

中医经典古籍导读

总主编◎孙世发

黄帝内经 导读

编写单位◎南京中医药大学
主 编◎孙世发 吴颢昕

人民军医出版社

中医经典古籍导读

《黄帝内经》导读

HUANGDI NEIJING DAODU

主编单位 南京中医药大学

主 编 孙世发 吴颖昕

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



图书在版编目(CIP)数据

《黄帝内经》导读/孙世发,吴颢昕主编. —北京:人民军医出版社,2008.3
(中医经典古籍导读)

ISBN 978-7-5091-1593-0

I. 黄… II. ①孙…②吴… III. 内经—中医学院—教学参考资料 IV. R221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 024579 号

策划编辑:张伏震 文字编辑:裘永强 责任审读:黄栩兵

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8725

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×960mm 1/16

印张:13.75 字数:249千字

版、印次:2008年3月第1版第1次印刷

印数:0001~4000

定价:26.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

| 内容提要

《黄帝内经》是中医学术之源。对学习中医者而言,诵读《内经》,如军事家之于《孙子兵法》,文学家之于《诗经》一样,不可或缺。然而,近年来中医界对于《内经》的学习日渐怠慢。究其原因,《内经》一书年代久远、文字简约、义理深奥。为了帮助初学中医者更好地学习《内经》,特编写了此书。全书在结构上分两部分。第一部分介绍《内经》成书年代、版本、学术思想、主要内容等。第二部分节选了《内经》中具有重大理论价值与临床价值的原文,并加以简要注释,以利学习;同时在大多数《内经》原文后,附有古代或现代医案,以帮助读者深入理解《内经》理论对中医临床之指导价值。本书适合中医院校学生及中医爱好者阅读。

| 前 言

以脏腑为核心,以经络为维系,以气血精液为物质基础,以阴阳五行为说理工具,构成了中医药学的基本理论体系。在这种理论指导下,运用自然药物或非药物防治疾病和保健的手段,以临床表现和人体自身感受为判断疗效的标准,在实践中不断发展和进步,成就了中国传统医学之辉煌。

具有一定规模且规范的多层次的现代中医药教育,极大地推动了中医药事业的发展和学术的进步。随着招生规模的不断扩大,经过高等教育培养的学士、硕士乃至博士级的中医药人才逐年增长;国民经济的持续发展为中医药研究提供了较多的经费支持,各级别的中医药研究项目也随之逐年增加,并且取得了相应的成果。然而,在中医药事业和学术蓬勃发展的大好形势下,我们不能回避存在的问题。浓缩简化了的中医药教材对于蕴藏于大量传统文献中的理论思想和学术观点的表达难免会出现某些遗漏甚至偏颇,以至于一些老专家对中医药学术继承时有忧虑之辞。中医药理论体系形成于几千年的临床实践,我们只有在完好继承的基础之上,才可能汲取现代科学技术之长以促进中医药的发展和提高。

原本的中医药理论,蕴藏于大量的传统文献中,学习者通过各种教材初步掌握了各方面知识要点之后,再选择研读重要的中医药原著,才可能真正领会中医药学的理论精髓,更好地指导临床实践。清代名医费伯雄说:“学医而不读《灵》、《素》,则不明经络,无以知致病之由;不读《伤寒》、《金匱》,则无以知立方之法,而无从施治;不读金元四大家,则无以通补泻温凉之用,而不知变。”现代名医蒲辅周先生也说:“若读东垣书而不读河间书,则治火不明;读河间书而不读丹溪书,则阴宜不明;读丹溪书而不读子和书,则不明其真阴真阳之理;不读高鼓峰书,岂知攻伐太过之阴虚阳虚之弊;不读吴又可书,则不知瘟疫与伤寒之不同;不读喻嘉言书,又安知秋伤于湿之误和小儿惊风之非。”

要成为一代中医药大家,必须具有扎实的中医药理论基础,就需要从中医的原著中汲取理论精髓和各种学术观点。而学习中医原著,更要重视学习研究经典著作。为了方便学习者阅读中医原著,我们编写了这套《中医经典古籍导读》,并对原著的学术思想进行了分析介绍。愿与诸读者共同学习,不断提高。

