

黄帝内经素问

唐·王冰 撰注



中国医学名著



鲁兆麟等点校
技术出版社

105166

黄帝内经素问

唐·王冰 撰注
鲁兆麟 主校
王凤英 参校

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

C0191562



图书在版编目(CIP)数据

2008/16

黄帝内经素问/(唐)王冰撰注;鲁兆麟等点校. —沈阳:辽宁科学技术出版社,1997.8

ISBN 7-5381-2550-7

I. 黄… I. ①王… ②鲁… II. 素问 N.R221.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 05945 号

辽宁科学技术出版社出版

(沈阳市和平区北一马路 108 号 邮政编码 110001)

遼平书刊印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本:787×1092 1/16 印张:11 $\frac{1}{4}$ 字数:294,000

1997 年 8 月第 1 版

1997 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑:宋纯智

版式设计:郭京

封面设计:王鹏

印数:1—3,500

定价:13.50 元

中国医学名著 编校委员会

主任 鲁兆麟(北京中医药大学)教授 博士生导师
委员

北京中医药大学	王晓兰	王新佩	石学文	张宝春	张莉莎
	肖诗鹰	陈赞玉	图 娅	高春媛	黄作阵
	韩 平	彭建中	谢路山		
黑龙江中医药大学	张士英	湖北中医学院	傅沛藩		
广州中医药大学	邱仕君	湖南中医学院	易法银		
河北中医药大学	刘美文	浙江中医学院	倪世美		
南京中医药大学	徐荣庆	甘肃中医学院	王道坤		
山东中医药大学	张谨庸	天津中医学院	秦玉龙		
辽宁中医学院	易同飞	四川中医学院	邓中甲		
陕西中医学院	任春荣	长春中医学院	南 征		
河南中医学院	袁占盈				

点校说明

《汉书·艺文志》记载有医经七家，现仅有《黄帝内经》一家，其他均已亡佚，虽现有马王堆医学文献出土问世，但就奠定中医学理论体系而言，《黄帝内经》仍是最早的一部。《黄帝内经》分《素问》、《灵枢》二部分，《黄帝内经素问》简称《素问》，其成出年代，据考证当撰于春秋战国至秦汉，且非出自一人之手，惟其中运气七篇一般认为是唐·王冰所补入。《刺法论》、《本病论》二篇亡佚。

《黄帝内经素问》全书二十四卷，共八十一篇，主要论述摄生、阴阳五行，藏象经络、病因病机、诊法治则，及对有关病证的认识，奠定了中医学理论的基础，成为后世医学发展的理论渊源。故尔，被后世尊为医学经典著作，亦被后世所重视与研究。

《黄帝内经》的研究，隋有杨上善的《太素》，其未分篇，而将其分为十九类，惜有缺残。又有全元起著《素问训解》，分为九卷，可惜亦已亡佚。唐·王冰得先师所藏之卷，大为注次，是目前注《黄帝内经素问》保存的最早著作，鉴于《素问》文词古奥，故特选王冰注本加以点校，以便学习。这次我们点校的原则为：

- 一、以明嘉靖二十九年（1550）武陵顾从德影宋刻本为底本；
- 二、以清咸丰二年（1852）钱氏守山阁本及其他校本作参校本。
- 三、凡明显刊误之字，径予改正，不加注明。
- 四、尽量保存底本原貌，底本与校本文字不一，但文义均通，且文义一致者，不作改动，亦不出注。
- 五、底本与校本文字不一，文义不同，但文字均通，保留底本，出注说明。
- 六、底本与校本文字不一，底本文义不通，校本文义通者，依校本改，但出注说明。
- 七、底本与校本一致，文义均不通，不加改动，可出注存疑。

由于水平所限，错误难免，但我们这次点校之本意，在于给读者一个较完整的古本，以便一方面有益于读者学习，又有利于古本流传。

点校者

一九九四年六月

重广补注黄帝内经素问序

臣闻安不忘危，存不忘亡者，往圣之先务；求民之瘼，恤民之隐者，上主之深仁。在昔黄帝之御极也，以理身绪余治天下，坐于明堂之上，临观八极，考建五常。以谓人之生也，负阴而抱阳，食味而被色，外有寒暑之相盪，内有喜怒之交侵，天昏札瘥，国家代有。将欲斂时五福，以敷锡厥庶民，乃与岐伯上穷天纪，下极地理，远取诸物，近取诸身，更相问难，垂法以福万世。于是雷公之伦，授业传之，而《内经》作矣。历代宝之，未有失坠。苍周之兴，秦和述六气之论，具明于左史。厥后越人得其一二，演而述《难经》。西汉仓公传其旧学，东汉仲景撰其遗论，晋皇甫谧刺而为《甲乙》，及隋杨上善纂而为《太素》。时则有全元起者，始为之《训解》，阙第七一通。迄唐宝应中，太仆王冰笃好之，得先师所藏之卷，大为次注，犹是三皇遗文，烂然可观。惜乎唐令列之医学，付之执技之流，而荐神先生罕言之，去圣已远，其述晦昧，是以文注纷错，义理混淆。殊不知三坟之余，帝王之高致，圣贤之能事，唐尧之授四时，虞舜之齐七政，神禹修六府以兴帝功，文王推六子以叙卦气，伊尹调五味以致君，箕子陈五行以佐世，其致一也。奈何以至精至微之道，传之以至下至浅之人，其不废绝，为已幸矣。

顷在嘉祐中，仁宗念圣祖之遗事，将坠于地，乃诏通知其学者，俾之是正。臣等承乏典校，伏念旬岁。遂乃搜访中外，衰集众本，寢寻其义，正其讹舛，十得其三四，余不能具。窃谓未足以称明诏，副圣意，而又采汉唐书录古医经之存于世者，得数十家，叙而考正焉。贯穿错综，磅礴会通，或端本以寻支，或溯流而讨源，定其可知，次以旧目，正缪误者六千余字，增注义者二千余条，一言去取，必有稽考，舛文疑义，于是详明，以之治身，可以消患于未兆，施于有政，可以广生于无穷。恭惟皇帝抚大同之运，拥无疆之休，述先志以奉成，兴微学而永正，则和气可召，灾害不生，陶一世之民，同跻于寿域矣。

国子博士臣高保衡
光禄卿直秘阁臣林亿等谨上

重广补注黄帝内经素问序

启玄子王冰撰

〔新校正云：按《唐人物志》，冰仕唐为太仆令，年八十余以寿终。〕

夫释缚脱羸，全真导气，拯黎元于仁寿，济羸劣以获安者，非三圣道则不能致之矣。孔安国序《尚书》曰：伏羲、神农、黄帝之书，谓之三坟，言大道也。班固《汉书·艺文志》曰：《黄帝内经》十八卷。《素问》即其经之九卷也，兼《灵枢》九卷，迺其数焉。〔新校正云：详王氏此说，盖本皇甫士安《甲乙经》之序，彼云：《七略》、《艺文志》，《黄帝内经》十八卷，今有《针经》九卷，《素问》九卷，共十八卷，即《内经》也。故王氏遽而用之。又《素问》外九卷汉张仲景及西晋王叔和《脉经》只谓之《九卷》，皇甫士安名为《针经》，亦专名

《九卷》。杨玄操云：《黄帝内经》二帙，帙各九卷。按《隋书·经籍志》谓之《九灵》，王冰名为《灵枢》。虽复年移代革，而授学犹存，惧非其人，而时有所隐，故第七一卷，师氏藏之，今之奉行，惟八卷尔。然而其文简，其意博，其理奥，其趣深，天地之象分，阴阳之候列，变化之由表，死生之兆彰，不谋而遐迩自同，勿约而幽明斯契，稽其言有微，验之事不忒，诚可谓至道之宗，奉生之始矣。假若天机迅发，妙识玄通，藏谋虽属乎生知，标格亦资于诂训，未尝有行不由径，出不由户者也。然刻意研精，探微索隐，或识契真要，则目牛无全，故动则有成，犹鬼神幽赞，而命世奇杰，时时间出焉。则周有秦公〔新校正云：按别本一作和缓〕，汉有淳于公，魏有张公华公，皆得斯妙道者也。咸日新其用，大济燕人，华叶遒荣，声实相副，盖教之著矣，亦天之假也。

