

《内经》导读

王保林 张景怀 主编

兰州大学出版社



内容提要

本书以阴阳、五行、藏象、经络、精、神、气、血、津液、病因、病机、诊断、治则、养生、病证、针灸为纲,精选了《内经》重要原文,紧扣原文主旨加标题,对难点加注释,对原文的解悟结合临床和当代研究加以按语。

同时简要介绍了《内经》各篇题义、主要内容、《内经》十三方、《内经》一般知识、成书时代、作者、书名由来、历代研究概况和学习方法,对学习《内经》导读。

该书精选《内经》主要内容,博采诸家之长,集当代对《内经》的研究,悟解《内经》对临床的指导,导读《内经》的宏旨,简明扼要,实用性强,可供各种不同类型学习《内经》的读者使用。

《内经》导读

王保林 张景怀 主编

兰州大学出版社出版

兰州市天水路216号 电话: 8883156 邮编: 730000

兰州大学出版社激光照排中心排版

甘肃省静宁印刷厂印刷

开本: 787×1092毫米 1/32 印张: 9.625

1996年5月第1版 1996年5月第1次印刷

字数: 205千字 印数: 1—3000

ISBN 7-311-00920-0/R·41 定价: 9.80元

序

《黄帝内经》为祖国医学之源泉，因成书代远年深，文字古奥，旨意难测，读者往往见而却步。后世医家虽多注释以显明经义，但卷帙浩繁，读之颇费时日，难获事半功倍之效。王君保林有鉴于此，下决心欲攻此难关，乃孜孜不倦，费二十余载之精力，研读经旨，结合自己临床经验，编撰《内经》导读一书，运用提炼手法，将经中繁难内容撮其要而阐明之。共提出阴阳、五行、藏象、经络、精、气、神等十余部分畅明论述。其理论精透，文字简明，通俗易懂，深入浅出，立足于临床，突出于实用，对各种常见病、多发病以及其他疑难杂证等均有详尽阐发，是一部实用性颇强之医著，堪称指向之南针。

王君为人，勤学好问，性喜钻研，每遇难题，即锲而不舍，晨曦子夜，梦寐以求，不达目的不止，《内经》导读一书即赖此毅力而成。这种数十年如一日之精神，足为后学之楷模。深望此书能早日付梓问世，诚为医界之大幸矣。

李子质 张应泰

1994 冬于兰州

自序

余每回首踏进中医之门时，老师要求学生背诵《内经》。当时不解，作了医生后临诊每遇困惑时，结合病证细细推敲《内经》旨义，顿觉豁然，付之实践，常有所得。吾曾聆听过当代著名学者任应秋、裘沛然、凌耀星、吴文鼎、张伯纳、殷品之、严二陵、李子质等教授的讲学，方悟出上至仲景乃勤求古训，博采众方，撰用《素问》、《九卷》、《八十难》始成《伤寒杂病论》。而当代学术造诣高深的学者无不穷究岐黄，探求《内经》，故尔背诵和精研《内经》实乃金玉良言。

《内经》文字古奥，文理渊深，学者意欲涉猎，多感难以入门，众多学者宿愿能有一册便于学习《内经》导读之书。为满足众多学习《内经》读者的愿望，吾历二十余载，博采诸家之长，集当代的研究精华，紧扣大学教材，结合临床实际，五易其稿方成，以导读《内经》。

中医理论深奥博大，而《内经》旨义更是精妙无穷，而本人学识浅陋，加之的一本小册子更难准确地导读《内经》的精髓，实乃向学习《内经》者抛了一块拙砖，以引出更好的精玉，以探讨岐黄之奥秘，挖中医之瑰宝，故恳请中医界学者与读者批评和指教。

本书承蒙甘肃省中医界著名老中医李子质主任医师和张应泰高级讲师作序，在出版过程中受到金川公司科协的大力支持，在此一并致谢。

目录

序

自序

1. 阴阳	(1)
1.1 阴阳学说的基本概念	(1)
1.2 阴阳学说的基本内容	(2)
1.3 阴阳学说在祖国医学中的应用	(4)
2. 五行	(8)
2.1 简述五行	(8)
2.2 五行学说在祖国医学中的应用	(8)
3. 藏象	(13)
3.1 藏象的概念	(13)
3.2 藏象的内容	(13)
3.3 藏象的特点	(15)
4. 经络	(23)
4.1 经络在人体的生理作用	(23)
4.2 经络在人体病理上的反映	(23)
4.3 经络学说在医学中的应用	(24)
4.4 十二经脉循行及其主病	(26)
4.5 经脉同络脉的区别	(37)
4.6 十五络脉	(38)
4.7 奇经八脉	(40)

