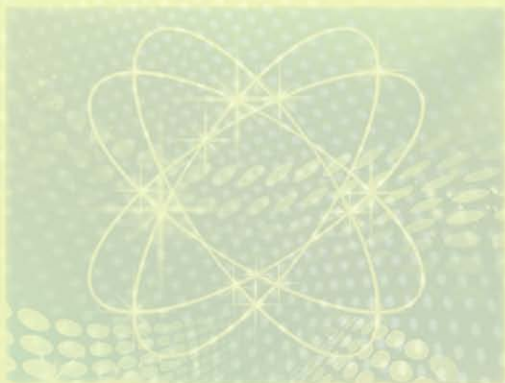


# 《黄帝内经》新探索

邵蔚连 著



四川科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

《黄帝内经》新探索/邵蔚连著. - 成都: 四川科学技术出版社, 2015. 2

ISBN 978 - 7 - 5364 - 8049 - 0

I. ①黄… II. ①邵… III. ①《内经》- 研究  
IV. ①R221

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 027364 号

## 《黄帝内经》新探索

出品人 钱丹凝  
著者 邵蔚连  
责任编辑 刘书含  
封面设计 墨创文化  
版式设计 康永光  
责任出版 欧晓春  
出版发行 四川科学技术出版社  
成都市三洞桥路 12 号 邮政编码 610031  
官方微博: <http://e.weibo.com/sckjcbbs>  
官方微信公众号: sckjcbbs  
传真: 028 - 87734039

成品尺寸 146mm × 210mm  
印张 8.5 字数 150 千  
印刷 四川五洲彩印有限责任公司  
版次 2015 年 2 月成都第一版  
印次 2015 年 2 月成都第一次印刷  
定价 20.00 元

ISBN 978 - 7 - 5364 - 8049 - 0

■ 版权所有 · 翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书, 请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路 12 号 电话/(028) 87734035 邮政编码/610031



## 自序

### 论《黄帝内经》的顶层设计及其现实意义

至今我仍然记得第一次读《黄帝内经》时所带来的震撼。

中国的上古究竟是一个怎样的世界呢？《黄帝内经》说上古之人懂得养生的法则，精神和肉体都保持着健康，寿至百岁乃去，提出男子八年为一个生命节律，女子七年为一个生命节律，指出人的衰老是因为经脉中的血气衰弱。人的头部集中了六条阳经经脉，所以，人的衰老首先表现在头面。《黄帝内经》中说“肾者主水，受五脏六腑之精而藏之，故五藏盛，乃能泻”，广义的“水”字，奠定了肾为先天之本的理论。

这些真知灼见顿时让我眼前一亮，不由自主地走进了《黄帝内经》的世界。

《黄帝内经》的文字言简意赅，每次阅读都能给我带来不同的惊喜，就好像是一座取之不尽的宝藏，这是读其他书籍所没有的感觉。有人说《黄帝内经》有论无方。其实《黄帝内经》162篇文章中，好多都属于顶



层设计,它把临床实践的内容留给了后世。汉·张仲景的《伤寒杂病论》就是临床医学的典范,其启迪便来自《黄帝内经》的《热论》。无论是魏晋的华佗,唐朝的孙思邈,明朝的四大家还是清朝的温病学派,中国历代大医学家的理论基础都来源于《黄帝内经》的顶层设计。

《黄帝内经》隐藏了太多的珍宝。它们是阴阳、五行、气及气道、经络、三焦等。把《黄帝内经》的顶层设计公之于众有利于提高中国人对民族医药的信心。

《黄帝内经》是一种哲学医学,这就必然会产生许多模糊的医学概念,造成与现代医学不相一致的地方,这是宏观思维所留下的印记。瑕不掩瑜,《黄帝内经》的大智慧让我们折服。《黄帝内经》给现代医学带来的是一种新的思维方式。《黄帝内经》是一本值得我们用一生来阅读的好书。

