



主编：崔月犁

执行主编：冉先德

宗全和

灵枢经

中医文化出版公司

春秋出版社

灵 枢 经

宗 全 和

中医文化出版公司

春 秋 出 版 社



灵枢经

宗全和 编

•
中外文化出版公司 春秋出版社
内蒙古自治区新华书店发行 三二〇九印刷厂印刷

•
787×1092 1/32 10印张 200千字 2插页

1988年8月北京第一版 第一次印刷

印数：1—50000册

ISBN 7—80042—027—2/R·5

ISBN 7—5069—0082—3/R·3

定价：3.15元

序 言

中医古典医籍，汗牛充栋，浩如烟海，但文词古奥，医理难求。故《内经》《难经》《伤寒论》《金匱要略》陆续有语译、语释本问世，为继承和发扬祖国医学遗产，做出了成绩。但此类传本多为读通原文着眼，尚未做到对原著内涵一目了然，凭此即可领悟古典医籍的精义，且尚系凤毛麟角，为数甚少，远远不能满足广大读者的需要。

自“五四”运动提倡白话文以来，文风一变，白话文已得到广泛普及，成为当代中国人的通用语言方式。中华人民共和国诞生后，政府为整理和普及中华民族的古代文化遗产做了大量工作，经、史、子、集四大部分中，上迄《诗经》《楚辞》，下至《资治通鉴》《聊斋志异》，皆有白话文本流传，琳琅满目，不可胜数。相比之下，中医学领域则有所落后，使命在身，自应奋起直追。虽骐骥一跃，不能十步，但驽马十驾，功在不舍，因此，我倡议组织《白话中医古籍丛书》编译委员会，以期责有专注，准备分批分期将重要的中医古典医籍改写成白话文本，使大多数立志学习中医的同志，从古文的束缚中解放出来，以便普及和提高中医队伍的理论水平，为更好地指导实践而服务。

这套丛书，包括中医古典医籍一百二十余种，预计五年

之内出齐。丛书的编译，使用现代汉语语言，力求通俗易懂，明白晓畅，读者开卷有益，一目了然。首先出版的医经六种，包括《黄帝内经素问》《黄帝内经灵枢》《难经》《伤寒论》《金匱要略》《温病条辨》等，编者在编写过程中，参阅了历代文献及各种语译语释本，勤求古训，博采众家之长。寒来暑往，夜以继日，反复推敲，数易其稿。更蒙顾问增润，专家指正，遂使锦上添花，医经生色。然仁者见仁，智者见智，一家之言，难免偏颇，甚或有谬误之处。其中某些内容，在学术上或存有尚可争论的观点，统希遵照“百花齐放，百家争鸣”的方针研讨商榷，精益求精。并恳请广大读者不吝批评，以利再版时修正。

本丛书的顾问、编者、审阅人，均系中医界知名的专家、教授和学者，皆为当代中医界的精英，群贤毕至，少长咸集，他们的辛勤劳动，必将为继承和发扬祖国医学遗产做出贡献，在中国医学史上写下新的篇章。

随着改革开放的深入，编写委员会将以本套丛书为蓝本，在今后的日子里，拟分别译成英、德、日、法、意等各种外文本，向国外出版发行，将中医的理论体系和精华，较为完整地介绍给各国关心中国传统医学的学者，让中华民族宝贵的文化遗产，不仅在国内，仰且在世界医学科学领域中，放出夺目的光辉。

崔月犁

一九八八年春于北京

目 录

编译说明.....	1
《黄帝素问灵枢经》叙.....	3

卷之一

九针十二原第一.....	6
本输第二.....	14
小针解第三.....	21
邪气脏腑病形第四.....	25

卷之二

根结第五.....	35
寿夭刚柔第六.....	40
官针第七.....	45
本神第八.....	49
终始第九.....	52

卷之三

经脉第十.....	62
经别第十一.....	82
经水第十二.....	85

卷之四

经筋第十三.....	90
骨度第十四.....	97

五十营第十五	98
营气第十六	100
脉度第十七	101
营卫生会第十八	104
四时气第十九	107

卷之五

五邪第二十	111
寒热病第二十一	111
癫狂第二十二	115
热病第二十三	118
殷病第二十四	123
病本第二十五	126
杂病第二十六	127
周痺第二十七	130
口问第二十八	132