冰弱龄慕道，夙好养生，幸遇真经，式为龟镜。而世本纰缪，篇目重迭，前后不伦，文义悬隔，施行不易，披会亦难，岁月既淹，袭以成弊。或一篇重出，而别立二名；或两论并吞，而都为一目；或问答未已，别树篇题；或脱简不书，而云世阙；重《合经》^①而冠针服，并《方宜》而为《咳篇》，隔《虚实》而为《逆从》，合经络而为论要，节《皮部》为《经络》，退《至教》以先针，诸如此流，不可胜数。且将升岱岳，非径奚为，欲诣扶桑，无舟莫适。乃精勤博访，而并有其人，历十二年，方臻理要，询谋得失，深遂夙心。时于先生郭子斋堂，受得先师张公秘本，文字昭晰，义理环周，一以参详，群疑冰释。恐散于末学，绝彼师资，因而撰注，用传不朽，兼旧藏之卷，合八十一篇二十四卷，勒成一部。〔新校正云：详《素问》第七卷，亡已久矣。按皇甫士安，晋人也，序《甲乙经》云：亦有亡失。《隋书·经籍志》载《七录》亦云：止存八卷。全元起，隋人，所注本乃无第七。王冰，唐宝应中人，上至晋皇甫谧甘露中，已六百余年，而冰自谓得旧藏之卷，今窃疑之。仍观《天元纪大论》、《五运行论》、《六微旨论》、《气交变论》、《五常政论》、《六元正纪论》、《至真要论》七篇，成今《素问》四卷，篇卷浩大，不与《素问》前后篇卷等。又且所载之事，与《素问》余篇略不相通。旁疑此七篇乃《阴阳大论》之文，王氏取以补所亡之卷，犹《周官》亡《冬官》，以《考工记》补之之类也。又按张仲景《伤寒论》序云：撰用《素问》、《九卷》、《八十一难经》、《阴阳大论》。是《素问》与《阴阳大论》两书盖明，王氏并《阴阳大论》于《素问》中也。要之，《阴阳大论》亦古医经，终非《素问》第七矣。〕冀乎究尾明首，寻注会经，开发童蒙，宣扬至理而已。其中简脱文断，义不相接者，搜求经论所有，迁移以补其处。篇目坠缺，指事不明者，量其意趣，加字以昭其义。篇论吞并，义不相涉，阙漏名目者，区分事类，别目以冠篇首。君臣请问，礼仪乖失者，考校尊卑，增益以光其意。错简碎文，前后重迭者，详其指趣，削去繁杂，以存其要。辞理秘密，难粗论述者，别撰《玄珠》，以陈其道。〔新校正云：详王氏《玄珠》，世无传者，今有《玄珠》十卷，《昭明隐旨》三卷，盖后人附托之文也。虽非王氏之书，亦于《素问》第十九卷至二十四卷颇有发明，其《隐旨》三卷，与今世所谓《天元玉册》者正相表里，而与王冰之义多不同。〕凡所加字，皆朱书其文，使今古必分，字不杂糅。庶厥昭彰圣旨，敷畅玄言，有如列宿高悬，奎张不乱，深泉净澄，鳞介咸分，君臣无夭枉之期，夷夏有延龄之望。俾工徒勿误，学者惟明，至道流行，德音累属，千载之后，方知大圣之慈惠无穷。时大唐宝应元年岁次壬寅序。

将仕郎守殿中丞孙兆重改误

朝奉郎守国子博士同校正医书王昉都尉尉鱼袋高保衡

朝奉郎守尚书屯田郎中同校正医书王昉都尉尉鱼袋孙奇

朝散大夫守光禄卿直秘阁判登闻鼓院上护军林亿

① 合经，守山阁本作经合。

目 录

卷第一	(1)	太阴阳明论篇第二十九	(52)
上古天真论篇第一	(1)	阳明脉解篇第三十	(52)
四气调神大论篇第二	(3)	卷第九	(53)
生气通天论篇第三	(5)	热论篇第三十一	(53)
金匱真言论篇第四	(7)	刺热篇第三十二	(54)
卷第二	(9)	评热病论篇第三十三	(57)
阴阳应象大论篇第五	(9)	逆调论篇第三十四	(58)
阴阳离合论篇第六	(14)	卷第十	(58)
阴阳别论篇第七	(15)	疟论篇第三十五	(58)
卷第三	(17)	刺疟篇第三十六	(60)
灵兰秘典论篇第八	(17)	气厥论篇第三十七	(62)
六节藏象论篇第九	(17)	咳论篇第三十八	(63)
五藏生成篇第十	(20)	卷第十一	(64)
五藏别论篇第十一	(22)	举痛论篇第三十九	(64)
卷第四	(23)	腹中论篇第四十	(65)
异法方宜论篇第十二	(23)	刺腰痛篇第四十一	(66)
移精变气论篇第十三	(24)	卷第十二	(69)
汤液醪醴论篇第十四	(25)	风论篇第四十二	(69)
玉版论要篇第十五	(26)	痹论篇第四十三	(70)
诊要经终论篇第十六	(26)	痿论篇第四十四	(72)
卷第五	(28)	厥论篇第四十五	(73)
脉要精微论篇第十七	(28)	卷第十三	(75)
平人氣象论篇第十八	(32)	病能论篇第四十六	(75)
卷第六	(34)	奇病论篇第四十七	(76)
玉机真藏论篇第十九	(34)	大奇论篇第四十八	(77)
三部九候论篇第二十	(37)	脉解篇第四十九	(78)
卷第七	(40)	卷第十四	(80)
经脉别论篇第二十一	(40)	刺要论篇第五十	(80)
藏气法时论篇第二十二	(41)	刺齐论篇第五十一	(80)
宣明五气篇第二十三	(43)	刺禁论篇第五十二	(80)
血气形志篇第二十四	(44)	刺志论篇第五十三	(82)
卷第八	(45)	针解篇第五十四	(82)
宝命全形论篇第二十五	(45)	长刺节论篇第五十五	(83)
八正神明论篇第二十六	(47)	卷第十五	(84)
离合真邪论篇第二十七	(49)	皮部论篇第五十六	(84)
通评虚实论篇第二十八	(50)	经络论篇第五十七	(85)

气穴论篇第五十八	(85)	卷第二十一	(131)
气府论篇第五十九	(89)	六元正纪大论篇第七十一	(131)
卷第十六	(93)	刺法论篇第七十二上	(131)
骨空论篇第六十	(93)	本病论篇第七十三上	(131)
水热穴论篇第六十一	(96)	卷第二十二	(144)
卷第十七	(98)	至真要大论篇第七十四	(144)
调经论篇第六十二	(98)	卷第二十三	(157)
卷第十八	(101)	著至教论篇第七十五	(157)
缪刺论篇第六十三	(101)	示从容论篇第七十六	(158)
四时刺逆从论篇第六十四	(104)	疏五过论篇第七十七	(159)
标本病传论篇第六十五	(104)	微四失论篇第七十八	(160)
卷第十九	(106)	卷第二十四	(161)
天元纪大论篇第六十六	(106)	阴阳类论篇第七十九	(161)
五运行大论篇第六十七	(108)	方盛衰论篇第八十	(163)
六微旨大论篇第六十八	(113)	解精微论篇第八十一	(164)
卷第二十	(117)	附:黄帝内经素问遗篇	(166)
气交变大论篇第六十九	(117)	刺法论篇第七十二	(166)
五常政大论篇第七十	(122)	本病论篇第七十三	(168)

卷 第 一

〔新校正云：按王氏不解所以名《素问》之义，及《素问》之名起于何代。按《隋书·经籍志》，始有《素问》之名。《甲乙经》序，晋皇甫谧之文，已云《素问》论病精辨。王叔和，西晋人，撰《脉经》，云出《素问》、《针经》。汉张仲景撰《伤寒卒病论集》，云撰用《素问》。是则《素问》之名，著于隋志，上见于汉代也。自仲景已前，无文可见，莫得而知。据今世所存之书，则《素问》之名，起汉世也。所以名《素问》之义，全元起有说云：素者，本也。问者，黄帝问岐伯也。方陈性情之源，五行之本，故曰《素问》。元起虽有此解，义未甚明。按《乾凿度》云：夫有形者生于无形，故有太易，有太初，有太始，有太素。太易者，未见气也。太初者，气之始也。太始者，形之始也。太素者，质之始也。气形质具而病瘳由是萌生，故黄帝问此太素，质之始也。《素问》之名，义或由此。〕