5. 精、神、气、血、津液	(45)
5.1 精	(45)
5.2 气	(47)
5.3 血	(49)
5.4 津液	(52)
5.5 气血、津液之关系	(53)
6. 病因	(58)
6.1 分类	(58)
6.2 六淫	(60)
6.3 七情	(64)
6.4 饮食、劳逸、劳伤	(71)
7. 病机	(76)
7.1 阴阳	(76)
7.2 寒热	(79)
7.3 虚实	(79)
7.4 表里上下的病机	(81)
7.5 经气、经脉病机	(82)
7.6 病机十九条	(83)
8. 诊法	(87)
8.1 概述诊法之要	(87)
8.2 闻诊的论述	(94)
8.3 问诊	(95)
8.4 切诊	(96)
8.5 主病脉象	(100)
8.6 按诊	(108)
9. 治则	(111)

9.1	因地、因人、因时原则	(111)
9.2	标本原则	(114)
9.3	谨守病机原则	(117)
9.4	药性及制方法则	(123)
9.5	服药饮食忌宜	(126)
10.	养生与防病	(130)
10.1	论养生	(130)
10.2	养生与防病	(131)
10.3	论四时不同季节的养生	(132)
10.4	论从阴阳及治未病	(134)
10.5	早期诊断,早期治疗	(135)
11.	病证	(136)
11.1	痹	(136)
11.2	痿证	(141)
11.3	厥证	(146)
11.4	疟	(151)
11.5	咳	(154)
11.6	热病	(157)
11.7	黄疸	(164)
11.8	臌胀	(165)
11.9	论水胀	(167)
11.10	论痺	(168)
11.11	癰疾	(170)
11.12	狂证	(172)
11.13	论息積	(176)
11.14	论伏梁	(176)

11.15	论肠覃	(178)
11.16	论石瘕	(178)
11.17	论血枯	(179)
11.18	论偏枯	(179)
11.19	论痺	(180)
11.20	论真心痛	(180)
11.21	论厥心痛	(181)
11.22	论风	(181)
11.23	论痛	(185)
11.24	论十二奇邪致病	(187)
11.25	论肠澼	(191)
11.26	论痔	(191)
11.27	论鼻渊	(192)
11.28	论痤痂、疔、皲	(192)
11.29	论鼠痿、马刀侠癭	(192)
11.30	论胃脘痛	(193)
11.31	论痈肿	(193)
12.	针灸	(197)
12.1	针灸基本理论	(197)
12.2	针刺的临床应用	(206)
13.	《内经》各篇题义及主要内容	(225)
13.1	《内经·素问》	(225)
13.2	《内经·灵枢》	(246)
14.	《内经》十三方	(266)
14.1	汤液醪醴	(266)
14.2	生铁络饮	(266)

14.3	左角发酒·····	(267)
14.4	泽泻饮·····	(267)
14.5	鸡矢醴·····	(268)
14.6	乌鲂骨蕤苁丸·····	(268)
14.7	兰草汤·····	(269)
14.8	豕膏·····	(270)
14.9	陵翘饮·····	(270)
14.10	半夏秫米汤·····	(271)
14.11	马膏膏法·····	(271)
14.12	寒痹熨法·····	(272)
14.13	小金丹·····	(273)
15.	《内经》一般知识简述·····	(274)
15.1	《内经》成书的时代·····	(274)
15.2	《内经》作者·····	(274)
15.3	《内经》书名·····	(275)
15.4	历代研究及应用《内经》的概况·····	(276)
15.5	宋以后研究及应用《内经》的概况·····	(278)
15.6	《内经》的基本学术思想·····	(280)
15.7	《内经》的基本内容·····	(281)
15.8	简论学习《内经》·····	(282)
16.	古汉字常用通假字·····	(284)