卷之六

师传第二十九	137
决气第三十	140
肠胃第三十一	142
平人绝谷第三十二	143
海论第三十三	144
五乱第三十四	146
胀论第三十五	148
五癰津液别第三十六	151
五阅五使第三十七	153

逆须肥瘦第三十八	155
血络论第三十九	158
阴阳清浊第四十	161

卷之七

阴阳系日月第四十一	163
病传第四十二	166
淫邪发梦第四十三	168
顺气一日分为四时第四十四	170
外揣第四十五	173
五变第四十六	175
本脏第四十七	178

卷之八

禁服第四十八	185
五色第四十九	188
论勇第五十	194
背腧第五十一	197
卫气第五十二	198
论痛第五十三	201
天年第五十四	202
逆顺第五十五	204
五味第五十六	205

卷之九

水胀第五十七	209
贼风第五十八	210
卫生失常第五十九	212

玉版第六十.....	215
五禁第六十一.....	219
动输第六十二.....	220
五味论第六十三.....	223
阴阳二十五人第六十四.....	224

卷之十

五音五味第六十五.....	233
百病始生第六十六.....	237
行针第六十七.....	241
上膈第六十八.....	243
忧患无言第六十九.....	245
寒热第七十.....	246
邪客第七十一.....	247
通天第七十二.....	253

卷之十一

官能第七十三.....	257
论疾诊尺第七十四.....	262
刺节真邪第七十五.....	265
卫气行第七十六.....	275
九宫八风第七十七.....	279

卷之十二

九针论第七十八.....	290
岁露论第七十九.....	297
大惑论第八十.....	302
痛疽第八十一.....	306

编译说明

《灵枢经》是我国现存最古老的医学典籍《黄帝内经》的组成部分。它与《黄帝内经》的另一部分《素问》一书，共同奠定了中医学的基础，开创了中医学的理论体系，使中医学在漫长的年月里，得到发展，历久不衰。《黄帝内经》是我国古代医学理论和经验的总汇，因此被后世尊为“医家之宗”。学习和掌握它的思想方法、理论原则和丰富多彩的医疗经验，是研究中医的必由之路。

《灵枢经》的问世，距今已有两千年了，它古奥的文字，常常成为深入学习和研讨中医学的障碍。为使这部闪耀着我国古代先民智慧的医学经典的内容，被更多的爱好中医者所了解，将编译它的白话文本奉世。兹将本书编译中的有关问题，说明于下：

一、本书所据之原文，选用明代赵府居敬堂刻本文字。

二、在将原文翻译成现代汉语时，力求准确表达原文的含义。由于历代《灵枢经》注家对该书文字的解释多有歧见，编者或根据自己的判断择善而从，或按照个人的理解另行解释。

三、本书的卷次、篇名及篇次，依底本原貌加以保留。每篇题下，简释篇名含义，并略述全篇内容。原刻第一篇题注

“法天”，第二篇注“法地”，第三篇注“法人”，第四篇注“法时”，第五篇注“法音”，第六篇注“法律”，第七篇注“法星”，第八篇注“法风”，第九篇注“法野”等文字，原系第七十八篇“九针论”论针的内容，用作篇题注解，甚觉无理，今依清代钱熙作守山阁校本校语，一律从删。

四、原刻各篇篇末，附有难字音释，本书为保持文章的连贯性，将音释部分删除。

五、对原文中的古代医学专业性的术语，包括体表部位及骨骼名称等较难用现代通俗语言表述者仍保留原词语于译文中。

六、原文第三篇“小针解”，系第一篇“九针十二原”原文的注解性文字，该篇文字虽被收入《灵枢经》中成为正式的篇章，但显然属于后出的作品。本书在译解“九针十二原”篇文字时，并未完全采纳“小针解”的观点。此外，由于《灵枢经》所收的各篇文字，并非一人一时之作，思想观点本有互异之处，本书虽尽量保持全书的连贯和统一，但仍需如实反映各篇原文之精神，因而个别观点上的差异和矛盾仍属难免。

