

江幼李

道家文化 与 中医学

福建科学技术出版社



中华文化与中医学丛书

赵朴初题

DAOJIA
HUA YU
JINGYIXUE

《中华文化与中医学》丛书

学术顾问：

费孝通 赵朴初 汤一介 董建华

耿鉴庭 裘沛然 邓铁涛 俞长荣

主 编：陈可冀

副主编：江幼李



序

中国传统医药学是一门临床实践性极强的科学，它既源于历代的医疗实践，也和数千年华夏文明息息相通。我从医四十年，临床诊疗之余，着力涉猎卷帙浩瀚的中医药学典籍，深深感觉到中国传统医药学思维和现代医药学有诸多不同之处，中国传统医药学在哲理上重视宏观思辨性，与后者比较，很具特色，在它身上，处处可以看到中国传统文化思想的脉络，看到中国医药学理论发展的源头或嚆矢；这使我对探讨光辉耀眼的中国传统文化与中医药学间的血缘关系，滋生了几分浓厚的兴趣。

《周易》以阳爻(—)和阴爻(--)为标帜所展示的阴阳概念，是日后传统中医药学阴阳理论的哲学背景；我国春秋时期的思想家李聃《道德经》关于“人法地，地法天，天法道，道法自然”等的议论，也可体察到中医药学中关于“天人相应”、“顺应自然”理论体系的特色和“天地是大宇宙，人身是小宇宙”的道文化的历史轨迹。《庄子》称：“易以道阴阳”，在中医临床诊疗中，阴阳辨证是中医最基本的诊断模式，据此得以立法处方。中医药学最有权威性的典籍《黄帝内经》不少章节，也是在老子“养生之道”的基础上发挥的，因而世有“黄老之学”之谓。庄周宗老子之论，有《养生主》独立篇章，并提倡老子静态气功，实为今日丰富多彩传统养生术之滥觞。《道藏》中的《钟离八段锦》、《太清导引养生经》，更是影响深远，流传至今，富实用性特点。

我出生福建，幼年时代在家居和社会间里中，几乎天天看到“求佛给众生治病”的举动，这也许就是不少香港老百姓所说的“佛

是大医王”、“佛是大药师”的意思。《药师经》称“老、病、死”是人的生理上的三种病，“贪、瞋、痴”是人的心理上的三种病；《大藏经》的论述医理，《易筋经》及《延寿经》之历久不衰，以及以“戒学”为基础的“佛家气功”，物我两忘的“坐忘”，今人仍在汲取其精华而行于保健防病。印度传统医学受佛学影响也很深，足迹未泯，所以1981年出访印度时，我对参观位于恒河沿岸之瓦拉纳西（Varanasi）的释迦牟尼故乡的佛教殿堂倍感兴趣。

说中国传统医学是在中华文化大环境中形成和发展的，还有更多生动的实例。《尚书·洪范》五行体系之在中医药学术中的兴替；《吕氏春秋》“筋骨瑟缩不达，故作舞以宣导之”的音乐舞蹈疗法思路，对后人皆多所启迪。至于殷墟甲骨文卜辞，马王堆汉墓帛书，龙门石窟医方及敦煌所见之中医药文化，皆十分诱人。他如贾谊《新书·胎教》之论孕期卫生，《礼记·月令》及《汉书·王莽传》关于尸解之阐述，《左传·僖公二十三年》“男女同姓（指同族婚配），其生不蕃”之谈优生，《周书·五会篇》及《汉书·平帝本纪》关于医疗养生设施之草创，《诗经》及《山海经》关于本草药石之认识，均可印证中华传统文化与中医学间之种种胶柱。

为了比较系统地阐发华夏文化与传统医学的因缘，三年前，在我回福建省亲时，与福建科技出版社谈及出版丛书的萌想，不意竟得到他们的很大共鸣，多方支持和鼓励。为此，我们着手这一比较吃力的工程。《中华文化与中医学》丛书将囊括中医学与远古文化、周易、儒文化、道文化、佛学、兵家、文物学、饮食文化、传统美学、文学、艺术、天文学、象数、史学、典章制度、民族学及民俗学等之间的联系，探隐溯源，继承发展。

为使丛书臻于完善，我们衷心感谢著名社会学家费孝通教授、著名宗教学家赵朴初教授、著名中国文化学家汤一介教授及著名中医学家董建华、袁沛然、耿鉴庭、邓铁涛、俞长荣教授俯任顾

