

中医启蒙知要

编著 张子明

集经文歌赋为一体
融名家篇段于一炉
倾力打造
中医自学辅导系列之精品
为即将兴起的中医文化热
引领潮流 雅坡助澜
搭建新的世界舞台
愿华夏儿女传承国粹
扬我东方民族文化之魂魄
让中华科技文明之瑰宝
永远屹立于世界医学之高峰

编者



总论篇

甘肃民族出版社

序

古语云：“三军易得，一将难求。”言人才之难得也。《战国策·燕策》(一)所讲“千金买骨”的故事，读之令人赞叹不已。文曰：

臣闻古之君人，有以千金求千里马者，三年不能得。涓人言于君曰：“请求之。”君遣之。三月得千里马，马已死，买其骨五百金，反(返)以报君。君怒曰：“所求者生马，安事死马而捐五百金？”涓人对曰：“死马且买之五百金，况生马乎？天下必以王为能市马，马今至矣。”于是不能期年，千里之马至者三。

此则短文，译成语体文，其意为：

我听说古代的君王，有拿千金求购千里马的人，(如此)三年终无所得。有一位称为涓人的人向君王进言说：“请君王派遣我求购千里马吧。”君王(于是)派遣他购买千里马。(用了)三个月的时间，(果然)买到了千里马，(但)马已死，花五百金买了骨殖(shì)回报君王。君王发怒道：“我所求购的是活马，怎么让我奉祀死马而花去五百金？”涓人回答道：“(一匹千里马)的死骨殖尚且以五百金来求购，况(一匹)活的千里马呢？天下人(听说此事后)一定认为君王是(一位)能够买千里马的人，千里马从今日起就会到来。”从此后不满一年时间，牵着千里马(来卖的事)达到了三起。

这是一篇很有趣的故事，花费五百金买千里马的贵骨，比喻求贤若渴，急切招揽人才。

人才者，人中之佼佼者也。余舌耕杏坛 50 余春，所教学生达数

千之众，每遇佼佼栋梁之材，欣欣然自得之状，唯余心所知也，逢余为序者，更陶陶然有余乐也。

考人才之所由来，或毕业于各类各级学校，或自学于多种多样环境。顺境成才者，人多不以为然；逆境成才者，则啧啧而赞。文起八代之衰的唐代大文学家韩愈在其人才篇《杂说》(四)中写道：“世有伯乐，然后有千里马。千里马常有，而伯乐不常有。”一语道出了伯乐与千里马关系之真谛。普天之下，千里马常有，而慧眼能识之伯乐则不常有，致使千里马以寻常马视之，埋没人间。然事不尽然，黄金毕竟是黄金，千里马终归为千里马，一时不为人所识，终有所识之一日。天道不隐，伯乐遇马而相，见千里马必惊呼道：“此天下之千里马也！”故言“世有伯乐，然后有千里马。”设若无伯乐，纵有千里马，亦无人所识，足见伯乐之重要。以此，余所担心者，具有一双慧眼之真“伯乐不常有”，而肉眼凡胎之假伯乐则比比皆是，指鹿为马，良莠不分。当此之时，轻者真才埋没，生不逢时，重者“黄钟毁弃，瓦缶雷鸣。谗人高张，贤士无名”。何其冤也！

余一生，重才爱才惜才怜才，虽人微言轻，然于分内之中，则鲜有不举贤荐能者。所奉行之宗旨是：观文凭，不唯文凭；察学历，不唯学历——不重文凭重水平，不重学历重能力。两千余年前《吕氏春秋》中之一段至理名言云：“良剑期乎断，不期乎莫邪；良马期乎千里，不期乎骥骜。”能削铁如泥者则为良剑，能日行千里者则为良马，关键在于名副其实。尤所称道者，乃逆境成才、自学成才之真才大才。

靖远文脉素盛，历代有识之士，兴学而重教，以是天垂瑞象，地播灵气，人生俊杰，张君子明得天地之化育，终成才俊。考张君之所出，本榆中青城“大户张氏”人也，其先祖自有其光宗耀祖之历史。