七、本书编译中参考了近代《灵枢经》语译本多种。如《灵枢经校释》、《灵枢经语释》、《灵枢经白话解》、《灵枢经译释》等。

古书的译解，是一项较难的工作，加之编者水平的限制，书中错译之处一定不少，尚请读者不吝指正。

编 译 者

1988年3月

《黄帝素问灵枢经》叙

很久以前，黄帝著成《内经》十八卷。其中《灵枢》有九卷，《素问》有九卷，合起来恰好是十八卷。但社会上流传的，只有《素问》一部书。秦越人从流散的《灵枢》资料中，搜得十分之一、二，依据这点滴的内容，著述了《难经》一书。以后，皇甫谧又集合了几部古书的文字，编撰成《甲乙经》。后世诸家的学说，都由此而萌生。这当中，有的说法难免有错误不当之处，不能作为后世学习的准则。比如《南阳活人书》说，咳逆的病证，就是哕。可是经过考核，《灵枢经》中对“哕”的解释，不是这个意思。我们在这里审慎地说明一下，《灵枢经》曾提到，新谷气入于胃中，与原来胃中的寒气互相交争，造成胃气上逆，这才称为哕。这种说法与《南阳活人书》的说法，一并举出而作对比，理论的是非就很容易判明了。再比如《难经》第六十五篇的内容，是秦越人概括地勾勒出《灵枢经》本输篇的理论大要，一般人都认为是流注方面的论述，可是看一下《灵枢经》的文字，问题就清楚了。《灵枢经》说：“所谓节的含义，是指神气所游行出入的地方，不是指皮肉筋骨说的。”又说：“神气，就是指人体的正气，神气游行出入，就是流注。井、荣、输、经、合，是人体的输穴。”不难看出，人们是

错把神气游行出入的流注，与井、荣、输、经、合的俞穴混为一谈了。把这两种说法一并提出，加以比较，理论的差异真有天壤之别了。然而，令人遗憾的是，《灵枢经》很久以来就已失传，即或后人的理论观点有了错误，也难以对照《灵枢经》的原文加以查究了。

对于一个选择医生作为职业的人说来，至关重要的是阅读医书。读了医学书籍而仍不能成为称职医生的，大有人在，但从来没有不读医书而能胜任医师工作的。不认真阅读医书，又不是祖传世医的人，如果从事了医疗工作，那么，他们毁灭人命比起操刀执杖的歹徒将更为凶狠。所以古人曾有这样的说法：做晚辈的，如果不认真地读些医书，那也是不孝的行为。

我个人本是庸碌无才的人，可是从小时起，直到壮年，一直潜心研究医学这门学问，对于其中的理论，也涉猎了许多，有了一定的基础。于是我不揣冒昧，参考对照了一些书籍，对家藏旧本《灵枢经》九卷共八十一篇文章，进行了校正，并对一些难读的字，增写了音释，附在每卷的末尾。同时把原来的九卷拆开，订为二十四卷。这样做了之后，可能会使那些有志于治病救人的人，在读这部古书的时候，更容易感到明白通畅，而且避免了文字错误的扰乱。为此，我想把这部经过整理的古书公诸于世。除了已经写出报告通过所属的上司加以申明之外，又经批准由府指挥按照有关条例报转运司，选择官员，详细审定。并且准备好文字报告和样书，呈送秘书省国子监正式出版。我现在专门访求名医，详加审阅，进一步征求意见，以免出现疏漏，贻误后世。我觉得这样做将会给医学事业带来无穷的好处，而我自己也算做出了应有

的贡献。

宗绍兴乙亥年五月十五日
锦官城 史 崧 题记

卷之一

九针十二原第一

九针，指古代九种常用的针具。十二原，即十二原穴。原穴本是脏、腑之气表里相通之处，本篇所论，是指五脏所属经脉的俞，左右分别为五个，共计十个，再加鸠尾、气海，成十二之数。

