

汉字中医

边江红 周泽先 著

从甲骨文、金文到小篆、隶书，
汉字在光阴长河中逐渐生动
起来。作者引经据典，由字论
医，带人在书香中领略中医药
文化的独特魅力。



中国
出版单位
出版社

边江红 周泽先 著

汉字中医



中国中医药出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

汉字中医 / 边江红, 周泽先著. —北京: 中国中医药出版社, 2019.4

ISBN 978-7-5132-2859-6

I. ①汉… II. ①边… ②周… III. ①中国医药学—文集…
IV. ①R2-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 035703 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

三河市同力彩印有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 9.5 字数 134 千字

2019 年 4 月第 1 版 2019 年 4 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-2859-6

定价 48.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

汉字是中华文明的符号，是我们祖先记载自然观察结果的产物。《淮南子·览冥训》说：“往古之时，四极废，九州裂，天不兼覆，地不周载；火熋焱而不灭，水浩洋而不息；猛兽食颛民，鸷鸟攫老弱。于是女娲炼五色石以补苍天，断鳌足以立四极，杀黑龙以济冀州，积芦灰以止淫水。苍天补，四极正，淫水涸，冀州平，狡虫死，颛民生；背方州，抱圆天。”在古人心目中，“天圆地方”，于是汉字形也以方与地契合，方形的汉字稳重、端庄、平衡、对称，隐含“阴阳平衡”的哲学思想。

汉字以象形字为基础，象形字起源就是原始的图画，我们的祖先模仿自然界的“图画”，以画图的形式记录自己的日常生活。而后象形字从原始图画变成了一种“表意符号”。象形字来自于图画文字，但是图画性质减弱，象征性质增强，它是一种最原始的造字方法。象形字表现力有限，把两个象形字叠加重组，就形成了“会意”字，如日与月两个象形字合起来就形成了会意字“明”。大量的汉字属于以形声字为主体的表意文字体系，形声字由两部分组成：形旁（又称“义符”）和声旁（又称“音符”）。形旁是指示字的意思或类属，声旁则表示字的相同或相近发音。例如“病”字属于外形内声，形旁是“疒”，表示人有疾病躺在床上，声旁是“丙”，五行中丙属火，火对应的脏器为心。于是“病”就可以理解为是一个人心里不舒服躺在床上。所以汉字具有望文生义、阅字知音的意会、感悟之美。

中医学理论基础来源于中国传统文化，传统文化中“天人相应”“阴阳五行”的哲学思想贯穿在整个中医思维中。五行（木、火、土、金、水）搭

建了人与自然的桥梁，把自然界中的五方（东、南、中、西、北），五季（春、夏、长夏、秋、冬），五气（风、暑、湿、燥、寒），五化（生、长、化、收、藏），五色（青、赤、黄、白、黑），五音（角、徵、宫、商、羽）与五味（酸、苦、甘、辛、咸）与人体紧密联系在一起，用取象比类的方法把人置身于天地之间，指导疾病的预防、诊断和治疗。

医生治病如君主治理国家，人体的五脏六腑就像是一个小朝廷，“官员”各司其职，分工合作，阴阳才能平衡，身体才能健康。《素问》第八篇“灵兰秘典论”原文就用官僚体制比拟的手法阐述了人体各脏腑的职能关系。

要使五脏六腑各司其职，就要赋予五脏六腑需遵循的“职业道德”。因此儒家文化的“仁义礼智信”也渗透在中医理论之中。“仁、义、礼、智、信”为儒家的“五常”。“常”是自然状态，是“正常”，“知常曰明。不知常，妄作凶”。五常贯穿于中华伦理的发展中，成为中国价值体系中最核心的因素。

“仁”对应的五行是木，对应的方向是东，对应的四季是春，对应的五脏是肝，中医的肝包括肝脏脏器及其状态与功能。一个人仁慈、善良、博爱，富有同情心，这股正气就可以养护、化育、滋润肝脏，反之则会伤害肝脏。所以肝为将军之官，人要时刻保持仁慈、善良、平和、博爱之气，这股气就可养肝，可使肝气条达，全身气血运行通畅，人心情舒畅，既无亢奋，也无抑郁。人体得到深仁厚泽的滋养，才能延年益寿。

“礼”对应的五行是火，对应的方位是南，对应的四季是夏，对应的五脏是心。《尚书·洪范》讲“火曰炎上”，就是说积极向上的意思，《周易》：“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”这里的“以”是“用”的意思，总体意思是君子要懂得顺应天道，懂得承载包容。所以“礼”放在天地之间就是一种维持自然界、社会、人类秩序与和谐的规范与准则。礼归心主，心主神明。心脏的跳动伴随人的一生，正是心跳不止，生命不息。心脏就是人体的君主，自强不息，在人体中掌握人体的秩序和规则，在这种规则下，人体的脏腑才能正常运行，这股自强不息的正气就可以养护人的

