。

天之陽。陽中之陰也。日中陽盛。故日陽中之陽。黃昏陰盛。故日陽中之陰。陽氣主晝。故平旦至黃

清江錄事

昏皆為天之陽而中合夜至雞鳴天之陰陰中之陰也雞

鳴至平旦天之陰陰中之陽也雞鳴陽氣未出故曰天之陰平旦陽氣已升故曰陰

中之故人亦應之夫言人之陰陽則外為陽內為陰言人

身之陰陽則背為陽腹為陰言人身之藏府中陰陽則藏

者為陰府者為陽藏謂五神藏府肝心脾肺腎五藏皆為陰

膽胃大腸小腸膀胱三焦六府皆為陽故背為陽陽中之

陽心也心為陽藏位處上焦以陽居陽故為背為陽陽中

之陰肺也肺為陰藏位處上焦以陰居陽故謂腹腹為陰

陰中之陰腎也腎為陰藏位處下焦以陰居陰故謂腹為

陰中之陰靈樞曰腎為北藏北陰也