孙世发

编写说明

1. 本书原文以人民卫生出版社 1963 年铅印本《黄帝内经素问》和《灵枢》为蓝本节选。
2. 全书分两部分：第一部分介绍《内经》成书年代、版本、学术思想、主要内容等，第二部分节选原文。
3. 原文导读以原书的章为单位，依次为注释、验案。
4. 原文有所节选。
5. 注释力求通俗。
6. 验案均选用原始医案分析与《内经》有联系者，本书作者不加分析，以免牵强之嫌。

目 录

第 1 章 著作简况及内容简介	(1)
一、著作简况	(1)
二、主要内容	(3)
第 2 章 学术渊源	(19)
一、医学自身的发展	(19)
二、古代哲学思想对《黄帝内经》形成的影响	(25)
三、古代科学技术的发展对《内经》理论形成的影响	(33)
第 3 章 学术发展	(37)
一、东汉时期	(37)
二、两晋时期	(39)
三、隋唐时期	(40)
四、宋金元时期	(42)
五、明清时期	(45)
六、近、现代时期	(51)
第 4 章 学术体系	(55)
一、《内经》理论体系的认识论	(55)
二、《内经》理论体系的方法论	(58)
三、《内经》理论体系的主要学术思想	(63)
第 5 章 《黄帝内经素问》原文精读	(67)
上古天真论篇第一	(67)
四气调神大论篇第二	(69)
生气通天论篇第三	(72)
金匱真言论篇第四	(75)
阴阳应象大论篇第五	(78)
阴阳别论篇第七	(83)
灵兰秘典论篇第八	(86)
六节藏象论篇第九	(87)
五藏生成篇第十	(90)

五藏别论篇第十一	(93)
异法方宜论篇第十二	(94)
汤液醪醴论篇第十四	(96)
脉要精微论篇第十七	(98)
平人气象论篇第十八	(102)
玉机真藏论篇第十九	(105)
三部九候论篇第二十	(109)
经脉别论篇第二十一	(111)
藏气法时论篇第二十二	(113)
宣明五气篇第二十三	(117)
通评虚实论篇第二十八	(119)
太阴阳明论篇第二十九	(122)
阳明脉解篇第三十	(125)
热论篇第三十一	(126)
刺热篇第三十二	(128)
评热病论篇第三十三	(131)
逆调论篇第三十四	(133)
疟论篇第三十五	(135)
气厥论篇第三十七	(138)
咳论篇第三十八	(140)
举痛论篇第三十九	(142)
腹中论篇第四十	(145)
刺腰痛篇第四十一	(148)
风论篇第四十二	(151)
痹论篇第四十三	(154)
痿论篇第四十四	(158)
厥论篇第四十五	(160)
病能论篇第四十六	(163)
奇病论篇第四十七	(164)
大奇论篇第四十八	(166)
刺禁论篇第五十二	(169)
水热穴论篇第六十一	(172)
调经论篇第六十二	(173)
标本病传论篇第六十五	(177)

六元正纪大论篇第七十一(节选)	(180)
至真要大论篇第七十四(节选)	(182)
疏五过论篇第七十七	(186)
方盛衰论篇第八十	(188)
第6章 《灵枢》原文精读	(190)
本神第八	(190)
营卫生会第十八	(193)
口问第二十八	(195)
师传第二十九	(197)
决气第三十	(199)
淫邪发梦第四十三	(200)
顺气一日分为四时第四十四	(201)
水胀第五十七	(202)
百病始生第六十六	(204)
大惑论第八十	(206)

第1章 著作简况及内容简介

《黄帝内经》，简称《内经》，是托名黄帝及其臣子岐伯、雷公、鬼臾区、伯高等论医之书。

最早提到《黄帝内经》一名者是西汉刘歆所撰的《七略》。刘向、刘歆父子奉命整理和编辑先秦和当时的文献，时称校书，其成果汇编了一部总目录，刘向谓之《别录》，刘歆再加整理，节其要者，名为《七略》。《七略》已佚，其部分内容由《汉书·艺文志》得以保存。