邵蔚连

2014 年 5 月 8 日



## 前 言

《黄帝内经》简称《内经》，全书分为《素问》《灵枢》各 81 篇。《素问》主要讨论医学原理和针刺，《灵枢》主要讨论经络和针灸。

《黄帝内经》全书引用了二十多部上古医经，言简意赅，很多内容至今仍有临床价值。《黄帝内经》的传承脉络是十分鲜明的。

大家都知道医学来自于临床。而《黄帝内经》是先有顶层设计，后置临床实践。

什么是《黄帝内经》的顶层设计呢？

那就是用哲学来统领医药学，具体地说就是用哲学中的阴阳、五行、气和气道、经络、三焦等理论来诠释人体的生命活动。

用哲学来统帅医药，这是圣人的一大发明。

有人评价《黄帝内经》“有论无方，缺少临床”，这是我们对上古社会缺少了解所致。

上古是有医药的，《黄帝内经》介绍了医有“祝由法”，药有“汤液醪醴”，外治有“砭石、针刺”。

临床是《黄帝内经》留给后代施展拳脚的天地。



汉代名医张仲景从《素问·热论》“热病者皆伤寒之类”“伤于寒者皆为热病”的宗旨出发,指出“所伤的寒是病因,所发的热为病症,热为寒的反映,伤寒为因,发热为果。因是病变的本质,果是病变的现象。便把这一类疾病叫作伤寒。”总结了汉以前治疗伤寒的经验,写出了《伤寒杂病论》一书,成为后世临床的典范。

从本质上讲,中国传统医药学是一种哲理医药学。这与古印度的阿育吠陀医学是相似的。

如果将《黄帝内经》的阴阳、五行哲学与古印度阿育吠陀医学的五大学说来做一个比较,你就会发现两者有着惊人的相似。

## 一、中国的阴阳哲学

老子在《道德经·第四十二章》中说“道生一,一生二,二生三,三生万物。”道是独一无二的,道本身包含阴阳之气,又称道生气。一生二,二是阴阳,后来,混沌的星云开始分化,轻清的物质上升成为天,重浊的物质下降成为地;又称一气生阴阳。二生三,三是水,天地的出现带来了白昼和黑夜,阴阳的和谐带来了雨水;又称阴阳生水;三生万物,雨露阳光滋生了万物。

阴阳是重要的节点,有了阴阳始有天地。

所以,《素问·阴阳应象大论》中说“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，治病必求其本。故积阳为天，积阴为地。阴静阳躁，阳生阴长，阳杀阴藏。阳化气，阴成形。”

阴阳是天地的规律。阴阳是地球万物必须遵循的纲领和纪律；阴阳是事物产生变化的动力；阴阳是生存和死亡的根源；阴阳是一种神秘而巨大的力量；阴阳是治病必须寻找的根源。所以，阳气上升积聚为天，阴气下降积聚为地。以动静来论阴阳，地安静属于阴，天躁动属于阳。所以，阳气生则阴气长，阳气收缩则阴气收藏。以物体的形态来论阴阳，无形的气属于阳，有形的物质属于阴。

圣人巧妙地把阴阳哲学引进到传统医药之中，用阴阳来阐明人体的生命活动；用阴阳来区分人体的表里、内外、上下、脏腑、气血、经络等等。

这里的阴泛指一切可视的物质，这里的阳为肉眼看不到的物质与功能；在阴阳之间必须保持动态的平衡，阴阳失衡是一切疾病的根源。

## 二、中国的五行哲学

《素问·阴阳应象大论》中说“天有四时五行，以生长收藏，以生寒暑燥湿风；人有五藏化五气，以生喜怒悲忧恐。”

五行哲学认为世界是由木、火、土、金、水五种物质



组成的,一年中有春、夏、长夏、秋、冬五个气候与五行相互对应,万物有生、长、化、收、藏的节律,天气有寒、暑、燥、湿、风五种变化;人有肝、心、肺、脾、肾五个生命系统,产生喜、怒、悲、忧、恐五种情感。

在五行中肝属于木,心属于火,脾属于土,肺属于金,肾属于水。在这五行之间存在着相互化生和相互制约的关系,当其某种物质有余或不足的时候,相应的一行就会出现反馈调节。这种化生与制约的循环名叫相生或者相克。

