

中醫自學叢書

第五分冊 內經

楊 亞
醫 主
編 編



中 医 自 学 丛 书

第五分册 内 经

主 编 杨医亚
副主编 陈孟恒 夏锦堂 王体仁
岳伟德 李彬之 王云凯
作 者 宗全和 杨传薪

中 医 自 学 丛 书

河北科学技术出版社

编 委

(以姓氏笔划为序)

于鸿玲	王体仁	王云凯	刘世昌
刘保和	许占民	李彬之	杨医亚
杨牧祥	陈孟恒	陈举云	岳伟德
宗全和	夏锦堂	郭忠印	温金锜
薛 芳	戴桂满		

中医自学丛书

第五分册 内 经

主 编 杨医亚

副主编 陈孟恒 夏锦堂 王体仁

岳伟德 李彬之 王云凯

作 者 宗全和 杨传薪

河北科学技术出版社出版 (石家庄市北马路45号)

河北新华印刷一厂印刷 河北省新华书店发行

850×1168毫米 1/32 10.75印张 2插页 268,000字 印数: 1—4,810 1987年9月第1版
1987年9月第1次印刷 统一书号: 14365·45 定价: 2.00元

ISBN 7-5375-0003-7/R·1

出版说明

中国医药学是我国人民长期与疾病作斗争的智慧结晶。但是，由于中医理论体系的形成很早，其经典著作如《内经》、《伤寒》、《金匱》等，多属文简意博、理奥趣深之作，学习不易，掌握尤难。为帮助广大基层医务人员和有志于继承发扬祖国医药学遗产的同志，学好中医中药知识，编写一套自学丛书，是我们多年来的宿愿。为此，我们组织了具有多年教学、医疗经验的教授、副教授和讲师，担任了各分册的编写工作。

全书共分基础、诊断、中药、方剂、内经、伤寒、金匱、温病、内科、外科、妇科、儿科、五官科、针灸、医古文、中国医学史等十六个分册，共计三百余万字。

本书是以全国中医院校统编的试用教材为蓝本，采取讲稿形式编写的。对经典部分，除必要的注解和语释外，针对不同的章节、段落提出要点，进行具体分析，尽量做到深入浅出，通俗易懂；对涉及临床的部分，在分析病因病机、辨证论治之后，选择出若干有助于学习和理解的医案、医话，并提出值得思考的问题，从而使读者把学习、思考和应用三者统一起来。这样，在阅读本丛书时，就如亲临课堂，聆听讲授，既可通过它来解除自学中的疑问，又可受到一定的启发和引导。

本书不仅可供初学中医及基层医药卫生人员自学之用，而且也可作为中医大专院校学生和中医函授学习参考用书。

由于我们对编写这样一套自学丛书，还缺乏经验，加之水平有限，时间仓促，不妥之处，在所难免。因此诚恳地希望读者提

出宝贵意见。

本书承蒙中华全国中医学会副会长吕炳奎、河北省卫生厅厅长傅大为、浙江中医学院院长何任教授、广州中医学院副院长邓铁涛教授、北京中医学院赵绍琴教授为书作序，全国著名书法家赵朴初为本书书名题字。对此，特表谢意。

《中医自学丛书》编委会

序

医者，道也。医命之道，贵在专深。有谓“民不死于病而死于医，是有医不若无医也；学医不精，不若不学医也。”然中医学内容极为丰富，其著作浩如烟海，若一一遍读，实非朝夕易事。杨医亚教授从事中医教学近四十年，积累了丰富的教学经验。为了普及中医，提高中医素质，振兴中医事业，他组织河北二十多位教授、讲师、主任医师和主治医师，共同编写了这套《中医自学丛书》。在编写中，既突出了个人专长，又发挥了集体智慧。全书始自基础理论，终自临床各科，共十六个分册，三百余万言。他们博引古论，广采今说，内容翔实，立言精审。书中说理允当，论治中肯；阐微透澈，述要不赘；文字精练，通俗易懂。正当全国人民努力学习科学知识，为振兴中华奋发之时，是书出版，不仅为自学中医者提供了一套良好的教材，而且也将成为中医和西医学习中医者的有益参考书。常言“为学之道，譬如积薪”，广大自学中医的同志，只要奋发努力，持之以恒，以苦作舟，以勤为径，就会学好中医，成为一位高明的中医工作者，乃至登仲景之堂，入轩岐之室，为继承发扬祖国医学作出贡献！