现存文献中最早记载《黄帝内经》者，是《汉书·艺文志》。东汉班固把《七略》抄下来作为《汉书·艺文志》，其中写到“黄帝内经十八卷”。这些史料记载说明，在西汉刘氏时代，《黄帝内经》已经成书，到东汉班固时十八卷本《黄帝内经》传本仍被保存。

东汉末年张仲景撰《伤寒杂病论》、魏末皇甫谧撰《针灸甲乙经》时，《汉书·艺文志》的十八卷本《黄帝内经》传本已不存在，其内容被分割为《素问》、《九卷》或《针经》（《灵枢》）。

现今流传的《黄帝内经》，包括《素问》与《灵枢》两部分。这两部分的名称，并非同时出现，而且后者历经多次变迁。

《素问》书名，最早见载于东汉末年张仲景的《伤寒杂病论》，其自序谓“撰用《素问》、《九卷》、《八十一难》……为《伤寒杂病论》合十六卷”。嗣后，晋代皇甫谧在《黄帝三部针灸甲乙经·序》中写道：“按《七略》、《艺文志》、《黄帝内经》十八卷。今有《针经》九卷、《素问》九卷，二九十八卷，即《内经》也”。

《灵枢》之名，最早见于王冰所作的《黄帝内经素问注》，其序谓：“《素问》即其经之九卷也，兼《灵枢》九卷，乃其数焉。”在此之前，《灵枢》被称为《九卷》、《针经》，隋唐时期，还有《九灵》、《九墟》等名称。

一、著作简况

1. 通行本 现今言《黄帝内经》者，其实只为文献中记载之书名，未有全本流行。汉以后，《黄帝内经》内容即分别以《素问》和《灵枢》被传承。

《素问》流传到唐代时已残缺不全，王冰进行收集整理时，增补了第七卷中的“天元纪大论”等七篇，名之《黄帝内经素问注》。宋代高保衡、林亿等对王冰补注整理的《素问》加以校正后刊行，定名为《重广补注黄帝内经素问》。1956年，人民卫生出版社以明·顾从德刻本影印，1963年以此为蓝本校勘排版铅印，名《黄帝内经素问》，遂成为现今通行本。其原著有明代嘉靖年间翻宋刻本、《四库丛刊》本等。

《灵枢》流传至北宋“哲宗”时已残缺不全，直到北宋元祐年间，从高丽传回《黄帝针经》一部之后，中国才重新有了一部内容较完整的《针经》。南宋绍兴二十五年（公元1155年），史崧把“家藏旧本《灵枢》九卷”加以校正出版，称为《灵枢》，从而成为现存最早版本的《灵枢》，并取代各种传本，而一再印行，流传至今。1956年，人民卫生出版社据明赵府居敬堂本影印，1963年校勘简体横排铅印，为现今通行本。原著有元刊本（残本）、明赵府居敬堂刻本等。

2. 相关著作

(1)《内经训解》，齐梁间人全元起所著，这是已知有关《黄帝内经》的最早校注本。此本北宋时尚存，以后便散失不见了。今从林亿等所校订的《重广补注黄帝内经素问》中，尚可看到全元起编排的卷目次第和少量注文。

(2)《黄帝内经太素》，又称《太素》，又名《黄帝太素》，隋唐间医学家杨上善编撰，是《黄帝内经》十八卷的一种早期传本。全书包括《素问》、《针经》（即《灵枢》）两部分的内容，共20篇，经杨上善重加编次和注释，扩为三十卷，今已残缺。1955年，人民卫生出版社据肖延平兰陵堂本影印，1965年以此为蓝本，与日抄本互校竖版铅印。

(3)《黄帝内经素问吴注》，又名《内经吴注》、《素问吴注》，明·吴昆著，24卷。本书是《素问》全注本的，书中将现存《素问》一书七十九篇（无刺法论、本病论二篇）原文逐篇分段予以注释，每篇之首简述该篇大意，注文比较简明。在《素问》涂注本中是有较大影响的一种，是研究《内经》必不可少的重要参考书。现有明刻本、日刻本、清刻本等。