上古天真论篇第一

〔新校正云：按全元起注本在第九卷，王氏重次篇第，移冠篇首。今注逐篇必具全元起本之卷第者，欲存《素问》旧第目，见今之篇次皆王氏之所移也。〕

昔在黄帝，生而神灵，弱而能言，幼而徇齐，长而敦敏，成而登天。有熊国君少典之子，姓公孙，徇，疾也。敦，信也。敏，达也。习用干戈，以征不享，平定天下，殄灭蚩尤。以土德王，都轩辕之丘，故号之曰轩辕黄帝。后铸鼎于鼎湖山，鼎成而白日升天，群臣葬衣冠于桥山，墓今犹在。乃问于天师曰：余闻上古之人，春秋皆度百岁，而动作不衰；今时之人，年半百而动作皆衰者，时世异耶？人将失之耶？天师，岐伯也。岐伯对曰：上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数，上古，谓玄古也。知道，谓知修养之道也。夫阴阳者，天地之常道，术数者，保生之大伦，故修养者必谨先之。《老子》曰：万物负阴而抱阳，冲气以为和。《四气调神大论》曰：阴阳四时者，万物之终始，死生之本，逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。此之谓也。饮食有节，起居有常，不妄作劳，饮食者，充虚之滋味，起居者，动止之纲纪，故修养者谨而行之。《痹论》曰：饮食自倍，肠胃乃伤。《生气通天论》曰：起居如惊，神气乃浮。是恶妄动也。《广成子》曰：必静必清，无劳汝形，无摇汝精，乃可以长生。故圣人先之也。〔新校正云：按全元起注本云：饮食有常节，起居有常度，不妄不作。《太素》同，杨上善云：以理而取声色芳味，不妄视听也。循理而动，不为分外之事。〕故能形与神俱，而尽终其天年，度百岁乃去。形与神俱，同臻寿分，谨于修养，以奉天真，故尽得终其天年。去，谓去离于形骸也。《灵枢经》曰：人百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。以其知道，故年①长寿延年。度百岁，谓至一百二十岁也。《尚书·洪范》曰：一曰

寿。百二十岁也。今时之人不然也，动之死地，离于道也。以酒为浆，溺于饮也。以妄为常，寡于信也。醉以入房，过于色也。以欲竭其精，以耗散其真，乐色曰欲，轻用曰耗，乐色不节则精竭，轻用不止则真散，是以圣人爱精重施，髓满骨坚。《老子》曰：弱其志，强其骨。河上公曰：有欲者亡身。《曲礼》曰：欲不可纵。〔新校正云：按《甲乙经》耗作好〕，不知持满，不时御神，言轻用而纵欲也。《老子》曰：持而盈之，不如其已。言爱精保神，如持盈满之器，不慎而动，则倾竭天真。《真诰》曰：常不能慎事，自致百病，岂可怨咎于神明乎。此之谓也。〔新校正云：按别本时作解〕。务快其心，逆于生乐，快于心欲之用，则逆养生之乐矣。《老子》曰：甚爱必大费。此之类欤。夫甚爱而不能救，议道而以为未然者，伐生之大患也。起居无节，故半百而衰也。亦耗散而致是也。夫道者不可斯须，离于道则寿不能终于天年矣。《老子》曰：物壮则老，谓之道，不道早亡。此之谓离道也。

夫上古圣人之教下也，皆谓之虚邪贼风，避之有时，邪乘虚入，是谓虚邪。窃害中和，谓之贼风。避之有时，谓八节之日，及太一入徙，之于中宫，朝八风之日也。《灵枢经》曰：邪气不得其虚，不能独伤人。明人虚乃邪胜之也。〔新校正云：按全元起注本云：上古圣人之教也，下皆为之。《太素》、《千金》同。杨上善云：上古圣人使人行者，身先行之，为不言之教。不言之教胜有言之教，故下百姓仿行者众，故曰下皆为之。太一入徙于中宫朝八风义，具《天元玉册》中。〕恬憺虚无，真气从之，精神内守，病安从来。恬憺，虚无，静也。法道清静，精气内持，故其气从，邪不能为害。是以志闲而少欲，心安而不惧，形劳而不倦，内机息故少欲，外纷静故心安，然情欲两亡，是非一贯，起居皆适，故不倦也。气从以顺，各从其欲，皆得所顾。志不贪故所欲皆顺，心易足故所愿必从，以不异求，故无难得也。《老子》曰：知足不辱，知止不殆，可以长久。故美其食，顺精粗也。〔新校正云：按别本美一作甘〕任其服，随美恶也。乐其俗，去倾慕也。高下不相慕，其民故曰朴。至无求也，是所谓心足也。《老子》曰：祸莫大于不知足，咎莫大于欲得，故知足之足，常足矣。盖非谓物足者为知足，心足者乃为知足矣。不惑于欲，是则朴同。故圣人云：我无欲而民自朴。〔新校正云：按别本曰作日〕是以嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心，目不妄视，故嗜欲不能劳，心与玄同，故淫邪不能惑。《老子》曰：不见可欲，使心不乱。又曰：圣人为腹，不为目也。愚智贤不肖不惧于物，故合于道。情计两亡，不为谋府，冥心一观，胜负俱捐，故心志保安，合

① 年，守山阁本作能。

同于道。《庚桑楚》曰：全汝形，抱汝生，无使汝思虑营营。（新校正云：按全元起注本云：合于道数。）所以能年皆度百岁而动作不衰者，以期德全不危也。不涉于危，故德全也。《庄子》曰：执道者德全，德全者形全，形全者圣人之道也。又曰：无为而性命不全者，未之有也。

帝曰：人年老而无子者，材力尽邪？将天数然也？材谓材干，可以立身者。岐伯曰：女子七岁，肾气盛，齿更发长，老阳之数极于九，少阳之数次于七，女子为少阴之气，故以少阳数偶之，明阴阳气和，乃能生成其形体，故七岁肾气盛齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。癸谓壬癸，北方水干名也。任脉冲脉，皆奇经脉也。肾气全盛，冲任流通，经血渐盈，应时而下，天真之气降，与之从事，故云天癸也。然冲为血海，任主胞胎，二者相资，故能有子。所以谓之月事者，平和之气，常以三旬而一见也，故愆期者谓之有病。（新校正云：按全元起注本及《太素》、《甲乙经》俱作伏冲，下太冲同。）三七，肾气平均，故真邪生而长极。真牙，谓牙之最后生者。肾气平而真牙生者，表牙齿为骨之余也。四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮，女子天癸之数，七七而终，年居四七，材力之半，故身体盛壮，长极于斯。五七，阴阴脉衰，面始焦，发始堕。阳明之脉气营于面，故其衰也，发堕面焦。《灵枢经》曰：足阳明之脉，起于鼻交頄中，下循鼻外，入上齿中，还出侠口环唇，下交承浆，却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额颅。手阳明之脉，上颈贯颊，入下齿缝中，还出侠口。故面焦发堕也。六七，三阳脉衰于上，面皆焦，发始白。三阳之脉，尽上于头，故三阳衰，则面皆焦，发始白。所以衰者，妇人生也，有余于气，不足于血，以其经月数泄脱之故。七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。经水绝止，是为地道不通。冲任衰微，故云形坏无子。丈夫八岁，肾气实，发长齿更。老阴之数极于十，少阴之数次于八，男子为少阳之气，故以少阴数合之。《易系辞》曰：天九地十。则其数也。二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。男女有阴阳之质不同，天癸则精血之形亦异，阴静海满而去血，阳动应合而泄精，二者通和，故能有子。《易系辞》曰：男女构精，万物化生。此之谓也。三八，肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极。以其好用故尔。四八，筋骨隆盛，肌肉满壮。丈夫天癸，八八而终，年居四八，亦材之半也。五八，肾气衰，发堕齿槁。肾主于骨，齿为骨余，肾气既衰，精无所养，故令发堕，齿复干枯。六八，阳气衰竭于上，面焦，发鬓颁白。阳气，亦阳明之气也。《灵枢经》