中华全国中医学会副会长 吕炳奎

序

杨医亚教授主编的《中医自学丛书》，阅后颇感所选内容和体裁，确有独到之处。此书从中医基本理论、经典著作、药物、方剂直至内、外、妇、儿、五官、针灸等临床各科，凡当前中医院校开设之中医课程，无所不备，这就使读者身在校外却能学到和在校学生同样多的中医学知识。这套丛书在写作上，既注意保持中医特色，又力求深入浅出，从而使经典原著变古奥为通俗，化艰深为浅显。同时还尽量做到理论联系实际，既有原则指导，又有具体例证，能够帮助读者举一反三，触类旁通。因此，可以说这是一部很适时而又切合实用的中医自学丛书。

自学成才的人，古往今来，比比皆是。有很多名中医就是自学成功的。就拿我们河北来说，历史上名医辈出，远如秦越人、刘河间、张元素、李东垣，近如王清任、张锡纯。他们学识渊博，医术高明，主要是自己努力登攀而名著于世的。当今的学习条件远胜古时，而这套丛书的问世，又将给自学中医者带来很大方便。我们只要有古人那种“囊萤”、“映雪”和“凿壁偷光”的精神，勤奋学习，刻苦钻研，持之以恒，就一定能使自己成为合格的中医人才。我深切期望在我省能出现一批自学成才、品学兼优的年青一代中医，造福于桑梓，使杏林橘井，济世活人，传为美谈，则燕赵之地也必将再度成为名医之乡。

河北省卫生厅厅长 傅大为

序

中国医药学是一个伟大的宝库，源远流长，典籍之多，浩如烟海，初学者往往因难于掌握而望洋兴叹，如何帮助习医者学好中医中药，我中医工作者责无旁贷。近年来中医指导自学诸书，时有所见，整理提高，已迈出可喜之一步。

《中医自学丛书》系经杨医亚教授等多年编撰而成。本书以全国中医院校编的试用教材为蓝本，采用讲稿形式编写，内容既有经典理论，又及临床各科。汇成十六分册，合计三百余万言。为目前已出版自学丛书中一大巨著。编者对中医学术造诣较深，且有丰富教学经验，样稿成后，又广泛征求意见于基层，可见写作态度之谨严，发挥各自精专，乃成集体智慧之结晶。故其问世，必将受广大读者之热烈欢迎。

本书于经典古籍，提出必要之注解与语释，指明段落要点，层次井然，简明扼要，能彰经典古籍之隐旨，益以自己之领悟，启迪后学，然非作者了然于心，读者决不能了然于目；对临床各科，以学习、思考、应用三结合，其旨在于学以致用，能活泼泼地运用于临床，益以触类旁通，可因此而悟彼，见微而知著。因此，本书实为自学者之良师益友，深造者发蒙解惑之津梁，盖新知实由温故，深造必自逢源。在《中医自学丛书》问世之际，聊叙数言，何敢云序，谨表祝贺之忱。

浙江中医学院 何 任

序

中国医药学是一个伟大的宝库，这个宝库之所以是伟大的，不仅因为有几千年的实践经验，更重要的是因为有独特的理论体系。世界各国都有其传统医学，但多数已不复存在了。而中医医药学，至今仍然显示其独有的光辉。要发展祖国传统医药学，就要造就一支强大的中医队伍，一是靠中医院校培养，二是靠自学。进学校学习固然是好，但人数有限，所以自学就成为造就人才的重要途径之一。而中医医药书籍，汗牛充栋，浩如烟海，并且文字古奥，这又给自学者带来很大困难。河北医学院杨医亚教授，早在三十年代末就从事中医教育，四十多年的教学和医务生涯，使他积累了很多宝贵的经验。为了适应自学成才的需要，杨教授组织了二十多位教授和讲师，编写了这套《中医自学丛书》。全书十六个分册，包括基础理论与临床各科，系统地介绍了中医的理论和各科疾病的防治技能，文字通俗易懂，内容简练精悍，是一套自学中医的好教材，相信此书出版，一定能帮助广大基层医务人员学好中医，从而为培养人才、发展中医药作出贡献。故乐为之序。

广州中医学院 邓献涛

序

祖国医学，源远流长，医学著作，浩如烟海。经典著作，因年代久远，文字古奥，读之非易，其言简义深为医之本源，后世著作，虽论述较为详尽，但仍源于内、难、金匱、伤寒。有志于中医者，须深究经典，博涉诸家，其所以立起沉痾，拯危重于顷刻，而明其千古不谢，保中华民族繁衍昌盛。进而用于临证之中。所谓“将升岱岳，非径奚为，欲诣扶桑，无舟莫适。”此套自学丛书，是为初学之径舟也。