溯其始祖先世，本居南京凤阳府清河县，朱元璋兴兵抗元，始祖整公与其弟保公参加义军，任军职。元灭后，朱元璋建立大明王朝，洪武三十年（1397年），太祖为严加控制西北边陲，特封庶出十四子朱模为肃庄王，封国就甘，坐守甘州（今甘肃张掖市）。整、保二公随从，任侍卫。王府后迁兰州，整公随之，保公仍留守甘州。始祖至兰后，先戍买子堡（今榆中县来紫堡），继守盐场堡，后戍条城堡，即家居于是。据张氏十八世孙烈翔1993年敬修之《大户张氏条城支系宗谱·关于“大户张”的考证》一文云：“大户张”以百“忍”传家。《旧唐书·刘良传》谓：唐麟德年间（664—665年），高宗李治至泰山封禅，途经郛州寿张县，闻张公艺九世同堂，遂亲临其宅，观其兴盛，问其所由。张即于纸上连书百“忍”。帝晓其义，脱口而出：“百‘忍’堂中有泰和。”赐语一出，遍传各州府县。事后张公艺挥毫写成中堂，挂于庭室，教育后辈。数十年后，一文士添写上联：“一勤天下无难事。”遂拼成对联。勤可兴家立业，忍可安然处事；克勤者家隆，能忍者自安；懒惰为百害之源，不忍乃乱谋之根。树大枝繁，族大支多，以百“忍”传家之“大户张氏”，人口虽日益增加，居住且愈益分散，然不忘祖训，崇勤而尚忍，家家兴隆，户户泰和，且以此为联络信号、攀亲依据。有如此族训，张君之事业有成，自有其渊源矣。

张君，苦命人也，1940年1月4日生于甘肃省靖远县大坝村一寒苦人家，其时正值二次世界大战，日寇侵袭，民不聊生，君所逢之不幸，甚难以笔墨所能形容之。

子明，名嘉田，祖籍甘肃榆中来紫堡火家店（系青城张家支系），祖父时举家迁居靖远县大坝村。其时家无立锥之地、隔夜之粮，靠租种地为生。民国十八年（1929年）天下大旱，瘟疫肆行，兄妹九人，贫病交加，被病魔无情夺去八条生命，仅幸存者明一人。

“屋漏偏遭连夜雨，船破又遇打头风”，5岁那年，母亲因产后大出血，无力救治而悲离人世。从此，这个没娘的孩子便和父亲相依为命，见者唏嘘，闻者喟叹。幸赖亲友接济，方得勉强活命。如今村上老人偶尔说起已两鬓斑白、医术大成之子明，皆曰：吉人天相，苦尽甘来。

7岁那年，继母进门，与父皆染抽大烟之恶习，一两年内家徒四壁，饭碗亦无多余一个，最终由当房当地至卖房卖地。居无定处，借居他人家一间小破房栖身，可谓“雪上加霜，苦不堪言”。烧饭无煤，煨炕乏柴，子明每日身背背斗、手拎粪杈拾柴拾粪，用以做饭、煨炕。有次起得太早，路遇恶狼，幸亏路人相救，方得脱险。三四年间，听驼铃起床，拎杈拾粪，从砂梁至三合，由黄河边至虎头山，东西南北十余里，不知走了多少遭，磨破了多少双鞋，吃了多少苦。子明后写诗叹曰：“幼年丧母成伶仃，无家可归痛断心；打工苦度童年日，穷家孩子早成人。”其父自学识字，先后抄写《三字经》、《四言杂字》、《百家姓》教子苦读，并自制一套学习用具：筷子削尖当铅笔，匣盖盛沙当笔记，竹棍扎绒作毛笔，方砖磨平是宣纸，红土泥水当墨汁。时念时写，三年学会三本书。其时村里有所初级小学，子明每每路过即将背斗、粪杈放在门外，趴在教室窗口聆听老师讲课，并抄录一些内容于自制之小笔记本上。一次放在校门口之粪杈被人偷走，以后干脆连背斗带粪杈都背进去，放在身边，隔窗放心听讲。“功夫不负苦心人”，三年来加父所教，俨然成一小文人。

10岁始，随着年龄增长，能干一般农活，便开始当打杂工，拔草、放羊、务棉花等，除管吃外每天从东家挣一碗米，西家挣一碗面，以致一家三口可勉强充饥。后来，就给地主家当小长工，样样活都干。1952年土改后重返家园，分回当房，且分到三亩地、几件小

