

中医临床实用经典丛书

内经知要

大字版

明·李中梓◎辑注



中国医药科技出版社

中医临床实用经典丛书

内经知要

明·李中梓◎辑注

大字版

中国医药科技出版社

图书在版编目(CIP)数据

内经知要 / (明) 李中梓辑注. —北京: 中国医药科技出版社,
2018. 1

(中医临床实用经典丛书: 大字版)

ISBN 978-7-5067-9615-6

I. ①内… II. ①李… III. ①《内经》-分类-汇编 IV. ①R221.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 247827 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 锋尚设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 710×1000mm ¹/₁₆

印张 7¹/₄

字数 70 千字

版次 2018 年 1 月第 1 版

印次 2018 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市双峰印刷装订有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9615-6

定价 13.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

内容提要

《内经知要》通行两卷，系明末医学家李中梓（1588~1655年）（字士材，号念莪）辑注。该书选辑《内经》的精要内容，归为八类，加注阐释，上卷分道生、阴阳、色诊、脉诊、藏象五篇；下卷分经络、治则、病能三篇。全书以道生统领，倡虚无神气、合于四时、与道合真，以阴阳涵盖体之脏腑腹背、病之寒热虚实，强调察五色以观五脏之有余不足、六腑之强弱、形体之盛衰，诊脉之上、下、来、去、至、止以知病之阴阳，按脏腑攸分变化之象以审精气之相生相克，谙经络之气行流转以明表里、虚实，要求圆通运用论治之则，并对各种具体病态做了阐释。本书是以宛委别藏清抄本为底本，以中国中医科学院图书馆藏日本宽保二年壬戌（1742年）浪华书林刻本为校本进行整理的。全书分类扼要、说理简明，《内经》所涵中医理论要言得显，向为后世医家推崇，堪为研学《内经》的入门必读书。

出版者的话

中医学是中国优秀文化的重要组成部分，传承发展中医药事业是适应时代发展要求的历史使命。中医古籍经典是中医药学发展的根基，中医临床则是其长久发展的核心力量。传承中医，要从读经典入手，文以载道，“自古医家出经典”，中医传统思维尽在于医籍，因此经典要读。临床医学关键在“用”，涉及临床实用的医籍也要读，吸纳先贤行医经验，切于临证，方可学以致用。因此，“经”与“用”，二者皆重。

以“经”“用”并重为原则，我社特整理出版了“中医临床实用经典丛书”。本套丛书共计45种，其所选书目涵盖了历代医家推崇、尊为必读的经典著作，同时侧重遴选了切于临床实用的医著作品。为方便读者诵读，特将本套丛书设计为大字版本，行格舒朗，层次分明。