是书博及经典著作及各科临床，系统详尽，诚为学者之良师益友，并为临床参考之用，普及提高兼而顾之，本书的出版将为中国医学的发展与繁荣做出其应有的贡献。

北京中医学院 赵绍琴

凡 例

一、本书选取《内经》中较为重要的原文加以归类，分章讲述。计分阴阳五行、脏象、经络、病理、诊法、治则、摄生等七章，书末附编“《内经》运气学说简介”。

二、本书所选原文，以人民卫生出版社一九六三年出版的《黄帝内经素问》及《灵枢经》为底本。

三、各节原文之下，分设“提要”、“注解”、“串讲”、“分析讨论”各项。“提要”部分指出该节经文的主要内容和观点。“注解”部分是解释难懂的词句、标明难读字的读音及少量文字校勘。注解力求浅显易懂，尽量用白话文字表达，避免过多地引注或以经解经。“串讲”部分是用现代汉语叙述原文的内容。“分析讨论”部分是对原文所论述的内容进行归纳和进一步的分析，对其理论价值、临床意义做出评价，提出编者对原文的认识及对相关文字展开讨论。

四、每章开首列有“概述”，对全章内容进行简单概括的介绍。每章结束列有“小结”，对本章的观点做扼要的归纳总结。

五、《内经》一书，历代注家颇多，为避免纷纭杂沓，注释讲解时，尽量选采合理的观点，而不一一罗列古人的见解。遇有古注皆难相从的问题，直以编者的认识作注释，不另说明。

中医自学丛书

- | | |
|-------|-----------|
| 第一分册 | 基础 |
| 第二分册 | 诊断 |
| 第三分册 | 中药 |
| 第四分册 | 方剂 |
| 第五分册 | 内经 |
| 第六分册 | 伤寒 |
| 第七分册 | 金匱 |
| 第八分册 | 温病 |
| 第九分册 | 内科 |
| 第十分册 | 外科 |
| 第十一分册 | 妇科 |
| 第十二分册 | 儿科 |
| 第十三分册 | 五官科 |
| 第十四分册 | 针灸 |
| 第十五分册 | 医古文 |
| 第十六分册 | 中国
医学史 |

目 录

绪论	(1)
第一章 阴阳五行	(10)
第二章 脏象	(54)
第三章 经络	(112)
第四章 病理	(155)
第五章 诊法	(202)
第六章 治则	(236)
第七章 摄生	(271)
附编 《内经》运气学说简介	(300)

绪 论

《黄帝内经》是我国现存最古老的较完整的医学典籍，至今，已有两千年的历史。它总结了汉代及其以前祖国医学的理论和经验，并使之系统化，是祖国医学的奠基性著作。它的各种观点是中医学的理论基础，多年来一直有效地指导中医的临床，后世医学理论的发展也都取源于它的思想。《内经》在我国医学史上有着崇高的地位和重要的影响，至今仍有效地指导着中医临床实践。

现将《黄帝内经》的构成和命名、成书年代、主要内容、沿革情况及后世注解该书的各家作一扼要的介绍。

一、《黄帝内经》的构成和命名

《黄帝内经》简称《内经》，包括《素问》、《灵枢》两部分。《素问》、《灵枢》各九卷八十一篇，共十八卷、一百六十二篇，近二十万字。其中绝大部分篇章以黄帝与其臣子互相问答的体例写成，也有一小部分属直接论述。

《内经》的名称，是与《外经》相对而言的。所谓“经”，系指载有重要理论的具有典范性的书籍，内、外就是上、下的意思。一部医学经典，分成上、下两部分，上部称“内经”，下部称“外经”。在古代，这两部分同时并存，所以《汉书·艺文志》这部图书目录中记有“《黄帝内经》十八卷，《外经》三十七卷”。

关于《素问》的命名，北宋高保衡、林亿等说：“所以名《素问》之义，全元起有说云：‘素者，本也。问者，黄帝问岐伯也。方陈性情之源，五行之本，故曰《素问》。’元起虽有此解，义未甚明。按《乾凿度》云：‘夫有形生于无形，故有太易，有太初，有太

始，有太素。太易者，未见气也；太初者，气之始也；太始者，形之始也；太素者，质之始也。’气、形、质具，而疴瘵由是萌生，故黄帝问此太素，质之始也。《素问》之名，义或由此。”高、林等人的这种解释，是从世界上物质形体的发生由无到有，由隐到显的不同阶段出发，提出到了“太素”的阶段，气、形、质兼具之后，疾病开始发生。对这个阶段所进行研究考察，提出疑问，加以解释，就称作《素问》。

关于《灵枢》的命名，明代张介宾说：“神灵之枢要。”即人体灵动的生命力之关键所在，也就是人体生命奥秘的原理。

二、《黄帝内经》的成书年代

《内经》的最初成编，约在西汉的中、晚期。这个时期的《内经》，转引和综述了大量战国末期以来的医学古籍，也结合了当时的医学成就。在后来的流传过程中，又被后人增补了若干内容。所以，我们今天所看到的《内经》，既包括成编时期的原始内容，又包括后人补入的内容。因此，就现存内容来看，人们都认为它“非出于一时一人之手”，是在一个相当长的历史过程中，逐渐形成现在的规模的。