家具，有了安身之地。

1953年春，13岁的他，终于如愿以偿，爸爸送他上学，美梦成真，昔日背篓旁听生，如今成三年级优秀生。由于勤奋好学，一年半初小毕业时获全班第一名。此时家境依然过度贫困，面临辍学，老师甚觉可惜，至家再三动员，遂至三合小学上高小，除念书外，又利用节假日耕耘二亩棉田。学校离家较远，一日两餐，中午吃干炒面，晚上回家吃一顿饭。炒面由油渣和黑豆做成，外地当饲料，吃多则口干舌燥，烦渴难忍，幸有同班表弟，家境较好，每顿分几口白面蒸馍，以解干渴之苦。两年苦熬，毕业时以品学兼优保送至靖远一中。惜无力攻读，又转至靖远师范一年制师训班，为照顾特困生，每月补助特等学费18元。毕业后曾先后从事小学教育、乡文教专干、公社文书等工作。

饱受饥寒者，最懂光阴之来之不易；身患痼疾者，方知疾病之痛苦。贫病交加之子明，从幼年起便萌发了学医念头，弱冠之年，即下定决心，暗暗学医。由《医学三字经》而《中医入门》，而《黄帝内经》、《伤寒论》、《医宗金鉴》等，一一攻读。1967年，斯文扫地之文化大革命时期，遵父“不为良相，便为良医”之嘱，毅然改行从医。身背“十”字箱，走村串户，风雨无阻，随叫随到，成为深受群众欢迎之民间医生，先后作为省、地、县卫生系统先进工作者而受到表彰。

1971年，定西卫校首期“乡村医生提高班”学生来大坝村实习，请子明为师，讲中医基础，他将中医“阴阳”、“五行”学说与唯物辩证法融为一炉，见解新颖，卫校老师及学生惊叹不已，大有茅塞顿开、耳目一新之感。实习结束之际，该校梁老师爱才荐贤，倾力推荐子明上第二期“乡村医生提高班”，进一步深造。学习之日，深得校长、老师关注，被同学们选为班长。在他引导下，班上学风甚浓，

且以其出类拔萃而成全班同学课外辅导员。结业时，班主任巩光明老师与之谈话，言校务会议研究决定，借调于卫校讲课，待机转为正式教师。因父年老，视力欠佳，又加妻子长期患病，三个孩子年幼无人照料，无奈放弃此次良机，重返故土，回村行医。

1973年，春暖花开，喜讯传来，子明被聘为兰州医学院中医教师。赴兰后，幸与中国第一代著名中西医结合专家、硕士生导师许自诚教授同编于一个教学点——临洮县医院。除带教学生外，常随许教授出诊，聆听教诲，受益颇深。因其系教师出身，又曾任公社文书，教学得法，文理通达，并在教学点抽暇干些撰写诗词、办墙报等工作，颇得许教授赞许。回兰医后，除给学生辅导、讲课外，又选听西医疑难重病与常见内科疾病诊疗常规等专题讲座，为中西医结合诊疗奠定一良好基础。

1975年，35岁之张君，正值中年，因妻子积劳成疾，终因肺心病并发心力衰竭救治无效而悲离人世，所留三子，年幼无知，不得不离兰回靖，照料家庭。人才难得，县卫生局借此良机，立即聘为“在职乡村医生培训班”教师，负责全县乡村医生培训提高工作。四年举办四期，受益者达三百余人。

1979年，其父罹患“食道癌”，病情日渐沉重，在此关键时刻，报纸刊登一则“为解决中医事业后继乏人乏术问题，拟在全国统考录用一部分中医药人员”的消息。子明又喜又怕；所喜者，此乃改变前途命运之大好良机；所怕者，父亲病危，唯恐考试与父亲后事搅于一起。不出所料，试日将临，父危至极，奄奄一息，然深明大义之慈父依然鼓励儿子：“机不可失，时不再来，万勿以我为念，考试重要！”子明不负严父厚望，立即赶往定西考试。考试未毕，噩耗传来，谓父长逝。他心急如焚，以泪洗面，试毕立即返家，于灵前长跪不

起，强打精神，为家父送葬。已如上述，家父虽逝，居丧举哀，但功力深厚之子明，其优异之考试成绩，仍荣列省、地两级榜首，录用为国家干部，定为中医师职称，一举成名。人才难得，省、地、县三级，你争我留，互不相让，最终因乡情难舍，故土难离，遂继续留靖，为家乡医疗卫生事业奉献终生。

“人勤天地宽，志强时运转”，子明从 20 世纪 80 年代至 2000 年退休，从事中西医教学和临床治疗计 20 春秋，为农村培养出数千名基层医务人员，功莫大焉。为了提高教学质量，作为靖远卫校校长的他，深知“打铁先得本身硬”，“律人者必先律己”，精研教材，认真备课，条分缕析，疏而不漏，凭借其超常记忆，灵活机动之授课方法，达到提纲挈领、举一反三、融会贯通、左右逢源、出神入化、画龙点睛之妙。其引人入胜之效，赢得受业弟子一致好评。