本次整理，力求原文准确，每种古籍均遴选精善底本，若底本与校本有文字存疑之处，择善而从。整理原则如下。

1. 全书采用简体横排，加用标点符号。底本中的繁体字、异体字径改为规范简体字，古字以今字律齐。凡古籍中所见“右药”“右件”等字样中，“右”均改为“上”。

2. 凡底本、校本中有明显的错字、讹字，经校勘无误后予以径改，不再出注。

3. 古籍中出现的中医专用名词术语规范为现通用名。如“藏府”改为“脏腑”，“芼拔”改为“芼茺”，“旋复花”改为“旋覆花”等。

4. 凡方药中涉及国家禁猎及保护动物（如虎骨、羚羊角等）之处，为保持古籍原貌，未予改动。但在临床应用时，应使用相关代用品。

希望本丛书的出版，能够为诵读医籍经典、切于临床实用提供强有力的支持，为培养中医临床人才贡献一份力量。在此过程中，我们也期待读者诸君的帮助和指点。

中国医药科技出版社

2017年10月



序

古云：为人子者，不可以不知医。此言似乎专指孝友中之一端而言之者也，何也？夫人之禀体母论，其他六淫戕其外，七情贼其中，苟不知节，鲜不病且殆也。为人子者，可以父母、伯叔、兄弟、妻子及诸眷属付之庸医之手乎？故不可不自知之。然知之为知之则可，若强不知以为知，不如无知。从来债事皆属一知半解之流，而不知奴隶之夫、乳臭之子，一朝而苟得权势，侥幸而世拥多资，便肆其骄慢之气，役医如吏，藐医如工。家有病人，遂促其调治，并以生死之权责成之。初不闻扁鹊有云臣能使之起，不能使之复生乎？在医者亦不思往古分医为十四科，使其各治一科为专科，志在济人。今则率皆相习成风，趋炎奔竞，其志不过啖名谋食而已，岂不卑哉！要知此道之源出自轩皇君臣，以羲皇一画之旨，终日详论世人疾病之所以然，垂教天下后世以治法之所当然。而药物则又出乎炎帝，躬行阅历，察四时山川水土之宜，考五金八石之性，尝水陆草木之味，以定其有毒无毒、寒热温平、攻补缓急之用。相传各有遗书，轩皇者曰《素问》、曰《灵枢》，炎帝者曰《本草》。《素问》自王冰注后，嗣出者不下数十余家。《本草》自陶氏《别录》外，历代以来何止汗牛充栋。无奈时师心喜置身于时路，茫茫然朝值衙门，退候缙绅，第应乡党。惟恐一人不

悦，则谤端百出，飞祸无穷，所以无日不卑躬屈节，寝食俱废，岂有余力孜孜于诵读者哉！以故卷帙繁多，如李时珍、张介宾之所集，罔弗望涯而退，奚能念及此言似乎专指孝友中之一端而发者。扪心惆怅，務必旁通一贯，由亲亲而兼及于仁民耶。余久遭老懒，自丙子岁后，竟作退院老僧，绝口不谈此道矣。一日偶然忆及云间李念菽先生所辑诸书，惟《内经知要》比余向日所辑《医经原旨》，尤觉近人。以其仅得上下两卷，至简至要，方便时师之不及用功于鸡声灯影者，亦可以稍有准则于其胸中也。叩之书贾，金云其板已没久矣，遂囑余为之重刊。惜乎书可补读，理可渐明，其如笼中药物，悉非古之道地所产及时采取者矣。医岂易知而易为者哉，然亦不可不知者也。

乾隆甲申夏日牧牛老朽薛雪书时年八十又四



目 录

卷上

③ 道生	001	③ 脉诊	023
③ 阴阳	010	③ 藏象	034
③ 色诊	017		

卷下

③ 经络	046	③ 病能	062
③ 治则	057		



卷上

云间李念莪先生原辑

河东薛生白校正重刊

道生

上古天真论曰：夫上古圣人之教下也，皆谓之虚邪贼风，避之有时，教下者，教民避害也。风从冲后来者，伤人者也，谓之虚邪贼风。如月建在子，风从南来，对冲之火反胜也；月建在卯，风从西来，对冲之金克木也；月建在午，风从北来，对冲之水克火也；月建在酉，风从东来，对冲之木反胜也。必审其方，随时令而避之也。恬憺虚无，真气从之，精神内守，病安从来。恬者，内无所营。憺者，外无所逐。虚无者，虚极静笃，即恬憺之极，臻于自然也。真气从之者，曹真人所谓神是性兮气是命，神不外驰气自定。张虚静曰：神一出便收来，神返身中气自回。又曰：人能常清静，天地悉皆归；真一之气皆来从我矣。精无妄伤，神无妄动，故曰内守。如是之人，邪岂能犯，病安从生乎？

有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，真，天真也。不假修为，故曰真人；心同太极，德契两仪。提挈，把握也。全真之人，呼接天根，吸接地脉，精化为气也。独立守神，气化为神也。精气皆化，独有神存，故

卷上



001

曰独立。肌肉若一者，神还虚无，虽有肌肉而体同虚空也。仙家所谓抱元守一，又曰了得一、万事毕，即形与神俱之义也。故能寿敝天地，无有终时，此其道生。天地有质，劫满必敝。真人之寿，前乎无始，后乎无终，天地有敝，吾寿无终矣。此非恋恋于形生，盖形神俱微妙，与道合真，故曰此其道生者，明非形生也。

