

王蓓 周路红 编著

医
古
文

高等教育自学考试中医专业指导丛书

YIGU WEN YIGU WEN YIGU WEN

前 言

《高等教育自学考试中医专业指导丛书·医古文》系根据全国高等教育自学考试指导委员会颁发的《医古文自学考试大纲》和自学考试《医古文》教材及六版统编教材的内容编写而成。

本书由上下两编组成，上编为阅读文选部分，下编为基础知识部分，每编均按学习目的和要求、主要内容、练习题及参考答案编写。为避免内容的重复，阅读文选的原文均未编录，而是根据大纲要求掌握的内容突出了重点。书中内容翔实，条理清楚，易学易记，便于自学考生学习掌握。

本书在编写过程中，得到了山西中医学院贾治中教授的指导，从内容的审定到修改提供了许多宝贵意见，在此谨表谢意。

本书第一至二十课由王蓓主笔，第二十一至四十课由周路红主笔。限于时间、学识有限，书中错误在所难免，尚望专家学者指正。

编 者

于山西中医学院

2001.6

目 录

上编 阅读文选

学习目的和要求

主要内容

一、扁鹊传	1
二、华佗传	8
三、皇甫谧传	18
四、明处士江明莹墓志铭	25
五、丹溪翁传	32
六、李时珍传	40
七、徐灵胎传	44
八、医师章	50
九、宝命全形论	52
十、脏腑经络先后病脉证	56
十一、养生论	62
十二、大医精诚	68
十三、汗下吐三法该尽治病论	73
十四、阳有餘阴不足论	78
十五、病家两要说	82
十六、不失人情论	87

十七、诸家得失策	92
十八、秋燥论	96
十九、理虚三本	102
二十、医俗亭记	104
二十一、与薛寿鱼书	108
二十二、《汉书·艺文志》序及方技略	111
二十三、《伤寒论》序	116
二十四、《黄帝内经素问注》序	120
二十五、《外胎秘要》序	125
二十六、《良方》自序	130
二十七、《本草纲目》原序	136
二十八、《医方考》自序	139
二十九、《类经》序	142
三十、《医方集解》序	150
三十一、《串雅》序	154
三十二、《温病条辨》叙	157
三十三、医案六则	162
三十四、《雷公炮炙论》六则	170
三十五、医书凡例三则	174
三十六、方论四则	181
三十七、药解三则	186
三十八、医书提要三则	191
三十九、医话四则	195
四十、《素问》校诂四则	200

练习题及参考答案

传记文选（一～七）	205
医著文选（八～二十一）	230
医著序言（二十二～三十二）	253
医案医话及其他（三十三～四十）	282

下编 基础知识

学习目的和要求

主要内容

第一章 工具书	309
第二章 汉字	312
第三章 词义	314
第四章 注释	317
第五章 句读	319
第六章 今译	320

练习题及参考答案

一、单项选择题	320
二、多项选择题	322
三、判断题	329
四、填空题	330
五、标点	331
六、断句、释词	334

上 编

阅 读 文 选

〔学习目的和要求〕

1. 通过学习，熟读并理解全部文章，掌握重点实词和虚词的用法，包括成语典故的意义，同形词以及偏义复词和一词多义的现象。

2. 掌握借字与本字、古字与今字、异体字与正体字的对应关系，掌握常见固定结构的今译规律，掌握实词的临时性语法功能和古人安排语序的惯例。

〔主要内容〕

一、扁鹊传

【通假字、古今字、异体字】

1. 閒（与）：同“问”，悄悄地。
2. 予（扁鹊）：通“与”，给予。
3. 彊：“强”的异体字，强大，强盛。
4. （必）閒：同“间”，病愈。
5. 而（何怪）：通“尔”，你。