(4)《黄帝内经素问注证发微》、《黄帝内经灵枢注证发微》，也称《内经素问注证发微》、《内经灵枢注证发微》，各九卷，明·马莒著。前书刊于神宗万历十四年（1586），收《素问》81篇，合为9卷，于原文词义、医理逐篇逐段加以注解，在阐发经文精微、补苴唐人王冰注释罅漏诸方面，贡献颇大，是继王冰以后第二注家，为《素问》主要注本之一。后者9卷，补遗1卷，为《灵枢》第一个注本，颇有独到见解。清雍正《浙江通志》称之为“医学津梁”。

(5)《黄帝内经素问灵枢合类》，九卷。明·王九达辑注，刊于1628年。本书是将《素问》和《灵枢》内容分类合编而成。共分摄生、藏象、经度、运气、脉候、色诊、病能、论治、针刺九类，在各篇原文之后均有题解及注释。是分类研究《内经》的著作

2 《黄帝内经》导读

之一,对于学习《内经》者同类比较、加深理解等方面确有积极意义。现有明刻本。

(6)《黄帝内经素问节文注释》,十卷。明·黄倬辑。约刊于16世纪末。本书据《素问》一书选录约65篇部分原文编辑而成。原书之后先附以王冰注文,再附以马莒注文。黄氏自己却无注释。是一部经过选编的《素问》王、马合注本。现存明刻本。

(7)《黄帝内经素问集注》、《黄帝内经灵枢集注》,也称《素问集注》、《灵枢集注》,清·张志聪著。全书对《内经》一书的原文作了较详细的注释,对经义有较多发挥,是流行较广的一种《内经》全注本。现有多种清刻本。1949年后有排印本。

(8)《黄帝内经素问译释》,南京中医学院医经教研组编。本书将《内经·素问》原文按通行本次序逐篇逐段地予以语译,每段之后附有注释及按语。语译通俗而准确,按语亦较恰当。是颇有影响的语译注释本。1959年由上海科技卫生出版社出版。

(9)《黄帝内经素问校注》(上下册),郭霭春主编,1992年人民卫生出版社出版。本书是在国家中医药管理局组织下进行的科研项目之一,作者历经数年之久,在原有资料的基础上又挖掘出一些新的资料,采众家之长,结合自己的见解,整理研究编著而成,并经过全国专家论证,是学习和研究《内经》原文的重要参考书。

(10)《黄帝内经素问白话解》,山东省中医研究所研究班编。本书是《素问》一书的白话注释,除对原文进行语译外,每篇列有本篇大意、体会,或附词字释义等项,对于读者理解《素问》原文有一定参考价值。1958年由人民卫生出版社出版。

二、主要内容

《黄帝内经》一分为二,二书内容各有重点,一般而言,《素问》侧重于医学理论的论述,《灵枢》偏重于经络与刺法的论述。

今日通行本《素问》24卷81篇。其中1~2篇主要论述养生的原则与养生的方法,及“不治已病治未病”的预防医学思想;3~7篇论述了阴阳五行学说的主要内容及阴阳五行学说在医学中的应用;8~11篇论述藏象学说的主要内容;12~14篇论述针、砭、灸法、按摩、汤剂、药酒、温熨等治疗方法以及神的作用;15~21篇论述以脉诊为主,包括色诊、问诊的多种诊断方法以及疾病的转归与死亡征兆;22~30篇论述有关脏腑、经络、气血等病证的临床辨证规律;31~48篇论述热病、疟、咳、痛证、腹中病、风、痹、痿、厥病、奇病等病的病候、辨证、治则及针刺治疗之大法;49~65篇论述周身孔穴的名称部位和针刺的手法、补泻禁忌及有关经脉病候的解释,疾病的演变过程;66~71篇及第74篇共7篇,主要阐述五运六气学说及其在医学中的应用;第72、73篇原文已佚,现通行本做遗篇处理,附于书末;第75~81篇论述为医之道,强调医者应知天文、地理、人事,治病要考虑自然、社会因素,诊病失