临床上，子明十分重视提高机体内在之抗病能力，尤其注重精神因素对疾病发生、发展和治疗效果之影响，所谓“疾病易治，心病难疗”，为医者，不仅要治病，更要治心，他所编撰之《杏林医话》中有一段精辟论述：“治国之计，当以‘大局’为本，以‘廉’勤政，以‘和’为通，政通人和，百业昌盛，物阜民康，玉宇升平。反之，屡战不止，国衰民穷。治病之法，当以‘整体’为本，以‘正’为纲，以‘调’为纪，谨察病机，有的放矢，脏腑协调，阴平阳秘。反之，攻伐太过，必伤正气。用药之妙，如将用兵。兵不在多，独选其能；药不贵繁，惟取其效……”此“以人为本，宏观调控，天地人和，出奇制胜”之唯物辩证观，确为治病之大法。他遵“治病犹治国，用药如用兵”之古训，常谓：“明君治国，当以‘和’为‘通’，以‘战’为‘忌’，不断协调国家内部机制，提高综合国力，所谓‘国富民强，敌不可犯’是也。良医治病，当以‘正’为‘纲’，以‘调’为‘纪’，不断协调机体内部机制，提高

抗病能力，所谓‘正气存内，邪不可干’是也。”集 40 余年之医疗经验，遵循“审时度势，因人制宜，知彼知己，百战不殆”之辩证理念，思路广阔，效若桴鼓。慕名求医者，络绎不绝，每日接诊百人左右，多少年来，使数十万患者摆脱病痛之苦，踏上健康之路。

“医乃仁术”，历代医家均将“仁爱救人”、“赤诚济心”作为医疗行业之道德准则，子明亦如此也。在漫长教学生涯中，他为人师表，以身作则，十分重视医德教育，培养学生“以德树信，以效取胜；敬业求实，服务于民”的医德医风。在漫长医疗生涯中，他敬业守则，以人为本，极力强调医道贵仁，务求“药真价实，依法炮制；减副增效，安全第一”的优良传统。对学医的三个儿女，更是严格要求，让其恪守医德，精研医术，传承医业，铭记医训。

人生苦短，弹指一挥间，已至暮年，如今儿女成人，妻贤子孝，家兴业旺，儿孙满堂。张君虽年逾花甲，两鬓斑白，但精力充沛，依然奉献于医疗战线，悬壶故里，颐养天年。天道酬仁酬勤，信矣！

2005 年中秋佳节，君应邀参加靖远卫校八六届毕业生所举办之师生联谊茶话会，以“中秋月圆话师情”为主题，诸多学子，殷切期盼恩师在有生之年，将多年之教学与临床经验撰而为书，以飨读者，且慰平生之愿。如今天遂人愿，于付梓之日，央余为序。余不揣愚陋，为此逆境成才、自学成才之真才大才与乡谊乐而为序。

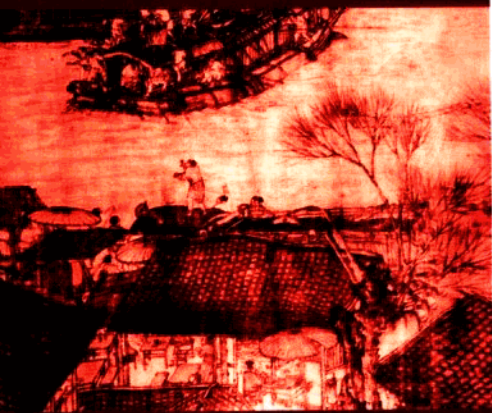
是为序。

陇上布衣大白吴正中于甘肃中医学院志道堂

时年七十有三 2005 年 10 月 16 日展

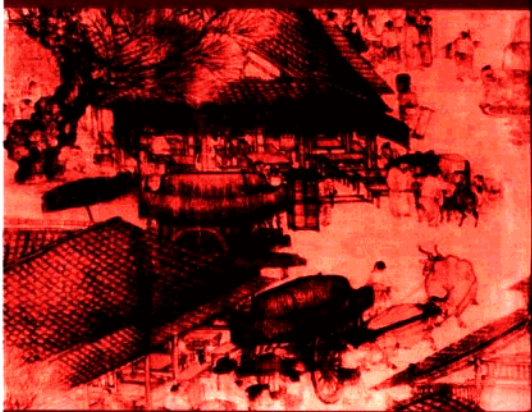


张子明（1940~）男，甘肃省靖远县人，幼志于医，自学成才。欣逢全国中医药人员录用统考，荣列省、地两级榜首，从事中医临床与教学四十余载，历任中华全国中医学会市、地、县分会理事、副理事长、理事长及卫校校长等。临证思路广阔，应变灵活；用药简便验廉，疗效卓著；颇受患者青睐。