问。赵朴初先生在与本丛书《佛学与中医学》作者耿刘同、耿引循访谈时，还曾议论了荀子“食气者寿”、孔子“治人事天莫若啬”、庄子“性与天道”及老子“心物不二”的论点与中医学及养生学的关系，至为可贵。

我希望本丛书对于开创从中国文化的各个层面和各个角度探究中国传统医药学的种种奥秘，起到那怕是一些推陈致新、继往开来的用处，就很满足了。丛书中各分册作者的学术观点可能不尽一致，有些是历来便有争议的，为了尊重各流派的观点，不强作统一，留供大家作进一步争鸣，而后完善。是为序。

陈可冀

壬申年霜降日于北京西苑

同年冬至日改写

弁 言

学过中医的人都知道，中医学又称“岐黄之术”。所谓“岐黄”，指的就是黄帝、岐伯。据传《黄帝内经》就是黄帝与岐伯等讨论生命科学与医学问题，上穷天纪，下极地理，远取诸物，近取诸身，更相问难，并与雷公之伦，授业传之而著作成书的。

我们知道《黄帝内经》是中国医学的奠基之作，乃是先秦至汉医学的总结，为中医理论之渊藪，被尊为“医家之宗”，《汉书》列为医经之首。千百年来始终指导着中医学术的发展，为中国医药学中无出其右的最为重要的典籍。

《内经》非一人一时的作品，已有公论。但冠之以黄帝之名，总有一定深意。只是以往研究中医者，对《内经》命名之义大多忽略，并不相信“黄帝”为医学之宗。认为是世俗之人，著述多尊古而贱今，托名方能入说。黄帝成为“托名”，这就影响了对《内经》的研究，也影响了对中医学深层的文化蕴涵的研究。

其实，以岐黄代称中医，正可概见中华文化与中医学的血缘关系中，当首推于道，而非儒、佛及其他。就依《淮南子》的说法，“世俗之人，多尊古而贱今，故为道者必托之于神农黄帝而后能入说”而论，也只能说明托名黄帝、神农之书，大多应归入道家之说。比照这一标准，中医学现存古典文献中可以称“经”的，计有九种：

1. 《黄帝内经》
2. 《黄帝八十一难经》
3. 《神农本草经》

4. 《伤寒论》
5. 《金匱要略方论》
6. 《中藏经》
7. 《脉经》
8. 《黄帝针灸甲乙经》
9. 《黄帝内经太素》

其中仲景之书，撰用《素问》、《九卷》、《八十一难》、《阴阳大论》、《胎产药录》、并《平脉辨证》，论广《伊尹汤液经》而成，也是继承、研究和发挥黄帝等道家之学的。从上面所列，我们可以看出，除《神农本草经》外，其余几种大都是研究和发挥《黄帝内经》的著述。于此可知《黄帝内经》于中医学的重要，清人陈修园称黄帝为医学始祖，洵不为过。

过去研究道家之学，多重视“老学”，限于资料，对“黄学”研究甚少。近年来由于马王堆汉墓帛书《黄帝四经》的出土，对道家“黄老之学”的“黄学”研究，逐渐引起人们兴趣。

作为中医理论渊藪的《黄帝内经》，千百年来一直是中医经典，历代奉为主臬。然而《内经》除了是一部医经以外，也是“黄学”中举足轻重的一部重要典籍。

我想强调指出的是，历史上最著名的整理次注《黄帝内经》的唐代大医学家王冰曾说：“冰弱龄慕道，夙好养生，幸遇真经，式为龟镜。”把《内经》视为道门“真经”，尤其使业中医者怦然心动。足见黄帝是医、道共尊的宗祖。我这样说的目的，是旨在揭示道与中医存在着内在的本质联系。

为什么会有这种本质的联系呢？一个合理的解释就是，道之与医，本就是同源同根的。医道同源，医道相通。

道与医的共同源头又在哪里呢？应推源到“巫”。上古“巫”与“史”、“祝”、“卜”、“医”有分工，也有联系。

道与巫的联系，可以上溯到“绝地天通”的重黎。重黎就是唐尧时掌管天地四时之官的羲和，深知天道，既是史官，又是能交通天地神鬼的巫，符合《汉志》“道家者流，盖出于史官……讲究君人南面之术”的记载。在我国古史文明中，夏禹无疑是最值得注意的一位历史人物。他既是一位“有道”的明君，也是一位先巫，属巫的“禹步”，就是他的发明。他出生于四川省北川县，属古氏羌族团首领，该地巫风极盛，至今“禹步”犹存。