曰：足阳明之脉，起于鼻交頄中，下循鼻外，入上齿中，还出侠口环唇，下交承浆，却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额头。故衰于上，则面焦发鬓白也。七八、肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾藏衰，形体皆极。肝气养筋，肝衰故筋不能动。肾气养骨，肾衰故形体疲极。天癸已竭，故精少也。惟惟材力衰谢，固当天数使估。八八，则齿发去。阳气竭，精气衰，故齿发不坚，离形骸矣。去，落也。肾者主水，受五藏六府之精而藏之，故五藏盛，乃能泻。五藏六府，精气淫溢，而渗灌于肾，肾藏乃受而藏之。何以明之？《灵枢经》曰：五藏主藏精，藏精者不可伤。由是则五藏各有精，随用而灌注于肾，此乃肾为都会关司之所，非肾一藏而独有精，故曰五藏盛乃能泻也。今五藏皆衰，筋骨解堕，天癸尽矣。故发鬓白，身体重，行步不正，而无子耳。所谓物壮则老，谓之道者也。帝曰：有其年已老而有子者何也？言似非天癸之数也。岐伯曰：此其天寿过度，气脉常通，而肾气有余也。所禀天真之气，本自有余也。此虽有子，男不过尽八八，女不过尽七七，而天地之精气皆竭矣。虽老而生子，子寿亦不能过天癸之数。帝曰：夫道者年皆百数，能有子乎？岐伯曰：夫道者能却老而全形，身年虽寿，能生子也。是所谓得道之人也。道成之证，如下章云。

黄帝曰：余闻上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，真人，谓成道之人也。夫真人之身，隐见莫测，其为小也，入于无间，其为大也，遍于空境，其变化也，出入天地，内外莫见，迹顺至真，以表道成之证，凡如此者，故能提挈天地，把握阴阳也，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，真人心合于气，气合于神，神合于无，故呼吸精气，独立守神，肌肤若冰雪，绰约如处子。（新校正云：按全元起注本云：身肌宗一。《太素》同，杨上善云：真人身之肌体，与太极同质，故云宗一。）故能寿敝天地，无有终时，体同于道，寿与道同，故能无有终时，而寿尽天地也。敝，尽也。此其道生。惟至道生，乃能如是。中古之时，有至人者，淳德全道，全其至道，故曰至人。然至人以此淳朴之德，全彼妙用之道。（新校正云：详杨上善云：积精全神，能至于德，故称至人。）和于阴阳，调于四时，和谓同和，调谓调适，言至人动静，必适中于四时生长收藏之令，参同于阴阳寒暑升降之宜。去世离俗，积精全神，心远世纷，身离俗染，故能积精而复全神。游行天地之间，视听八达之外，神全故也。《庚桑楚》曰：神全之人，不虑而通，不谋而当，精照无外，志凝宇宙，若天地然。又曰：体合于心，心合于气，气合于神，神合于无，其有介然之有，唯然之音，虽远际八荒之外，近在眉

睫之内，来于我者，吾必尽知之。夫如是者神全，故所以能矣。此盖益其寿命而强者也，亦归于真人。同归于道也。其次有圣人者，处天地之和，从八风之理，与天地合德，与日月合明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶，故曰圣人。所以处天地之淳和，顺八风之正理者，欲其养正，避彼虚邪。适嗜欲于世俗之间，无悲嗔之心，圣人志深于道，故适于嗜欲，心全广爱，故不有悲嗔，是以常德不离，殒身不殆。行不欲离于世，被服章，（新校正云：详被服章三字疑衍，此三字上下文不属。）举不欲观于俗，圣人举事行止，虽常在时俗之间，然其见为，则与时俗有异尔。何者？贵法道之清静也。《老子》曰：我独异于人，而贵求食于母。母亦谕道也。外无劳形于事，内无思想之患，圣人为无为，事无事，是以内无思想，外不劳形。以恬愉为务，以自得为功，恬，静也。愉，悦也。法道清静，适性而动，故悦而自得也。形体不敝，精神不散，亦可以百数。外不劳形，内无思想，故形体不敝。精神保全，神守不离，故年登百数。此盖全性之所致尔。《庚桑楚》曰：圣人之于声色滋味也，利于性则取之，害于性则捐之。此全性之道也。敝，疲敝也。其次有贤人者，法则天地，象似日月，次圣人者，谓之贤人。然自强不息，精了百端，不虑而通，发谋必当，志同于天地，心烛于洞幽，故云法则天地，象似日月也。辩列星辰，逆从阴阳，分别四时，星，众星也。辰，北辰也。辩列者，谓定内外星官座位之所于天，三百六十五度远近之分次也。逆从阴阳者，谓以六甲等法，逆顺数而推步吉凶之征兆也。《阴阳书》曰：人中甲子，从甲子起，以乙丑为次，顺数之。地下甲子，从甲戌起，以癸酉为次，逆数之。此之谓逆从也。分别四时者，谓分其气序也，春温，夏暑热，秋清凉，冬冰冽，此四时之气序也。将从上古合同于道，亦可使益寿而有极时。将从上古合同于道，谓如上古知道之人，法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳也。上古知道之人，年度百岁而去，故可使益寿而有极时也。

四气调神大论篇第二

（新校正云：按金元起本在第九卷。）

春三月，此谓发陈，春阳上升，气潜发散，生育庶物，陈其姿容，故曰发陈也。所谓春三月者，皆因气候而命之，夏秋冬亦然。天地俱生，万物以荣，天气温，地气发，温发相合，故万物滋荣。夜卧早起，广步于庭，温气生，寒气散，故夜卧早起，广步于庭。被发缓形，以使志生，法象也，春气发生于万物之道，故被发缓形，以使志意发生也。生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚，春气发生，施无求报，故养生者必顺于时也。此春气之应，养生之道也。所谓因时之序也。然立春之节，初五日东风解冻，次五日蜇虫

始振，后五日鱼上冰。次雨水气，初五日獭祭鱼，次五日鸿雁来，后五日草木萌动。次仲春惊蛰之节，初五日小桃华。（新校正云：详小桃华《月令》作桃始华），次五日仓庚鸣，后五日鹰化为鸠。次春分气，初五日玄鸟至，次五日雷乃发声，芍药荣，后五日始电。次季春清明之节，初五日桐始华，次五日田鼠化为鴽，牡丹华，后五日虹始见。次谷雨气，初五日萍始生，次五日鸣鸠拂其羽，后五日戴胜降于桑。凡此六气一十八候，皆春阳布发生之令，故养生者必谨奉天时也。（新校正云：详芍药荣，牡丹华，今《月令》无。）逆之则伤肝，夏为寒变，奉长者少。逆，谓反行秋令也。肝象木，王于春，故行秋令则肝气伤。夏火王而木废，故病生于夏。然四时之气，春生长，逆春伤肝，故少气以奉于夏长之令也。夏三月，此谓蕃秀。阳自春生，至夏洪盛，物生以长，故蕃秀也。蕃，茂也，盛也。秀，华也，美也。天地气交，万物华实，举夏至也。《脉要精微论》曰：夏至四十五日，阴气微上，阳气微下。由是则天地气交也。然阳气施化，阴气结成，化成相合，故万物华实也。《阴阳应象大论》曰：阳化气，阴成形。夜卧早起，无厌于日，使志无怒，使华英成秀，使气得泄，若所爱在外，缓阳气则物化，宽志意则气泄，物化则华英成秀，气泄则肤腠宣通。时令发阳，故所爱亦顺阳而在外地，此夏气之应，养长之道也。立夏之节，初五日螳螂鸣，次五日蚯蚓出，后五日赤雉生（新校正云：按《月令》作王瓜生。）次小满气，初五日吴葵华（新校正云：按《月令》作苦菜秀）次五日靡草死，后五日小暑至。次仲夏芒种之节，初五日蜩始鸣，次五日鸛始鸣，后五日反舌无声。次夏至气，初五日鹿角解，次五日蜩始鸣，后五日半夏生，木槿荣。次季夏小暑之节，初五日温风至，次五日蟋蟀居壁，后五日鹰乃学习。次大暑气，初五日腐草化为萤，次五日土润溽暑，后五日大雨时行。凡此六气一十八候，皆夏气扬蕃秀之令，故养生者必敬顺天时也。（新校正云：详木槿荣，今《月令》无。）逆之则伤心，秋为痎疟，奉收者少，冬至重病。逆谓反行冬令也。痎，痎瘕之症也。心象火，王于夏，故行冬令则心气伤。秋金王而火废，故病发于秋而为痎疟也。然四时之气，秋收冬藏，逆夏伤心，故少气以奉于秋收之令也。冬水胜火，故重病于冬至之时也。秋三月，此谓容平，万物夏长，华实已成，容状至秋，平而定也。天气以急，地气以明，天气以急，风声切也。地气以明，物色变也。早卧早起，与鸡俱兴，慎中寒露故早卧，欲使安宁故早起。使志安宁，以缓秋刑，志气躁则不慎其动，不慎其动则助秋刑急，顺杀伐生，故使志安宁缓秋刑也。收敛神气，使秋气平，神荡则欲炽，欲炽则伤和气，和气既伤则秋气不平调也，故收敛神气使秋气平也。无外其志，使肺气清，亦顺秋气之收敛也。此秋气之应，养收之道也。立秋之节，初五日凉风至，次五日白露降，后五日寒蝉鸣。次处暑气，初五日鹰