6. (治)穰：通“攘”，祛邪除怒的祭祀名。

7. (暴)厯：通“厥”，昏厥。

8. 雞：“鸡”的异体字。

9. 输：通“腧”，腧穴。

10. 诀：通“决”，疏导。

11. 荒：通“育”，膏肓。

12. 爪：同“抓”，抓治。

13. 幕：通“膜”，指横膈膜。

14. (以)郤：同“隙”，缝隙。

15. (视)文：同“纹”，图纹。

16. 见：同“现”，表现。

17. 瞬(shùn顺)：同“瞬”，眨眼。

18. 反：同“返”，此指回生。

19. 厉(鍼)：同“砺”。

20. 蚤：通“早”。

21. 伎：通“技”，医技。

【实词】

1. 少时：年轻时。 2. 遇(之)：接待，招待。 3. (传)与：给与，动词。 4. 上池之水：未沾及地面的水。 5. 垣(一方)：矮墙。 6. 一(方)：另一边。 7. 专(国事)：犹司也，主持，掌管。 8. 惧：恐惧，害怕。 9. (血脉)治：正常。 10. 居：过了。 11. 收(乎)：收殓。 12. (未)能：及，到。 13. 诞：指言论虚妄夸诞，欺骗。 14. 因：依照。

15. 搦(nuò诺)：按治。 16. 湔浣：洗涤。 17. 漱涤：清洗。 18. 易(形)：改变。 19. 咳(hái孩)(嬰)：又作“孩”，婴儿笑。 20. 终日：许久，很久。 21. 写(形)：审察。

22. 以管窥天：从竹管里看天。比喻见识狭小。 23. 拑(然)：举起，抬起。 24. 弃捐填沟壑：“死”的委婉语。《释名·释丧

制：“不得埋曰弃，谓弃之于野也。不得其尸曰捐，捐于他境也。” 25. (未) 卒：完，结束。 26. 服 (bì 必) 臆：气满郁结胸中。亦作幅抑、悞抑、臆抑，联绵词。 27. (流) 涕：泪。

28. (长) 潜 (shān 山)：流泪。 29. 忽忽：泪水滚动的样子。 30. (以) 取：针刺。 31. 更 (熨)：交替，轮流。

32. (复) 故：原状。 33. 腠理：皮肤、肌肉的纹理。此指皮肤肌肉之间。 34. 寡人：古代诸侯对下的自称。 35. 左右：指侍从，此指身边的大臣。 36. 好 (hào 号)：喜欢，贪图。

37. (退) 走：跑。 38. 司命：古代传说中掌管人生命的神。

39. (体) 病：痛。 40. (逃) 去：离开。 41. 已：止，引申为痊愈。 42. 道：治疗疾病的方法。 43. 适：调适，调理。

44. 阴阳：血气。血属阴，气属阳。 45. 并：错乱。

46. 羸：瘦弱。 47. 带下医：妇科医生。 48. 由 (扁鹊)：从。此谓遵从、依从。

【虚词】

1. 谨 (遇)：恭敬，副词。 2. 公：敬词，您。 3. 毋 (泄)：禁令之词，不要。 4. 悉 (取)：全部。 5. 殆 (非人)：大概。 6. 以：介词，按照。 7. 何如：如何，什么时间。

8. (未) 尝：曾经。 9. 得无：莫不是，大概不会是。 10. 之：此为第一人称代词。 11. 曾 (zēng 增)：竟然，简直。

12. 窃：自谦之词，犹言“私下”。 13. 因：已经。 14. 更 (适)：又。 15. 但：只。 16. (问其) 故：原因。 17. 使：假使。 18. 重 (zhòng 众)：甚，很。