误的情况及诊断中的一些具体情况。

今日通行本《灵枢》12卷81篇。其中1~9篇论述九针的形制、十二原穴、五输穴、根结穴,针刺的方法,针刺补泻,熨法,脏腑病候及与情志的关系;10~18篇论述人体经络系统,体表的测量及营卫、气、血、三焦所主等;19~29篇论述四时疾病、五脏病邪、寒热病、癫狂、热病、厥病、周痹及其他杂病的病候及刺法;30~41篇论述人体精气血脉津液的生理、病理,胃肠解剖及功能,五官望诊,四海,五乱,胀病,血络,阴阳清浊,肥瘦,婴儿的针刺等;42~46篇论述病邪在五脏的五行生克关系、相互转移的传变过程,梦与疾病的关系,春生、夏长、秋收、冬藏等四季气候对人体生理病理的影响,自外揣内、自内揣外的道理及五种不同的病变等;47~55篇论述了血气精神脏腑的生理功能,不同脏腑类型人的天年,论勇、怯的体质特点及与痛的关系,背部五脏俞穴的部位,灸法补泻,卫气的功能及刺禁;56~67篇论述了饮食五味对人体五脏生理的影响,水胀、肤胀、鼓胀、肠覃、石瘕等病证的成因、症状特点与治疗、鉴别诊断方法,贼风伤人的机制,卫气失常引起的各种病证,针刺治疗的方法与禁忌,阴阳二十五种人不同的体质特点、得气的反应及调治方法等;68~81篇论述卫气运行,尺诊方法,九宫的运转与八风虚实的关系,九针及各种针刺的方法,并以“天人相应”的观点,阐述了针刺治疗各种病证的方法和理论依据;文中还论述了虫膈、寒热、失音、失眠、多卧、善忘、痈疽、疟等多种病证的成因及治疗方法。

由于《内经》属论文汇编性质,《素问》与《灵枢》两书之间及两书内各篇章之间有时一篇涉及许多不同内容,有时几篇又同时谈论同一个专题,有一些内容甚至相互矛盾。为了便于初学者学习《内经》,一些医家便用分类的方法,将《内经》的全部内容按理论体系结构进行归纳研究,其中著名的有唐朝的杨上善及明朝的张介宾。现综合诸家,从分类的角度介绍《内经》论述的主要内容。

(一) 养生学说

养生,就是保养生命的意思,亦称“摄身”、“道生”。养生学说是研究如何保养身心以增强体质、避免邪气、预防疾病,以达到延年益寿的目的的原则和方法的学说。“养生”一词早在先秦时即有,《内经》则见于《灵枢·本神》,该篇有:“故智者之养生也”之说。《内经》十分重视养生对人类预防疾病的重要性,在《素问》前三篇,即《上古天真论》、《四气调神大论》、《生气通天论》中就作了集中论述,并散见于《阴阳应象大论》及《灵枢》中的《天年》、《寿夭刚柔》、《本神》、《通天》等篇章。

《内经》中的养生学说,突出了“未病先防”的预防学思想。如《素问·四气调神大论》云:“是故圣人不治已病,治未病,不治已乱,治未乱,此之谓也。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎”。以“渴而穿井,斗而铸锥”做比喻,充分说明平时注重养生以防疾病的重要意义。

《内经》中的养生学说强调内因即人体的正气在防病益寿延年中的重要作用,认为“风雨寒热,不得虚,邪不能独伤人。卒然逢疾风暴雨而不病者,盖无虚,故邪不能独伤人。此必因虚邪之风,与其身形,两虚相得,乃客其形。两实相逢,众人肉坚”。(《灵枢·百病始生第六十六》)所谓“两虚”,指外界的虚邪与人体正气虚弱;“两实”指自然界气候的正常与人体正气充实。此段原文指出“两虚相得”是外感疾病发病的机制,而人体正气的强弱是发病与否的关键,突出了人体正气在发病中的主导地位,因而《内经》中的各种养生方法都是以固护正气为基本原则。

《内经》的养生学说强调对精神的调摄。《灵枢·本神》云:“志意者,所以御精神,收魂魄、适寒温、和喜怒者也。”《内经》认为精神情志的活动是由五脏所产生,又能反作用于五脏,影响五脏的生理功能活动。因而在养生防病的具体方法上,《内经》十分重视精神情志的调摄,认为“志意和,则精神专直,魂魄不散,悔怒不起,五脏不受邪矣”。