乃祭鸟，次五日天地始肃，后五日禾乃登。次仲秋白露之节，初五日盲风至，鸿雁来，次五日玄鸟归，后五日群鸟养羞。次秋分气，初五日雷乃收声，次五日蛰虫坏户，景天华，后五日水始涸。次季秋寒露之节，初五日鸿雁来宾，次五日雀入大水为蛤，后五日菊有黄华。次霜降气，初五日豺乃祭兽，次五日草木黄落，后五日蛰虫咸俯。凡此六气一十八候，皆秋气正收敛之令，故养生者必谨奉天时也。（新校正云：详景天华三字，今《月令》无。）逆之则伤肺，冬为飧泄，奉藏者少。逆，谓反行夏①令也。肺象金，王于秋，故行夏②令则气伤。冬水王而金废，故病发于冬。飧泄者，食不化而泄出也。逆秋伤肺，故少气以奉于冬藏之令也。冬三月，此谓闭藏，草木凋，蛰虫去，地户闭塞，阳气伏藏。水冰地坼，无扰乎阳，阳气下沉，水冰地坼，故宜周密，不欲烦劳。扰，谓烦也，劳也。早卧晚起，必待日光，避于寒也。使志若伏若匿，若有私意，若已有得，皆谓不欲妄出于外，触冒寒气也，故下文云。去寒就温，无泄皮肤，使气亟夺，去寒就温，言居深室也。《灵枢经》曰：冬日在骨，蛰虫周密，君子居室。③无泄皮肤，谓勿汗也。汗则阳气发泄，阳气发泄则数为寒气所迫夺之。亟，数也。此冬气之应，养藏之道也。立冬之节，初五日水始冰，次五日地始冻；后五日雉入大水为蜃。次小雪气，初五日虹藏不见，次五日天气上腾，地气下降，后五日闭塞而成冬。次仲冬大雪之节，初五日冰益壮，地始坼，鹜鸟不鸣，次五日虎始交，后五日芸始生，荔挺出。次冬至气，初五日蚯蚓结，次五日麋角解，后五日水泉动。次季冬小寒之节，初五日雁北乡，次五日鹊始巢，后五日雉始雊。次大寒气，初五日鸡乳④，次五日鸷鸟厉疾，后五日水泽腹坚。此六气一十八候，皆冬气正养藏之令，故养生者必谨奉天时也。逆之则伤肾，春为痿厥，奉生者少。逆，谓反行夏令也。肾象水，王于冬，故行夏令则肾气伤。春木王而水废，故病发于春也。逆冬伤肾，故少气以奉于春生之令也。

天气，清静光明者也，言天明不竭，以清静故致，人之寿延长，亦由顺动而得，故言天气以示于人也。藏德不止，（新校正云：按别本止一作上。）故不下也。四时成序，七曜周行，天不形言，是藏德也，德隐则应用不屈，故不下也。《老子》曰：上德不德，是以有德也。言天至尊高，德犹见隐也，况全生之道，而不顺天乎。天明则日月不明，邪害空窍，天所以藏德者，为其欲隐大明，故大明见则小明灭，故大明之德不可不藏，天若自明，则日月之明隐矣。所谕者何？言人之真气，亦不可泄露，当清静法道，以保天真。苟离于道，则虚邪入于空窍。阳气者闭塞，地气者冒明，阳谓天气，亦风热也。地气谓湿，亦云雾也。风热之害人，则九窍闭塞；雾湿之为病，则掩翳精明。取类者，在天则日月不光，在人则两目藏暗也。《灵枢经》曰：天有日月，人有眼目。《易》曰：丧明于易。岂非失养正之道邪。云雾不精，则上应白露不

下。雾者云之类，露者雨之类。夫阳盛则地不上应，阴虚则天不下交，故云雾不化精微之气，上应于天而为白露不下之咎矣。《阴阳应象大论》曰：地气上为云，天气下为雨；雨出地气，云出天气。明二气交合，乃成雨露。《方盛衰论》曰：至阴虚，天气绝；至阳盛，地气不足。明气不相召，亦不能交合也。交通不表，万物命故不施，不施则名木多死。夫云雾不化其精微，雨露不沾于原泽，是为天气不降，地气不腾。变化之道既亏，生育之源斯涸，故万物之命，无稟而生，然其死者，则名木先应，故云名木多死也。名，谓名果珍木。表，谓表陈其状也。《易系辞》曰：天地絪縕，万物化醇。然不表交通，则为否也。《易》曰：天地不交，否。恶气不发，风雨不节，白露不下，则菀槁不荣。恶谓害气也，发谓散发也，节谓节度也，菀谓蕴积也，槁谓枯槁也，言害气伏藏而不散发，风雨无度，折伤复多，槁木蕴积，春不荣也。岂惟其物独遇是而有之哉，人离于道亦有之矣。故下文曰。贼风数至，暴雨数起，天地四时不相保，与道相失，则未央绝灭。不顺四时之和，数犯八风之害，与道相失，则天真之气，未期久远而致灭亡。央，久也，远也。唯圣人从之，故身无奇病，万物不失，生气不竭。道非远于人，人心远于道，惟圣人心合于道，故寿命无穷。从，犹顺也，谓顺四时之令也。然四时之令，不可逆之，逆之则五藏内伤而他疾起。逆春气，则少阳不生，肝气内变。生，谓动出也。阳气不出，内郁于肝，则肝气混糅，变而伤矣。逆夏气，则太阳不长，心气内洞。长，谓外茂也。洞，谓中空也。阳不外茂，内薄于心，燥热内消，故心中空也。逆秋气，则太阴不收，肺气焦满。收，谓收敛。焦，谓上焦也。太阴行气，主化上焦，故肺气不收，上焦满也。（新校正云：按焦满，全元起本作进满，《甲乙》、《太素》作焦满）逆冬气，则少阴不藏，肾气独沉。沉，谓沉伏也。少阴之气，内通于肾，故少阴不伏，肾气独沉。（新校正云：详独沉，《太素》作沉浊）。

夫四时阴阳者，万物之根本也。时序运行，阴阳变化，天地合气，生育万物，故万物之根，悉归于此。所以圣人春夏养阳，秋冬养阴，以从其根。阳气根于阴，阴气根于阳，无阴则阳无以生，无阳则阴无以化，全阴则阳气不极，全阳则阴气不穷。春食凉，夏食寒，以养于阳；秋食温，冬食热，以养于阴。滋苗者必固其根，伐下者必枯其上，故以斯调节，从顺其根。二气常存，盖由根固，百刻晓暮，食亦宜

① 夏，守山阁本作春，结合前后文义，春为妥。

② 夏，守山阁本作春，结合前后文义，春为妥。

③ 《灵枢》无此文，见本书《脉要精微论》中。

④ 次五鹊始巢至动五日鸡乳，原书缺，据守山阁本补。

然。故与万物沉浮于生长之门。圣人所以身无奇病，生气不竭者，以顺其根也。逆其根，则伐其本，坏其真矣。是则失四时阴阳之道也。故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也，逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。得道者，得养生之道。苛者，重也。道者，圣人之行，愚者佩之。圣人心合于道，故勤而行之；愚者性守于迷，故佩服而已。《老子》曰：道者同于道，德者同于德，失者同于失。同于道者道亦得之，同于德者德亦得之，同于失者失亦得之。愚者未同于道德，则可谓失道者也。从阴阳则生，逆之则死，从之则治，逆之则乱。反顺为逆，是谓内格。格，拒也，谓内性格拒于天道也。是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。知之至也。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！知不及时也。备御虚邪，事符握虎，噬而后药，虽悔何为。