【实词活用】

1. 奇：以……为奇，认为奇特。形容词的意动用法。

2. (不) 时：(不) 按时 (运行)。名词活用作动词。

3. 生 (之)：使他复活。生，使动用法。

4. 客 (之)：把……当作客人，意动用法。

5. (所) 病：担忧，用如动词。

6. 轻身重财：认为身体轻贱，认为钱财贵重。“轻、重”皆为形容词的意动用法。

7. 贵 (妇人)：尊重，用如动词。

【语序】

1. 何怪：即“怪何”，惊怪什么。宾语前置。

2. 中庶子喜方者：喜好方术的中庶子。中庶子，官名，负责诸侯卿大夫庶子教育管理的官员。“喜方”是“中庶子”的定语，“者”是定语后置的标志。

3. 何以：即“以何”，用什么，凭什么。宾语前置。

4. 是以：即“以是”，因此。

【其他】

1. 特……耳：只不过……罢了。凝固结构。

2. 以……为：把……当作……，认为……是……。凝固结构。

3. 谓……曰：对……说。凝固结构。

4. 奈……何：把……怎么样，对……怎么办。凝固结构。

【今译】

1. 扁鹊曰：“血脉治也，而何怪？昔秦穆公尝如此，七日而寤。今主君之病与之同，不出三日必间。”居二日半，简子寤。

译：扁鹊说：“血脉正常，你惊怪什么？过去秦穆公曾经像这样，七天就醒了。现在你们主人的病和他一样，不超过三天一定会痊愈。”过了二天半，赵简子醒了。

2. 先生之方能若是，则太子可生也；不能若是，而欲生之，曾不可以告咳婴之儿！

译：先生的方术能像这样的话，那么太子可以复活；如果不能像这样，却想让太子复活，简直不可以把这话告诉刚会笑的小孩啊！

3. 窃闻高义之日久矣，然未尝得拜谒于前也。先生过小国，幸而举之，偏国寡臣幸甚，有先生则活，无先生则弃捐填沟壑，长终而不得反。

译：我私下听说您的大名已经很久了，但没有机会拜见您。先生来到我们这个小国家，希望您救治太子，偏远小国的我非常幸运，有先生太子就能活，没有先生他就会弃尸深山野壑，永远离开我而不能返回人间。

4. 使圣人预知微，能使良医得蚤从事，则疾可已，身可活也。人之所病，病疾多；而医之所病，病道少。

译：假使圣人能预先了解疾病的征兆，能使高明的医生得以及早进行治疗，那么疾病可以治愈，身体可以存活。人们所担心的，是担心疾病多；而医生所担心的，是担心治病的方法少。

【译文】

扁鹊是渤海郡郑地人，姓秦名越人，年轻时做人家旅馆的主管。旅馆的客人长桑君来到，扁鹊独自认为他不一般，常常恭敬地接待他。长桑君也知道扁鹊不是一般人。来往十几年，长桑君才叫扁鹊避开众人而坐，悄悄地对他说：“我有秘方，年龄大了，想传授给您，您不要泄露。”扁鹊说：“我答应您。”长桑君就拿出怀中的药物给扁鹊，说：“用没有沾到地面的水饮用这种药三十天，应当能了解奇异的事情。”就全部拿出他的秘方书，都给了扁鹊。忽然就不见了，大概不是普通人吧。扁鹊按照长桑君的话饮用这种药三十天，看见矮墙另一边的人。依靠这种功能治病，全部看见五脏的疾病，只是把诊脉当作名义罢了。行医有时在齐国，有时在赵国。在赵国人们叫他扁鹊。

在晋昭公的时候，各位诸侯的力量强大而晋国国君的力量弱小，赵简子做大夫，主管国事。赵简子患病，五天不省人事。大夫都很害怕，于是召来扁鹊，扁鹊进来，诊察疾病，出来，董安于问扁鹊，扁鹊说：“血脉正常，你惊怪什么？过去秦穆公曾经

像这样，七天就醒了。现在你们主人的病和他一样，不超过三天一定会痊愈。”过了二天半，赵简子醒了。

之后扁鹊来到虢国，虢国太子死了，扁鹊来到虢宫门下，问喜爱方术的中庶子：“太子得的什么病，国中举行祛邪祭祀超过任何事情？”中庶子回答说：“太子患的是血气不能按时运行的病症，血气交错而不能疏泄，在体外突然发作，就形成体内的损害。正气不能阻挡邪气，邪气蓄积在体内而不能疏泄，因此阳气衰微而阴气炽盛，所以突然昏厥而死。”扁鹊说：“他死了多长时间了？”中庶子说：“鸡鸣到现在。”扁鹊问：“收殓了吗？”中庶子回答：“没有，他死亡还不到半天。”扁鹊说：“我是齐国渤海郡的秦越人，家在郑地，没有机会拜见国君的风采仪容，在面前侍奉拜谒过。听说太子不幸死亡，我能使他复活。”中庶子说：“先生不是在欺骗我吧？凭什么说太子可以复活！我听说上古时期，有个名医叫做俞跗，他治疗疾病不用汤药酒剂、铍针砭石、导引、按摩、药物熨贴，一诊察就看见疾病的所在，依照五脏的腧穴，于是剖开皮肤，疏通经脉，结扎筋腱，按治髓脑，触动膏肓，疏理膈膜，清洗肠胃、五脏，修炼精气，改变形容。先生的方术能像这样的话，那么太子可以复活；先生的方术不能像这样，却想让太子复活，简直不可以把这话告诉刚会笑的小孩啊！”许久，扁鹊仰天叹息着说：“您所说的方术，好像从竹管里看天，从缝隙里看图纹。我所用的方术，不靠切脉、望色、听声、从外形审察病人，就能说出疾病的位置。诊察到疾病的外在症状，就能推论出内在的病机。了解了内在的病机，就能推知外在的病状。疾病应表现在整个体表，不超过千里的范围，诊断的方法很多，无法一一尽述。先生如果认为我的话不真实，请试着让我进去诊察太子，应当听到他耳内鸣响，并且鼻翼扇动，顺着他的两条大腿，直到大腿根部，应当还是温热的。”中庶子听了扁鹊的话，眼睛直瞪而不眨动，舌头翘起而不放下，就把扁鹊的话进去