人之所以有病,首先是五行循环和调节出现了障碍。因此,维持五行之间的生克平衡,是健康的关键。

阴阳五行是中国传统医学的灵魂。

### 三、印度阿育吠陀医学的五大学说

阿育吠陀是印度梵文的译音,阿育是生命,吠陀是知识,阿育吠陀是关于生命的知识。

阿育吠陀医学认为世界是由地、水、火、风、空五大物质组成的。

物聚成物,地、水、火、风、空五大物质组成了人体的乳糜、脂肪、血液、骨、骨髓、肌肉、精液七种组织。人有气、胆汁、黏液三种体液。

阿育吠陀医学认为人之所有病痛是由于体内能量失衡。因此,维持能量的平衡是健康之本。人要善待





自己的身体,将身心平衡与协调的理念常记心中,注意自己的饮食均衡。饮食、吐纳和睡眠最是要紧。

这与中国传统医学的阴阳五行、气血津精的理论是相通的。

历史上中印两国的传统医药曾经有过交流。

公元 600 年前,唐代名医孙思邈在《千金翼方》中说“论曰:有天竺大医耆婆云:天下物类皆是灵药,万物之中无一物而药者,斯乃大医也。”

《千金翼方》记载了“耆婆治恶病法”“耆婆万病丸”和“耆婆汤”等等。

古代天竺,即今之印度。

在汉语中,60 岁以上的人称耆,耆婆是一位 60 多岁的天竺国女医生,不远万里来到中国交流医药技术。

“耆婆万病丸”采用了多种药性强烈的药物。如雄黄、芫花、巴豆,都是如今国家限制使用的毒性中药,可见《素问·异方法宜论》中关于“故毒药者,亦自西方来”的说法是真实的。

世界各国都有自己的传统医药,只不过有的已经失传了。

中国传统医学和印度的阿育吠陀医学同属于上古的哲学医学体系,只是两个不同的分支而已。

世界上公认古印度的吠陀医学有七千多年的历史,而中国的传统医学却只有三千多年的历史。你不



觉得奇怪吗？

要搞清楚这个问题必须从《黄帝内经》的顶层设计谈起。《黄帝内经》的顶层设计包括阴阳、五行、经络、三焦、气及气道等理论。





## 目 录

|      |                                |     |
|------|--------------------------------|-----|
| 第一章  | 顶层设计话阴阳·····                   | 1   |
| 第二章  | 顶层设计话五行·····                   | 56  |
| 第三章  | 顶层设计话三焦·····                   | 86  |
| 第四章  | 顶层设计话气道·····                   | 102 |
| 第五章  | 顶层设计话经络·····                   | 141 |
| 第六章  | 顶层设计话渍法·····                   | 158 |
| 第七章  | 顶层设计话汤液·····                   | 168 |
| 第八章  | 中国传统医药的出路·····                 | 181 |
| 第九章  | 论医药起源的多元化·····                 | 200 |
| 第十章  | 关于《黄帝内经》的作者是不是黄帝本<br>人的讨论····· | 206 |
| 第十一章 | 关于《黄帝内经》成书年代的讨论<br>·····       | 216 |



第十二章 论《黄帝内经》为周秦之间的医学家  
所著 ..... 219

第十三章 《黄帝内经》与其他古代著作 ... 234

附录 益寿液动物实验报告..... 243

后记..... 257





## 第一章 顶层设计话阴阳

### 一、阴阳来自于自然

《道德经》中说“人法地，地法天，天法道，道法自然”，意为人取法于地，地取法于天，天取法于道，道取法于自然。所以，可以用阴阳来概括一切自然现象。

阴阳是哲学中的一对范畴。

比如：天和地，日和月，水和火，冷和热，硬和软，高和低，大和小，男和女，表和里，血和气，灵与肉，虚和实等等。

阴阳是相互对立的，相互关联的。阴阳是有名无形的。

《灵枢·阴阳系日月》中说“且夫阴阳者，有名而无形，故数之可十，离之可百；散之可千，推之可万，此之谓也。”

阴阳是哲学中的一对范畴，阴阳就好比一根尺子，可以无限地分割下去的。

《素问·阴阳离合论》中说“天覆地载，万物方生，未出地者，命曰阴处，名阴中之阴；则出地者，命曰：



阴中之阳。阳予之正，阴为之主。故生因春，长因夏，收因秋，藏因冬。失常则天地四塞。阴阳之变，在人亦数之可数。”

阴中有阳，阳中有阴，阳是生命的动力，阴是生命的物质。因此，万物因春的温暖而生，因夏的炎热而盛，因秋的肃杀而收获，因冬的寒冷而收藏，在人亦同样可以推理的。

《素问·阴阳应象大论》中说“阳生阴长，阳杀阴藏。”