生气通天论篇第三

（新校正云：按全元起注本在第四卷。）

黄帝曰：夫自古通天者生之本，本于阴阳。天地之间，六合之内，其气九州九窍、五藏、十二节，皆通乎天气。六合，谓四方上下也。九州，谓冀、青、徐、扬、荆、豫、梁、雍也。外布九州而内应九窍，故云九州九窍也。五藏，谓五神藏也。五神藏者，肝藏魂，心藏神，脾藏意，肺藏魄，肾藏志，而此成形矣。十二节者，十二气也。天之十二节气，人之十二经脉而外应之。咸同天纪，故云皆通乎天气也。十二经脉者，谓手三阴三阳，足三阴三阳也。（新校正云：详通天者生之本，《六节藏象》注甚详。又按郑康成云：九窍者，谓阳窍七，阴窍二也。）其生五，其气三，数犯此者，则邪气伤人，此寿命之本也。言人生之所运为，则内依五气以立；然其镇塞天地之内，则气应三元以成。三，谓天气、地气、运气也。犯，谓邪气触犯于生气也。邪气数犯，则生气倾危，故宝养天真，以为寿命之本也。《庚桑楚》曰：圣人之制万物也，以全其天，天全则神全矣。《灵枢经》曰：血气者人之神，不可不谨养。此之谓也。①苍天之气，清静则志意治，顺之则阳气固，春为苍天，发生之主也。阳气者，天气也。《阴阳应象大论》曰：清阳为天。则其义也。本天全神全之理，全②则形亦全矣。虽有贼邪，弗能害也，此因时之序。以因天四时之气序，故贼邪之气弗能害也。故圣人传精神，服天气，而通神明。夫精神可传，惟圣人得道者乃能尔。久服天真之气，则妙用自通于神明也。失之则内闭九窍，外壅肌肉，卫气散解，失，谓逆苍天清静之理也。然卫气者，合天之阳气也。上篇曰：阳气者闭塞，谓阳气之病人，则窍闭闭塞也。《灵枢经》曰：卫气者，所以温分肉而

充皮肤，肥腠理而司开阖。故失其度则内闭九窍，外壅肌肉。以卫不营运，故言散解也。此谓自伤，气之削也。夫逆苍天之气，违清静之理，使正真之气如削去之者，非天降之，人自为之尔。阳气者若天与日，失其所则折寿而不彰。此明前阳气之用也。喻人之有阳，若天之有日，天失其所则日不明，人失其所则阳不固，日不明则天境暝昧，阳不固则人寿夭折。故天运当以日光明。言人之生，固宜借其阳气也。是故阳因而上，卫外者也。此所以明阳气运行之部分，辅卫人身之正用也。因于寒，欲如运枢，起居如惊，神气乃浮。欲如运枢，谓内动也。起居如惊，谓暴卒也。言因天之寒，当深居周密，如枢纽之内动；不当烦扰筋骨，使阳气发泄于皮肤，而伤于寒毒也。若起居暴卒，驰骋荒佚，则神气浮越，无所绥宁矣。《脉要精微论》曰：冬日在骨，蛰虫周密，君子居室。《四气调神大论》曰：冬三月，此谓闭藏，水冰地坼，无扰乎阳。又曰：使志若伏若匿，若有私意，若已有得，去寒就温，无泄皮肤，使气亟夺。此之谓也。（新校正云：按全元起本作连枢，元起云：阳气定如连枢者，动系也。）因于暑，汗，烦则喘喝，静则多言，此则不能静慎，伤于寒毒，至夏而变暑病也。烦谓烦躁，静谓安静，喝谓大呵出声也。言病因子暑，则当汗泄。不为发表，邪热内攻，中外俱热，故烦躁、喘、数大呵而出其声也。若不烦躁，内热外凉，寒热攻中，故多言而不次也。喝，一为鸣。体若燔炭，汗出而散。此重明可汗之理也。为体若燔炭之炎热者，何以救之？必以汗出，乃热气施散。燔，一为燥，非也。因于湿，首如裹，湿热不攘，大筋緛短，小筋弛长，緛短为拘，弛长为痿。表热为病，当汗泄之。反湿其首，若湿物裹之，望除其热。热气不释，兼湿内攻，大筋受热则缩而短，小筋得湿则引而长，缩短故拘挛而不伸，引长故痿弱而无力。攘，除也。緛，缩也。弛，引也。因于气，为肿，四维相代，阳气乃竭。素常气疾，湿热加之，气湿热争，故为肿也。然邪气渐盛，正气浸微，筋骨血肉，互相代负，故云四维相代也。致邪代正，气不宜通，卫无所从，便至衰竭，故言阳气乃竭也。卫者，阳气也。阳气者，烦劳则张，精绝辟积，于夏使人煎厥。此又诫起居暴卒，烦扰阳和也。然烦扰阳和，劳疲筋骨，动伤神气，耗竭天真，则筋脉膜胀，精气竭绝，既伤肾气，又损膀胱，故当于夏时，使人煎厥。以煎迫而气逆，因以煎厥为名。厥，谓气逆也。煎厥之状，当如下说。（新校正云：按《脉解》云：所谓少气善怒者，阳气不治，阳气不治，则阳气不得出，肝气当治而未得，故善怒，善怒者，名曰煎厥。）目盲不可以视，耳闭不可以听，溃溃乎若坏都，汨

①《灵枢》无此文，见本书《八正神明论》中

②文义不通，疑“全”字前脱“神”字。

泪乎不可止。既且伤肾，又竭膀胱，肾经内属于耳中，膀胱脉生于目眦，故目盲所视，耳闭厥听，大矣哉，斯乃房之患也。既盲目视，又闭耳聪，则志意心神，筋骨肠胃，溃溃乎若坏都，泪乎烦闷而不可止也。阳气者，大怒则形气绝，而血菀于上，使人薄厥。此又诚喜怒不节，过用病生也。然怒则伤肾，甚则气绝，大怒则气逆而阳不下行，阳逆故血积于心胸之内矣。上，谓心胸也。然阴阳相薄，气血奔并，因薄厥生，故名薄厥。《举痛论》曰：怒则气逆，甚则呕血。《灵枢经》曰：盛怒而不止则伤志。《阴阳应象大论》曰：喜怒伤气。由此则怒甚气逆，血积于心胸之内矣。菀，积也。有伤于筋，纵，其若不容，怒而过用，气或迫筋，筋络内伤，机关纵缓，形容痿废，若不维持。汗出偏沮，使人偏枯。夫人之身，常偏汗出而湿润者，久久偏枯，半身不随。（新校正云：按沮，《千金》作祖，全元起本作恒。）汗出见湿，乃生痲痹。阳气发泄，寒水制之，热拂内余，郁于皮里，甚为痲痹，微作痲症。痲，风痲也。高粱之变，足生大丁，受如持虚，高，膏也。梁，梁也。不忍之人，汗出淋漓，则结为痲痹；膏粱之人，内多滞热，皮厚肉密，故内变为丁矣。外湿既侵，中热相感，如持虚器，受此邪毒，故曰受如持虚。所以丁生于足者，四支为诸阳之本也。以其甚费于下，邪毒袭虚故尔。（新校正云：按丁生之处，不常于足，盖谓膏粱之变，饶生大丁，非偏著足也。）劳汗当风，寒薄为皴，郁乃痲。时月寒凉，形劳汗发，凄风外薄，肤腠居寒，脂液遂凝，稿于玄府，依空渗漏，皴刺长于皮中，形如米，或如针，久者上黑，长一分，余色白黄而瘦于玄府中，俗曰粉刺，解表已。玄府，谓汗空也。痲谓色赤肌愤，内蕴血脉，形小而大如酸枣，或如按豆，此皆阳气内部所为，待栗而攻之，大甚焮出之。阳气者，精则养神，柔则养筋。此又明阳气之运养也。然阳气者，内化精微，养于神气；外为柔栗，以固于筋。动静失宜，则生诸疾。开阖不得，寒气从之，乃生大痲。开，谓皮肤发泄。阖，谓玄府封闭。然开阖失宜，为寒所袭，内深筋络，结固虚寒，则筋络拘紧，形容僂俯矣。《灵枢经》曰：寒则筋急。此其类也。陷脉为痲，留连肉腠。陷脉，谓寒气陷缺其脉也。积寒留舍，经血稍凝，久瘀内攻，结于肉理，故发为痲痲，肉腠相连。俞气化薄，传为善畏，及为惊骇。言若寒中于背俞之气，变化入深而薄于藏府者，则善为恐惧，及发为惊骇也。营气不从，逆于肉理，乃生痲肿。营逆则血郁，血郁则热聚为脓，故为痲肿也。《正理论》云：热之所过，则为痲肿。魄汗未尽，形弱而气烁，穴俞以闭，发为风痲。汗出未止，形弱气消，风寒薄之，穴俞随闭，热藏不出，以至于秋，秋阳复收，两热相合，故令振栗，寒热相移，以所起为风，故名风痲也。《金匱真言论》曰：夏暑汗不出者，秋成风痲。盖论从风而为是也。故下文曰：故风者，百病之始也，清静则肉腠闭拒，虽有大风苛毒，弗