心脏。

中医讲“正气存内，邪不可干”，这个正气就是指身体的正气和心里的正念。我们在心念上谨守仁义礼智信，自有浩然正气来养护我们的五脏六腑，只要时刻把仁爱、仁道、礼仪、智慧、诚信放在心上，自然正心强身。如《孟子·公孙丑上》所言“我知言，我善养吾浩然之气”。浩然之气，最宏大最刚强，用正义去培养它而不要用邪恶去伤害它，就可以使它充满天地之间无所不在。浩然之气需与仁义和道德互相辅助，互相配合，否则就会像人得不到食物一样疲软衰竭。浩然之气是由正义在内心长期积累而形成的，不是通过偶然的正义行为来获取的。自己的所作所为如果有令自身不能心安理得的地方，那么浩然之气自然就会衰竭。

所以中医学是中国传统文化的缩影，融合了中国古代哲学、儒道优秀文化。汉字作为记载中医经典的符号，其本源与中医文化息息相通。从汉字的角度的理解学习中医，把中医作为中国传统文化的一部分去学习，将有助于中医学习的日常化、普及化，有助于中医药文化的传承和发扬。

中医学注重对自然界和人体外在的观察，用“望、闻、问、切”的方法，通过对“有诸内者，必形诸外”的表象“司揣”，推断人体内的情况。通过对“有诸内”的“司揣”还可使人体内部的变化反映于躯体以外，确定病变的部位之所在，做到类似“视见垣一方人”的透视效果。

“外”，不应仅仅是体表，而应从广义上来理解。《辞海》中“外面”的释义为“1. 外边。2. 外表；表面。”从这一解释和所举的例子来看，“外”有两个概念可以运用到中医诊断学的“必形诸外”里来。一是指物体与外界接触的整个外部环境，如“外边”的“外”，意为“表面”的“外”，这里的“外”是个空间概念。二是指包裹物体的最外层，如“外表”的“外”，这里的“外”是部位概念。这样一来，解释“必形诸外”也就有两种情况了，一是“必形于体表”，比如风寒感冒，有风寒于内，就可能有“无汗”或“发热”等症状表现于外；二是“必形于体外”，比如肺癆初期，癆虫蚀肺于其内，



我们就可以通过 X 线检查，使损伤的肺脏显现于外，这里的“外”就是体表以外的空间，游离在空间的 X 线片，就是被外化的人体肺脏。

可见，从汉字的起源、本义、释义角度去理解学习中医，能帮助学者对中医文化有更深刻的理解。作为一个中国人，不应只把中医作为一门独立的医学学科来对待，而应该让中医融入日常生活，用中医理论指导衣食住行，把学中医、用中医变成中国人的生活行为方式。从汉字入手诠释中医，是最直接、最简单的学习中医的方法。以字载意、以文载道，深奥的中医理论也能变得浅显易懂，妙趣横生。