责任编辑：林瑜

封面设计：陈琦



前 言

祖国医学，有数千年的历史，它是我国人民长期和疾病作斗争的经验总结，对我国民族繁衍人民健康以及人类的保健事业，做出了巨大的贡献。

中国医药学是一个伟大的宝库，博大精深，文理深奥，使初学者望而却步，难以入门，笔者通过数十年的中医基础理论教学，执简驭繁，择其要领，欲在近期编撰一套中医自学辅导丛书，包括：“总论篇”，“中药篇”，“方剂篇”，“内科篇”，“儿科篇”，“妇科篇”六集，全书取名《中医启蒙知要》，作为初学中医的入门读物。“知要”两字，始于《内经》，《素问·至真要大论》说：“知其要者，一言而终，不知其要，流散无穷。”其意为“中医基础理论”有一个思想体系，即《内经》，明白这个体系，一言而尽，如果抓不到中心，那就散漫无穷，难以理解了。

学海浩瀚无涯，医籍汗牛充栋。欲知其要，当先攻古之经典，次读历代之名著，再览当今之新学。然后，可以顺流而下地学习各家学说以及中药，方剂，内、外、妇、儿、皮肤、五官诸科，不如此，便像失掉了钥匙，无法打开中医宝库的大门。

求医之道，贵在积累，学则善思，求真务实，日常须向书堆里钻，在病床边磨，书不离手，赋不离口，苦读冥想，一解方休。于实践中体验，从学理上推求，听读行思，兼行并施，且就点滴体会，尚须反复磨磋，传承经典，探索创新，灵活应变，出奇制胜。如此日经月历，定会由涓涓细流，汇为河海。

本书编写以“撷取精华，简明适用”为宗旨。以《中医基础》为蓝本，以《内经》为纲，突出重点，破解难点，深入浅出，辨析疑点，以纲带目，以理悟法，以法统方，以方遣药，集经、文、歌、赋为一体，融名家篇段为一炉，倾力打造一部“温古纳新，言

简易明；图文并茂，内容新颖”的中医自学系列精品。为即将兴起的“中医文化热”引领潮流，推波助澜，搭建新的世界舞台。愿华夏儿女传承国粹，扬我东方民族文化之精魂，让中华科技文明之瑰宝，永远屹立于世界医学之高峰。

本书行将付梓，有望成为广大乡村医生、医学院校学生及中医爱好者自学中医的一本启蒙读物，为进一步学好中医首开先河，启蒙导航，构建一个坚实的平台。希能详观诸篇而参考之，自可心领神会，触类旁通，始能欲登其室、观其奥，更上一层楼。

身老不足虑，心老犹可悲。感悟人生之启迪，医海无涯，人生有限，学医难，做人更难，真乃“斗转星移，时光易逝，流年似水，人生如梦矣”。四十载行医，弹指一挥间。在有生之年，退休之际，欲将余一生之学医体会，不揣浅陋，编撰成书，旨在拜读前贤，启迪后辈，弘扬医德，兴我国宝，竭尽全力，打开中医宝库之大门。此或有益于医者与患者，我愿足矣。但愿读者：

人贵有志事竟成，花到季节自然红；

根深叶茂结硕果，功夫不负有心人。

本篇成书之际，承蒙多年来共探医道门径的同乡益友，甘肃中医学院吴正中教授，年逾七旬，不辞我愿，审稿作序，倾力相助，在此表示衷心感谢。定稿后有烦原卫校教师李茂功先生通阅全稿，特表示致谢。

余幼志于医，自学成才；欣逢全国录用统考，荣列省、地两级榜首，以此为动力，在漫长的医疗生涯中，再接再厉，自强不息，抛弃虚荣，求真务实，但终因学识浅薄，功力不足，残年拙作，谅必有误，敬祈杏林名家，医道同仁，贻笑之余赐教斧正。