《内经》的养生学说还提出了顺应自然四时变化的调摄方法。《内经》认为,人生活在自然环境之中,所在环境时刻给人以形体、精神上的影响。人必须根据自然界的阴阳消长、寒暑往来变化,主动调节自身的阴阳平衡,以与自然界阴阳消长变化相对应。《素问·上古天真论》提出的“虚邪贼风,避之有时”以及《素问·四气调神大论》所提出的“春夏养阳,秋冬养阴”、“春养生气,夏养长气,秋养收气,冬养藏气”等,就是根据四时阴阳的变化而总结出的养生防病方法。

《内经》中有关养生内容不仅非常丰富,而且达到了很高的科学水平,千百年来一直指导着中医的养生学说的发展。

(二) 阴阳五行学说

阴阳,是中国古代哲学重要而独特的概念,也是《内经》学术思想的重要概念。对阴阳范畴的演变,一般认为阴阳概念的萌生可追溯到伏羲尧舜时代,但明确阴阳概念,则是殷周时代才有的文化特征,经过春秋战国时期的发展演化,上升为哲学范畴。春秋战国时期,诸子蜂起,百家争鸣,阴阳学说在这个时期得到了长足的发展,渐渐形成了阴阳哲学体系。老子首先提出道的概念,肯定了对立的阴阳二气存在于宇宙万物之中,如《老子》四十二章:“道生一,一生二,二生三,三生万物。万物负阴而抱阳,冲气以为和。”

阴阳,是人们用以认识自然和解释自然变化的方法与手段。人们把复杂的万事万物,概括地分为互相对立而又互相统一的阴阳两个方面。如天地、日月、寒热、内外等皆可分为阴阳,如天为阳,地为阴,日为阳,月为阴。《内经》在总结前人成就的基础上,对阴阳这一范畴进行了更高的抽象和概括,并科学地运用于医学领域,使之成为整个中医学术思想的指导。

《内经》中有关阴阳学说的主要内容包括:①阴阳的对立统一是自然界万事万

物的普遍规律。认为天地间任何事物,都包含着相互对立、相互统一的矛盾的两个方面,即阴阳。如《素问·阴阳应象大论》云:“阴阳者,天地之道也,万物之纲纪,变化之父母,生杀之本始,神明之府也。”②阴阳是古人在大量观察、分析自然现象的基础上,从具体事物和现象中抽象出来的,标志事物性状和特征的范畴。诚如《灵枢·阴阳系日月》所说:“阴阳者,有名而无形。”《素问·阴阳离合论》说得更为明白:“阴阳者,数之可十,推之可百,数之可千,推之可万,万之大,不可胜数,然其要一也。”即世界上变化万千的事物和现象无一不是阴阳矛盾的体现。③事物的阴阳属性之间的有着相互交感、对立、互根、消长和转化的关系。交感即交合感应,指阴阳二气相互感应交合的运动过程,阴阳交感是宇宙万物赖以化生的根源和动力;对立即阴阳两者之间的制约和斗争;互根即阴阳之间又保持着统一,任何一方都各依赖对方的存在而存在,没有阴就没有阳,没有阳也就无所谓阴,即“孤阴不生,独阳不长”;消长即阴阳互相对立而又互根的关系不是静止不变的,它们之间不断地此消彼长、此进彼退,保持着相对的动态平衡,也可形成偏盛或偏衰,这是阴阳在运动中的量变过程;转化即阴阳双方在一定条件下可以各自向着相反的方向转化,即“重阴必阳,重阳必阴”,这是阴阳在运动中的质变过程。④事物的阴阳属性并不是绝对的而是相对的。这种相对性一方面表现为根据划分标准不同,事物的阴阳属性不同,并且在一定条件下,事物的阴阳属性可以互相转化;另一方面表现于事物阴阳属性的无限可分性。即阴中仍可再分阴阳,阳中也可再分阴阳。如以内外分,则人体体表属阳,内脏属阴;而内脏仍可再分阴阳,脏为阴,腑为阳等。诚如《素问·金匱真言论》所说:“夫言人之阴阳,则外为阳,内为阴。言人身之阴阳,则背为阳,腹为阴。言人身脏腑之阴阳,则脏者为阴,腑者为阳。肝、心、脾、肺、肾五脏皆为阴,胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦六腑皆为阳……故背为阳,阳中之阳,心也;背为阳,阳中之阴,肺也;腹为阴,阴中之阴,肾也;腹为阴,阴中之阳,肝也;腹为阴,阴中之至阴,脾也。”