同样，由于《内经》成编时期引用和综述了许多更古的医籍的内容，所以也有人认为它的成编是在战国时期或更早的年代，实际上这是一种误解。许多历史资料证明，《内经》的出现要晚于西汉初期成书的史学专著《史记》。而《内经》的书名又被记载在西汉晚期的图书目录《七略》中，所以基本上可以断定《内经》的成编时代，当在西汉的中、晚期。

关于《内经》的作者，现在没有可以查证的历史资料，因此不能确定。至于书名中的“黄帝”，以及问答的发言人黄帝及其臣子，都是后人在遵古之风盛行的形势下，为取信于人而伪托设计的，真正的作者与此毫无关联。

三、《黄帝内经》的主要内容

《内经》的内容十分丰富，除了论述医学基础理论和医疗经验之外，还记述了古代有关哲学、天文、气象、历法、地理、生物、心理等方面的知识，是一部以医学为中心的多学科的综合科学巨著。

《内经》的主要内容，包括以下八大类。

1. 阴阳学说和五行学说。《内经》把阴阳和五行的哲学思想引入医学领域，同时对它们的基本概念和具体内容作了阐述，并以这些思想为指导，构造了中医的理论体系，探索和解释了自然与人体生命的各种现象以及二者的关系。在《内经》里，阴阳学说和五行学说，不仅作为医学理论的哲学指导，而且深入到医学的各个环节，使哲学观念直接成为医学具体内容的一部分。这些学说在《内经》中占有十分重要的地位。

2. 人与环境。《内经》论述了自然界的统一性和整体性，也论述了人产生于自然的朴素唯物观点，并由此提出人与自然事物息息相通，生命活动在节律上、运动方式上都受自然界的活动的密切影响。这些观点贯穿到摄生、生理、病因、病理、诊断、治疗的各个方面，是中医学理论的主要特色。同时《内经》也对人类赖以生存的社会环境对人体健康的各种影响，作了深入的分析，并隐约地提出了对于有利于人类身心健康的理想社会的追求，尽管它所推崇的社会理想有相当严重的消极因素，但却明确地认识到社会环境以及由此而确立的人类精神物质生活内容，在保健和医疗上的重要性。这些认识丰富了中医摄生学、护理学、病因学、治疗学的内容。

3. 脏象和经络学说。《内经》从功能现象上入手，在简单的解剖知识基础上，研究了人类的生理活动规律，创立了脏象学说和经络学说。脏象学说揭示了人体各功能系统的作用和内外联系，除论述人体脏腑的功能之外，还指出了精、神、气、血、津液等的生

理作用。经络学说提出了人体的联络、运输、传导和营养系统的构成和作用。这些学说所反映的生理观点，突出了人的整体性、人与外界环境的统一性，从而确立了中医学理论体系的基础和特点。

4. 病因病理学说。《内经》提出的病因学说，有外感六淫、内伤七情等自然和社会因素，也有如劳逸、饮食、外伤、寄生虫和先天性因素等。它的特点是着重论述致病因素作用于人体之后所发生的各种反应，而不是更多地研究致病因素本身。在病理方面，《内经》提出了内外相因的发病观点，既注重病因的作用，又强调了人体正气与病邪之间的相互斗争，更突出了正气在发病中的关键地位。同时也指出了虚实、寒热、表里、升降等阴阳失调的病机总则，以及脏腑、经络、气血、津液、六气等具体的病理机转和疾病传变的一般规律。

5. 诊法。《内经》提出了望、闻、问、切四种诊断疾病的方法，为后世的诊法奠定了基础。强调诊察人体神气的盛衰是诊断的关键，而区别阴阳又是诊法的纲领。

6. 治疗疾病的原则和方法。《内经》明确地提出了预防第一和早期诊断、早期治疗的原则及辨证论治的治疗程序。这些思想和方法体现了中医治疗学的特点。《内经》提出的治疗原则，包括协调阴阳、补虚泻实、标本缓急、正反逆从、同病异治、异病同治、因时制宜、因地制宜、因人制宜等多项，既体现了古人治疗疾病的丰富经验，又反映了《内经》一贯的整体思想和辨证观点。在具体的治疗方法上，《内经》提到药物治疗、饮食治疗、情志治疗，尤其集中地讨论了针刺治疗。在药物治疗方面，除记述治疗疾病的十几个方剂之外，更论述了药物分类原则、药物禀赋、性能和应用的一般理论。同时对由药物组成方剂的理论作了深入研究，指出了方剂的组织原则、分类和应用。

应该特别指出的是，《内经》所总结的我国古代丰富多采的针