编 者

2005年2月8日于兰州

目 录

第一章 绪 论	(1)
第二章 阴阳五行学说	(13)
第一节 阴阳学说	(13)
第二节 五行学说	(21)
第三章 脏 象	(30)
第一节 五 脏	(30)
第二节 六 腑	(68)
第三节 奇恒之腑	(74)
第四章 气、血、津液	(88)
第五章 经 络	(100)
第六章 病 因	(134)
第一节 病因	(134)
第二节 发病原理	(154)
第七章 病 机	(158)
第八章 四 诊	(195)
第一节 望 诊	(195)
第二节 闻 诊	(219)
第三节 问 诊	(223)
第四节 切 诊	(236)

第九章 治 则	(252)
第十章 辨 证	(260)
第一节 八纲辨证提要	(260)
第二节 六经证治提要	(265)
第三节 卫气营血证治提要	(288)
第四节 三焦证治提要	(295)
第五节 痰食证治提要	(299)
附篇 《医学传心录》	(310)
编后语	(371)

第一章 绪 论

一、中医学理论体系的形成和发展

中医学的形成与发展,源远流长,数千年来,基于广大劳动人民与疾病作斗争的反复实践,逐步形成了以“整体观念”为指导思想,以“脏腑经络”为理论基础,以“辨证论治”为诊疗特点的独特理论体系,它是我国优秀民族文化的一部分,为中国人民的健康事业和中华民族的繁衍昌盛作出了巨大的贡献。

春秋战国时期,出现了我国现存的医学文献中最早的一部典籍——《黄帝内经》。《黄帝内经》总结了春秋战国以前的医疗成就和治疗经验,确立了中医学的独特理论体系,成为中国医学发展的基础。

东汉末年,著名医学家张仲景,在《内经》、《难经》等理论上,进一步总结了前人的医学成就,结合自己的临床经验,写成了《伤寒杂病论》,即后世的《伤寒论》和《金匱要略》。《伤寒论》是中医学中成功运用辨证论治的第一部专书,为辨证论治奠定了基础。《伤寒论》在《素问·热论》的基础上,确立了六经辨证论治的纲领,提出六经(太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴)分型和分经辨证论治的原则。

《金匱要略》以脏腑的病机理论进行证候分证,记载了40多种疾病,262首方剂,它发展了《黄帝内经》的病因学说,提出“千般灾难,不越三条,一者经络受邪,入脏腑,为内所因也,二者四肢九窍,血脉相传、壅塞不通,为外皮肤所中也,三者房室金刃虫兽所伤”,给后世三因学说以深刻的影响。

总之,他宗《内经》之旨,以六经论伤寒,脏腑论杂病,创造性地

发展了辨证论治法则，为临床医学的发展奠定了基础。

在《内经》、《伤寒论》、《金匱要略》的基础上，历代医家都从不同角度发展了祖国医学理论。诸如：

隋代：巢元方著《诸病源候论》，是中医学第一部病因、病机证候学专著。

宋代：钱乙著《小儿药证直诀》，提出“脏腑柔弱，易虚易实，易寒易热”的理论，开创了辨证论治之先河，从而拟订了许多有名的方剂，如六味地黄丸是其代表作。至今流传甚广，长胜不衰。

金元时期：名医辈出，学派林立，学术上呈现一派繁荣景象。影响较大者，有刘、张、李、朱四大家，称“金元四大家”。

刘元素：以“火热”立论，谓“六气皆能化火”，“五志过极，亦能化火”，倡“泻热养阴”，称“寒凉派”。

张从正：以“邪去则正安”立论，倡“汗、吐、下”三法，称“攻下派”。

李杲：以“内伤脾胃，百病由生”立论，倡“温补脾胃”，称“补土派”。

朱丹溪：以“阳常有余、阴常不足”立论，倡“滋阴降火”，称“养阴派”。

明代赵献可、张景岳提出命门学说，为中医的脏象学说增加了新的内容。

明代吴又可可在《温疫论》中提出“温疫”的病源，“非风非寒非暑非湿，乃天地间别有一种异气所成”。促进了温病学的发展。

清代叶天士、吴鞠通等温病学家，创立了以“卫、气、营、血”和“三焦”为核心的辨证纲领，使温病学在病因、病机、脉象、治疗等方面，形成了完整的理论体系。

此外，如清代医学家王清任重视解剖，著《医林改错》改正古医书在人体解剖方面的错误，发展了瘀血致病的理论，他所创立的诸“逐瘀汤”，被广泛用于血证门，对中医基础理论的发展也有一定的