《道德经》中说“地法天，阳气生则阴气长，阳气消减则阴气收藏。”

《素问·生气通天论》中说“阴平阳秘，精神乃治。”

阴气平均阳气密秘，人的精神由此得到治理。

《素问·阴阳应象大论》中说“审其阴阳以别柔刚，阳病治阴，阴病治阳，定其血气，各守其乡。血实宜决之，气虚宜掣引之。”

审视人的阴阳，决定治法的刚柔，病在阳的治其阴，病在阴的治其阳，辨别病在血分还是气分，要有条理。血实的宜破其血，气虚的宜导引它。

《灵枢·顺气一日分为四时》中说“朝则人气始生，病气衰，故旦慧；日中人气长，长则胜邪，故安；夕则人气始衰，邪气始生，故加；夜半人气入脏，邪气独居于



身,故甚也。”

以一天四时来分辨人气的阴阳,早上人气开始生成,病气衰弱,所以早上病轻;中午,人气盛,正能胜邪,因此平安;太阳西下,人气开始少,邪气乘虚而入,因此病加;半夜人气进入五脏,邪气失去制约,所以病重。

《素问·阴阳应象大论》中说“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,治病必求其本。”

阴阳是天地的规律。阴阳是地球万物必须遵循的纲领和纪律;阴阳是事物产生变化的动力;阴阳是生存和死亡的根源;阴阳是一种神秘而巨大的力量;阴阳是治病必须寻找的根源。

## 二、阴阳是天地的自然规律

日出日落,月圆月缺,冬去春来,四季更替,天文是人类最密切的自然现象。

人类对宇宙的认识有一个渐进的过程。

夏日晴空是观察天空的最好机会。苏州孔庙有块天文图碑,刻录的就是宋人观察到的天象。

古人用肉眼观察天象,是以地球为中心的,所看到的的天象是极其有限的。

天文望远镜的发明大大拓展了人类的视野。

射电望远镜的发明更是让人拓展到了宇宙的深



空。

人类观察宇宙的手段是突飞猛进的。

随着天文的发展产生了多种宇宙学说,比如机械宇宙论、大爆炸宇宙论。

大爆炸宇宙论的依据首先是多普勒效应,即:当波源和观察者有相对运动时,观察者接收到的频率和波源发出的频率不同的现象。两者相互接近时接收到的频率升高,相互离开时则降低。

支持大爆炸宇宙论的观测数据大致有两条。第一,太阳系的所有星体都是在宇宙温度降到几千摄氏度的时候才产生的。第二,宇宙在做膨胀运动。

(1) 根据球状星团和同位素测定的年龄值,太阳系的所有星体的历史应短于 200 亿年。因为它们都是在宇宙温度降到几千摄氏度的时候才产生的。

(2) 在许多天体上,氦的丰度相当大,约等于 30%,用恒星内部的核反应不能说明这个事实。若考虑到宇宙早期的温度很高,那时产生氦的效率很高,才可以解释这个现象。

(3) 河外天体发现有谱线红移,其红移与距离大体成正比。若用多普勒机理解释红移的产生,这个观测结果是宇宙在做膨胀运动的反映。

(4) 通过宇宙膨胀速度及氦丰度等,可计算出宇宙在每一时期的温度。





大家都知道爆炸是能量在瞬间的释放,并产生高温。

这些巨大的能量从何而来?

宇宙中的大爆炸还在继续吗?

大爆炸论只是宇宙形成的一个学说。它可以解释太阳系的形成,但是,并不能用来解释所有星系的形成。

于是就产生了众多的宇宙论。

人类对于宇宙的了解,实在是太少了。

### 三、中国古代天地观

#### (一)《道德经》中的天地观

老子在《道德经·第二十五章》中说“人法地,地法天,天法道,道法自然。”

人的生存方式取决于所处的地理环境,所以说“人取法于地”;地理环境的优劣取决于自然环境,环境是天生的,所以说“地取法于天”;老子认为道可以为天地之父母,所以说“天取法于道”;道存在于自然,所以说“道取法于自然”。在人、地、天、道、自然之间存在着一种梯级的关联,这应该说是非常高明的见解。

那么道又是怎样产生地球的呢?

《道德经·第四十二章》中说“道生一。”