医与巫更是息息相关。传说中的巫咸、苗父都是巫而兼医的人物。巫咸又是殷中宗之世的重臣，佐治朝政，一说以鸿术为帝尧之臣。

总之，道之与医确实存在着血缘的联系。这样我们就不难理解，中医学要求医之道与道之道，都是要“道上知天文，下知地理，中知人事，可以长久，以教众庶，亦不疑殆，医道论篇，可传后世，可以为宝”（《素问·著至教论》），而葛洪更是明确提出“古之初为道者，莫不兼修医术”（《抱朴子·杂应》），学道必须先学医了。

我一向认为，中医学有它独特的医学理论体系和宏富的医疗经验。作为一门学科，它既古老而又年青，富于无穷的生命力，至今仍然在不断地向前发展。丰富和发展中国医药学，正是我们每一个中医工作者光荣而又艰巨的任务。为此，理清中医学与中华文化的脉络，找到它的源头，追寻中医学的发展道路，古为今用，就显得格外重要。这就是我们研究道与中医学的出发点与归宿。

研究的结果表明，道是中医学术之根柢。这是因为道家思想是构建中医理论的基石，道门医学对中医学有特殊贡献，历史上涌现过众多的道医人物，推动了中医学的发展，《道藏》中有丰富的医学成就。别的不说，山源、天真、凤髓、曲津等穴就是中医针灸书籍不载的经穴，而仅见于道书。更不用说大量的道门秘方

目 录

序	陈可冀 (1)
弁言	(1)
第一章 道——中医文化之根柢	(1)
第一节 道文化与中医学的关联	(2)
第二节 道家——哲人巫术与方士	(10)
第三节 道术	(15)
一 道术之一——符篆	(16)
二 道术之二——气	(21)
三 道术之三——药	(25)
第四节 道徽——太极图说	(28)
第五节 太极图说补	(37)
第六节 《内经》太极图	(43)
第二章 道家思想是中医学理论基石	(49)
第一节 由道而气	(52)
第二节 道法自然与“人与天地相参”	(65)
第三节 五运阴阳天地之道	(75)
一 阴阳应象	(75)
二 阴阳的起源与一分为三	(80)
三 五行体系的建立	(91)
第四节 藏象学说的演进	(103)
一 五藏说及其受到的挑战	(104)
二 九藏说	(108)

三	十一藏与十二藏·····	(111)
第五节	医经取材道经·····	(114)
一	摄生中的“其民故曰朴”·····	(115)
二	“德全不危”与医经论“德”·····	(117)
三	真人至人圣人贤人·····	(120)
四	“一者因得之”与“得一”·····	(124)
五	损有余、补不足的论治原则·····	(126)
六	治未病的预防思想·····	(129)
七	周天、清静及其它·····	(132)
第三章	道门医学的贡献与思考·····	(137)
第一节	内炼术与经络学说的起源·····	(138)
一	先有经后有穴·····	(140)
二	导引行气与经络的发现·····	(143)
三	内炼家的奇穴·····	(144)
四	真诰发现风徊、曲津等灸穴·····	(147)
五	道枢四穴·····	(149)
第二节	房中要术·····	(151)
一	素女房中术·····	(153)
二	玄女房中术·····	(162)
三	采女房中术·····	(165)
第三节	气功之名出自道医·····	(166)
第四节	石药、禁经及其他·····	(170)
一	石药尔雅·····	(171)
二	禁经·····	(175)
三	荧火丸——符即是药·····	(181)
四	太素脉说·····	(183)
第四章	历史上著名道医述评·····	(185)

第一节	上古先秦时期·····	(187)
一	巫咸、巫彭·····	(191)
二	赤松子·····	(192)
三	岐伯·····	(193)
四	俞跗、少俞·····	(195)
五	伯高·····	(196)
六	扁鹊·····	(197)
七	九霄君、桐君·····	(201)
第二节	秦汉晋南北朝时期·····	(203)
一	李少君·····	(204)
二	巫炎、八公·····	(206)
三	刘安·····	(208)
四	淳于意·····	(209)
五	张仲景·····	(212)
六	壶翁·····	(215)
七	左慈·····	(216)
八	华佗·····	(218)
九	封君达·····	(221)
十	皇甫谧·····	(223)
十一	葛洪·····	(225)
十二	胡洽·····	(227)
十三	陶弘景·····	(228)
第三节	隋唐宋时期·····	(232)
一	苏元朗·····	(235)
二	孙思邈·····	(235)
三	司马承祯·····	(240)
四	王冰·····	(242)