有至人者，淳德全道，和于阴阳，调于四时，至者，以修为而至者也。淳者，厚也。德厚道全，不愆于阴阳，不逆于四时，庶几奉若天时者矣。去世离俗，积精全神，去世离俗，藏形隐迹也。积精全神者，炼精化气、炼气化神也。游行天地之间，视听八远之外，全神之后，便能出隐显之神，故游行天地之间；尘纷不乱，便能彻耳目之障，故视听八远之外。此盖益其寿命而强者也，亦归于真人。前之真人，则曰道生；此言至人，则曰寿命、曰强，但能全形而已。亦归于真人者，言若能炼神还虚，亦可同于真人，此全以修为而至者也。

有圣人者，处天地之和，从八风之理，圣者，大而化之，亦人中之超类者，与天地合德、四时合序，故能处天地之和而气赖以养，从八风之理而邪弗能伤也。八风者，《灵枢·九宫八风》云：风从所居之乡来者为实风，主生长，养万物；从其冲后来者为虚风，伤人者也，主杀主害；从南方来，名曰大弱风；从西南方来，名曰谋风；从西方来，名曰刚风；从西北方来，名曰折风；从北方来，名曰大刚风；从东北方来，名曰凶风；从东方来，名曰婴儿风；从东南方来，名曰弱风。适嗜欲于世俗之间，无恚嗔之心，行不欲离于世，被服章，举不欲观于俗，饮食有节，起居有常，适嗜欲也。摄情归性，无恚嗔也。和光混俗，不离世也。被服章者，皋陶谟曰天命有德，五



服五章哉。圣人之心，不磷不淄，虽和光混俗，而未尝观效于俗也。外不劳形于事，内无思想之患，以恬愉为务，以自得为功，形体不敝，精神不散，亦可以百数。外不劳形则身安，内无思想则神静。恬愉者，调服七情也。自得者，素位而行，无入不自得也。如是者，形不受贼，精神不越，而寿可百矣。

有贤人者，法则天地，象似日月，辨列星辰，逆从阴阳，分别四时，贤人者，精于医道者也。法天地阴阳之理，行针砭药石之术。智者能调五脏，斯人是已。将从上古，合同于道，亦可使益寿而有极时。将从者，有志慕古，未能与之同其归也。合同于道者，医道通仙道也。调摄营卫，培益本元，勿干天地之和，自无夭札之患，故曰亦可益寿。亦者，次别上文之圣人也。有极时者，天癸数穷，形体衰惫，针砭药饵无可致力矣。真人者，无为而成；至人者，有为而至。圣人治未病，贤人治已病，修诣虽殊，尊生则一也。按：有物浑成，先天地生，强名曰道，无迹象之可泥，岂形质之能几。白玉蟾所以有四大一身皆属阴，不知何物是阳精之说也。返本還元，湛然常寂，名之曰道。积精全神，益寿强命，名之曰术。《文始经》云忘精神而超生，见精神而久生是也。忘精神者，虚极静笃，精自然化气，气自然化神，神自然还虚也。见精神者，虚静以为本，火符以为用，炼精成气，炼气成神，炼神还虚也。嗟！吾人处不停之运，操必化之躯，生寄死归，谁其获免？贪求者妄殆，自弃者失时。即有一二盲修瞎炼，皆以身内为工夫，独不闻《胎息经》云：胎从伏气中结，气从有胎中息，气入身来谓之生，神去离形谓之死，知神气者可以长生。气有先天、后天之别。后天者，呼吸往来之气也；先天者，无形无象，生天生地，生人生物者也。康节云：乾遇巽时观月窟，地逢雷处见



天根。天根月窟闲来往，三十六宫都是春。真既醉于先天之说也。惜乎下手无诀，讹传错教，妄以两目为月窟，阳事为天根，令人捧腹。若得诀行持，不过一时辰许，先天祖气忽然来归，鼻管如迎风之状，不假呼吸施为，不事闭气数息，特须一言抉破，可以万古长存。若非福分深长，鲜不闻而起谤，甚有俗医笑其迂妄。不知医道通仙，自古记之，亦在乎人而已矣。