阴阳学说贯穿于《内经》,《内经》运用阴阳学说来说明生命的起源、人体的组织结构、生理功能、病理变化,并指导中医的养生和临床诊断与治疗。

恩格斯曾说:“生命是整个自然界的結果”。^[1]人是生物之一,也是宇宙发展的产物。《内经》认为人类的延续繁衍,就是男女阴阳二气的结合,如《灵枢·决气》云:“两神相搏,合而成形,常先身生,是谓精。”《灵枢·本神》亦云:“生之来谓之精,两精相搏谓之神。”所谓“两精”,即男女的“阳精”与“阴精”;所谓“神”,即生命活力。《素问·上古天真论》亦认为:“阴阳和,故能有子。”这就是说,通过男女二性的交媾,阴阳二精的结合,形成胚胎,产生了新的生命。肾藏元阴元阳之气,主生殖,所以称肾为“先天”。总之,肾中精气,是人体生命的根本,也是全身阴阳的源泉。

《内经》运用阴阳学说,阐明人体是一个对立统一的整体,既互相依存,又互相

制约。《宝命全形论》：“人生有形，不离阴阳。”在组织结构上，“外为阳，内为阴”。“背为阳，腹为阴”。“人身之藏府中阴阳，则藏者为阴，府者为阳”（《素问·金匱真言论》）。在生理功能上，“五藏者，藏精气而不泻也”；“六府者，传化物而不藏”（《素问·五藏别论》）。《内经》的脏象学说，是以五脏为中心，配以六腑，合以五体，经脉运行气血以周流全身。它们相互协调，形成有机的联系。从物质与功能的关系来说，物质为阴，功能为阳。《阴阳应象大论》谓“阳化气，阴成形”。相对而言，形是物质，气是功能，物质与功能也是相互依赖的。所以《生气通天论》指出：“阴者，藏精而起亟也；阳者，卫外而为固也。”阴与阳既相互促进，如“阳生阴长”；又相互制约，如“阳杀阴藏”（《阴阳应象大论》）。

《内经》还运用阴阳学说说明人体的病理。《内经》认为在正常生理状态下，人体的阴阳两个方面应保持着动态平衡，一旦阴阳的平衡关系遭到破坏，就会形成病理状态，就会产生疾病。如《素问·生气通天论》说：“阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝。”由于《内经》十分重视阴阳平衡对人体的重要性，所以维持阴阳的平衡也就成了《内经》的指导思想。在养生上，强调要顺应四时阴阳之气以保持人体阴阳的平衡，如《素问·四气调神大论》说：“所以圣人春夏养阳，秋冬养阴，以从其根”，《素问·上古天真论》说：“法于阴阳，和于术数……故能形与神俱”，就是说要效法自然界寒暑往来的阴阳变化规律进行养生，与自然界求得统一，才能保持良好的身体状况。在治疗上则强调调整阴阳的偏胜偏衰，以恢复阴阳的协调平衡。《素问·至真要大论》所说“谨察阴阳之所在而调之，以平为期”指出了调和阴阳是治疗疾病的根本原则。

在诊断上，医生也要掌握阴阳这个变化的总纲，诊断才能准确，如《素问·阴阳应象大论》说“善诊者，察色按脉，先别阴阳”。《素问·阴阳别论》又说：“谨熟阴阳，无与众谋。”