五	胡愔	(245)
六	蒯道人	(245)
七	陈抟	(246)
八	王怀隐	(249)
九	张伯端	(250)
十	崔嘉彦	(254)
第四节	元明清时期	(255)
一	马丹阳	(259)
二	赵宜真	(266)
三	朱权	(267)
四	孙一奎	(268)
五	赵献可	(271)
六	喻昌	(272)
七	韩懋	(274)
八	傅山	(274)
九	徐大椿	(276)
第五节	近现代时期	(281)
一	陈樱宁	(281)
二	蒋维乔	(283)
三	张觉人	(287)
第五章	道藏中的医药成就	(289)
第一节	道藏简述	(289)
第二节	养生术	(293)
一	精神修炼——养神	(294)
二	呼吸胎息——养气	(300)
三	形体锻炼——养形	(311)
四	食养食治——服食	(327)

第三节	内科秘传·····	(336)
一	扁鹊方·····	(337)
二	淮南方·····	(341)
三	华佗方·····	(344)
四	肘后方·····	(346)
五	《千金方》与《太清丹经要诀》·····	(350)
六	四气摄生图方·····	(355)
七	其他道门医书医方·····	(358)
第四节	外科及其他秘传·····	(366)
一	刘涓子鬼遗方·····	(369)
二	仙授理伤续断秘方·····	(371)
三	仙传外科集验方·····	(373)
四	仙传济阴方·····	(375)
五	谢道人方·····	(377)
第五节	重要医学道书·····	(379)
一	周易参同契·····	(379)
二	太清金液神丹经·····	(381)
三	黄庭经·····	(383)
四	太清石壁记·····	(386)
五	太清玉碑子·····	(387)
六	五厨经注·····	(388)
七	天隐子·····	(389)
八	入药镜·····	(392)
九	悟真篇·····	(394)
后记	·····	(398)

第一章 道——中医文化之根柢

鲁迅曾经说过：“中国根柢全在道教，……以此读史，有多种问题可迎刃而解。”^① 原来道教植根于中国文化土壤，在长期发展融合过程中，它不仅承继道家思想，还兼收儒、墨、兵、法各家，因而道教糅合了众多中国民族民俗文化，并把纷繁驳杂互不相干的哲理、神话、巫术，“整合”成一个整饬有序、复杂庞大的宗教体系，是中国唯一土生土长的宗教。道士蓄发戴冠，很有些像儒生。不讲四大皆空，不禁婚、不放生、不禁人欲，主张现实与未来结合，易为人们接受。虽然它也有一套神谱、符箓、斋醮，属于宗教的内容，但更多的是一些积极的东西，不脱离自然科学，不尚空谈，比较实干。道教追求神仙与长生，目的是满足现实世界人们希望享乐长寿的心理欲望。道教注重医药、天文、军事、建筑、堪舆、水利，武术对中国社会、经济、文化、科学的发展有很多贡献。只须看一看，中国历史上一些杰出人物，如葛洪、孙思邈、诸葛亮、李靖、刘伯温，不少是羽扇纶巾的道士。火药的发明，大屋顶的建筑（类似道冠），炼丹术带来的医药学和化学的发展，内丹气法对健身的作用，甚至堪舆术帮助营造不发洪水、免除自然灾害、巍峨壮观的十三陵等等，也都是道士的功绩，便知道教富于积极进取之精神及人们何以不憎道士之端倪。

道教的起源，有种种说法。比较可信的说法是老庄道家思想为道教的正源，其建教始自汉末之太平道与五斗米道，创自“三

^① 《鲁迅全集》第9卷第285页，人民文学出版社1958年第1版。

张”（张陵、张衡、张鲁），尊老子为宗。^①《三国志·张鲁传》引《典略》谓五斗米道法“主以《老子》五千文，使都习。”近人陈国符研究认为：“盖总括此中国本有之诸道术者，谓之道教。于是金丹、仙药、黄白、玄素、吐纳、导引、禁咒、符篆之术，靡不统属焉。其杂而多端也宜矣。始则颇乏条贯，至南北朝稍仿佛教而改变之，然后蔚然为中国三教之一。”^②道家之说，原本就杂而多端，蔚然成教，除了教理教义，还须编制神谱、议定仪式、建立教规、发展组织，成熟定型，自然是一个漫长的过程。然则道教虽不同于道家，但溯源于道家，已无疑义。可见要研究中国根柢，还需研究道家。