《四气调神论》曰：春三月，此谓发陈。发，生发也。陈，敷陈也。发育万物，敷布寰区，故曰发陈。天地俱生，万物以荣。敷和之纪，木德周行。俱生者，絪縕之气也。天地絪縕，万物化醇。荣者，显也，发也。夜卧早起，广步于庭；此言在天主发生之令，在人须善养之方。夫人卧与阴俱，起与阳并，卧既夜矣，起复早焉，令阳多而阴少，以象春升之气也。广步者，动而不休，养阳之道也。被发缓形，以使志生；被发者，舒在头之春气也。缓者，和缓以应令也。如是则神志调适，肖天气之生矣。生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚。《尚书纬》曰：东方青帝，好生不贼。禹禁云：春三月，山林不登斧。《管子》云：解怨赦罪，皆所以奉发生之德也。此春气之应，养生之道也。四时之令，春生夏长，秋收冬藏。以上诸则，乃养生气之道也。逆之则伤肝，夏为寒变，奉长者少。逆者，不能如上养生之道也。奉者，禀承也。肝木旺于春，春逆其养则肝伤，而心火失其所奉，故当夏令火不足而水侮之，因为寒变。寒变者，变热为寒也。春生之气既逆，夏长之气不亦少乎。

夏三月，此谓蕃秀。布叶曰蕃，吐华曰秀，万物亨嘉之会也。天地气交，万物华实。即司天在泉，三四气之交。六元正纪大论所谓上下交互，气交主之是也。阳气生长于前，阴气收成于后，故万物华实。夜卧早起，毋厌于日；卧起同于春令，



亦养阳之物也。按《荀子》云夏不宛暘，言当避赫曦之暘，毋为日所厌苦。使志无怒，使华英成秀，使气得泄，若所爱在外。怒则气上，助火亢炎，故使志无怒，则生意畅遂，譬如华英渐至成秀也。气泄者，肤腠宣通，法畅遂之时令也。发舒之极，遍满乾坤，其用外而不内，人奉之以养生，故所爱若在外，不知正所以调其中也。此夏气之应，养长之道也。逆之则伤心，秋为痎疟，奉收者少，“夜卧”以下，皆顺夏令养长之道也。否则与令为逆，乘时秉政之心主不亦拂其性乎？心伤则暑乘之，秋金收肃，暑邪内郁，必为痎疟。夏长既逆，则奉长气而秋收者少矣。冬至重病。心火受伤，绵延至冬，则水来克火，病将重矣。

秋三月，此谓容平。阴升阳降，大火西行，万物之容，至此平定，故曰容平。天气以急，地气以明。风气劲疾曰急，物色清肃曰明。早卧早起，与鸡俱兴；早卧以避初寒，早起以从新爽。使志安宁，以缓秋刑；阳德日减，阴惨日增，故须神志安宁，以缓肃杀之气。收敛神气，使秋气平；无外其志，使肺气清。此秋气之应，养收之道也。曰收敛，曰无外，皆秋气之应、养收之道。逆之则伤肺，冬为飧泄，奉藏者少。肺金主秋，秋失其养，故伤肺。肺伤则肾失其主，故当冬令而为飧泄。飧泄者，水谷不分，肾主二便，失封藏之职故也。

冬三月，此谓闭藏。阳气伏藏，闭塞成冬也。水冰地坼，无扰乎阳。阴盛阳衰，君子固密，则不伤于寒，即无扰乎阳也。早卧晚起，必待日光；所以避寒也，即养藏也。使志若伏若匿，若有私意，若已有得；曰伏曰匿，曰私曰得，皆退藏于密，法闭藏之本也。去寒就温，无泄皮肤，使气亟夺。去寒就温，所以养阳。无使泄夺，所以奉藏。真氏曰：闭藏不密，温