边江红 周泽先

2019 年 1 月

目 录

第一章 天人合一 / 1

一、天与人 / 2

1. 何为天 / 2

2. 何为人 / 3

二、中医的天人合一 / 4

三、诗词中的天人合一 / 5

第二章 生命起源 / 7

一、生命起源于精 / 8

1. 精是什么 / 8

2. 中医中的“精” / 8

3. 古籍中“精”字的运用 / 10

二、生命起源于水 / 10

1. 何为水 / 10

2. 中医中水的流通代谢 / 12

3. 名篇与水 / 14

第三章 君子怀德 上下求索 / 17

一、人类认识自己从“我”开始 / 19

何为我 / 19



二、中医的“我”以“喜怒悲思恐”为生活表象 / 22

1. 何为喜 / 22
2. 何为怒 / 23
3. 何为悲 / 25
4. 何为思 / 26
5. 何为恐 / 28

第四章 心主神明 明察自我 / 31

何为五常 / 34

1. 何为仁 / 34
2. 何为义 / 36
3. 何为礼 / 37
4. 何为智 / 39
5. 何为信 / 40

第五章 人生有形 不离阴阳 / 45

阴与阳 / 46

1. 何为阴 / 46
2. 何为阳 / 47
3. 阴阳学说 / 48

第六章 以管窥豹 辨象识脏 / 57

藏与象 / 58

1. 何为藏 / 58
2. 何为象 / 59

第七章 以经为道 络表达里 / 65

一、经和络 / 66

1. 何为经 / 66

2. 何为络 / 68

二、中医中的经络 / 68

1. 经络的阴阳 / 69

2. 经络与五行 / 69

第八章 以名识穴 用穴如药 / 71

一、穴和位 / 72

1. 何为穴 / 72

2. 何为位 / 73

二、中医中的穴位 / 73

1. 腧穴的作用 / 74

2. 中医针灸穴位的命名 / 75

第九章 气血相依 营养全身 / 89

一、气和血 / 90

1. 何为血 / 90

2. 何为气 / 91

二、中医理论中的气 / 92

1. 气的概念 / 92

2. 气的生成 / 92

3. 气的功能 / 95



三、中医理论中的血 / 100

1. 血的概念 / 100
2. 血的生成 / 101
3. 血的循行 / 102
4. 血的生理功能 / 102

第十章 外感为疾 内伤为病 / 105

疾与病 / 106

1. 何为疾 / 106
2. 何为病 / 107

第十一章 调养气血 平衡阴阳 / 111

一、气与血的关系 / 112

二、气对血的作用 / 112

1. 气能生血 / 112
2. 气能行血 / 113
3. 气能摄血 / 114

三、血对气的作用 / 115

1. 血能生气 / 115
2. 血能载气 / 115

第十二章 宁静致远 淡泊明志 / 117

第十三章 以善为心 以喜为表 / 123

何为善 / 124



第十四章 以字养心 以文调气 / 129

一、以字养心 / 130

二、以文调气 / 131

1. 朗读——以文调气的最好方式 / 132

2. 推荐朗读文章 / 132

三、结语 / 138

参考文献 / 139

第一章

天人合一

一、天与人

1. 何为天

下图为天字的演变。

甲骨文	金文	战国文字	篆文	隶书	楷书
					

【文字溯源】

𠀎 (篆文)

“天”字的下面是一个“大”字，就是一个站立的人，上边的一横是指头顶。所以就是头上有片天之意。

《说文解字》释“天”曰：“颠也，至高无上，从一大”。

【文字释义】

① 颠即指头顶

由于“天”字中含有头顶的含义，因此古代很多跟头有关的用词都会有个天字。在中医里，管头痛病也叫作疾天症，也是用了天有头顶的含义。

② 至高无上

封建社会中最高统治者被称为“天子”，意思是秉承天意治理天下，故称天子。

③ “一大”即“大一”

“大一”，“太一”是也。

《楚辞》中“东皇太一”之说。《太一生水》中言：“太一生水，水反辅太一，是以成天。天反辅太一，是以成地。”茫茫宇宙，混成一片，“太一”化生天地，而水是起了辅助催化剂的作用，太一生水，水反作用于太一生成天，天反作用于太一便生成地，可见水在宇宙变化的中间环节中起了重要的作用。这一点与古希腊哲学家泰勒斯的“水是万物之源”的观点相似。其实关于水与宇宙的关系，在《管子·水地》中已有论及，此即老子的关于水与宇宙的哲学观。

2.何为人

甲骨文	金文	战国文字	篆文	隶书	楷书
					

【文字溯源】



甲骨文字形，像站立的人的侧面

【文字释义】

《说文解字》：“人，天地之性最贵者也。此籀文象臂胫之形。”

这句话就是在说，人，是天地间品性最高贵的生物。这就是籀文中“人”字形像垂着手臂，挺着腿胫的人的缘故。所有与人相关的字，多采用“

人”作偏旁。

《礼记·礼运》记：“故人者，其天地之德，阴阳之交，鬼神一会，五行之秀气也……故人者，天地之心也，五行之端也，食味、别声、被色而生者也。”

《列子·黄帝》记：“有七尺之骸，手足之异，戴发含齿，倚而趣者，谓之人。”

二、中医的天人合一

从以上“天”字演变的过程中就能看出这个字本身就包含着天人合一的概念，每个人在这个世界里，头上都顶着一片天。这个字也启示我们不管是生存、为人、处事都要遵循一定的规律才能游刃有余。

中医理论可以说是将这个字中的含义进行了最大限度的医学实践，只有人在生活的过程中遵循天道，顺应自然规律，才能颐养天年。





中医经典《黄帝内经》中讲到“与天地相应，与四时相副，人参天地”（《灵枢·刺节真邪》），“人与天地相参也”（《灵枢·岁露》），“与天地如一”（《素问·脉要精微论》）。古人认为作为独立于人的精神意识之外的客观存在的“天”与作为具有精神意识主体的“人”有着统一的本原、属性、结构和规律。《黄帝内经》中多处提到相关内容，正说明天人合一观是《黄帝内经》天道观的核心内容。

《黄帝内经》“天人相应”学说，可以从两方面来探讨——一是从大的生态环境，即天地（大宇宙）的本质与现象来看“天人合一”的内涵；二是从生命（小宇宙）的本质与现象来解读“天人合一”的含义。

人类对四季寒暑变化的适应就是天人合一的具体体现，比如天冷加衣，天热减衣等。

三、诗词中的天人合一

白天人们忙于生计，无暇抬头仰望。当夜幕降临，繁星闪烁，一轮明月高悬天空，这时候人们把自身的情感就投射到这轮明月中，因而月亮阴晴圆缺寄托了人们的悲欢离合，在诗人的笔下成了千古传唱。李白的失意化成了“举杯邀明月，对影成三人”；李白的友情化成了“我寄愁心与明月，随君直到夜郎西”；苏东坡的亲情化成了“但愿人长久，千里共婵娟”；张九龄的思念化成了“海上生明月，天涯共此时”。人的主观情感通过共同见证的客观事物（月亮）来表达和传递，这也是个体借助天人合一跨越时空达到人心合一的体现。