总之，生命就是阴阳二气的运动与变化。“阳化气，阴成形”是生命体内物质代谢的主要形式；“阴平阳秘”的动态平衡是生命体健康的标志；“阳盛则热，阴盛则寒”、“阴胜则阳病，阳胜则阴病”则是疾病发生、发展、变化的基本原因；“善诊者，察色按脉，先别阴阳”，提示阴阳是诊察分析疾病的总纲；“谨察阴阳所在而调之，以平为期”则说明中医治疗疾病的根本目标是协调阴阳的平衡。可见阴阳学说是《内经》的理论工具和方法论，是中医理论体系的最重要的组成部分之一，初学者必须要熟练掌握，并能灵活运用于临床。

五行学说是中国古代的一种朴素的哲学思想，是关于物质存在形式及其运动变化的方法论，用以阐释人体的组织、生理、病理的结构与发展变化，是《内经》理论体系的有机组成部分。

关于五行的起源，古今中外学者进行了大量的研究，可以概括为以下四种观

点:①五方说。早在殷商(或更早)时期,人们已具备了五方的观念,如在殷商甲骨文中,已有“东土受年”、“西土受年”、“北土受年”、“南土受年”和“王贞受中商年”以及“癸卯,今日雨。其自西来雨?其自东来雨?其自北来雨?其自南来雨?”等卜辞。可见当时已开始用五方观念来确定空间方位。邢玉瑞教授认为:“五方观念形成后作为一种原型模式,规定、制约着古人的思维方式,形成‘五方’分类配位信仰,此为五行学说的重要思想来源之一。”^[2]②五季说。研究表明,在夏时,只有五时而没有四时。至春秋时,已全面实行了一岁四时,一岁以365或366日计时。但自古流传下来的一年分为五时的说法仍然存在,如《左传·昭公元年》云:“分为四时,序为五节。”五节,也就是五时。班固在《白虎通·德论》讲五行时亦云“行有五,时有四,何?四时为时,五行为节”,即五行指五时。郭仲夫认为在天文、气象学上,五行的真实含义是代表了自然界的五气,而不局限于代表金、木、水、火、土五类物质。五行之间的相生关系,是反映常年气候运动依次更变的规律,一年中,春风、夏火、长夏湿、秋燥、冬寒的递变,符合生长化收藏的生化过程,所以寓有相互资生和促进的意义;五行相克是指风、火、湿、燥、寒五气之间具有相互承制、约束的关系,对气候变化起到一种自然调节的作用;五行的相乘相侮,则是气候偏胜偏衰的反常情况^[3]。③五星说。《管子·五行》篇说:“经纬星历,以视其离(历),通若道,然后有行……然后作立五行,以正天时。”《史记·历书》云“黄帝考定星历,建立五行”,明确提出根据星历建立五行。《汉书·艺文志》亦云“五行之序乱,五星之变作”,指出五行与五星有不可分割的关系,五行之序由五星之常所定,如果五行之序紊乱,则是基于五星发生变异。④五材说。五材是指水、火、金、木、土五种基本物质,这五种基本物质是人们生活和生产中必不可少的五种物质资料。《左传·襄公二十七年》说:“天生五材,民并用之,废一不可。”《尚书·洪范》云:“五行:一曰水,二曰火,三曰木,四曰金,五曰土。水曰润下,火曰炎上,木曰曲直,金曰从革,土爰稼穡。润下作咸,炎上作苦,曲直作酸,从革作辛,稼穡作甘。”这段文字记述了五行的名称与特性及主观感受与认识,认为水有湿润向下的特性,火有发热向上的特性,木有能曲能直、升发舒展的特性,金有肃杀变革的特性,土有根植庄稼、化生万物的特性。这五种物质在时间和空间中的运行,就是五行。

五行学说的起源,一般认为是从“五材说”演化而来。事实上,五材说、五星说、五季说、五方说等均对五行学说的最终形成产生过深刻的影响,如五方说中涉及的方位、季节、气候、五帝等;五季说中论及的季节、星象、物候、气象等;五星说则将季节、方位、气候、物候相匹配;五材说将木、火、土、金、水作为具体物质名词使用的同时,并用以命名季节、五星,对其属性进行抽象,与五味、五官、五色等相联系。后人在上述认识的基础上,把五行属性加以抽象推演,采用取象比类的方法,将具有相似属性的事物或现象,分别归于五行之中,用以解释和说明各类事物或现象的联系