报告给虢君。

虢君听到这件事非常吃惊，出来在中阙接见扁鹊，虢君说：“我私下听说您的大名已经很久了，但没有机会拜见您。先生来到我们这个小国家，希望您救治太子，偏远小国的我非常幸运，有先生太子就能活，没有先生他就会弃尸深山野壑，永远离开我而不能返回人间。”话还没有说完，已经长吁短叹，气郁满胸中，精神恍惚散乱，泪珠长流不止，悲哀的眼泪挂满睫毛，悲伤得不能自己，容颜改变。扁鹊说：“至于太子的病，就是所谓的尸厥证。太子没有死啊。”扁鹊就让弟子子阳研磨针石，用来针刺三阳五会穴。不一会儿，太子苏醒了。于是让弟子子豹制作五分的药熨，用八减的药剂煎制，用来交替熨贴两边胁下的部位。太子坐起来了。再调节阴阳，只服用二十天的汤药就恢复了。所以天下人都认为扁鹊能使死人复活。扁鹊说：“我并不能使死人复活，这人本来就是活着的，我能使他痊愈罢了。”

扁鹊来到齐国，齐桓侯把他当作宾客。扁鹊进入朝廷拜见齐桓侯，说：“国君您有病在腠理，不治疗的话会加深。”齐桓侯说：“我没有病。”扁鹊退出。齐桓侯对身边的人说：“医生喜欢名利，想把治疗没有病的人当做自己的功劳。”五天后，扁鹊又来拜见齐桓侯，说：“国君在血脉间有病，不治的话恐怕会加深。”齐桓侯说：“我没有病。”扁鹊退出，齐桓侯不高兴。五天后，扁鹊又来拜见，说：“您有病在肠胃间，不治的话会加深。”齐桓侯不答应。扁鹊退出，齐桓侯不高兴。五天后，扁鹊又来拜见，远远看见齐桓侯却转身跑掉了。齐桓侯派人问其中的原因。扁鹊说：“疾病处于腠理，是汤药和熨贴的方法能达到的部位；位于血脉，是针刺和砭石能达到的部位；疾病在肠胃间，是酒剂能达到的部位；在骨髓，即使是掌管命运的神也不能把它怎么样！现在疾病在骨髓，我因此不再请求治疗了。”五天后，桓侯身体疼痛，派人召见扁鹊，扁鹊已经离开齐国。桓侯于是死去。

假使圣人能预先了解疾病的征兆，能使高明的医生得以及早进行治疗，那么疾病可以治愈，身体可以存活。人们所担心的，是担心疾病多；而医生所担心的，是担心治病的方法少。所以疾病有六种不能治疗的情况：骄傲放纵不讲道理，是第一种不能治疗的情况；轻视身体，看重钱财，是第二种不可治疗的情况；衣食不能调节，是第三种不能治疗的情形；血气错乱，脏腑功能不稳定，是第四种不能治疗的情况；形体瘦弱不能服用药物，是第五种不能治疗的情况；相信巫者不相信医生，是第六种不能治疗的情况。有其中一种情况的，就很难治愈了。

扁鹊的名声著称于天下。来到邯郸，听说这里尊重妇女，就作妇科医生；来到洛阳，听说这里的人爱护老人，就作耳目科痹证医生；来到咸阳，听说秦国人爱护小孩，就作小儿科医生；随着各地的风俗改变行医的科别。秦国的太医令李醯自知医技不如扁鹊，就派人暗杀了扁鹊。直到现在天下谈论脉学的人，都遵循扁鹊的学说。