本篇主要内容包括：一、介绍古代九种常用针具的名称、形状及用途。二、记述疾、徐、迎、随、开、阖等针刺手法，及其补、泻的作用。三、列举了针刺的注意事项和禁忌。四、指出针刺前诊脉、察目、观色，针刺时守神候气，把握虚实，正确运用补泻手法的重要性。五、说明各种误治的不良后果。六、指出分布在肘、膝、胸、脐等处的十二原穴及其与脏腑在病理上的联系，论述经脉的井、荣、腧、经、合各穴的命名含义。

黄帝对他的臣子岐伯说：我身为君主，十分爱护天下的

官民百姓，为了维持国家的用度，我还必须征收他们的租税。我哀怜老百姓生活贫困，不能自给，还经常发生疾病，痛苦不堪。因此，我想不采用药物和砭石的治疗方法，而用一根细小的针来疏通经脉，调和气血，通过调整经脉气血的顺逆出入，达到驱除病邪治疗疾病的目的。为了使针刺治病的技术完整地流传到后世，必须明确提出针刺的大法。为使它长久存留，永不泯灭，容易使用而又便于记忆，就要建立起条理分明、眉目清楚的理论体系。进一步分出不同篇章，区别表里层次，确定人身气血终而复始地循环于脏腑经脉阴阳内外的规律。也要把各种针具的名称、形状、用途等交待清楚。为此，首先要创立一部针经。我想了解一下您的看法。

岐伯说：让我尽自己所知，从一至九，按次序谈吧。这样将能够分出纲纪，使得条理清楚，始终不乱。小针治病，谈起来比较容易，而在技术上达到精妙的地步却较困难。低劣的医生，只知道根据病人形体表现，机械地拘守刺法而不知变化；高明的医生却能根据病人气血的盛衰，邪气的虚实，采用以调治气血为主的补泻手法。血气循行于经脉，出入有一定的门户，邪气从这些门户侵入人体，导致人体发病。医生若不详细审察病情，怎能了解病变发生的原因呢？至于针刺的奥妙，关键在于下针部位的适当和疾徐手法及时而正确的运用。粗鄙的医生只注意四肢关节的表现，而不了解气血盛衰和邪正虚实的情况，而高明的医生却能观察经气的动静，洞达虚实气机的瞬间变化。经气的循行，离不开腧穴，而邪气是随着经气流动的。在腧穴处所表现的经气虚实的变

化，是微小难见的，必须细心地认真体察。治疗中，邪气盛时，切不可用补法，以防留邪；邪气已去，正气衰时，切不可用泻法，以防伤正，懂得气机的虚实变化，才能正确运用补泻手法，不会有毫发之差；不懂得气机的虚实变化，就如同箭在弦上，不知及时准确地射出去一样。这当然不能达到预期的治疗目的。因此必须掌握气的往来逆顺盛衰之机，才能掌握针刺的正确时间。粗劣的医生对此昏昧无知，只有高明的医生才能体察它的妙处。所谓气的逆顺，是指在气去时经脉空疏为逆，气来时经脉充实为顺。懂得逆顺之理，就可以大胆依法针刺。能够迎着经脉的循行方向进针，以施用泻法，怎么会不使实邪得到宣泄呢？能够随着经脉的循行方向进针，以施用补法，又怎么会不使正气由弱转强呢？因此，正确掌握迎随的补泻方法，再加以用心体察施用的时机，认真地调整病变的虚实，疾病自然会解除。掌握了这些问题，针刺的道理，可说是完备了。

在用针的时候，要根据疾病的虚实而采用相应的补泻手法。正气虚用补法，邪气实用泻法，气血郁结的用破除法，邪气壅盛的用攻邪法。古书《大要》说：慢进针而快出针急按针孔的为补法，快进针而慢出针不按针孔的为泻法。针下有气感的为实，针下无气感的为虚。气本无形，似乎在于有无之间，要根据病的缓急及气的虚实以决定补泻的先后次序。根据气的行止，决定留针的久暂。如能掌握得法，就可以达到补虚泻实的目的，使患者感到补之若有所得，泻之若有所失。

调整虚实的重要方法中，以九针施治最为玄妙。补泻的