之能害，此因时之序也。失嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心，不妄作劳，是为清静。以其清静，故能肉腠闭，皮肤密，真正内拒，虚邪不侵。然大风苛毒，不必常求于人，盖由人之冒犯尔。故消净则肉腠闭，阳气拒，大风苛毒，弗能害之。清静者，但因循四时气序，养生调节之宜，不妄作劳，起居有度，则生气不竭，永保康宁。故病久则传化，上下不并，良医弗为。并，谓气交通也。然病之深久，变化相传，上下不通，阴阳否隔，虽医良法妙，亦何以为之！《阴阳应象大论》曰：夫善用针者，从阴引阳，从阳引阴，以右治左，以左治右。若是气相格拒，故良医弗可为也。故阳畜积病死，而阳气当隔，隔者当泻，不亟正治，粗乃败之。言三阳畜积，佛结不通，不急泻之，亦病而死。何者？畜积不已，亦上下不并矣。何以验之？隔塞不便，则其证也。若不急泻，粗工轻侮，必见败亡也。《阴阳别论》曰：三阳结，谓之隔。又曰：刚与刚，阳气破散，阴气乃消亡。淳则刚柔不和，经气乃绝。故阳气者，一日而主外，昼则阳气在外，周身行二十五度。《灵枢经》曰：目开则气上行于头，卫气行于阳二十五度也。平旦人气生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭。隆，犹高也，盛也。夫气之有者，皆自少而之壮，积累以成炎，炎极又凉，物之理也。故阳气平晓生，日中盛，日西而已减虚也。气门，谓玄府也，所以发泄经脉营卫之气，故谓之气门也。是故暮而收拒，无扰筋骨，无见雾露，反此三时，形乃困薄。皆所以顺阳气也。阳出则出，阳藏则藏，暮阳气衰，内行阴分。故宜收敛以拒虚邪。扰筋骨则逆阳精耗，见雾露则寒湿具侵，故顺此三时，乃天真久远也。

岐伯曰：（新校正云：详篇首云帝曰，此岐伯曰非相对问也。）阴者，藏精而起亟也；阳者，卫外而为固也。言在人之用也。亟，数也。阴不胜其阳，则脉流薄疾，并乃狂。薄疾，谓极虚而急数也。并，谓盛实也。狂，谓狂走或妄攀登也。阳并于四支则狂。《阳明脉解》曰：四支者诸阳之本也，阳盛则四支实，实则能登高而歌也。热盛于身，故弃衣欲走也。夫如是者，皆为阴不胜其阳也。阳不胜其阴，则五藏气争，九窍不通。九窍者，内属于藏，外设为官，故五藏气争，则九窍不通也。言九窍，谓前阴后阴不通，兼言上七窍也。若兼则目为肝之官，鼻为肺之官，口为脾之官，耳为肾之官，舌为心之官，舌非通窍也。《金匱真言论》曰：南方赤色，入通于心，开窍于耳。北方黑色，入通于肾，开窍于二阴故也。是以圣人陈阴阳，筋脉和同，骨髓坚固，气血皆从。从，顺也。言循阴阳法，近养生道，则筋脉骨髓，各得其宜，故气血皆能顺时和气也。如是则内外调和，邪不能害，耳目聪明，气立如故。邪气不克，故真气独立而如常。若失圣人之道，则致疾于身，故下文引曰：风客淫气，精乃亡，邪伤肝也。自此已下四科，并谓失圣人

之道也。风气应肝，故风淫精亡，则伤肝也。《阴阳应象大论》曰：风气通于肝也。风薄则热起，热盛则水干，水干则肾气不营，故精乃无也。亡，无也。（新校正云：按全元起云：淫气者阴阳之乱气，因其相乱而风客之则伤精，伤精则邪入于肝也。）因而饱食，筋脉横解，肠澼为痔。甚饱则肠胃横满，肠胃满则筋脉解而不属，故肠澼而为痔也。《痹论》曰：饮食自倍，肠胃乃伤。此伤之信也。因而大饮，则气逆，饮多则肺布叶举，故气逆而上奔也。因而强力，肾气乃伤，高骨乃坏。强力，谓强入房也。高骨，谓腰高之骨也。然强入房则精耗，精耗则肾伤，肾伤则髓气内枯，故高骨坏而不用也。圣人交会，则不如此，当如下句云：凡阴阳之要，阳密乃固。阴阳交会之要者，正在于阳气闭塞而不妄泄尔。密不妄泄，乃生气坚固而能久长，此圣入之道也。两者不和，若春无秋，若冬无夏，两，谓阴阳。和，谓和合，则交会也。若，如也。言绝阴阳和合之道者，如天四时，有春无秋，有冬无夏也。所以然者，绝度于生成也。故圣人不绝和合之道，但贵于闭塞以守固，天真法也。因而和之，是谓圣度。因阳气盛发，中外相应，贾勇有余，乃相交合，则圣人交会之制度也。故阳强不能密，阴气乃绝，阳自强而不能闭塞，则阴泄泻而精气竭绝矣。阴平阳秘，精神乃治，阴气和平，阳气闭塞，则精神之用，日益治也。阴阳离决，精气乃绝，若阴不和平，阳不闭塞，强用施泻，损耗天真，二气分离，经络决意，则精气不化，乃绝流通也。因于露风，乃生寒热。因于露体，触冒风邪，风气外侵，阳气内拒，风阳相搏，故寒热由生。是以春伤于风，邪气留连，乃为洞泄。风气通肝，春肝木王，木胜脾土，故洞泄生也。（新校正云：按《阴阳应象大论》曰：春伤于风，夏生飧泄。）夏伤于暑，秋为痼疾。夏热已甚，秋阳复收，阳热相攻，则为痼疾。痼，老也，亦曰痼也。秋伤于湿，上逆而咳，湿，谓地湿气也。秋湿既胜，冬水复王，水来乘肺，故咳逆病生。（新校正云：按《阴阳应象大论》云：秋伤于湿，冬生咳嗽。）发为痿厥。湿气内攻于藏府则咳逆，外散于筋脉则痿弱也。《阴阳应象大论》曰：地之湿气，感则害皮肉筋脉。故湿气之资，发为痿厥。厥，谓逆气也。冬伤于寒，春必温病。冬寒且凝，春阳气发，寒不为释，阳怫于中，寒怫相持，故为温病。（新校正云：按此与《阴阳应象大论》重，彼注甚详。）。四时之气，更伤五藏。寒暑温凉，递相胜负，故四时之气，更伤五藏之和也。阴之所生，本在五味，阴之五官，伤在五味。所谓阴者，五神藏也。官者，五神之舍也。言五藏所生，本资于五味，五味宜化，各湊于本官，虽因五味以生，亦因五味以损，正为好而过节，乃见伤也。故下文曰。是故味过于酸，肝气以津，脾气乃绝。酸多食之令人癯，

小便不利则肝多津液，津液内溢则肝叶举，肝叶举则脾经之气绝而不行。何者？木制土也。味过于咸，大骨气劳，短肌，心气抑。咸多食之，令人肌肤缩短，又令心气抑滞而不行。何者？咸走血也。大骨气劳，咸归肾也。味过于甘，心气喘满，色黑，肾气不衡。甘多食之令人心闷。甘性滞缓，故令气喘满而肾不平。何者？土抑木也。衡，平也。味过于苦，脾气不濡，胃气乃厚。苦性坚燥，又养脾胃，故脾气不濡，胃气强厚。味过于辛，筋脉沮弛，精神乃央。沮，润也。弛，缓也。央，久也。辛性润泽，散养于筋，故令筋缓脉润，精神长久。何者？辛补肝也。《藏气法时论》曰：肝欲散，急食辛以散之，用辛补之。（新校正云：按此论味过所伤，难作精神长久之解。央乃殃也，古文通用，如膏粱之作高粱，草滋之作草兹之类，盖古文简略，字多假借用者也。）是故谨和五味，骨正筋柔，气血以流，湊理以密，如是则骨气以精，谨道如法，长有天命。是所谓修养天真之至道也。