1. 阴阳

1.1 阴阳学说的基本概念

1.1.1 天地万物、本于阴阳

阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万，天地阴阳者，不以数推以象之谓也。（《素问·五运行大论》）

阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万，万之大不可胜数，然其要一也。……阴阳之变，其在人者，亦数之可数（《素问·阴阳离合论》）

阴阳者，天地之道^①也，万物之纲纪^②，变化之父母^③，生杀之本始^④，神明之府^⑤也，治病必求于本。（《素问·阴阳应象大论篇》）

[注释]

①天地之道：天地：泛指自然界，道：规律。

②纲纪：纲领。

③变化之父母：事物变化之所由生，故谓父母。

④生杀之本始：生：发生，杀：死亡，本始：根本，由来。

⑤神明之府：神明，使事物变化的力量，府：所在之处。

[按语] 提纲挈领说明了阴阳学说的基本概念，且把阴阳的道理与医疗实践结合起来，这种朴素唯物论和自发辩证法为指导祖国医学的发展奠定了核心理论。

1.2 阴阳学说的基本内容

1.2.1 阴阳对立

天地者，万物之上下也；阴阳者，血气之男女^①也；左右者，阴阳之道路^②也；水火者，阴阳之徵兆^③也；阴阳者，万物之能始^④也。（《素问·阴阳应象大论篇》）

[注释]

①男女：阴阳互词。

②道路：阳升阴降之路。

③徵兆：徵：象徵，兆：应验。

④能始：能力的原始。

天为阳，地为阴，日为阳，月为阴。（《素问·六节脏象论》）

阴中有阴，阳中有阳。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；合夜之鸡鸣，天之阴，阴中之阴也；鸡鸣至平旦，天之阴，阴中之阳也。（《素问·金匱真言论》）

[按语] 阴阳对立之观点在自然界一切事物或现象中都普遍存在，包含着矛盾对立的思想。这种学说对人体的生理、病

理以及医生思维,指导辨证论治等方面有很重要的指导意义。

1.2.2 阴阳互根

阴在内,阳之守^①也;阳在外,阴之使^②也。(《素问·阴阳应象大论》)

[注释]

①守:守持于内。

②使:运使于外。

[按语]自然界中一切事物或现象都有对立统一的两个方面,相互依存,相互为用;这一辩证思想是祖国医学说明人体生理联系、病理变化,指导治疗的重要学说。

1.2.3 阴阳消长

故积阳为天,积阴为地,阴静阳躁^①,阳生阴长,阳杀阴藏^②,阳化气,阴成形。(《素问·阴阳应象大论》)

[注释]

①阴静阳躁:躁:动。静与动是相对而言,这是说明事物运动状态的两种相对概念。

②阳生阴长,阳杀阴藏:杀:收束或消亡,藏:潜藏,说明阴阳相互消长依存的关系。

[按语]自然界中阴阳消长是事物运动变化的基本方式,这一运动变化思想是祖国医学中有关人体生理、病理变化方面的重要内容。

1.2.4 阴阳转化

四时之变,寒暑之胜,重阴必阳,重阳必阴,故阴主寒,

阳主热；故寒甚则热，热甚则寒。故曰寒生热，热生寒，此阴阳之变也。（《灵枢·论疾诊尺篇》）

〔按语〕事物的质量变化是在有条件的情况下发生的，即“重”“甚”，故本文对研究人体的生理、病理变化、治疗方法有指导意义。

1.3 阴阳学说在祖国医学中的应用

1.3.1 用以说明人体的组织结构

人生有形，不离阴阳。（《素问·宝命全形论》）

夫言人之阴阳，则外为阳，内为阴；言人体之阴阳，则背为阳，腹为阴；言人体藏府中之阴阳，则藏为阴，府为阳；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。（《素问·金匱真言论》）