二、华佗传

【通假字、古今字、异体字】

1. 𠄎：“敷”的异体字。
2. 差：同“瘥”，病愈。
3. 支：同“肢”。
4. 卒（头眩）：通“猝”，突然。
5. 卒（可得寐）：通“猝”，很快。
6. 爰（之）：“暖”的异体字。
7. （大）酢：同“醋”。
8. 蚘：“蛇”的异体字。此指人体内的寄生虫。
9. 县（车边）：同“悬”，悬挂。
10. 反：同“返”。

11. 属：同“嘱”，嘱咐。
12. (针) 膈：同“膈”，膈俞穴。
13. (人命所) 县：同“悬”，维系。
14. (不) 彊：“强”的异体字，勉强。
15. (肠) 臃：“痈”的异体字。
16. 故(当死)：通“固”，一定，必定。
17. 去(jǔ 举)(药)：同“弄”，收藏。
18. 忽：“匆”的异体字。
19. (引) 輓：“挽”的异体字，牵引，此谓伸展。
20. 獯：“猿”的异体字。
21. 胷：“胸”的异体字。

【实词】

1. (数) 经：指《诗》、《书》、《易》、《礼》、《春秋》等儒家经典著作。
2. 举(孝廉)：推荐。
3. 孝廉：汉代选拔人才的科目。孝指孝子，廉指廉洁之士，合称孝廉。
4. 辟(bì 必)：征召。
5. 就：本义趋向，接近。此谓赴任。
6. 养性：养生。
7. 节度：谓服药的方法与注意事项。
8. (七八) 壮：量词。一灸为一壮。
9. (某) 许：处所。
10. 剝(kū 哭)：割开。
11. 饮(yìn 印)：使……饮用。
12. 视：诊察。
13. 苦：患。
14. (不) 汗：出汗。
15. (而) 绝：死亡。
16. 止：居住。
17. 难(nàn)：质问，发问。
18. 殊：不同。
19. (並) 起：病愈。
20. 自如常：犹“自若”、“自如”。谓依然如故。
21. 堕：摔落。
22. (扶) 将：扶持。
23. 中宿：半夜。
24. 诣(佗)：往，到……去。
25. 劳事：房劳之事。下文“御内”、“交接”义同此。皆为委婉之词。
26. 省(之)：看望，探望。
27. 间：间隔。
28. 胃管：经穴别名。即中脘穴，在脐上四寸。
29. 能够。
30. 中(zhòng 众)：刺中。
31. 怀躯：怀孕。
32. 令：使。
33. 之：去、往。
34. 蚤

(chài 瘥): 蝎类毒虫。 35. 螫 (shì 是): 毒虫刺人曰螫。 36. 无赖: 无奈, 没有办法。 37. 温汤: 加热汤药。 38. 渍: 浸泡。 39. 除名: 除去名籍。此指退职; 退役。 40. (已) 结: 固结, 指病已不可除。 41. (五日) 卒: 死。 42. (所) 刻: 预料。 43. 病 (咽塞): 患。 44. 语 (yù 玉): 告诉。 45. (卖) 饼: 古称烤熟或蒸熟的面食, 取面水合并之意。《释名·释饮食》: “饼, 并也。溲麪使合并也。” 46. (蒜) 齑: 切碎的菜类。 47. 造: 到, 往。 48. 逆 (见): 迎面。 49. (我) 公: 指父亲。 50. (车边) 病: 寄生虫。 51. 书: 信。 52. 瞋 (chēn 琛) 恚: 愤怒。 53. 不快: 不舒服, 有病。 54. 不足: 不值得。 55. 痛痒: 偏义复词。义偏于“痛”, 痛苦。 56. 斯须: 犹“须臾”。片刻, 一会儿。 57. 食顷: 吃一顿饭的工夫。 58. 左右: 指身边。 59. 伤娠: 指胎儿流产。 60. 案: 考察。 61. 见 (业): 立。《孟子·尽心上》: “修身见于世。”赵岐注: “见, 立也。” 62. 笃重: 深重; 沉重。同义复用。笃, 重。 63. 暂: 短时, 短期。 64. 敕 (郡县): 命令。 65. 斛: 量词。宋以前以十斗为一斛。 66. 收: 逮捕。 67. 考验: 拷问审核。 68. 首服: 自首认罪。 69. 工: 高明。 70. 含有 (yòu 又): 原谅, 宽恕。 71. 考竟: 在狱中处死。《释名·释丧制》: “狱死曰考竟。考得其情, 竟其命于狱也。” 72. 养: 恣纵, 助长。此谓拖延。 73. 病困: 病危。 74. 散 (两钱): 药散。 75. 将 (爰): 将养, 调养。 76. 卿: 对人表示亲热的称呼。 77. 无急: 无病。 78. 见 (收): 被。 79. 全 (济): 保全。 80. 劳动: 运动, 活动。 81. 极: 疲劳, 疲惫。 82. 禽: 鸟兽的总称。 83. 沾濡: 湿润, 此指微微出汗。 84. 上: 体表。 85. 著: 拍, 搽。 86. 耳目聪明: 耳聪目明。 87. 齿牙完坚: 齿完牙坚。 88. 善 (针术): 擅长。 89. (皆) 瘳: 病愈。 90. 率: 比例, 标准。 91. 处所: 处处, 到处。