无霜雪，则来年阳气无力，五谷不登。人身应天地，可不奉时耶。此冬气之应，养藏之道也。逆之则伤肾，春为痿厥，奉生者少。水归冬旺，冬失所养，则肾伤而肝木失主。肝主筋，故当春令筋病为痿。冬不能藏，则阳虚为厥。冬藏既逆，承气而为春生者少矣。

天气，清静光明者也。静当作净。清阳之气，净而不杂，天之体也；居上而不亢，下济而光明，天之用也。藏德不止，故不下也。藏德者，藏其高明而不肯自以为高明也。不止者，健运不息也。惟藏而不止，虽下降而实不之下，曷尝损其居上之尊乎，故曰不下也。天明则日月不明，邪害空窍。惟天藏德，不自为用，故日月显明以表造化。使天不藏德而自露其光明，则日月无以藉之生明。大明见者小明灭矣。此喻身中元本不藏，发皇于外，明中空而邪凑也。阳气者闭塞，地气者冒明。天气自用，则孤阳上亢而闭塞乎阴气；地气隔绝，而冒蔽乎光明矣。云雾不精，则上应白露不下。地气上为云雾，天气下为雨露。上下否隔，则地气不升，而云雾不得输精于上；天气不降，而雨露不得施布于下。人身上焦如雾，膻中气化，则通调水道，下输膀胱；气化不及州都，则水道不通，犹之白露不降矣。交通不表，万物命故不施，不施则名木多死。独阳不生，独阴不成。若上下不交，则阴阳乖而生道息，不能表见于万物之命，故生化不施而名木多死。恶气不发，风雨不节，白露不下，则菀蕢不荣。恶气不发，浊气不散也。风雨不节，气候乖乱也。白露不下，阴精不降也，即不表不施之义也。菀蕢不荣，言草木抑菀枯蕢，不能发荣，即名木多死之义也。上文言天地不交，此则专言天气不降也。贼风数至，暴雨数起，天地四时不相保，与道相失，则未央绝灭。阴阳不和，贼风暴



雨，数为侵侮，生长收藏不保其常，失阴阳惨舒自然之道矣。央，中半也。未及中半而早已绝灭矣。惟圣人从之，故身无奇病，万物不失，生气不竭。从之者，法天地四时也，存神葆真以从其藏德，勇猛精勤以从其不止，收视返听以从其不自明，通任会督以从其阴阳之升降，则合乎常经，尚安得有奇病？万物不失，与时偕行，生气满乾坤也。不竭者，无未央绝灭之患也。

愚按：四时者，阴阳之行也；刑德者，四时之合也。春凋秋荣，冬雷夏雪，刑德易节，贼气至而灾。夫德始于春，长于夏；刑始于秋，流于冬。刑德不失，四时如一。刑德离乡，时乃逆行，故不知奉若天时，非尊生之典也。是以天真论曰调于四时，曰分别四时。四气者，天地之恒经；调神者，修炼之要则。故春夏养阳，秋冬养阴，以从其根。根者，人本于天，天本于道，道本自然，此皆治未病之方，养生者所切亟也。

《阴阳应象大论》曰：能知七损八益，则二者可调；不知用此，则早衰之节也。二者，阴阳也。七为少阳之数，八为少阴之数。七损者，阳消也；八益者，阴长也。阴阳者，生杀之本始。生从乎阳，阳惧其消也；杀从乎阴，阴惧其长也。能知七损八益，察其消长之机，用其扶抑之术，则阳常盛而阴不乘，二者可以调和，常体春夏之令，永获少壮康强，是真把握阴阳者矣。不知用此，则未央而衰。用者，作用也。如复卦一阳生，圣人喜之，则曰不远复，无祇悔，元吉。姤卦一阴生，圣人谨之，则曰系于金柅，贞吉，有攸往，见凶，羸豕孚蹢躅，此即仙家进阳火、退阴符之妙用也。朱紫阳曰：老子言治人事天莫若啬。夫惟啬，是谓早服，早服是谓重积德。早服者，言能啬则不远，而复便在此也。重积德，言先有所积，而