是故内有阴阳，外亦有阴阳，在内者五藏为阴，六府为阳；在外者筋骨为阴、皮肤为阳。（《灵枢·寿夭刚柔篇》）

1.3.2 用以说明人体生理功能

阴者藏精而起亟^①也，阳者卫外而为固也。（《素问·生气通天论篇》）

故清阳出上窍，浊阴出下窍^②；清阳发腠理，浊阴走五藏；清阳实四支，浊阴归六府^③。（《素问·阴阳应象大论》）

凡阴阳之要，阳密乃固。两者不和、若春无秋、若冬无夏、因而和之，是谓圣度^④。故阳强不能密，阴气乃绝；阴平

阳秘，精神乃治；阴阳离决^⑤，精气乃绝。（《素问·生气通天论》）。

〔注释〕

①起亟：亟：急，起亟：言急起而相应。

②清阳出上窍，浊阴出下窍；上窍：指五官之耳、目、口、鼻。下窍：指前后二阴。但此处清阳主要指呼吸之气及声、视、嗅、味、听等感觉功能，浊阴指大小便。

③清阳实四肢，浊阴归六府：此处清阳指充养四肢、产生动力热能之阳气，浊阴是指通过消化道的饮食物、糟粕和膀胱内的尿液。

④圣度：指最好的养生法度。

⑤离绝：分离决绝之意。

1.3.3 用以说明人体病理变化

阴胜^①则阳病，阳胜则阴病，阳胜则热，阴胜则寒，重寒则热，重热则寒。（《素问·阴阳应象大论篇》）

阳虚则外寒，阴虚则内热，阳盛则外热，阴盛则内寒。（《素问·调经论篇》）

〔注释〕

①胜：偏胜。指阴阳双方一方过于亢盛，超过和抑制另一方。

1.3.4 用以确定治疗原则

谨察阴阳所在而调之，以平为期。（《素问·至真要大论》）

阳病治阴、阴病治阳。（《素问·阴阳应象大论》）

审其阴阳，以别刚柔。（《素问·阴阳应象大论》）

善诊者，察色按脉，先别阴阳。（《素问·阴阳应象大论》）

1.3.5 用以归纳药物性能

阳为气，阴为味。味厚者为阴，薄为阴之阳；气厚者为阳，薄为阳之阴。（《素问·阴阳应象大论》）

气味辛甘发散为阳，酸苦涌泄为阴。（《素问·阴阳应象大论》）

小结

阴阳学说是古代的自然观，认识客观世界变化的基本要则。《素问·阴阳离合论》说：“阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万，万之大，不可胜数，然其要一也。”故广泛用于天文、历算、地理、农业、医学，这种朴素唯物论和自然辩证思想指导了祖国医学的发展。目前很多学者对阴阳学说进行了广泛的研究，取得了很大的进展。上海对“阴虚，阳虚”的研究，初步认为“阴虚，阳虚”与人体C Am p 及C G m p 有关；对“肾阳虚”与尿——17 羟皮质类固醇的研究等都取得了一定的成果，这充分说明祖国医学中的阴阳学说有着科学性。但也应看到，阴阳学说亦有其不够完善的地方，如“阴盛阳衰”、“阴虚阳亢”，此处“阴阳”则所指不同，前者所指“邪气”，后者所指“阴液”，在《内经》中阴阳所指十分广泛，各有不同，故容易造成概念混淆。正如张景岳所说：“以寒热分阴阳，则阴阳不可混，以精气分阴阳，

则阴阳不可离。”又如“重阴必阳；重阳必阴”，这种“重”是量变到质变的条件，“重”的程度很难掌握，造成病理变化上的模糊性等。但是“阴阳学说”必定是古代的自然观应用于医学，受着历史条件的限制，因此要用一分为二的观点去看待它，继承精华，弃其糟粕，使这一基础理论更好的为临床服务。

2. 五行

2.1 简述五行

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^①，以生喜、怒、悲、忧、恐。（《素问·阴阳应象大论》）

〔注释〕

①五气：张景岳：“五气者、五藏之气也，由五气以生五志。”

〔按语〕论述五行基本概念与人体的关系。

2.2 五行学说在祖国医学中的应用

2.2.1 以五藏为中心说明人体内与体外、局部与整体的关系

东方生风^①，风生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心^②，肝主目。其在天为玄，在人为道，在地为化^③；化生五味，道生智，玄生神。神在天为风，在地为木，在体为筋，在藏为肝，在色为苍，在音为角，在声为呼，在变动为握，在窍为目，在味为酸，在志为怒。怒伤肝，悲胜怒；风伤筋，燥胜