【重点虚词】

1. 且：将近。 2. 辄（愈）：就。 3. 应（除）：副词，立时，很快。 4. 无所：没有什么。 5. 行（差）：将要。 6. 或：有人。 7. 一（如）：完全。 8. 讫：毕，结束。 9. 数（shuò 硕）：多次。 10. 有顷：过了一会儿。 11. 促（去）：快快，急忙。 12. 应时：马上。 13. 向来：刚才。 14. 无何：不久，没多久。 15. （寿）俱：全，都。 16. 故：特地，特意。 17. 寻：随即，很快。 18. 竟：终于，果然。 19. 许：左右。表示约数。 20. 稍：逐渐，渐渐。 21. 小：稍微。 22. 多：常常。 23. 可：大约。 24. （此）近：大概。 25. 当：刚刚，才。 26. 累：屡次。 27. 犹（不）：还是，依然。 28. 信（病）：的确，确实。 29. 已：接着，随后。 30. （适）值：遇到，赶上。 31. 因：于是，就。 32. 凡（医）：所有的。 33. 云：末语气词。

【实词活用】

1. 膏（摩）：用药膏。修饰动词“摩”，表示工具。
2. 下（之）：使之下。打胎。下，使动用法。
3. 日：一天天地，名词作状语。
4. 不时：不能及时。名词用作动词。
5. 车（载）：用车。名词活用作状语。
6. 脉：为……诊脉。为动用法。
7. 远：形容词活用作动词，远离。
8. 书：发信，写信。用如动词。
9. 钱：钱匕，古代量取药末的工具。此用为量词。
10. 熊颈鸱顾：像熊一样攀挂，像鸱鸟一样左右回顾。熊、鸱，名词作状语，表示比况。
11. 利：使……轻快，使动用法。
12. （轻）体：使……轻便，使动用法。

【语序】

1. 不出汗：即“不出汗”，宾语前置。
2. 虵一枚：即“一枚虵”，定语后置。
3. 黑血数升：即“数升黑血”，定语后置。
4. 虫数升：“数升”为“虫”的定语。古汉语中，数量词作定语往往后置。
5. 亲中人有病如成者：即“亲中有病如成之人”，定语后置。

【其他】

但……尔：只是……罢了。凝固结构。

【今译】

1. 若病结积内，针药所不能及，当须剝割者，便饮其麻沸散，须臾便如醉死，无所知，因破取。

译：如果疾病聚合在体内，是针药都不能达到的部位，应当剖开挖取的，就让病人服用麻沸散，一会儿病人就像醉死过去一样，没有什么知觉，赶快破腹割取。

2. 即如佗言，立吐虵一枚，县车边，欲造佗。佗尚未还，小儿戏门前，逆见，自相谓曰：“似逢我公，车边病是也。”

译：就像华佗所说的那样，立刻吐出一枚寄生虫，挂在车旁边，想到华佗家去。华佗还没有回来，华佗的小儿子在门前玩耍，迎头看见来人，自言自语地说：“好像碰见我父亲，车边挂的寄生虫就是证明。”

3. 佗语普曰：“人体欲得劳动，但不当使极尔。动摇则谷气得消，血脉流通，病不得生，譬犹户枢朽是也。”

译：华佗告诉吴普说：“人体需要运动，只是不可太疲劳罢了。运动可使水谷之气消化，血脉流通，病不会生，就像户枢不朽一样。”

【译文】