金匱真言论篇第四

（新校正云：按全元起注本在第四卷。）

黄帝问曰：天有八风，经有五风，何谓？经谓经脉，所以流通营卫血气者也。岐伯对曰：八风发邪，以为经风，触五藏，邪气发病。原其所起，则谓八风发邪，经脉受之，则循经而触于五藏，以邪干正，故发病也。所谓得四时之胜者，春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春，所谓四时之胜也。春木，夏火，长夏土，秋金，冬水，皆以所克杀而为胜也。言五时之相胜者，不谓八风中人则病，各谓随其不胜则发病也。胜，谓克制之也。东风生于春，病在肝，俞在颈项；春气发荣于万物之上，故俞在颈项，《历忌》曰：甲乙不治颈，此之谓也。南风生于夏，病在心，俞在胸胁；心少阴脉，循胸出胁，故俞在焉。西风生于秋，病在肺，俞在肩背；肺处上焦，背为胸府，肩背相次，故俞在焉。北风生于冬，病在肾，俞在腰股；腰为肾府，股接次之，以气相连，故兼言也。中央为土，病在脾，俞在脊。以脊应土，言居中尔。故春气者病在头，春气，谓肝气也。各随其藏气之所应。（新校正云：按《周礼》云：春时有瘡首疾。）夏气者病在藏，心之应也。秋气者病在肩背，肺之应也。冬气者病在四支。四支气少，寒毒善伤，随所受邪，则为病处。故春善病鼽衄，以气在头也。《礼记·月令》曰：季秋行夏令，则民多鼽嚏。仲夏善病胸胁，心之脉，循胸肋故也。长夏善病洞泄寒中，土主于中，是为仓廩，槽粕水谷，故为洞泄

寒中也。秋善病风疟，以凉折暑，乃为是病。《生气通天论》曰：魄汗未尽，形弱而气烁，穴俞以闭，发为风疟。此谓以凉折暑之义也。《礼记·月令》曰：孟秋行夏令也，则民多疟疾也。冬善病痹厥。血象于水，寒则水凝，以气薄流，故为痹厥。冬不按蹠，春不航衄，按，谓按摩。蹠，谓如蹠捷者之举动手足，是所谓导引也。然扰动筋骨，则阳气不藏，春阳气上升，重热熏肺，肺通于鼻，病则形之，故冬不按蹠，春不航衄。航，谓鼻中水出。衄，谓鼻中血出。春不病颈项，仲夏不病胸胁，长夏不病洞泄寒中，秋不病风疟，冬不病痹厥，飧泄，而汗出也。此上五句，并为冬不按蹠之所致也。（新校正云：详飧泄而汗出也六字，据上文疑剩。）夫精者，身之本也。故藏于精者，春不病温。此正谓冬不按蹠，则精气伏藏，以阳不妄升，故春无温病。夏暑汗不出者，秋成风疟。此正谓以风凉之气折暑汗也。（新校正云：详此下义与上文不相接。）此平人脉法也。谓平病人之脉法也。

故曰：阴中有阴，阳中有阳。言其初起与其王也。平旦至日中，天之阳，阳中之阳也；日中至黄昏，天之阳，阳中之阴也；日中阳盛，故曰阳中之阳。黄昏阴盛，故曰阳中之阴。阳气主昼，故平旦至黄昏皆为天之阳，而中复有阴阳之殊耳。合夜至鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。鸡鸣阳气未出，故曰天之阴。平旦阳气已升，故曰阴中之阳。故人亦应之。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。言人身之藏府中阴阳，则藏者为阴，府者为阳。藏，谓五神藏。府，谓六化府。肝心脾肺肾五藏皆为阴，胆胃大肠小肠膀胱三焦六府皆为阳。《灵枢经》曰：三焦者，上合於手心主。又曰：足三焦者，太阳之别名也。《正理论》曰：三焦者，有名无形，上合於手心主，下合右肾，主渎道诸气，名为使者也。所以欲知阴中之阴阳中之阳者何也？为冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳，皆视其所在，为施针石也。故背为阳，阳中之阳，心也；心为阳藏，位处上焦，以阳居阳，故为阳中之阳也。《灵枢经》曰：心为牡藏。牡，阳也。背为阳，阳中之阴，肺也；肺为阴藏，位处上焦，以阴居阳，故谓阳中之阴也。《灵枢》曰：肺为牝藏。牝，阴也。腹为阴，阴中之阴，肾也；肾为阴藏，位处下焦，以阴居阴，故谓阴中之阴也。《灵枢经》曰：肾为牡藏。牡，阴也。腹为阴，阴中之阳，肝也；肝为阳藏，处中焦，以阳居阴，故谓阴中之阳也。《灵枢经》曰：肝为牡藏。牡，阳也。腹为阴，阴中之至阴，

脾也。脾为阴藏，位处中焦，以太阴居阴，故谓阴中之至阴也。《灵枢经》曰：脾为牝藏。牝，阴也。此皆阴阳表里内外雌雄相输应也，故以应天之阴阳也。以其气象参合，故能上应于天。

帝曰：五藏应四时，各有收受乎？岐伯曰：有。东方青色，入通于肝，开窍于目，藏精于肝，精，谓精气也。木精之气其神魂，阳升之方，以目为用，故开窍於目。其病发惊骇，象木屈伸有摇动也。（新校正云：详东方云病发惊骇，馀方各阙者，按《五常政大论》，委和之纪，其发惊骇，疑此文为衍。）其味酸，其类草木，性柔脆而曲直。其畜鸡，以鸡为畜，取巽言之。《易》曰：巽为鸡。其谷麦，五谷之长者麦，故东方用之。《本草》曰：麦为五谷之长。（新校正云：按《五常政大论》云：其畜犬，其谷麻。）其应四时，上为岁星，木之精气，上为岁星，十二年一周天。是以春气在头也，万物发荣于上，故春气在头。（新校正云：详东方言春气在头，不言故病在头，余方言故病在某，不言某气在某者，互文也。）其音角，角，木声也。孟春之月，律中太族，林钟所生，三分益一，管率长八寸。仲春之月，律中夹钟，夷则所生，三分益一，管率长七寸五分（新校正云：按郑康成云：七寸二千一百八十七分寸之千七十五。）季春之月，律中姑洗，南吕所生，三分益一，管率长七寸又二十分寸之一（新校正云：按郑康成云：九分寸之一）。凡是三管，皆木气应之。其数八，木生数三，成数八，《尚书·洪范》曰：三曰木。是以知病之在筋也，木之坚柔，类筋气故。其臭臊。凡气因木变，则为臊（新校正云：详臊《月令》作膻）。南方赤色，入通于心，开窍于耳，藏精于心，火精之气其神神，舌为心之官，当言於舌，舌用非窍，故云耳也。《缪刺论》曰：手少阴之络，会于耳中。义取此也。故病在五藏，以夏气在藏也。其味苦，其类火，性炎上而燔灼。其畜羊，以羊为畜，言其未也，以土同王，故通而言之。（新校正云：按《五常政大论》云：其畜马。）其谷黍，黍色赤。其应四时，上为荧惑星，火之精气，上为荧惑星，七百四十日一周天。是以知病之在脉也，火之躁动，类于脉气。其音徵，徵，火声也。孟夏之月，律中仲吕，无射所生，三分益一，管率长六寸七分（新校正云：按郑康成云：六寸万九千六百八十三分寸之万二千九百七十四）。仲夏之月，律中蕤宾，应钟所生，三分益一，管率长六寸三分（新校正云：按郑康成云：六寸八十一分寸之二十六）。季夏之月，律中林钟，黄钟所生，三分减一，管率长六寸。凡是三管，皆火气应之。其数七，火生数二，成数七。《尚书·洪范》曰：二曰火。其臭焦。凡气因火变，则为焦。中央黄色，入通于脾，开窍于口，藏精于脾，土精之气其神意，脾为化谷，口主