从道家、道教的角度“切入”研究中医学与中华文化的渊源关系，是一个人们很少涉足的领域，惟其如此，愈是诱人。

第一节 道文化与中医学的关联

道文化包含道家文化与道教文化两个方面。前者由来已久，可以上溯到中国古代文明，其代表人物为黄帝、老子、庄子，世称“黄老之学”，“老庄之学”，对中国哲学、政治思想、文学、艺术以及医学都产生过极为重要的影响。在诸子百家中，道家与儒家、法家，鼎足而三，构成了中华文化不可分离的有机部分。中国医学，直至今日，仍或多或少受道家思想影响。中医的许多古典医籍，不用道家的眼光去看，简直就是天书，休想明白其究竟。道家思想与中医学相关者最重要的大约有四点：

第一，“崇尚自然”。道家认为自然界有其自身客观规律与法

① 《魏书·释老志》说：“道教之源，出于老子……为飞仙之祖。”

② 《道藏源流考》

则，不受人主观意志所改变，所谓“飘风不终朝，骤雨不终日，孰为此者，天地。”^①人们只有顺乎自然，才能改造自然。用老子的话来说叫做“道，法（遵从，效法）自然”^②。古代道家，虽隐于世，但却有更多时间与精力观察自然，探索大自然之“道”。解析“道”的字形，包括“首”（头）与“辵”（走），意指“道路”，必由之路。这需要用“目”去观察，用头脑（首）去思索。道家不求显于朝，而退隐于山林之中，远取诸物，近取诸身，冥思苦想自然界的秩序与规律，终于悟道，而有《道德经》的问世。有趣的是，这种探究自然之秘的方法，也为中医所用。于是传说中的医学家黄帝与岐伯（相传为医学鼻祖，故中医学又称岐黄之术），在上穷究天体五运六气的运行规律（气候），在下研极地理环境影响健康疾病的因素（地候），远取之于物（物候）进行比较，近取之于身（病候）进行分析，深入研究，反复诘难，总结归纳中医学基本理论与诊治方法用以造福万世。并且在向雷公（黄帝医学侍臣，属辈分较低的年青医学家，与俗传电母雷公中雷神之关系待考）之辈传授学业的教学过程中，师弟问难，集其大成，才完成《内经》这一经典医著。^③

崇尚自然，顺乎自然的思想，在《内经》中赋予了医学涵义而得到深刻发挥。有一篇《师传》（先师心传）的论文，记述了黄帝与岐伯的问答：

黄帝曰：余闻先师，有所心藏，弗著于方。余愿闻而藏之，则而行之，上以治民，下以治身，使百姓无病，上下和亲，德泽下流，子孙无忧，传于后世，无有终时，可得闻乎？岐伯曰：远乎哉问也。夫治民与自治，治彼与治此，治小与

① ②见老子《道德经·二十三章》、《道德经·二十五章》

③ 林亿《重广补注黄帝内经素问序》

常，知常曰明。不知常，妄作，凶。”^①就是参透了万物生、长、静、复的规律。这里“静”就是盛极而衰、衰极而复的中介，是复生的基础，是生命力最强的表现。惟其清静，才能保持冲和之气；惟其清静，自然界才呈现有序化；惟其清静，人体之经气才会正常运行，大约中医学也看准了这一点，所以《内经》的作者说：

苍天之气，清净（静）则志意治，顺之则阳气固，虽有贼邪，弗能害也，此因时之序。

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。

《素问·生气通天》

前者是说在天之六气，需要按时序运作，保持清静之有序，而人顺应六气的变化规律，阳气才可固秘（固，秘也，静也），正气充盈，虽有外邪，亦不会致病。后者是指在人嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心，不妄作劳，人之内环境清静，就能肉腠闭，皮肤密，淫邪内拒，虚邪不侵。此外，中医学还认为“阴气者，静者神藏，躁者消亡”^②，“阳气者，精者养神，柔者养筋”，^③也是阐发清静养气，无违生命规律的道理。阴阳二气为构成人体基本物质，为生命的根本，不耗不伤，必清必静，自能保养天真。

第三，注重实践。即道家所说“善弓者师弓，不师羿。善舟者师舟，不师羿。善心者师心，不师圣。”^④“治水者，茨防决塞，九州四海，相似如一，学之于水，不学之于禹也。”^⑤道家法于自然不是单纯地观察了解，而是还要设法去实践，实验，去进一步观察了解自然，以便掌握、利用和改造自然。实践，认识，再实

① 老子《道德经·一十六章》

② ③见《素问·痹论》、《素问·生气通天论》

④ 《关尹子·五鉴篇》

⑤ 《慎子·佚文》